

**2<sup>a</sup> Edición**

Revista para los y las jóvenes

# Ser Joven

**Date la buena vida**

**Cartas de Ana y Jorge**

**ETS**

**¿Qué es el SIDA?**

**Menores trabajadores**

**Testimonio de Rosa**



## Primera edición

Coordinación general  
**Sara Elena Mendoza**

Coordinación técnica  
**Yvette Núñez Bravo**

Compiladoras  
**Patricia Pérez Gómez**  
**Margarita Magaña Gómez**  
**Marcela Pérez López**  
**Araceli Borja Pérez**

Coordinación gráfica y cuidado de la edición  
**Greta Sánchez Muñoz**

Diseño Gráfico  
**Ariel Rodríguez**  
**Evelia Ortiz**

Ilustración  
**Humberto Fera**  
**Manolo Soler**

Apoyo logístico  
**Verónica Rodríguez Sánchez**

## Segunda edición

Revisión de contenidos  
**Sara Elena Mendoza**  
**Marcela Pérez López**  
**Jimena Garduño Córdova**

Revisión de textos  
**Esther Schumacher**  
**Águeda Saavedra Rodríguez**  
**Luz Pérez Moreno Colmenero**  
**Rocío González Díaz**  
**Socorro Martínez de la Vega**

Revisión editorial y seguimiento  
**Laura Sainz Olivares**  
**Marcela Zubieta**  
**Ricardo Pérez Rovira**

Coordinación gráfica y cuidado de la edición  
**Greta Sánchez Muñoz**  
**Adriana Barraza Hernández**  
**Luis A. Díaz García**

Diseño Gráfico  
**Humberto Brera**

**Ser joven, Revista**  
D.R. © 2003. Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez No. 160, col. Condesa México, D.F. C.P. 06140.

Esta obra es propiedad intelectual de sus autoras y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA.

Prohibida su reproducción parcial o total, por cualquier medio, sin autorización por escrito de su legítimo titular de derechos.

**ISBN** Obra completa Modelo *Educación para la Vida y el Trabajo*: 970-23-0274-9

**ISBN** *Ser Joven, Revista*: 970-23-0314-1

**Impreso en México.**

Agradecimiento especial a:

Círculo de estudios del Centro Social Contadero-Cuajimalpa  
Círculo de estudios de Extremadura-Mixcoac

Se terminó de imprimir en el mes de agosto del 2008, en los talleres de Impresora y Encuadernadora Progreso, S. A. de C. V. Calz. San Lorenzo 244; 09830 México, D. F. El tiraje consta de 10,000 ejemplares.



**DISTRIBUCIÓN GRATUITA**

# Con



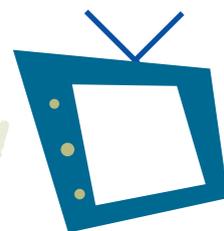
## Pubertad femenina y pubertad masculina

Las cartas de Ana y Jorge

2

## La televisión promotora de violencia entre menores

11



## ¿Cómo podemos contagiarnos? Infecciones de Transmisión Sexual

12

## Infecciones de Transmisión Sexual



## Pocos pero locos



17

## ¿Qué es el SIDA?

18



# teniendo

¿Qué harías si un amigo tuyo  
tuviera SIDA? 24

Menores trabajadores:  
realidad y consecuencias 29

Meche Luvianos 46



Para defendernos mejor  
Conoce la Ley Federal del Trabajo 48



Menor trabajador 51



La mata de la mota mata 53



Comunicación y relaciones interpersonales

# Pubertad femenina y Pubertad masculina

Las cartas de  
Ana y Jorge

## Pubertad femenina

**Querida Norma,**

Fue una lástima que te fueras a vivir a San Antonio, ya me había acostumbrado a estar contigo. En el salón todas las compañeras preguntan por ti, bueno, también ellos, sobre todo Roberto. Oye, ¿qué tal la escuela en la que entraste? ¿es mixta o sólo para mujeres?

Hay mil cosas que sólo a ti te puedo decir, y como no estás, te las voy a escribir, pero no se las digas a nadie, recuerda el pacto secreto: “De aquí no sale nada”.

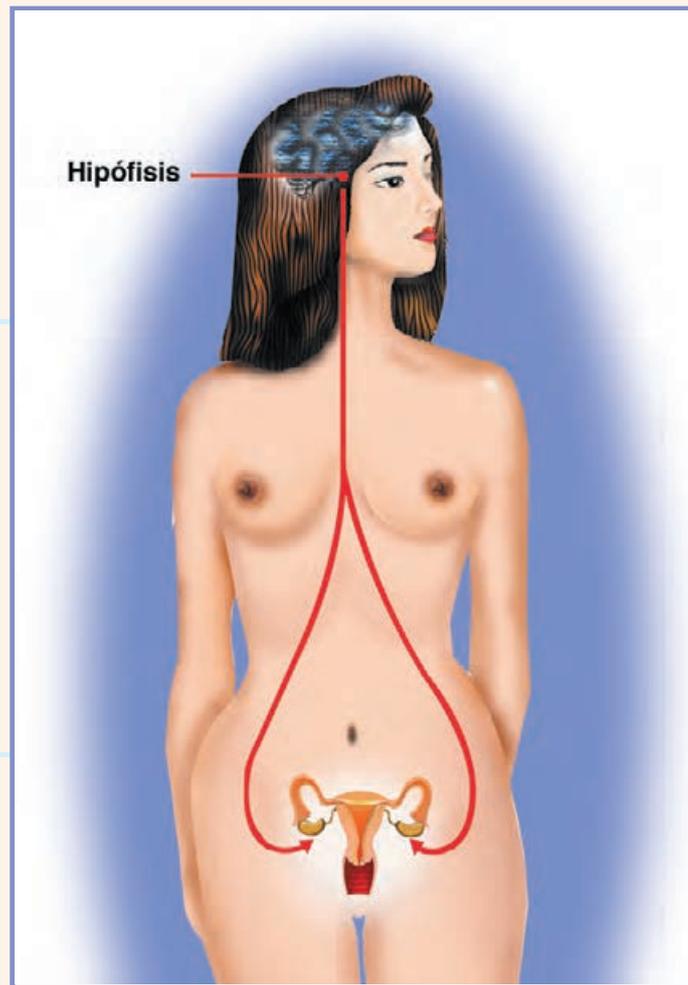
Cuéntame, ¿ya usas *brassiere*? El otro día llegaron Miriam, Lolis y Artemia estrenando y creyéndose las muy importantes. Cuando me desvisto me veo en el espejo pero, por más que quiero, no se me nota nada. A veces me pruebo el *brassiere* de mi hermana Luisa, pero me queda grande. No quisiera llegar a fin de año con los pechos planos.

Déjame contarte de mi fiesta de 11 años. Me puse el vestido blanco y azul que me trajo mi papá de San Luis. Con el *brassiere* de Luisa me veía perfectamente y me pude mover muy a gusto. Sólo a Mónica le dije, pero creo que mi mamá se dio cuenta, pues me echaba unas miradas. Además, ella bien que usa minifalda y nadie le dice nada, aunque la verdad ya no está en edad.

Aguilar Gil, José Ángel y Rodríguez Ramírez, Gabriela. “Pubertad Femenina” en *Sexualidad: lo que todo adolescente debe saber*. Sistemas Técnicos de Edición, S.A. de C.V., México, 1993.

Han pasado muchas cosas desde que te fuiste. El martes pasado fue la orientadora de la escuela a dar una plática sobre la pubertad. Te apuesto a que de esto no sabes nada. Le llaman pubertad al conjunto de cambios por el que dejamos de ser niñas y llegamos a ser adultas. Con la pubertad nuestro cuerpo queda listo para tener hijos o, como ella dijo, para reproducirse. ¿Sabías que hay una glándula abajo del cerebro, del tamaño de un frijol, que se llama hipófisis y que produce y libera hormonas? Las hormonas son las causantes de los cambios propios de nuestra edad. Yo creo que todos los cambios son importantes.

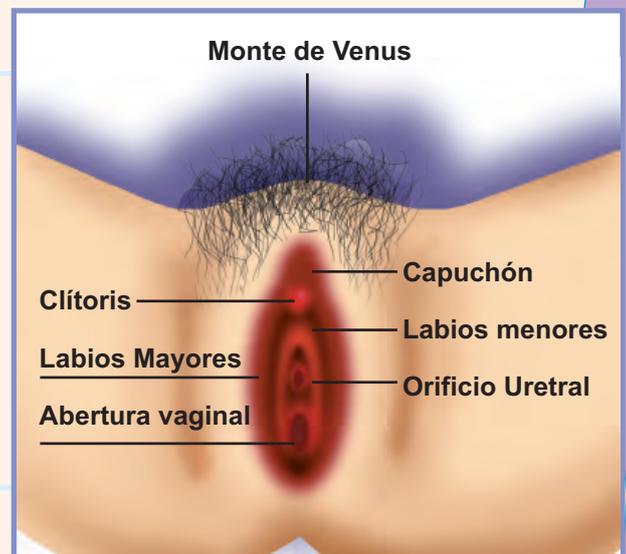
- Aumenta el tamaño de las mamas, la aréola se hace más ancha, los pezones se levantan y crecen hacia fuera.
- Nuestra cadera y muslos se redondean.
- Aparece vello suave en el pubis formando un triángulo al revés, también sale en las axilas.
- La regla o menstruación se presenta por primera vez.
- A veces pueden salir granitos en la cara, pecho y espalda. Para este problema hay que dejar de comer grasas en exceso, lavarse muy seguido la cara con agua y jabón neutro y evitar el uso de cremas o pomadas que no hayan sido indicadas por el médico.



Todos estos cambios a mí ya me están ocurriendo desde hace un año, ¿a ti no?; la maestra dijo que pueden comenzar desde los 10 o hasta los 14 años. Cuando dijo eso yo voltee a ver a Miriam como diciéndole: ¡ya ves, no todas comenzamos a la misma edad! Y no es que ellas sean más importantes, sino que tiene que ver con la comida, con tener una alimentación equilibrada; aunque la mayoría de las mujeres empiezan a la misma edad que comenzaron sus papás. Mi mamá empezó la pubertad a los 12 años; además, en clima cálido comienza antes. Hay niñas en Acapulco que a los 10 años tienen los pechos muy grandes.

También dijo que crecen los genitales internos y externos, ¿y eso qué es? Yo no sé bien cómo son las mujeres por abajo, ¿te acuerdas que una vez nos estuvimos viendo con un espejo y no supimos distinguir las partes? La maestra hizo un dibujo en el pizarrón más o menos así:

Los órganos sexuales externos se hacen visibles cuando se separan los muslos, y explicó que al conjunto de genitales externos se le llama **vulva**; consta de **labios mayores**, que se hacen gruesos y salientes durante la pubertad, y de **labios menores**, que crecen y se separan de los mayores. A mí todavía no se me ven los labios menores y tengo muy pocos vellos. El **clítoris** es el órgano más sensible de la mujer, cualquier cosa que lo roce se siente.

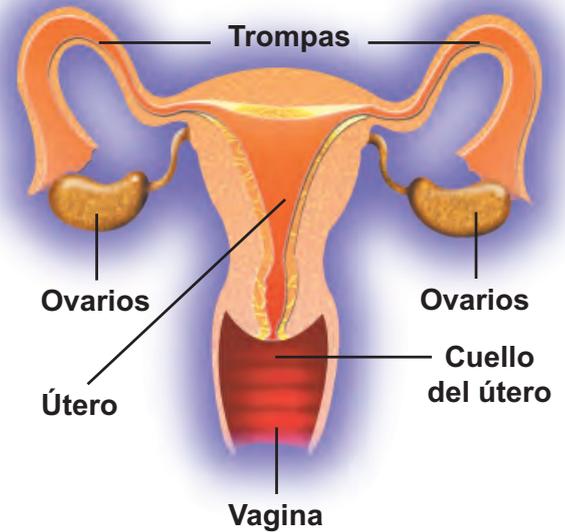


Los genitales internos, o sea los que están adentro, son la vagina, el útero, las trompas de Falopio y los ovarios. En esta etapa todos los genitales internos aumentan de tamaño, preparándose para las relaciones sexuales y el embarazo.



Yo no sabía que la **vagina** es como un túnel elástico que va de la vulva hasta el cuello del útero, y tiene muchas funciones:

- Por la vagina sale la sangre o flujo de la menstruación, o regla.
- Durante el acto sexual, sale un líquido de la vagina que permite que entre el pene (órgano sexual masculino) fácilmente, a esto le llaman lubricación vaginal.
- En la vagina se recibe el semen o líquido que expulsa el hombre en el acto sexual.
- Es el camino que atraviesan los bebés al nacer.



