



## Réplica de medios 2022

### Febrero:

#### **Premio Mujer TEC 2022: A las mujeres más brillantes de su comunidad**

Apasionadas, visionarias, talentosas y audaces. Así son las mujeres mexicanas que generan un impacto positivo en la sociedad y que se abren camino para sobresalir en el ámbito profesional. Algunas de ellas forman parte de la comunidad del Tecnológico de Monterrey, una institución educativa que lleva en alto la bandera de la igualdad de género con diversos proyectos, programas e iniciativas como el Premio Mujer Tec 2022.

Se trata de un galardón especial que realiza el Tec de Monterrey desde hace 10 años para visibilizar y reconocer el talento y las aportaciones de las mujeres en su comunidad universitaria. Destaca el *talento femenino* en diferentes ámbitos y sectores como arte, cultura, salud y bienestar, emprendimiento, deporte, medio ambiente y perspectiva de género.

Lumi Velázquez, directora del Centro Mujer y Empresa del Tecnológico de Monterrey, quien también es creadora del Premio Mujer Tec, explica que este galardón tiene un trasfondo cultural y social. “Estudiamos cómo han sido históricamente los reconocimientos para las mujeres, desde los premios Nobel y Oscar hasta los institucionales, y nos dimos cuenta de que existe una desigualdad en las condecoraciones”, afirma la directora.

Talento femenino, la fuerza que México necesita

Este premio también reconoce a las profesoras, estudiantes, egresadas y colaboradoras que sobresalen en temas de ciencia y tecnología, un sector con baja participación de mujeres en México. Tan solo el 30% de las personas que estudian carreras STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas por sus siglas en inglés) son mujeres, según datos del Centro de Investigación de la Mujer en Alta Dirección (CIMAD).

Lumi atribuye este déficit a los mandatos de género que históricamente han establecido en la sociedad cómo deben comportarse los hombres y las mujeres. “El área de ciencia, tecnología y matemáticas, ha sido tradicionalmente asignado como actividades masculinas. Mientras que la limpieza, el cuidado de bebés y el hogar han sido asignadas como actividades para las mujeres”, dice Lumi, “el cambio debe generarse desde la crianza”.

Sin embargo, la *brecha de género* también se da en el ámbito empresarial y en el ecosistema emprendedor. De acuerdo con la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), la participación de *mujeres emprendedoras* es de apenas el 33%. El resto corresponde a empresas

creadas por el género masculino.

Entonces, ¿qué hace falta en México para reducir esta situación? Al respecto, Lumi dice que es necesario transformar el ecosistema emprendedor y brindar más oportunidades a las mujeres que quieren abrir su propia empresa. “El primer paso es que se reconozcan como emprendedoras. Necesitamos más espacios para mujeres y que hablen de sus necesidades, retos y oportunidades en la industria”.

Además, “es necesario que se profesionalicen porque la participación de las mujeres en la economía no puede quedarse a nivel de autoempleo”, dice Lumi. “Es importante para estar dentro de la economía formal y tengan una trayectoria emprendedora, mayor permanencia en el mercado y prácticas de emprendimiento serial”, agrega. Por esta razón, el premio también busca inspirar e impulsar a más mujeres que tienen espíritu emprendedor con una categoría especial dedicada a creadoras de empresas.

El 17 de enero de 2022 conocerás a las ganadoras de la décima edición del Premio Mujer TEC, aunque el evento de premiación se llevará a cabo el 3 de marzo con un formato híbrido (presencial y online). La convocatoria para participar inició el primer día de noviembre de 2020 y actualmente las mujeres postuladas están siendo evaluadas por un grupo de jueces formado por directivos, profesores y colaboradores, tanto hombres como mujeres.

<https://www.pronetwork.mx/premio-mujer-tec-2022/>

## “Nenis” generan cerca de 9.5 millones de pesos

Durante la pandemia una gran cantidad de mujeres perdieron su empleo, por ello se unieron al mercado informal para obtener ingresos.

Por [Mon Lozada](#)

Las llamas “**nenis**” o mujeres que se dedican a las **ventas por internet**, generan cerca de 9.5 millones de pesos diarios, según la **Asociación Mexicana de Mujeres Jefas de Empresas (AMMJE)**, en su informe anual presentado el 28 de diciembre de 2021, se reveló que las mujeres conforman el 39% del porcentaje de emprendimiento.