También, la orientadora dijo que en la pubertad la hipófisis libera unas sustancias llamadas **hormonas** que hacen que los ovarios maduren y expulsen unas células que se llaman **óvulos**, y estas pueden convertirse en un bebé si se encuentran con los espermatozoides en una de las trompas de Falopio; los espermatozoides son las células que expulsan los hombres con el semen. También en la pubertad aparece la menstruación o regla.

Sobre esos temas todavía tenemos muchas dudas. Todos estuvimos un poco apenados en la clase: Jorge y Roberto se reían a cada rato. Toño y Lulú, como ya son novios, estaban colorados. Mónica y yo decidimos que indagaríamos más sobre el asunto.

No dejes de contestarme rápido. A ver si puedes enviarme un lápiz de labios dorado de los que venden allá. Cuéntame todo lo importante, ya sabes: “De aquí no sale nada”.

**Ana**



## Pubertad masculina



**Ya me salieron  
pelitos en las  
axilas y también  
tengo en el pecho,  
uso las camisas  
abiertas para que  
las chicas digan:  
“Jorge es un  
hombre de pelo  
en pecho”.**

### ¿Cómo has estado tío?

Me dio mucho gusto recibir tu carta, la verdad es que te he extrañado mucho. Ya sabes que me da mucha flojera escribir, pero ahora necesito que me ayudes porque tengo muchas preguntas y no sé qué hacer, me siento solo.

¿Sabes?, estoy harto de ir todos los domingos a la casa de mi abuela. Me aburren las pláticas de los adultos y hasta la forma en que hablan mis papás y mis tíos, porque me parecen anticuados y ridículos. No me respetan, me tratan como si fuera todavía niño.

Tío, si me vieras no me conocerías, yo creo que estoy de tu tamaño o ya te pasé. ¡Imagínate!, los pantalones que me compré en Navidad me quedan cortos. Ya calzo del mismo número que mi papá. El otro día que me llevé sus zapatos a una fiesta me regañó y hasta me castigó prohibiéndome salir con mis amigos. Qué exagerado ¿no? Total, sus zapatos ni me gustan porque están muy pasados de moda. Oye, necesitas mandarme una receta para los granitos que me están saliendo en la frente. Aunque ya dejé de comer chocolates y me lavo la cara tres veces al día, no se me quitan. Esto me da angustia y ya sabes, mi mamá me dice: “Deja de pellizcarte que te van a quedar cicatrices en toda la cara”.

También te quiero contar que el sábado me rasuré y aunque me corté, pude usar el perfume que me regalaste el día de mi cumpleaños.

Me ardió mucho la cara. Mis amigos me dijeron: te vaciaste la botella. Pero yo sé que les da envidia no tener bigote todavía.

Ya me salieron pelitos en las axilas y uso un desodorante igualito al perfume. También tengo pelitos en el pecho, por eso uso las camisas abiertas, para que las chicas del salón digan: “Jorge es un hombre de pelo en pecho”; no es cierto, tengo como tres pelos, nada más. Pero eso sí, en el pene tengo toda una “selva”. Por cierto que me da vergüenza porque todo el tiempo traigo el pene parado, ¿por qué pasa esto? Sobre todo en las mañanas. Pues dicen que estos cambios se dan en la pubertad.

Lo bueno es que la orientadora de la escuela ayer nos habló de lo que significa la pubertad, que es una etapa en la cual se dan los cambios de tipo físico. Nos explicó cómo desde que nacemos, tanto hombres como mujeres, tenemos características físicas que nos diferencian y, más o menos desde los 9 ó 10 años de edad en adelante, empezamos a tener un desarrollo o “maduración”, como dijo ella, de los órganos que distinguen a cada sexo. Por esta maduración empieza a haber un crecimiento de los testículos y el pene.

**Empieza a haber un crecimiento de los testículos y el pene. Posterior a esto, los testículos ayudan, por medio de la producción de una hormona llamada testosterona, a que aparezca el vello en la cara, las axilas y el pubis.**

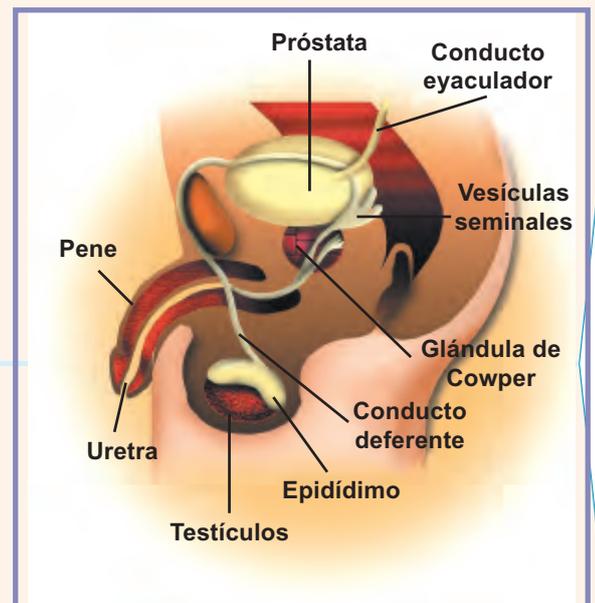




Posteriormente a esto, los testículos ayudan, por medio de la producción de una hormona llamada

testosterona, a que aparezca el vello en la cara, las axilas y el pubis. Y es cierto, a mí ya me está saliendo vello. También nos dijo que en los testículos se producen los **espermatozoides**, que son las células sexuales del hombre. Presentó un esquema de cómo somos por dentro y cómo los espermatozoides hacen su recorrido. El esquema es más o menos así:

Y mira, yo nunca me imaginé que tuviéramos tantos órganos internos. En fin, resulta que cuando se está en la pubertad, el pene se para por diversas razones o, como aprendí hoy, se pone erecto. Mientras tanto, los espermatozoides se dirigen de los testículos hacia el **epidídimo** que es donde se juntan los túbulos que vienen del testículo; de ahí, se conectan con un tubo llamado **conducto deferente**, el cual desemboca en las vesículas o glándulas seminales; los espermatozoides se mezclan con otro líquido que se forma en la **próstata**, y así es como resulta el **semen**.



La próstata rodea un tubo que se llama **uretra**, ésta tiene dos funciones: eliminar la orina del cuerpo y ser una vía para expulsar el semen. A esto último se le llama **eyaculación**. Antes de la eyaculación salen unas gotitas de la **glándula de Cowper**, que prepara el canal para el paso del semen.

La orientadora nos dijo algo que a mí me llamó mucho la atención: que más o menos en cada eyaculación expulsamos unos 200 a 300 millones de espermatozoides, contenidos en 2.5 a 4 ml. de líquido.

Por último, nos comentó cómo durante la pubertad este líquido sale en forma de chorro, por lo general durante la noche, cuando estamos dormidos y que la salida de este semen va acompañada casi siempre de una sensación placentera. ¿Sabes que la otra noche tuve una eyaculación? Es que estaba soñando con Susana, la maestra de historia, que es guapísima. Ella se me acercaba y me abrazaba y... bueno, por primera vez amanecí mojado. Lo primero que pensé es que me había orinado y sentí pena al principio, pero ¡qué alivio saber que era una eyaculación y que es totalmente normal! Además, nos habló de los cambios que tienen las mujeres; yo no sabía más que lo de la regla.

Me sentí bien, aunque con pena, porque era la primera vez que nos hablaban de estos cambios a todos, hombres y mujeres, juntos.

Bueno, no tengo más que contarte por ahora; espero que me escribas pronto.

Salúdame a tu nueva novia.

**Jorge**

P.D. ¡Ya no aguanto a mi mamá!, a cada rato me anda diciendo que me bañe. ¿Por qué no le escribes y le pides que ya no me moleste?



# GLOSARIO

**anticuados:** que ya no están en uso, pasados de moda.

**aréola:** el círculo que se observa alrededor del pezón, su color es diferente al resto de la piel, puede ser rojizo u oscuro.

**brassiere:** prenda femenina que sostiene los pechos.

**conducto:** canal o tubo por donde pasan líquidos.

**genitales:** nombre común con el que también se conocen los órganos sexuales.

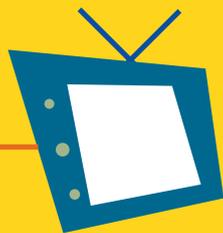
**glosario:** diccionario o léxico.

**hormonas:** producto de ciertos órganos o glándulas internas que regulan algunas funciones de nuestro cuerpo.

**pezones:** la punta del pecho.

**pubis:** es la parte baja del vientre cubierta de vellos. La presencia del vello se da a partir de la adolescencia.

**testosterona:** la hormona más activa producida por los testículos.



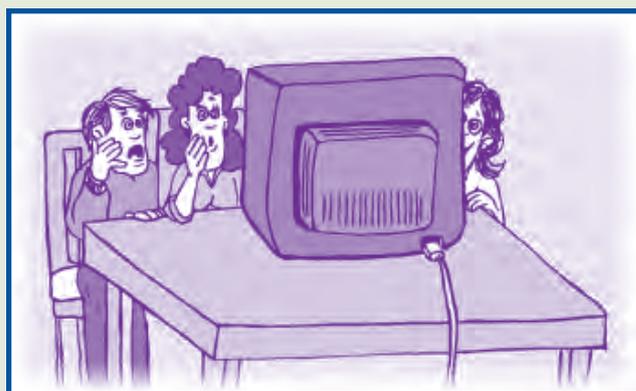
# La televisión promotora de violencia entre menores

Fernando Ramírez de Aguilar L.

“Un niño pasa frente al televisor 25 horas a la semana y algunos, incluso, se la pasan 11 horas diarias.”

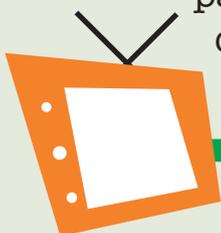
“José María es un adolescente de 15 años de edad, quien está internado en el Consejo Tutelar de Menores Infractores por haber formado parte de una banda dedicada al asalto de pasajeros en rutas de microbuses por el rumbo de Izta-palapa.”

“Pues sí, mis amigos y yo, decidimos efectuar asaltos. La idea la trajo Juan El Galletón pues nos dijo que había visto un programa donde unos negros hacían asaltos y se repartían lo que obtenían en partes iguales. Con ellos se compraban patines, pati-



netas, bicicletas y ropa, y tenían para divertirse. Cuando se les acababa el dinero, volvían asaltar.”

“Salí de mi casa desde muy chico. Fui a la escuela hasta tercer año de primaria. Cuando no trabajaba, con algunos de mis amigos de la Unidad Vicente Guerrero, nos poníamos de acuerdo para ir a las salidas del Metro, donde están los paradores y atracábamos.”



Fernando Ramírez de Aguilar L. “La televisión; promotora de violencia entre menores”. en *El Financiero*, México, 05 de mayo de 1998.

# ¿Cómo podemos CONTAGIARNOS? INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

**E**l contagio sucede principalmente por las relaciones sexuales con una persona infectada. Debemos tener presente que durante el embarazo, parto o amamantamiento, si la madre tiene la infección, puede contagiar a su hijo.

**Todos, hombres y mujeres, estamos en riesgo de contraer alguna infección de transmisión sexual si tenemos relaciones sexuales sin protección.**

# ¿Cuáles son las SEÑALES DE ALARMA?

Debemos pensar en una probable infección de transmisión sexual si se presentan las siguientes señales o síntomas:

- Lesiones de la piel. Tales como úlceras, llagas, granos o verrugas. Éstas pueden indicar el contagio de *sífilis*, *herpes genital*, *chancro blando* o *condilomas*.
- Flujo vaginal. Puede ser provocado por *gonorrea*, *uretritis inespecífica*, *tricomoniasis* o *candidiasis*.
- Secreción por el pene. Puede deberse a *gonorrea*, *uretritis*, *tricomoniasis* o *candidiasis*.
- Dolor abdominal en mujeres. Puede ser producido por *gonorrea*, *uretritis*, *tricomoniasis* o *candidiasis*.

Los signos o síntomas no siempre se presentan o notan, o son tan ligeros que no les damos importancia, es por este motivo que siempre debemos estar alertas para identificar cualquier cambio en nuestro organismo y para eso es recomendable que conozcamos nuestros órganos sexuales.

## Si notas...

- ¥ Molestia o dolor en la relación sexual.
- ¥ Dolor y ardor al orinar.
- ¥ Secreción blanco-amarillenta o verdosa de olor desagradable que sale por la vagina o el pene.
- ¥ Comezón y ronchas en el área de los órganos sexuales.
- ¥ Dolores o molestias en la parte baja del estómago.
- ¥ Calentura acompañada de malestar general.

...acude al MÉDICO.