El 23% de las emprendedoras que fracasan en sus negocios, fue por falta de tiempo para atender a sus negocios, según un estudio realizado por la **Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)**, durante la pandemia una gran cantidad de mujeres perdieron su empleo, por ello se unieron al mercado informal para obtener ingresos.

Según datos de la AMMJE, al menos **una de cada cinco personas** considera que es más importante que un hombre tenga una carrera universitaria a una mujer. Según Sonia Garza, Presidenta Nacional del AMMJE, hizo referencia al informe de competitividad, el cual señala que incorpora a las mujeres en la economía mexicana, impulsaría el crecimiento del PIB en un 15% durante la década.

## ¿Quiénes son las nenis?

Las nenis son **mujeres emprendedoras** que se caracterizan por vender mercancía en redes sociales, principalmente venden objetos como: ropa, accesorios, maquillaje y más. Entregan sus productos en estaciones de metro o ubicaciones en “punto medio”.

Según la **Coordinación de Género de la UNAM**: *“En nuestro país, existen 5,2 millones de microempendedoras que representan la generación de 9.5 millones de pesos de ingresos diarios. De acuerdo a datos del IMCO, 82% de las mujeres emprendedoras se encuentran en la informalidad, más de 4 millones de mujeres en esta situación.”*

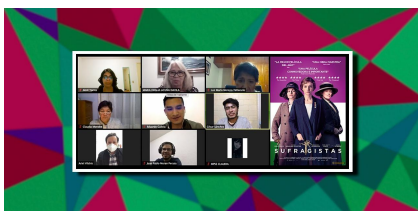
## Nenis pueden acceder a cursos de AMMJE

Según datos del Instituto Mexicano de Propiedad Intelectual (IMPI), en el lanzamiento de la Red Digital de Mujeres Innovadoras, se encontró que el 34% de las solicitudes de marca tienen como titular a mujeres, el 22% a grupos mixtos y 14% a mujeres inventoras.

El AMMJE tiene convenios con Google Developers, Lady Multitask y Fundación por México, con el objetivo de combatir el rezago educativo en la educación femenina. En la **Academia AMMJE**: *“La AMMJE lanza la Academia AMMJE, una iniciativa de formación que cubrirá distintos temas de negocios y empoderamiento, diseñados específicamente para afrontar los retos que enfrentan las mujeres emprendedoras y empresarias en la actualidad.”*

<https://www.vibetv.mx/destacadas/20220103/nenis-generan-9-millones-de-pesos/>

## Las sufragistas, la primera ola del feminismo en la lucha por el voto de la mujer



*Las sufragistas* es una película que narra la historia de las primeras participantes en el movimiento británico en favor del sufragio femenino de finales del siglo XIX y principios del siglo XX, o también conocido como la primera ola del feminismo en la región.

“La primera ola (del feminismo), que sería en la que se contextualiza esta película, tiene como objetivo principal el derecho al voto y el derecho a otras cosas como los hijos, los bienes

patrimoniales o la igualdad frente a los hombres en términos de la ley. Fue una época en la que se buscó igualdad jurídica, el acceso a los mínimos derechos y el no estar a cargo de un varón que fuera su padre, su hermano, su esposo, e incluso sus hijos varones”, explicó la maestra Ilady Abril Torres Sánchez, académica de la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM.

Durante el Cinedebate, organizado por el Programa de Estudios de Género en Salud, donde se analizó esta película, la especialista resaltó que es muy vigente esta idea de que las mujeres no deberían tener acceso a ciertos espacios, porque su cualidad de mujeres las hace menos, y la podemos observar en lugares universitarios, políticos, deportivos y más. “Quizá ya no caemos en comentarios absurdos como ‘las mujeres son menos inteligentes o racionales que los hombres’; pero sí hay una concepción de que pensamos diferente de acuerdo al género. Todavía hay una resistencia a aceptar que esos pensamientos son simplemente la sociabilización que tenemos desde la niñez y sobre el cómo nos educaron”, indicó la especialista.