# de Transmisión Sexual

**Las infecciones de transmisión sexual no se contagian por contacto casual: al abrazar, saludar con la mano, en la escuela, al utilizar albercas públicas o lavabos públicos, etcétera.**



## I. ¿Qué son las infecciones de transmisión sexual y por qué se les considera “vergonzosas”?

Las **infecciones de transmisión sexual** (de aquí en adelante les llamaremos **ITS**) son aquellas que se transmiten directamente de un cuerpo a otro, a través del contacto entre una persona sana y una enferma. Contacto directo quiere decir, por ejemplo, que los genitales de uno toquen los del otro, la penetración del pene en la vagina (coito), el beso de boca a boca, etcétera.

### A. Cuestiones importantes al pensar en estas infecciones:

La dificultad que tenemos para hablar de ITS con la compañera o compañero sexual, trae como consecuencia el no saber cómo se encuentra su salud. El hablar de “sexo” con la pareja es una de las cuestiones más difíciles

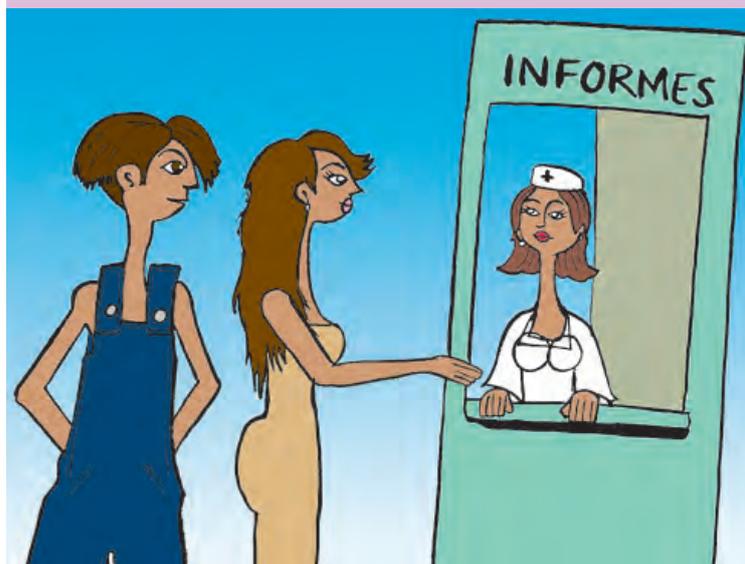
Comunicación, Intercambio y Desarrollo Humano Integral en América Latina A.C. (CIDHAL). “Enfermedades de Transmisión Sexual”, en *Sobre el Cuerpo y Nuestra Identidad*, México, 1999.

que enfrenta la gente, no sólo los jóvenes, sino también la gente adulta. Si la pareja es estable, o viven como un matrimonio, y dicen que nunca han hablado del sexo, o sea, de cómo llevan las relaciones sexuales, de qué quieren, etcétera, mucho menos se atreven a plantear la cuestión de estas enfermedades, porque de inmediato se cuestiona la fidelidad, “¿Si tiene enfermedades y no se las transmití yo, quién lo hizo? ¿Con quién se relacionó? ¿Me está siendo infiel?” Por eso, cuando una mujer casada se plantea estas preguntas, es que ella también está infectada y tiene dolores, flujo u otros síntomas.

Cuando la pareja es casual o temporal es difícil hablar de ello. En general, las parejas no dicen “vamos a tener relaciones”, simplemente lo hacen. Si alguno de ellos tiene alguna duda, se hace más difícil plantearla cuanto más se avanza. Preguntar si la otra persona se ha hecho la prueba del VIH; o si tiene alguna otra infección; jugar con la zona genital de la pareja para ver en qué condiciones está; o plantear que no se quiere tener la relación sin condón, son todas cuestiones que requieren de firmeza, tranquilidad, fuerza, perder el miedo a que el otro se enoje y un hábito de hablar del sexo, que muchas y muchos no hemos desarrollado.

La vergüenza que nos da hablar de este tema no nos permite tener información adecuada y atención pertinente. Esto no es casual: durante muchos siglos a las infecciones de transmisión sexual se les llamó las enfermedades malditas y quienes las tenían se les aislaba y se les condenaba como si se tratara de un castigo divino. La gente pensaba que el enfermo había hecho algo malo y que se le había castigado por ello.

Como son enfermedades asociadas a la sexualidad, en las familias no se habla de ellas de la misma manera en que se podría hablar de la gripa o del sarampión, y tampoco en las escuelas se da suficiente información en torno a ellas. Por eso la mayoría de la gente no piensa que las pueda adquirir, ni conoce bien los síntomas para pedir tratamiento, si aparecieran éstos.



*Por otra parte, hoy todavía hay gente en los servicios de salud que tiene actitudes negativas hacia las personas que tienen estas enfermedades y hay que ser muy firme para exigir buen servicio y buen trato de ellos. Sin embargo, la mayoría de estos trabajadores han ido cambiando, y no es tanto problema plantear que se tienen síntomas de alguna ITS*



*Algunas pastillas anticonceptivas, los antibióticos, el DIU, por ejemplo, desgastan nuestras defensas y nos dejan propensos a muchas enfermedades e infecciones. Algunas de éstas, como los hongos, aparecen cuando bajan las defensas, sin necesidad que alguien nos contagie.*

Cuando se esconde el padecimiento se va propagando a otras personas, lo cual es una de las causas principales de que se extiendan, siendo infecciones que, actualmente, pueden curarse fácilmente, si se atienden a tiempo. También las madres embarazadas pueden transmitir las al feto, o al bebé a la hora del parto, o a través de la leche materna y el calostro.

La baja de defensas y la debilidad de nuestro organismo nos expone aún más a adquirir infecciones.

Es necesario tener en cuenta que la debilidad, la mala alimentación, las preocupaciones, la falta de higiene, etcétera, pueden desequilibrar nuestro organismo y así permitir que se nos desarrollen diversas infecciones.

Sabemos que las enfermedades son causadas por elementos (microorganismos) que se encuentran en el medio ambiente o viven dentro de nuestro cuerpo. Algunos son virus, bacterias, piojos, hongos, etcétera. Éstos pueden desarrollarse y vivir, por ejemplo, en la comida sucia, en el aire, en el polvo, en el excremento, en la tierra, etcétera.

Otros organismos que se encuentran en nuestro cuerpo tienen la función de defendernos. Son nuestras defensas. Cuando las perdemos, nos debilitamos y enfermamos mucho más fácilmente.

# POCOS

# PERO

# LOCOS

Crónica entrevistó a uno de los exjefes de una banda que la rola por la Merced. La pandilla se llama Pocos, pero locos y la integran aproximadamente 100 elementos, cuyas edades van de los ocho a 28 años.

A decir de Luis, la banda está reunida las 24 horas del día y casi nadie duerme. Les gusta consumir cocaína, mariguana, chemo, activo, chochos y pomos.

Luis llegó consignado al Reclusorio Norte, por robo a mano armada, pero después el Ministerio Público lo acusó de homicidio, por lo cual lo sentenciaron a 46 años de prisión. Sin embargo, aduce: "yo no lo mate, te lo juro".

Adentro de la cárcel compuso una rola que dice:



*Estando sentado sobre el algodón  
me puse a inhalar bolsas de resistol  
y me hizo alucinar que un día  
yo iba a cambiar pero,  
sin embargo, todo fue al revés  
porque más me vine a clavar.  
Padre, Padrecito mío, tú has visto  
como sufrimos en la calle  
te pedí por toda mi bandita  
que algún día nos íbamos a  
regenerar pero, sin embargo,  
nunca más vamos a cambiar  
Porque el vicio  
es el signo de la muerte.*

Tomado de Salanueva Pascual, "El Irresistible encanto de la Banda o por qué las chavas siempre vuelven: Pocos pero locos". *La Crónica de Hoy*. Febrero, México, 1998.

# ¿Qué es el SIDA?

*El SIDA es la última fase de una enfermedad contagiosa, incurable y mortal, que podemos prevenir.*

El SIDA es causado por un virus llamado **VH**, que significa:

**SIDA** significa:

**S**índrome de

**I**nmuno

**D**eficiencia

**A**dquirida

Virus de la  
Inmunodeficiencia  
Humana



<sup>1</sup> Arjonilla Elia, y otros, "¿Qué es el SIDA?" en SIDA. Colección Educación para la Vida y el Trabajo, INEA, México, 1998.

# ¿Qué es el VIH?

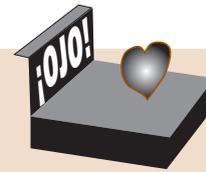
El VIH es un virus que afecta únicamente al ser humano y destruye las defensas del cuerpo, permitiendo que otros microbios puedan producir infecciones.

Este virus se encuentra principalmente en la sangre y en los líquidos preeyaculatorios, semen, secreción vaginal, sangrado menstrual y leche materna de las personas infectadas o enfermas. Es un virus que, cuando se adquiere, puede permanecer mucho tiempo en el cuerpo antes de que se manifieste el SIDA.

# ¿Cómo se transmite el VIH?

*Por ser poco resistente fuera del organismo, se transmite cuando pasa del cuerpo de una persona infectada o enferma al cuerpo de una persona sana.*

La entrada al cuerpo del VIH sólo puede ocurrir por tres vías:



# 1.

**Sexual**, a través de las secreciones genitales del hombre y de la mujer. **Todas las personas infectadas o enfermas, aunque todavía no lo noten ni sepan que tienen el virus, pueden contagiar a sus parejas, las secreciones genitales del hombre son el líquido preeyaculatorio y el semen, y las de la mujer las secreciones vaginales y el sangrado menstrual.**

# 2.

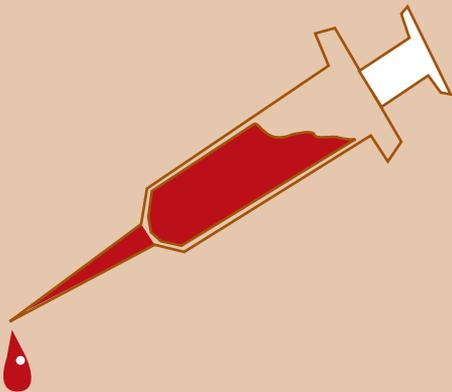
**Sanguínea**, por contacto con sangre infectada con el virus que produce el SIDA. Esto puede ser a través de jeringas, agujas usadas u objetos punzo cortantes, transfusiones de sangre o trasplante de algún órgano.



# 3.

**Perinatal**, cuando una mamá infectada contagia a su hijo durante el embarazo, parto o amamantamiento.

# ¿Cómo se puede evitar el contagio del VIH/SIDA?



## 1. En el caso de la vía sexual:

Tener coitos o **actos sexuales sólo con tu pareja y tu pareja sólo contigo**; seguros de que ninguno de los dos tiene el VIH.

Tener **“sexo seguro”**, es decir, no llegar a la penetración para evitar el intercambio de líquidos preeyaculatorios, semen, sangre, secreciones vaginales o sangrado menstrual, y realizar acercamiento sólo a través de besos, abrazos, caricias, masajes y otras formas de contacto con las que podemos expresar afecto y descubrir que todo el cuerpo humano es una fuente de placer.

Tener **“sexo protegido”** que consiste en usar condón de látex en cada acto sexual o coito.

**Abstinencia**, esto significa no tener relaciones sexuales.

## 2. En el caso de la vía sanguínea:

Usar solamente **agujas y jeringas** desechables nuevas o, si definitivamente no se puede conseguir una desechable y se tiene que usar una de cristal, hervirla perfectamente durante 20 minutos.

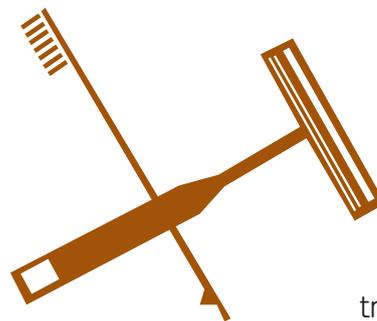
Exigir que la sangre utilizada en las transfusiones lleve la etiqueta de **“Sangre segura”**, o si se requiere sangre de manera urgente, que sea previamente analizada.

## 3. En el caso de la vía perinatal:

Los hombres y las mujeres que deseen tener un hijo y crean haber estado en riesgo de infectarse, deben hacerse un examen médico completo que incluya un análisis de sangre para detección del VIH.

# ¿Cómo no se transmite el VIH SIDA?

El VIH no se transmite por el trato diario entre las personas. Esto es, no podemos adquirir el virus que provoca el SIDA por usar excusados o mingitorios, por piquetes de insecto ni por realizar las actividades que hacemos todos los días como platicar, dar la mano, abrazar o besar. No hay posibilidades de contagio por tener contacto con saliva, lágrimas, orina, sudor, excremento, mucosidades de nariz y garganta o piel sin heridas de una persona que tenga el VIH.



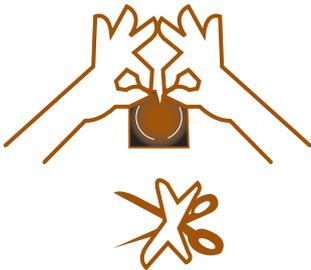
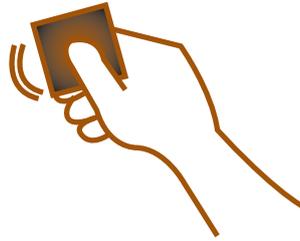
Tampoco por compartir con una persona infectada o enferma de SIDA utensilios de cocina y de trabajo, la ropa de vestir y de cama, el mismo medio de transporte; ni por bañarse en una tina o alberca, utilizar el mismo baño o estar en el mismo salón de clase. No obstante lo anterior, los especialistas recomiendan no compartir artículos de aseo personal como el cepillo de dientes y el rastrillo para rasurar.

# ¿Cómo usar el condón para protegernos del SIDA?



- 1. Compra condones de látex y revisa que no haya pasado su fecha de caducidad.** La fecha de caducidad viene escrita en la envoltura; es el tiempo máximo que aguanta cualquier cosa sin estropearse. Algunos condones traen escrito EXP y luego unos números; eso quiere decir que expira o caduca el mes y el año que ahí se indica. Si traen escrito MFD o MFG y unos números, quiere decir la fecha en que el condón fue MANUFACTURADO o fabricado. En ese caso, cuenta que no hayan pasado más de cuatro años a la fecha en que tú lo vas a usar.

**2.** No uses un condón que tenga la envoltura rota ni aplastada.



**3.** Abre la envoltura con cuidado de no dañar el condón. No uses los dientes para abrirla, ni tijeras o navajas.



**4.** Antes de cada acto sexual o coito, cuando el pene esté duro o erecto, debes ponerte el condón. Si no tienes hecha la circuncisión, antes de ponerte el condón jala hacia atrás la piel que cubre la cabeza del pene o glande.



**5.** Fíjate para qué lado se desenrolla el condón y con los dedos de una mano, detén la punta del condón apretándola para que no le quede aire. Con la otra mano, desenrolla el resto del condón sobre el pene erecto hasta su base, sin soltar la punta del condón. De esta manera sobra un poco de condón en la punta para que ahí se junte el líquido que sale del pene antes y durante la eyaculación.

**6.** Los condones ya tienen un líquido lubricante; pero si necesitan más lubricación, usa un lubricante que diga en la etiqueta que está fabricado a base de agua. Este lubricante se vende en las farmacias, igual que los condones. También puedes usar saliva o glicerina mezclada con agua limpia. No uses vaselina, aceite, grasas comestibles, lanolina o crema de manos porque dañan el material látex con que está hecho el condón.

**7.** Cuando hayas acabado, y mientras esté todavía el pene duro o erecto, retíralo de tu pareja deteniendo con cuidado la orilla del condón para que no se derrame el líquido dentro de la otra persona. Hazle un nudo y échalo a la basura.



**8.** Cada condón debe usarse solamente una vez. Conviene tener siempre un condón a la mano y hay que cuidar que no se maltrate ni pase su fecha de caducidad.

El condón ayuda a protegerte del VIH-SIDA, si lo usas correctamente al tener actos sexuales o coitos.

# GLOSARIO

**abstinencia sexual:** No tener relaciones sexuales.

**asintomático:** Que no tiene síntomas o señales de una enfermedad.

**circuncisión:** Corte que se hace al prepucio o piel móvil del pene.

**CONASIDA:** Es una institución que maneja lo que tiene que ver con el VIH-SIDA.

**condilomas:** Verrugas parecidas a la fresa.

**detección:** Descubrir lo que sucede para saber si se padece o no una enfermedad.

**fecha de caducidad:** Que después de esa fecha no debe ser usado.

**flujos preeyaculatorios:** Líquidos que salen antes de que el pene expulse semen.

**infectado o infectada:** Contagiado o contagiada por alguna enfermedad.

**látex:** Material hecho a partir de una goma, parecido al plástico flexible.

**lubricante:** Sustancia para hacer resbaladiza una cosa.

**ONG:** Organizaciones no gubernamentales, es decir, que no son del gobierno.

**portadores:** Que pueden transmitir una enfermedad.

**síntomas:** Señales que se ven o se sienten en el cuerpo y nos indican que puede haber una enfermedad

**transfusión sanguínea:** Pasar sangre de una a otra persona.

**transmisión sexual:** Que se pasa a través de las relaciones sexuales.

**uretritis inespecífica:** Inflamación de la uretra o sea del conducto que va de la vejiga hacia a fuera.

**vejiga:** Órgano que semeja una bolsa y en la cual se deposita la orina que producen los riñones.

**virus:** Agente que causa una determinada enfermedad. Organismo diminuto que provoca una enfermedad.

# ¿Qué harías si un amigo tuyo tuviera SIDA? \*

Aunque te parezca insólito, todavía en nuestros días existen personas que creen que la sexualidad es algo cochino, malo o, cuando menos, pecaminoso y el pingo se los lleva si hablan de sexo y peor aún, que el SIDA es castigo de Dios por tanta depravación. Sin embargo, no es su culpa, así los educaron, pero esas creencias dañan nuestra convivencia social, es por ello que cuando una persona enferma de cáncer, todos dicen <<Ay, pobrecito, se va a morir>>. En cambio, cuando una persona enferma de VIH-SIDA, la familia se azota, como decimos los chavos, quisieran desaparecerlo, que nadie se enterara de su enfermedad, presumiendo todos los prejuicios que según ellos deben presumir en las enfermedades de transmisión sexual o mostrando su miedo al rechazo social.

\* Pérez Guillermo A. "¿Qué harías si un amigo tuyo tuviera SIDA?" en *Ké'a. Causa Joven*, Secretaría de Educación Pública, México, abril de 1998, N° 1.

He conocido enfermos que los arrumban en el cuarto de azotea como si se tratara de un tiliche o les prohíben usar los espacios comunes de la casa, como el baño o la cocina, eso si bien les va. Porque a otros, con toda dignidad, sus padres los han corrido de la casa. Qué gachos, ¿no? Pero así les ha de ir, como decía mi abuela. También he conocido familias muy solidarias, que han vendido hasta la casa por darle la mejor atención a su enfermo.

La actitud de la gente frente al VIH-SIDA es muy diversa, muchos recha-

zan a los portadores aun siendo asintomáticos, porque no saben que el virus sólo se transmite mediante el contacto de líquidos corporales como la sangre, el semen, la leche materna y los flujos vaginales; y creen que se pueden infectar por contacto casual; como el saludo. Otros piensan que sólo es una enfermedad de maricones o prostitutas, y como no son ni lo uno ni lo otro, consideran que a ellos no les puede dar. Así se ha infectado mucha gente joven, al tener relaciones sexuales sin protección con portadores del virus, por ellos es muy importante que

nosotros que somos chavos aprendamos a cuidarnos del Sida y de otras enfermedades de transmisión sexual. Precisamente por ser el VIH-SIDA una enfermedad de transmisión sexual y la sexualidad es un tema muy prejuiciado por las "buenas costumbres", los familiares de un enfermo se sacan mucho de onda, se aíslan, no saben qué hacer. Tú puedes ayudar a la familia de tu amigo consiguiéndole información sobre la enfermedad, convenciéndola a que asista



a algún grupo de autoapoyo de los que organizan las ONG o CONASIDA, haciéndoles sentir tu afecto, evitando que se aísen y siendo solidario con ellos. Si eres rollero, ayúdales a comprender que no tienen porque sentirse culpables, que lo que les está ocurriendo a cualquiera le puede pasar.

Cuando tú te sientes enfermo requieres que te atienda un médico y también necesitas apoyo familiar o práctico, quieres que te apachen, que te acompañen, que te fortalezcan emocionalmente y como no puedes bastarte por ti mismo necesitas que te ayuden a atenderte. El apoyo familiar o práctico, es en ocasiones más importante que la atención médica, principalmente cuando se trata de una enfermedad como el VIH-SIDA, que la medicina moderna no puede curar.

Vamos a suponer (si tienes un pedazo de madera ¡tócalo!), que una persona muy querida para ti enfermara de SIDA, seguramente te sentirás impotente y con mucho dolor por no poder ayudarla.



Sin embargo, intenta apoyarla en estos pequeños detalles que pareciendo insignificantes pueden mejorar su calidad de vida:

- El afecto es lo más importante para un enfermo, no tengas miedo de tocarlo, abrazarlo, acariciarlo. Hazlo sentir querido y aceptado, recuerda que el VIH no se transmite por contacto casual.
- Acompáñalo, ayúdale a hacer lo que le gusta, pregúntale qué necesita. La simple compañía puede ser un gran apoyo.



- Dejarlo hablar, le ayudará a desahogarse, escúchalo y también pláticale.
- Sé optimista, no le llenes de problemas la cabeza.
- Anímallo, no dejes que se deprima, ni permitas que se culpe por su enfermedad.

Aunque muchas personas no están de acuerdo, los enfermos deben seguir tomando decisiones sobre su vida, ayúdale en este proceso, si necesita información consíguela, si requiere ayuda especializada facilítasela. Pregúntale qué es lo que más anhela y ayúdale a realizarlo.

Un ambiente agradable es vital para un enfermo, si puede tener una habitación sólo para él, ayúdalo a generar

el ambiente que desea. Cuando estamos sanos, si el color, la decoración, la música y los aromas son como nos gustan, nos generan una sensación de plenitud, también ayudan a un enfermo para que no se sienta deprimido. Junta a la banda para que pinten y decoren la habitación y le lleven la música que les pida.

Trata, en la medida de lo posible, de que tu amigo se sienta cómodo, si tiene dificultad para moverse y pasa gran parte del tiempo acostado, fijate que la cama no sea muy dura, ayúdale a cambiar de postura cada dos horas, puedes ponerle pequeños cojines o toallas dobladas entre las extremidades. Si ha adelgazado mucho, para no lastimarlo tómallo de las articulaciones, pídele a una enfermera que te enseñe.

Llévale lo que tiene ganas de comer y no se lo haya prohibido el médico o ayúdale a comprar el mandado.



Una comida bien presentada sobre un mantel color naranja mejorarán su apetito.

El aseo es indispensable para un enfermo y toda una aventura no mojar la cama, una enfermera te puede enseñar a hacerlo.

Si tu amigo está muy tenso, un buen masaje le ayudará a relajarse y conciliar el sueño, el masaje deberá ser suave para no causarle dolor y ayudar a la circulación sanguínea, usa un lubricante y con la punta de los dedos ejecuta movimientos circulares. Si no sabes, toma un taller de reflexología.

Necesitarás hacer un gran esfuerzo para comprender a la familia de tu amigo, seguramente la estará pasando muy mal y cualquier apoyo concreto que puedas brindarles será muy valioso. Puedes quedarte acompañando a tu amigo mientras su familia atiende otros asuntos o se toma un descanso,

hacerles las compras o cuidar a los niños.

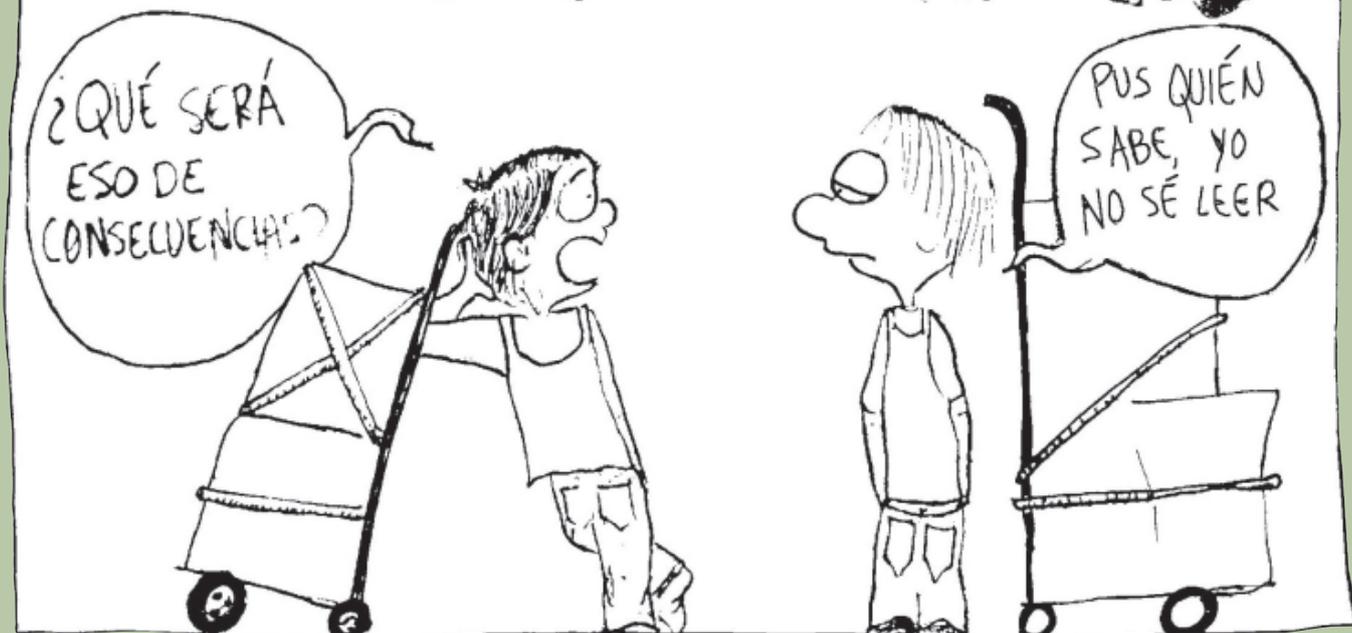
Si dispones de un poco de tiempo y voluntad, puedes formar con la banda de la comunidad

un Comité de Amigos y Familiares en Apoyo a Enfermos o Infectados de VIH-SIDA y aunque no lo creas, verdaderamente funcionan. He visto cómo ayudan a las familias de los enfermos a superar los problemas que se les van presentando, facilitan la convivencia entre el enfermo y sus familiares, evitan el rechazo de la comunidad y logran que en el centro de salud les presten mejor atención.