Por otro lado, se reprodujeron fragmentos de la película que se analizaron en tiempo real. Entre ellos se encontró la frase, dicha por un hombre, “Si les damos el voto, equivaldrá a la pérdida de la estructura social”, a lo que la maestra Torres Sánchez reflexionó que era cierto, pero únicamente porque la estructura era, y es, patriarcal y misógina. De tal forma que si en esa estructura las mujeres valen menos, las relaciones se distribuirán de la misma manera, por ejemplo con los derechos o el acceso a bienes materiales.

“El miedo, rechazo y resistencia a que las mujeres accedan a ciertos espacios existe y sigue vigente, y quizá ya no se manifiesta en rechazar el derecho al voto, pero sí de otras formas. Es una discriminación más matizada o quizá menos evidente, pero que cotidianamente las mujeres vivimos en el día a día. Hay profesiones muy masculinizadas en donde tenemos que adoptar ciertas conductas masculinas o determinadas reglas de convivencia para poder ejercerlas”, dijo.

Finalmente, mencionó que el problema no es individual, sino de la estructura y no basta con tener cuotas de género en legislaturas, cámaras o gobiernos, sino se debe trabajar desde una perspectiva de género que busque siempre el bien común, así como resolver los problemas sobre las brechas de género en diversos ámbitos. “Al día de hoy, hay que replantearnos qué implica tener ese poder en una estructura en la que se privilegia la masculinización de las mujeres”, concluyó.

<https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2022/01/06/las-sufragistas-la-primer-ola-del-feminismo-en-la-lucha-por-el-voto-de-la-mujer/>

## **Así es la violencia digital contra las mujeres, que ya afecta a la mitad de jóvenes y niñas en el mundo**

**Una forma de violencia que, como advierte Naciones Unidas, amenaza con excluir a las mujeres en redes, y empieza a legislarse como violencia de género.**

[María Navarro](#)

En el mundo el **52% de las mujeres jóvenes y niñas** han sufrido abusos en línea, como el envío de imágenes sin consentimiento. Justo lo que le ocurrió a Laura, que nada más llegar a Tinder, cuenta: "La primera imagen que recibí fue la del pene de un chico, sin ni siquiera haber hablado. Me sentí mal, asqueada, no entendía qué quería conseguir con ese tipo de fotos". Entonces, después de esa experiencia se quitó la app. Este abandono es, de hecho, una de las consecuencias de la **violencia de género contra las mujeres y las niñas en las nuevas tecnologías**, que "cada vez encuentra más formas para silenciar y excluir a las mujeres del espacio digital", asegura un informe de ONU Mujeres.

"La primera imagen que recibí fue la del pene de un chico, sin ni siquiera haber hablado. Me sentí mal, asqueada"

Laura terminó por abandonar la app, mientras Anabel optó por la otra vía, la del bloqueo. En su caso fue al no contestar a un chico en Facebook. Entonces, este le empezó a enviar fotos sexuales sin consentimiento, ella siguió sin contestarle, y terminó por bloquearle, después de recibir varios insultos sexistas. En ese momento ella vivía en Bruselas y, antes de la solicitud de Facebook, solo le conocía de un concierto: "Cuando llegué a mi grupo de amigos este chico ya estaba, mis amigos lo habían conocido en ese momento y esa tarde estuvimos hablando". Al día siguiente, agregó a las dos chicas del grupo, entre las que estaba ella, y aceptó la solicitud: "Dije, estoy en Bruselas, quiero conocer gente nueva". Le "preguntó si quería quedar con él, y luego si quería ver su polla...". "No le contesté, y me empezó a enviar fotos de pollas. No le contesté. Y entonces, antes de bloquearle, me empezó a insultar".

Thank you for watching

Tanto las **fotos sin consentimiento** como los insultos sexistas son dos de las conductas más repetidas en los testimonios de las mujeres entrevistadas para este reportaje. Comportamientos que forman parte de la llamada **ciberviolencia de género**, entendida como "aquella que se comete y expande a través de medios digitales como redes sociales, correo electrónico o aplicaciones de mensajería móvil, y que causa daños a la dignidad, la integridad y/o la seguridad de las víctimas", [según Naciones Unidas](#).