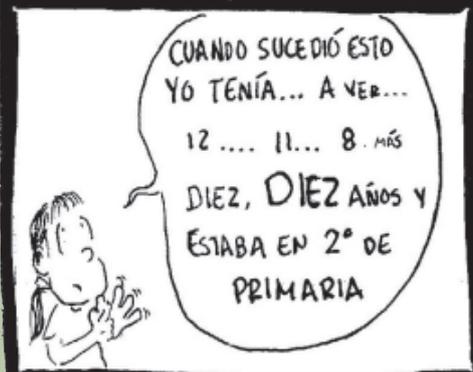
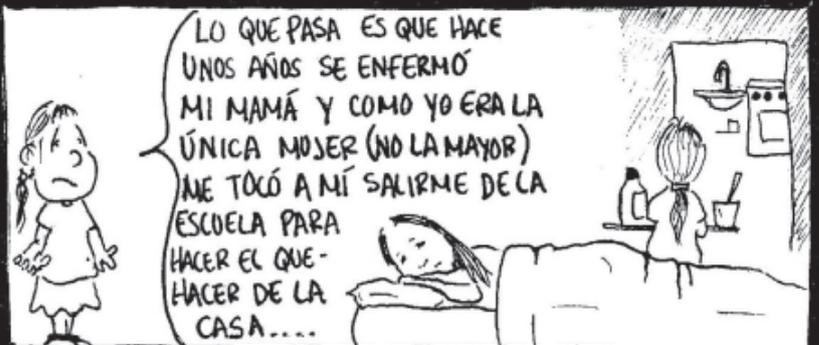
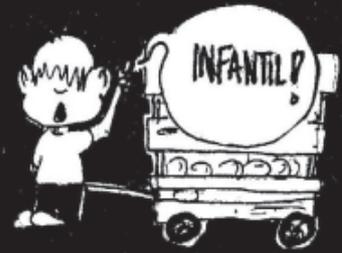
Y tú ¡cuídate! Practica el sexo protegido o la abstinencia sexual, aunque esto de la abstinencia es como cuando las señoras gordas se ponen a dieta y después de varias semanas, un buen día que ya no aguantaron más, comen de todo lo que se abstuvieron.

Si a ti te llegara a ocurrir algo parecido, ni lo dudes, vete corriendo a la farmacia por condones, si eres hombre pónselo, si eres mujer exígelo, que en verdad te protegen del VIH.

# ME N O R E S T R A B A J A D O R E S : R E A L I D A D Y C O N S E C U E N C I A S



# EL TRABAJO



ME LEVANTO A LAS 4 DE LA MAÑANA PARA VENIRME...

AY!  
SI ME ACABO  
DE ACOSTAR



TAMBIÉN VOY A LA PIZCA DE  
ALGODÓN PERO COMO AHORA  
NO HAY .. PUES.. NO SE...



Y SOLEDAD, UNA NIÑITA MORENA Y PE-  
QUEÑA DE ORIGEN MIXTECO

A MÍ SI ME GUSTARÍA  
ESTUDIAR... HACER  
LETRAS...



NUNCA HA IDO A LA ES-  
CUELA; TIENE 8 AÑOS

PUS' ES QUE NO  
TIENE PAPELES Y NO ME  
LA ACEPTARON EN LA  
ESCUELA ..



A SUS ESCASOS AÑOS, YA ES  
INDOCUMENTADA EN SU  
PROPIA  
TIERRA



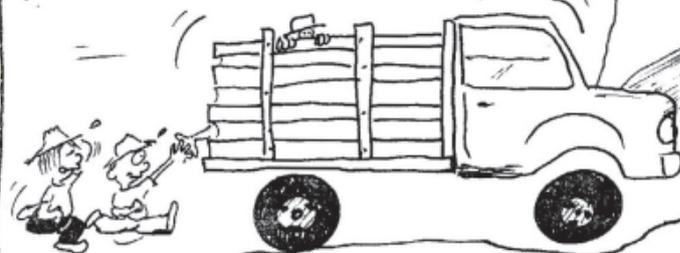
LA INVESTIGACIÓN DE MERCEDES GEMA LÓPEZ  
EN EL VALLE DE MEXICALI, CONFIRMA LOS RESULTADOS  
DE LOS ESTUDIOS QUE SE REALIZARON PARA LA OIT  
(ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO) SOBRE LAS CONDICIO-  
NES DE TRABAJO DE LOS JORNALEROS EN MÉXICO, EN LOS  
CUALES SE HA PODIDO CONSTATAR LA PRESENCIA DE NUMEROSOS  
**NIÑOS** QUE TRABAJAN EN LAS PLANTACIONES Y  
OTRAS EXPLOTACIONES AGRÍCOLAS QUE FUERON  
OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN ...

¿Y SOBRE LOS NIÑOS  
TRABAJADORES?

EEH....  
...POQUITOS  
SON COMO  
300...



A CONTINUACIÓN OFRECEMOS ALGUNOS DATOS.....



POR EJEMPLO EN LA REGIÓN DE CULIACÁN  
NIÑOS DE 8 A 12 AÑOS DE  
ZONAS RURALES SON  
RECOGIDOS POR CAMIO-  
NETAS A LAS 6 DE LA  
MAÑANA, Y REGRESAN HASTA  
EL ATARDECER .

EN LOS CULTIVOS DE AGUACATE DE URUAPAN LOS NIÑOS TRABAJAN EL MISMO NÚMERO DE HORAS QUE LOS ADULTOS Y SÓLO GANAN EL 36% DEL SALARIO MÍNIMO...



ESTOS EJEMPLOS DEMUESTRAN QUE LOS NIÑOS TRABAJAN EN EL CAMPO EN CONDICIONES DIFÍCILES Y SUS BAJOS SALARIOS PRODUCEN QUE LOS PATRONES EN OCASIONES PREFERAN CONTRATAR NIÑOS...



MUCHOS DE LOS NIÑOS QUE TRABAJAN EN EL CAMPO UTILIZAN PESTICIDAS E INSECTICIDAS QUE SON ALTAMENTE PELIGROSAS PARA LA SALUD

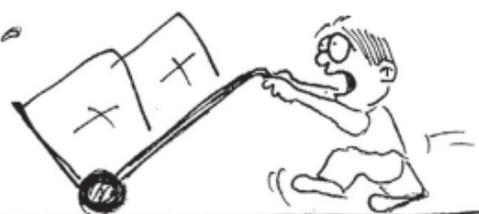


CON SU PERDÓN SEÑITO!... PERO QUE FRIEGA ¿NO?

Y EN LA CIUDAD ESTAN IGUAL DE AMOLADOS



AL RECORRER LAS CALLES DE LAS GRANDES CIUDADES, A DONDE QUIERA QUE UNO VAYA Y POR DONDE QUIERA QUE MIRE NOS ENCONTRAMOS CON NIÑOS Y NIÑAS VENDIENDO COSAS, LIMPIANDO VIDRIOS CARGANDO BULTOS ETCÉTERA.



EL TRABAJO INFANTIL Y JUVENIL VA ES PARTE DE LO COTIDIANO..



Y NO SÓLO NO DISMINUYE SINO QUE SE INCREMENTA EN LA MEDIDA EN QUE SE SIGA MANTENIENDO EL MISMO SISTEMA ECONÓMICO, Y EL MODELO DE SUPUESTO DESARROLLO QUE NOS HAN IMPUESTO



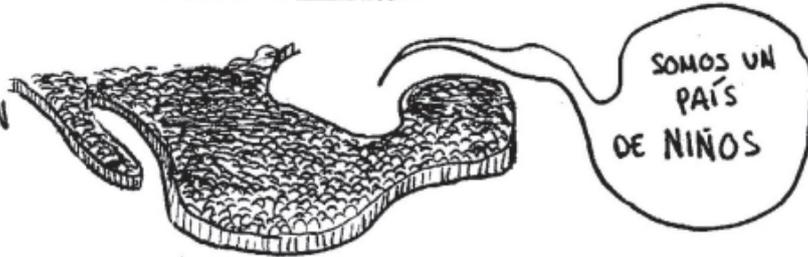
DATOS DE LA UNICEF NOS DICEN QUE CERCA DE LA MITAD DE LA POBLACIÓN DE AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE....



UNO DE CADA 4 POBRES EN AMÉRICA LATINA ES...



EN MÉXICO LA MITAD DE SUS HABITANTES TIENEN MENOS DE 18 AÑOS



ESTO NOS DICE QUE, AL IGUAL QUE EN AMÉRICA LATINA,  
EN NUESTRO PAÍS: LA MAYORÍA DE LOS NIÑOS

Son pobres



Y LA MAYORÍA DE  
LOS POBRES SOMOS  
NIÑOS

COMPARANDO INVESTIGACIONES SOBRE  
NIÑOS TRABAJADORES...



EN PROCESOS PARTICIPATIVOS  
ENCONTRAMOS QUE...

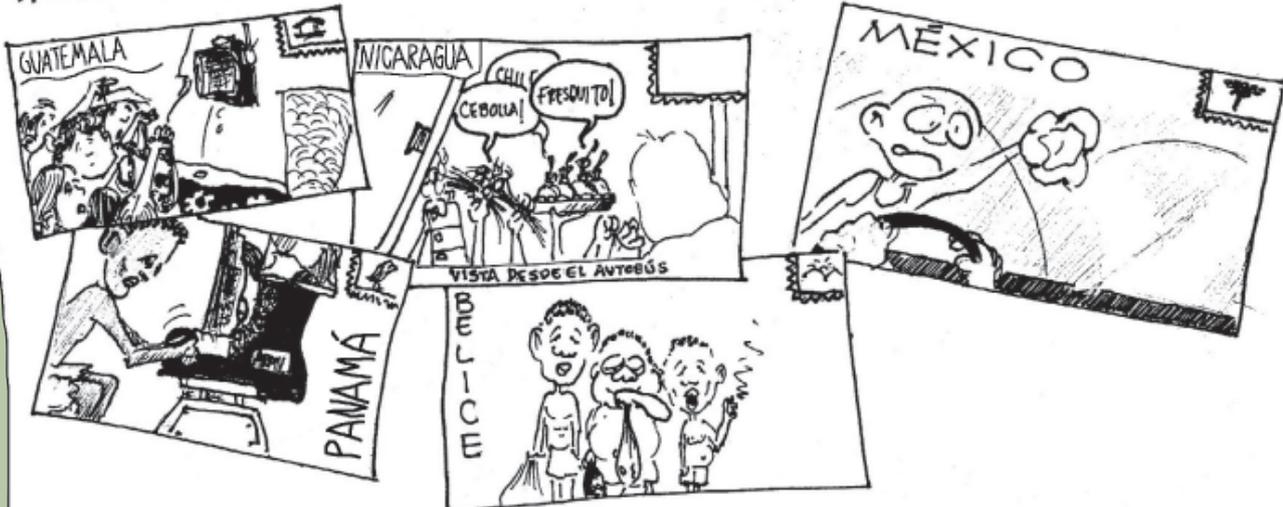


EN TODAS LAS INVESTIGACIONES  
CONSULTADAS TANTO A NIVEL NACIONAL  
COMO CENTROAMERICANO



LA MAYORÍA DE LOS NIÑOS TRABAJADORES LABORAN EN EL SECTOR INFORMAL  
DE LA ECONOMÍA, PRINCIPALMENTE EN EL COMERCIO Y SERVICIOS

A CONTINUACIÓN, UNA PROPUESTA DE POSTALES TURÍSTICAS LATINOAMERICANAS:



Y ESTO NO ES CASUAL, YA QUE PARA 1990 EN AMÉRICA LATINA EL 30.8% DE LA POBLACIÓN ECONÓMICAMENTE ACTIVA, LABORA EN ESTE SECTOR INFORMAL... EN MÉXICO: EL 36%



SECTOR QUE SE VIO INCREMENTADO POR LA NECESIDAD DE LAS MUJERES, DE SALIR A TRABAJAR



EN LA CIUDAD DE GUADALAJARA Y MÉXICO ENTRE 1979 Y 1989 SE NOTÓ UNA MARCADA FEMINIZACIÓN EN EL TRABAJO ASALARIADO Y EN EL NO ASALARIADO (INFORMAL)



POR LO QUE SE AFIRMA QUE LA FEMINIZACIÓN DEL EMPLEO ES MÁS POR LA NECESIDAD DE LOS INGRESOS, QUE POR LA AMPLIACIÓN DE LAS OPORTUNIDADES DE EMPLEO PARA LAS MUJERES





EN LA INVESTIGACIÓN, CASI 9 DE CADA 10 MADRES DE NIÑOS TRABAJADORES PARTICIPAN EN EL INGRESO FAMILIAR Y CASI 7 DE CADA 10 DE LAS QUE TRABAJAN LO HACEN EN EL COMERCIO INFORMAL

SI POR OTRO LADO TOMAMOS EN CUENTA...

QUE EN EL **50%** DE LOS NIÑOS ENTREVISTADOS, LA MADRE ES LA CABEZA DE LA FAMILIA

PODEMOS AFIRMAR QUE LA EXPLICACIÓN DEL TRABAJO INFANTIL ES ÉSTA!

PARAGUAY

FENÓMENO SIMILAR A LOS SECTORES POPULARES DE AMÉRICA LATINA

# LA INSUFICIENCIA DE LOS SALARIOS DE LOS TRABAJADORES PARA VIVIR DIGNAMENTE CON SU FAMILIA



AGÁRRALOS PAREJA!!

PRIII!!



CÓRRALE COMPADRE

¿PUS NO QUE ERA POR LA DESINTEGRACIÓN FAMILIAR?

TE DIGO QUE YA NO VEAS TANTA TELE, VA TE ESTAS EMBRUTECIENDO

ESTO ES UN CLARO PRODUCTO DE LA POBREZA

¿DE QUÉ HABLA?

QUE JUVENTUD DIOS MIO... QUE JUVENTUD...

DIOS MIO... HAY QUE LUEVARA ESTE NIÑO AL DOCTOR DEBE ESTAR DELIRANDO

AH QUE NIÑO TAN SIMPÁTICO CARAY

LA CRISIS QUE PASAMOS EN LOS OCHENTAS Y LAS MEDIDAS QUE SE ADOPTARON PARA RESOLVERLAS PROVOCARON UN DETERIORO **MAYOR** EN EL PODER ADQUISITIVO, ES DECIR, QUE SE COMPRO MENOS, CON EL MISMO DINERO Y QUE MÁS NIÑOS TUVIERAN QUE SALIR A TRABAJAR A LA CALLE...

PA' AYUDAR EN LA CASA



Y TAMBIÉN MÁS MADRES DE FAMILIA....

AGUANTA!... LA SEÑORA DE LA CASA SALIÓ A CHAMBEAR FAVOR DE DEJAR SU RECLAMO DESPUÉS DE ESCUCHAR LA SEÑAL... ..SÚÉTALOS....



Y COMO CONSECUENCIA DE ELLO MUCHAS NIÑAS, SON TRABAJADORAS DOMÉSTICAS DE SU PROPIA FAMILIA



SON LAS LLAMADAS "HERMANAS MADRES" A CONTINUACIÓN UNAS IMÁGENES FILMADAS POR MÍ DE MI HERMANA AL BORDE DE UN ATAQUE DE NERVIOS... CORRE...

UNA DE CADA DIEZ NIÑAS TRABAJADORAS



QUE CUIDAN Y ATIENDEN A SUS HERMANOS MENORES CON LARGAS E INTERMINABLES JORNADAS DE TRABAJO Y UN PESO ENORME DE RESPONSABILIDADES



¿ÓIGAME? PERO A POCO ES O ES TRABAJO?



AY... ENTONCES ¿QUE ES? ¿MANDA?

CLARO! NOSOTROS ENTENDEMOS POR TRABAJO: "CUALQUIER ACTIVIDAD QUE CONTRIBUYA DIRECTA O INDIRECTAMENTE A LA MANUTENCIÓN PERSONAL Y LA DE SU FAMILIA..

SI LAS NIÑAS NO SE QUEDARAN EN LA CASA, LOS PADRES NO PODRIAN SALIR A TRABAJAR



Y ESTA ES SU FORMA DE PARTICIPAR EN LA ECONOMÍA FAMILIAR...





EL 57% DE LOS ENCUESTADOS LABORABAN EN UN PUESTO CUYO DUEÑO ES UN FAMILIAR Y MUCHAS VECES NO PERCIEN SALARIO  
 UN 42% DE LOS CHAVOS, ENTREVISTADOS, ES DECIR 22 DE LOS 52 NO RECIBEN SALARIO

¿A QUÉ SE DEBE ESTO?



PUS... ESTE... ¿A QUE EL DINERO ES PURA VANIDAD? ¿NO?...?

1.

DEBIDO A QUE TRABAJAN EN SU CASA...



2.

ATIENDEN LOS PUESTOS DE LA FAMILIA



OYE... DICE EL NACHO QUE ESTAS VENDIENDO LOS MELONES DE TU MAMA



OIGA PERO NO ES JUSTO ¿POR QUÉ NO GANAN NADA? NO HANCHEN!!



PORQUE EL SALARIO QUE ELLOS NO GANAN ES SU CONTRIBUCIÓN A LA ECONOMÍA FAMILIAR



... YA DECÍA YO QUE COMO IBAN A ABUSAR DE ALGUIEN TAN CHIQUITO...

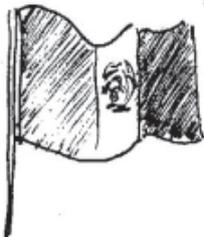


SI ELLOS NO LO HICIERAN ESTO SIGNIFICARÍA TENER QUE CONTRATAR A ALGUIEN DISMINUYENDO LOS INGRESOS DE LA FAMILIA

BIEN.. ME FUE BIEN LE PAGUÉ A MI AYUDANTE TODO LO QUE LE DEBÍA. NOMÁS QUE NOS QUEDAMOS SIN MERCANCIA PA' VENDER MAÑANA



CRÉANME, SON COMO 300. ¡SE LOS JURÓ! ¿A POCO NO CONFÍAN EN MÍ?



POR OTRA PARTE, EN MÉXICO COMO EN OTROS PAISES NO HAY CIFRAS OFICIALES SOBRE EL TRABAJO INFANTIL Y ES DIFÍCIL ESTIMAR CUÁNTOS HAY

... SIN EMBARGO, SE CALCULA QUE HAY 5 MILLONES...

SEGÚN LA DEFINICIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS

ON.U.

CONCLUSIÓN NIÑO ES TODO MENOR DE 18 AÑOS

A VEL UNO... DOS... ACEPTADO



PERO, EN MÉXICO LA LEY AUTORIZA A TRABAJAR A PARTIR DE LOS 16 AÑOS, Y CON AUTORIZACIÓN ESPECIAL A NIÑOS ENTRE 14 y 16 AÑOS



14 y 16 AÑOS

POR ESO, LA CASI TOTALIDAD DE LAS INVESTIGACIONES SOBRE NIÑOS TRABAJADORES SE BASAN EN MENORES DE 14 AÑOS



PERO

¿QUÉ LOS MENORES DE ENTRE 14 Y 17 AÑOS, YA NO SE CONSIDERAN COMO SUJETOS SOMETIDOS ABRUPTAMENTE A LAS CONDICIONES DEL MERCADO LABORAL CAPITALISTA?

NO ES POSIBLE A LOS 15 AÑOS Y YA ESTAMOS FUERA

¡DEJENME! --ESTOY INDIGNADO



LA MAYORÍA DE LAS VECES, ESTAS CONDICIONES AFECTAN SU EDUCACIÓN Y SU DESARROLLO

¡AY VIENEN PONTE EL TABACO EN LA BOCA...



COMPLEJIZANDO AÚN MÁS UNA ETAPA DE POR SÍ CONFLICTIVA: LA ADOLESCENCIA

ADemás, ESTOS JÓVENES CON SEGURIDAD TAMBIÉN FUERON NIÑOS TRABAJADORES

AQUÍ ESTOY YO CUANDO ERA MODELO DE LA KLEEN-BEBÉ

Tsss...



LOS CHAVOS COMIENZAN A TRABAJAR DESDE MUY CHIQUITOS

¿QUÉ? ¿SE PUEDE EMPÉZAR MAS GRANDE?



LA GRAN MAYORÍA DE LOS CHAVOS (4 DE CADA 5) LO HICIERON ENTRE LOS 5 Y LOS 10 AÑOS





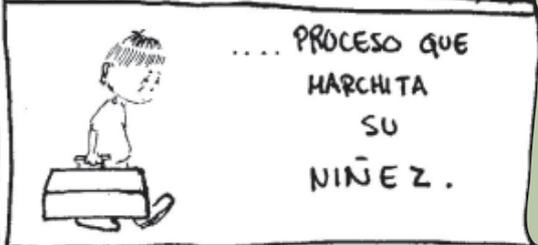
PERO A LOS 14 O 16 AÑOS LA LEY SE "PREOCUPA" POR AUTORIZARLOS A TRABAJAR

PERO ¿QUIÉN SE PREOCUPÓ DE RESOLVER LOS PROBLEMAS QUE LOS LLEVARON A SER NIÑOS TRABAJADORES?



YA VETE A TRABAJAR DANIEL

HAZLE CASO A TU HERMANO CHAMACO Y NO ESTÉS AQUI... PERDIENDO EL TIEMPO

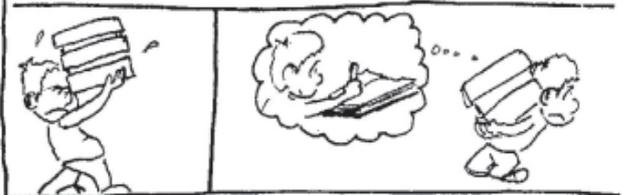
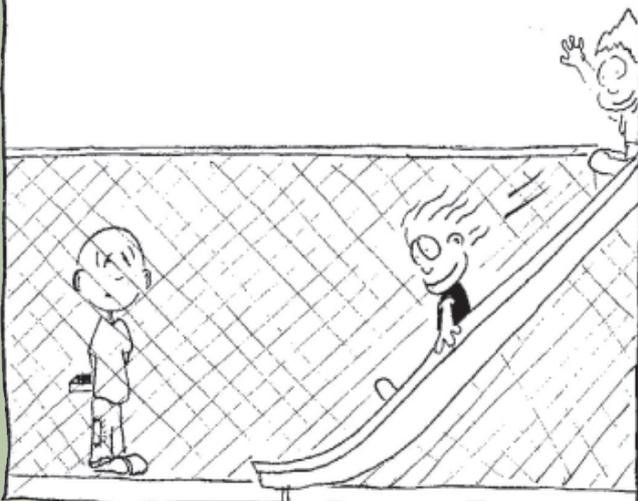


.... PROCESO QUE MARCHITA SU NIÑEZ.

# ES DECIR ...

EL TRABAJO INFANTIL PUEDE TENER GRAVES CONSECUENCIAS PARA EL DESARROLLO FÍSICO, INTELLECTUAL Y SOCIAL DE LOS MENORES

LAS CONSECUENCIAS PARA LA SOCIEDAD, AUNQUE MENOS VISIBLES SON SIN EMBARGO LAS MÁS IMPORTANTES, YA QUE EL TRABAJO INFANTIL ES REPRODUCTOR DEL SUBDESARROLLO QUE LO ORIGINA...



AL TRABAJAR.... EL NIÑO NO TIENE OPCIÓN DE PREPARARSE...



...Y ASÍ PODER ACCEDER A MEJORES INGRESOS Y SOSTENERSE ADECUADAMENTE A SU FAMILIA, POR LO TANTO SUS HIJOS SALDRÁN TAMBIÉN A TRABAJAR..



OTRA INVESTIGACIÓN QUE HIZO UN SEGUIMIENTO DE NIÑOS DESERTORES ESCOLARES OBSERVÓ QUE:

1. TODOS ELLOS COMENZARON POR ESTAR ATRASADOS EN LA ESCUELA...
2. PASARON POR DESERCIÓN TEMPORAL...
3. REINGRESO
4. Y FINALMENTE DESERCIÓN DEFINITIVA...



**¿CUÁNTO FALTA PARA QUE ELLOS DESERTEN?**



EN EL ANÁLISIS COMPARATIVO MENCIONADO EN LAS 3 INVESTIGACIONES EN QUE APARECE EL TRABAJO COMO UN IMPEDIMENTO SE OBTIENE UN 30% DE NIÑOS QUE NO ESTÁN INSCRITOS POR ESTA RAZÓN



UN PROMEDIO DEL 12% FUE EXPULSADO



Y UN 4% NO ASISTE A LA ESCUELA PORQUE REPROBÓ.

SE ME HACE QUE TRONÉ... LAS MATEMÁTICAS SIEMPRE SE ME COMPLICAN...  
AY... ¿QUE NO ERA DE FÍSICA?



¿QUÉ TANTO LA ESCUELA OFICIAL RESPONDE A LAS CARACTERÍSTICAS PERSONALES, FAMILIARES Y DE REALIDAD DE VIDA DE LOS NIÑOS TRABAJADORES?



EL SISTEMA ESCOLAR DE EDUCACIÓN PRIMARIA ES CAPAZ DE ATENDER EN BUENA MEDIDA A LA POBLACIÓN DEMANDANTE.

ESPECIALMENTE LOS CONSIDERADOS EN CIRCUNSTANCIAS ESPECIALMENTE DIFÍCILES



SI VEN UNO DE ESTOS... OLVIDENLO NO TIENE CASO!

Mientras no se resuelvan las causas económicas y sociales que provocan que los niños deban salir a luchar por el ingreso familiar cotidiano

¡CUIDAME A ESTOS INVERSIONISTAS!  
¿EH? PASÉAMELOS POR LA CIUDAD...



LA RESPUESTA NO PUEDE SER SENCILLAMENTE PROHIBIR EL TRABAJO INFANTIL



¿POR QUÉ?

¿POR QUE SI NO TRABAJARAN, SU SITUACIÓN SERÍA PEOR!



... FÁCIL ¿NO?

PERO SI PODEMOS IR CAMBIANDO ELEMENTOS EDUCATIVOS Y CULTURALES SOBRE LA AMPLITUD DE ESTE PROBLEMA

YO ASI LA VEO!

¿ESTÁS LOCA? NO MARCHES...

PERO EL PRIMER PASO ES RECONOCER SU TRABAJO, YA QUE LOS ADULTOS POCAS VECES LO HACEMOS

¿Y DE QUÉ HORA A QUÉ HORA TRABAJA SU HIJA?

NO.. ELLA NO TRABAJA COMO CREE?.. NOMÁS ME AYUDA CON EL PUESTO

NI TE ATREVAS A TOCARLO EXOINCLE ¿POR QUE NO HACES ALGO PRODUCTIVO? ¡EH?

NO HAY QUE OLVIDAR...

...QUE TANTO EL NIÑO COMO EL ADOLESCENTE APRENDEN ALGUNAS COSAS DE LA VIDA A TRAVÉS DEL JUEGO

Y QUE ASUMIR HOY UNA RESPONSABILIDAD FAMILIAR NO DEBE SIGNIFICAR CERRARLE PUERTAS ASU EDUCACIÓN Y A LAS PROBABILIDADES DE DESARROLLO PERSONAL

COMO DEBIERA SER..

HOY PANEK VS

PERO PARA JUGAR SE NECESITA TIEMPO Y... POR LO QUE SE VE...





¿USTED NUNCA SE HA PREGUNTADO?

1. ¿A QUÉ HORA PUEDEN PLATICAR Y ESTAR CON AMIGOS ESTOS NIÑOS?
2. ¿A QUÉ HORA PUEDEN HACER TAREA Y COSAS DE LA ESCUELA ?

PODEMOS Y DEBEMOS POSIBILITAR UN CAMBIO EN NUESTRA SOCIEDAD Y EN LAS PERSONAS... PERO CON LA PARTICIPACIÓN DE TODOS SERÁN MÁS FÁCIL

¡PÓRALE! ÉSOS DEL NORTE, ALLÁ ATRAS, NO SE HAGAN MENOS.



SI LOS ADULTOS NOS SENSIBILIZAMOS SOBRE ÉSTA PROBLEMÁTICA...



...Y NOS INVOLUCRAMOS EN ACCIONES CONCRETAS PARA MEJORAR LAS CONDICIONES DE VIDA DE LA NIÑEZ TRABAJADORA MEXICANA ESTAMOS APORTANDO NUESTRO ESFUERZO...



¿Y TÚ...

¡ATENCIÓN A NUESTRAS NECESIDADES

DERECHO A JUGAR



QUE PROPONES?

## Testimonios

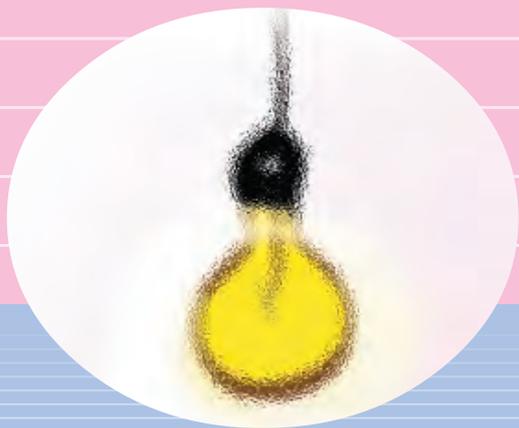
# Meche Luvianos

Por Magdalena García de León



Estudiar era un reto. Ten a que demostrar a mi familia, a mi pap —que es muy tradicional— , que las mujeres no s lo servimos para tener y cuidar hijos, por eso empec a estudiar la secundaria abierta y al mismo tiempo a trabajar. Hice los dos primeros a os, pero las cosas se complicaron y tuve que dejarla.

Soy Mercedes Luvianos Sol s, originaria de la ciudad de M xico, para ser m s precisa, de la colonia San Rafael. Ah estudi la primaria y dej los estudios porque mi pap consideraba que s lo los hombres necesitan capacitarse y aprender para hacer una carrera y desempe arse mejor en la vida. Las mujeres de mi familia s lo estudiaban hasta sexto grado de primaria.



Al parecer se era mi destino y de hecho lo fue hasta la edad adulta en que, con muchos esfuerzos, inicié la secundaria abierta. No es fácil estudiar, o por lo menos no lo es cuando se es adulto y se tienen otras obligaciones.

**...estudié sociología, me gradué y ahora soy licenciada**

**No es fácil estudiar, o por lo menos no cuando se es adulto y se tienen otras obligaciones**

Las cosas cambiaron en 1981, cuando se inició el INEA : me volví a inscribir y terminé la secundaria. Mis calificaciones eran buenas, realmente buenas, por lo que conseguí una beca para estudiar la prepa en una escuela particular. Las bases de autodisciplina que aprendí con el método del Instituto me permitieron aprovechar al máximo mis estudios, al grado de que mi promedio era superior al de mis compañeros, que venían de escuelas tradicionales, normales, donde el maestro los lleva de la mano, paso a paso.

Mi inquietud por el estudio era cada vez mayor, seguí estudiando e ingresé a la Universidad Autónoma Metropolitana, plantel Xochimilco, donde estudié sociología, me gradué y ahora soy licenciada.

Para defendernos mejor

# Conoce la Ley Federal del Trabajo

La siguiente lectura se refiere a los capítulos I y II del apartado Condiciones de trabajo de la Ley Federal del Trabajo.

Los artículos que se rescatan en la revista, pueden darles elementos para saber cuáles son algunos de los derechos de los trabajadores al ser contratados. Cómo debe ser la paga y el horario entre otras situaciones.

## CAPÍTULO I

### DISPOSICIONES GENERALES

**Artículo 56.** Las condiciones de trabajo en ningún caso podrán ser inferiores a las fijadas en esta Ley y deberán ser proporcionadas a la importancia de los servicios e iguales para trabajos iguales, sin que puedan establecerse diferencias por motivo de raza, nacionalidad, sexo, edad, credo religioso o doctrina política, salvo las modalidades expresamente consignadas en esta Ley.

**Artículo 57.** El trabajador podrá solicitar de la Junta de Conciliación y Arbitraje la modificación de las condiciones de trabajo, cuando el salario no sea remunerador o sea excesiva la jornada de trabajo o concurren circunstancias económicas que la justifiquen.

El patrón podrá solicitar la modificación cuando concurren circunstancias económicas que la justifiquen.



“Condiciones de trabajo”, en Título Tercero en la Ley Federal del Trabajo.



## CAPITULO II

### JORNADA DE TRABAJO

**Artículo 58.** Jornada de trabajo es el tiempo durante el cual el trabajador está a disposición del patrón para prestar su trabajo.

**Artículo 59.** El trabajador y el patrón fijarán la duración de la jornada de trabajo, sin que pueda exceder de los máximos legales.

Los trabajadores y el patrón podrán repartir las horas de trabajo, a fin de permitir a los primeros el reposo de sábado en la tarde o cualquier modalidad equivalente.

**Artículo 60.** Jornada diurna es la comprendida entre las seis y las veinte horas.

Jornada nocturna es la comprendida entre las veinte y las seis horas.

Jornada mixta es la que comprende periodos de tiempo de las jornadas diurna y nocturna, siempre que el periodo nocturno sea menor de tres horas y media, pues si comprende tres y media o más, se reputará jornada nocturna.

**Artículo 61.** La duración máxima de la jornada será: ocho horas la diurna, siete la nocturna y siete horas y media la mixta.

**Artículo 62.** Para fijar la jornada de trabajo se observará lo dispuesto en el artículo 5°. Fracción III.

**Artículo 63.** Durante la jornada continua de trabajo se concederá al trabajador un descanso de media hora, por lo menos.

**Artículo 64.** Cuando el trabajador no pueda salir del lugar donde presta sus servicios durante las horas de reposo o de comidas, el tiempo correspondiente le será computado como tiempo efectivo de la jornada de trabajo.

**Artículo 65.** En los casos de siniestro o riesgo inminente en que pelagra la vida del trabajador, de sus compañeros o del patrón, o la existencia misma de la empresa, la jornada de trabajo podrá prolongarse por el tiempo estrictamente indispensable para evitar esos males.





**Artículo 66.** Podrá también prolongarse la jornada de trabajo por circunstancias extraordinarias, sin exceder nunca de tres horas diarias ni de tres veces en una semana.

**Artículo 67.** Las horas de trabajo a que se refiere el artículo 65, se retribuirán con una cantidad igual a la que corresponda a cada una de las horas de la jornada.

Las horas de trabajo extraordinario se pagarán con un ciento por ciento más del salario que corresponda a las horas de la jornada.

**Artículo 68.** Los trabajadores no están obligados a prestar sus servicios por un tiempo mayor del permitido en este capítulo.

La prolongación del tiempo extraordinario que exceda de nueve horas a la semana, obliga al patrón a pagar al trabajador el tiempo excedente con un doscientos por ciento más del salario que corresponda a las horas de la jornada, sin perjuicio de las sanciones en esta Ley.

## GLOSARIO

**computado:** que queda registrado.

### **modalidades expresamente**

**consignadas:** situaciones contempladas por la ley, o que aparecen escritas en la ley.

### **modificación de las condiciones de**

**trabajo:** cambio que se da al acuerdo inicial entre el patrón y el trabajador.

**perjuicio:** daño.

**prolongarse:** extenderse, que se hace más largo.

**reputará:** juzgará, se determinará.

**retribuirán:** recompensarán.

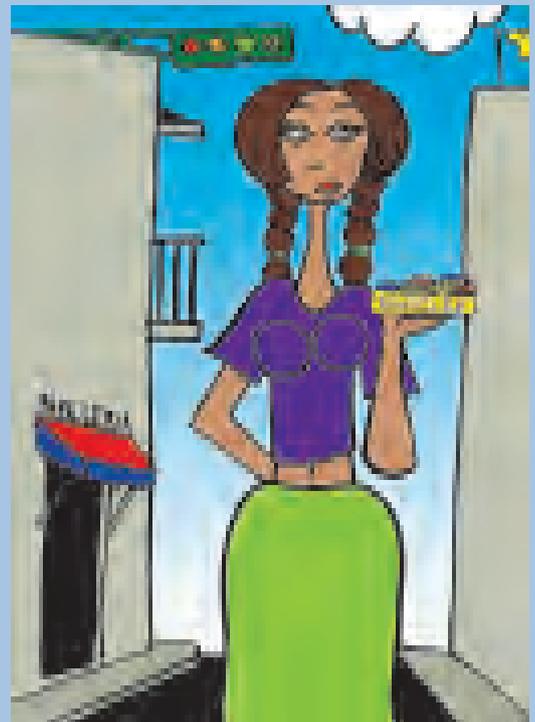
**tiempo excedente:** tiempo extra, tiempo que se pasa del acordado, tiempo de más.



# Menor trabajador trabajador

Si tienes 14 ó 15 años y estás trabajando o lo piensas hacer, recuerda que tienes derechos que te protegen contra los abusos.

Hay leyes que te amparan, desde nuestra Constitución, hasta la Ley Federal del Trabajo, pasando por muchas otras. Existe incluso la Convención Sobre los Derechos de los Niños, que firmó nuestro país y muchos otros países del mundo.



# MISCELÁNEA



## Los beneficios que te brindamos

En estas leyes queda claro que:

- No debes trabajar más de 6 horas diarias, teniendo una hora intermedia para tus alimentos y descanso
- Tu jornada no puede terminar después de las diez de la noche
- Se te tienen que dar facilidades para continuar con tus estudios
- No debes realizar trabajos que pongan en peligro tu salud
- Nadie tiene derecho de humillarte ni agredirte
- Nadie puede negarte el derecho a reunirte y expresar tus opiniones

Recuerda: todos los niños y niñas tienen derecho a ser amados, a crecer sanos, a estudiar y a un ambiente no contaminado.

Recuerda que, aunque los derechos de los menores de edad están en nuestras leyes hace tiempo, hay quiénes no los conocen, no los respetan, lo que además de ilegal, es inhumano.

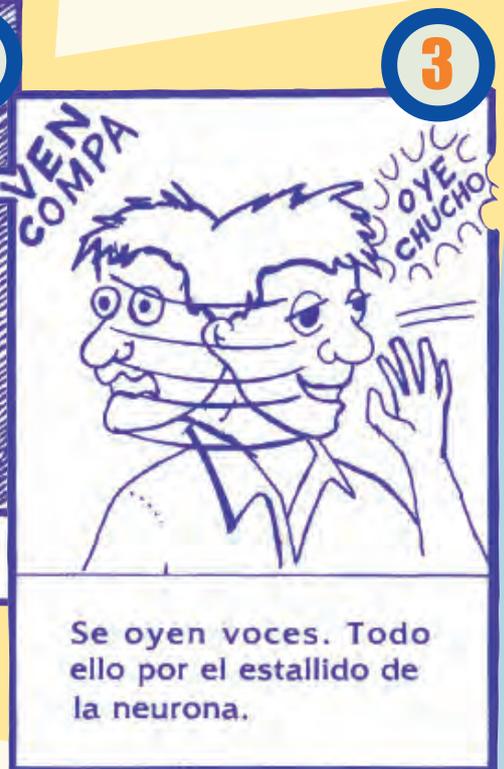
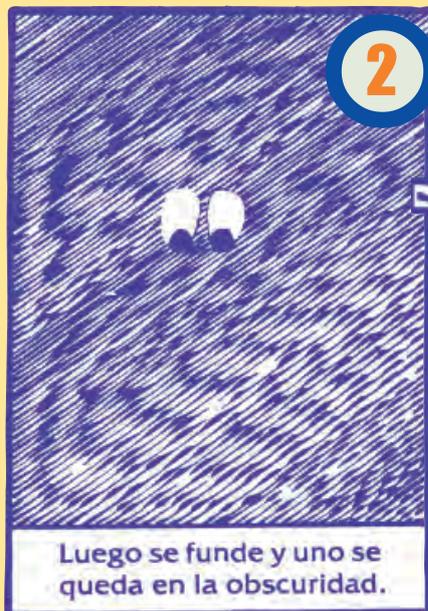
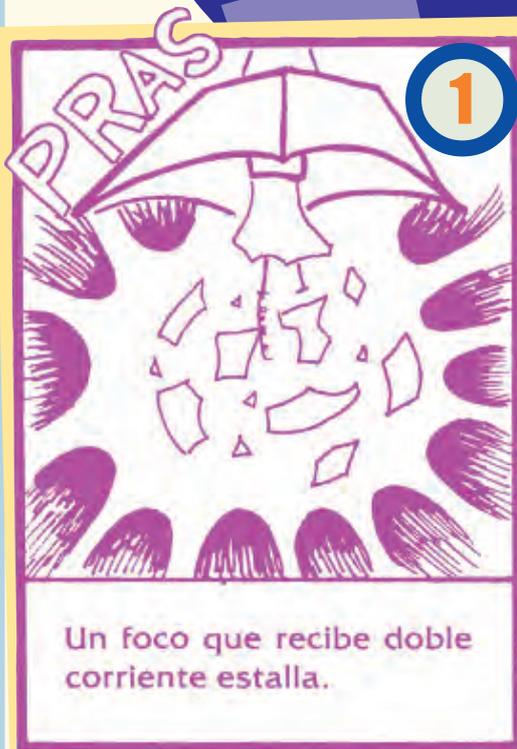
Tenemos que lograr, todos, que las leyes se cumplan. Pero sólo será posible si así lo exigimos.





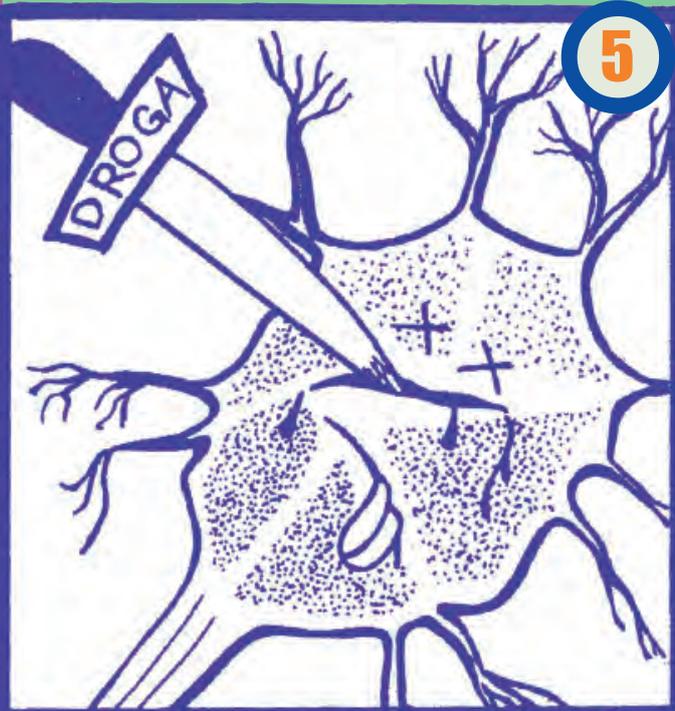
# La mata de la mota mata

Texto: Alejandro García  
Padre Chinchachoma  
Dibujos: Luis Castellanos





Si matan a alguien la persona grita y se opone al máximo.



La mata de la mota y todas las drogas matan neuronas, las truenan. Aunque ellas se opongan.



Si comes una papa o frijoles; desde el intestino el...



...alimento pasa a la sangre, de ahí, llega a todo el cuerpo.

8



Hasta la punta del dedo gordo del pie derecho.

9

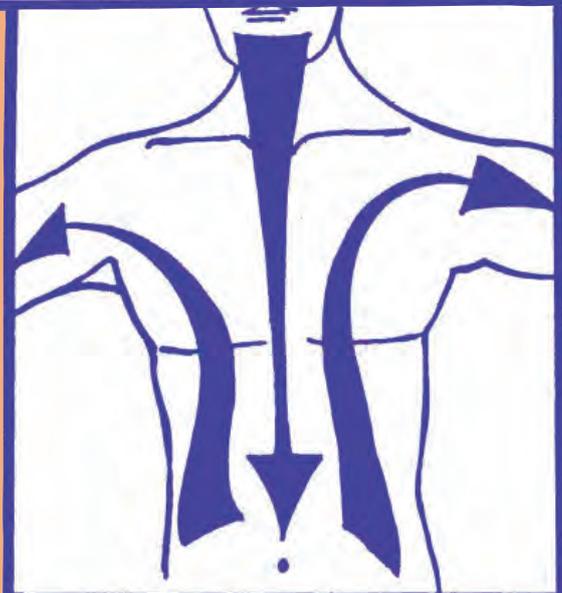


Si respiras droga o fumas droga o comes droga

10



Todo ello pasa a la sangre y todo el cuerpo se envenena.



Así como el oxígeno en los pulmones llega a todo el cuerpo.

11

12



Así la droga también llega a todo el cuerpo, causándole daño.

13



Incluyendo los órganos sexuales.

14

SOY EL HÍGADO DE CHUCHÍN QUE PARA MAÑANA PASARÁ A MEJOR VIDA



Un alcohólico, se droga con alcohol. Muere por el hígado dañado.

15



También se alteran sus neuronas y eso le produce que vea fantasías irreales (alucinaciones).

# Comunicación y relaciones interpersonales

A veces al comunicarnos con personas que nos llevan varios años, podemos pensar que no nos entienden, que no hablamos el mismo idioma. Eso nos desanima y, en casos extremos, nos hace sentir incomprendidos y solos porque **enfrentamos una barrera para relacionarnos**.



La **diferencia de edad**, es algo real y puede ser un obstáculo. Nuestros padres han vivido más que nosotros, fueron jóvenes en otra época, tenían otros valores y tal vez otros intereses, una información y educación diferentes a la nuestra.

**Estas diferencias a veces nos separan** todo un “océano”, pero si lo pensamos bien y le sacamos provecho a lo que podemos aprender de ellos, lograremos beneficiar en algo la relación.

Para llevarnos mejor, nos ayudaría **ponernos en el lugar del otro** y tomar muy en cuenta que es muy importante tener

Respeto, Tolerancia,  
Comprensión  
y entender que  
las cosas no  
son siempre como  
nosotros queremos.



1. ¿Qué significa para ti...

El respeto

La tolerancia

La comprensión?

---

---

---

---

---

---

2. ¿Tú crees que puedes cambiar la forma de ser de tus padres?

Sí  No

3. Si la respuesta es no, entonces ¿Cómo puedes mejorar esa relación?

---

---

---

---

## Cómo facilitar la comunicación

Lo primero en la comunicación es atreverse a **hablar** con los demás, perder el miedo a expresar nuestros sentimientos, experiencias, sensaciones; para eso necesitamos ordenar nuestras ideas de manera que sepamos qué vamos a decir y cómo queremos hacerlo.

**Compartir lo que nos pasa** nos puede abrir muchas posibilidades: decirlo a otra persona nos puede facilitar entender un poco más lo que nos ocurre y hacer frente a los problemas.

Algo que nos puede facilitar la comunicación con los otros es: **saber escuchar**. Escuchar es algo que aprendemos desde pequeños, pero que tenemos que ejercitar mucho.

En ocasiones ocurre que sólo escuchamos lo que queremos escuchar, lo que nos agrada; si sentimos que algo de los que nos están comunicando nos puede herir o molestar, preferimos ignorarlo. Por eso es importante que cuando escuchemos, lo **escuchemos todo** y con atención.

No es fácil escuchar, tampoco es imposible saber escuchar, no solo con los oídos, sino con nuestros sentimientos, con la razón, con la mente abierta para entender a los demás y para seguir aprendiendo todos los días.

También tenemos derecho a ser escuchados, a relacionarnos y expresarnos con quienes se interesan en nosotros. Aunque no podemos aspirar a que los demás nos escuchen en forma abierta, siempre resulta mejor tratarlos como nos gustaría ser tratados.



**El respeto** a ideas diferentes nos abre la posibilidad para aceptar los sentimientos de los otros, aprender a decir NO a las cosas que nos afectan, defender nuestros derechos, asumir responsabilidades y obligaciones, y entender a los demás. Imponer nuestras ideas nos cierra la comunicación. Respetar es considerar a la otra persona como un ser humano digno y valioso, tanto como nosotros.

**Comunicarse** con los demás, es una preocupación de todo ser humano. La riqueza estará en relacionarnos



con personas de distintas edades y sexo, de las cuáles aprendamos; con las cuáles seamos capaces de expresar lo que sentimos y queremos decir. Si nosotros procuramos una comunicación honesta y clara, seguramente facilitaremos el camino para tener relaciones en las que nos sintamos aceptados y valorados.

### ¿Que podemos hacer para mejorar nuestra comunicación?

- Hablar de manera clara y sencilla.
- Ver a los ojos y demostrar que se quiere la comunicación.
- Conciliar lo que expresamos con nuestros gestos, con lo que decimos con las palabras.
- Escuchar con todos nuestros sentidos.
- No juzgar ni afectar la comunicación de los otros mediante la burla o la ridiculización.
- No tratar de demostrar lo que no se es o no se sabe.