Un tipo de violencia que ha crecido durante la pandemia, al haber "**un mayor uso de internet**", según un informe del Parlamento Europeo, que advierte sobre cómo "la actual situación de pandemia de COVID-19 ha provocado un aumento de la **cibercriminalidad**, como los delitos sexuales y de odio en línea". A nivel mundial, el 52% de las mujeres jóvenes y niñas ha sufrido abusos en línea, como el **envío de imágenes, vídeos o mensajes privados sin consentimiento**, mensajes de odio y humillantes, o acoso sexual. Así lo asegura la encuesta [World Wide Web Foundation](#), realizada en 2020 en 180 países, que también subraya cómo el 64% conocía a alguien que los había sufrido.

Además, España no es la excepción, sobre todo entre las más jóvenes. El 47,1% de las chicas de entre 14 y 18 años han recibido imágenes sexuales por internet, al 40% les han pedido fotos sexuales, y **al 22,7% les han pedido cibersexo**, según un estudio realizado en 304 centros educativos de Educación Secundaria de España, de forma conjunta por el Ministerio de Igualdad, el

de Educación y gobiernos autonómicos.

En España, el 47,1% de las chicas de entre 14 y 18 años han recibido imágenes sexuales por internet

Uno de los retos es identificar la ciberviolencia de género como tal, "ponerle nombre" dice **Loreto Arenillas**, la parlamentaria de Más Madrid que [llamó la atención sobre este asunto](#) en la Asamblea de Madrid. Sin embargo, no es fácil, porque en muchas ocasiones gana el silencio a la denuncia. De hecho, la pregunta que surge después de ver que este tipo de violencia afecta a cada vez más mujeres en redes es: ¿Por qué no hay un *Me Too*? Quizás porque aún hay mujeres que tienen miedo a romper ese silencio. Porque **"todavía hay un factor de vergüenza, de pudor y de tabú"**, como explica [la escritora y periodista Leila Nachawati](#). Existe cierta idea "de que cuanto menos lo cuentas, menos efecto va a tener". Cuando "es importante compartirlo con otras mujeres que pueden estar sufriendo lo mismo". Porque, **"vivir esto desde lo individual, no sirve"**, insiste Nachawati, que invita a "generar conciencia de que estas cosas son colectivas, y no hay que vivirlas desde lo individual, como una agresión que encima te aísla".

Otra de las características de este tipo de violencia son los perfiles que suelen ser objeto de ataques y amenazas: las defensoras de los derechos humanos, periodistas, activistas y mujeres que participan en actividades públicas, según un informe de ONU Mujeres. Es "una violencia que afecta especialmente a mujeres que tienen una **implicación en la defensa de los derechos** de las mujeres, que están en posiciones concretas como, personas con cargo público, dedicadas a la política o al periodismo", explica **María Eugenia Rodríguez Palop**, vicepresidenta de la Comisión de Derechos de las Mujeres e Igualdad de Género del Parlamento Europeo.

Después de entrevistar a víctimas de violencia digital, todas coinciden en ciertos patrones y en los tipos de mensajes que han recibido. No suelen recibir críticas a su discurso y argumentos, como puedan recibir sus compañeros de profesión, sino **ataques sexualizados en forma de insultos** dirigidos a su persona o a su físico. Se trata de violencia digital sexualizada. "Yo lo he sufrido, compañeros míos que escriben también sobre Oriente Medio pueden sufrir ataques, pero no en los niveles de violencia sexualizada que he sufrido yo u otras compañeras que trabajan con derechos humanos", cuenta Leila Nachawati, que lleva años trabajando en la [Asociación para el Progreso de las Comunicaciones](#), una de las organizaciones pioneras en el estudio de este tipo de violencia.

Pero si hay un caso que demuestra la diferencia de trato que reciben las mujeres y los hombres en las críticas de redes sociales, ese es el de la periodista **Ángela Bernardo**. [En 2016 tuiteó](#): "Los Premios Nobel de este año han reconocido a siete científicos, dos economistas, un político y un músico. Once galardones = CERO mujeres". Y, a diferencia de otros compañeros de profesión, que escribieron tweets señalando lo mismo, ella **sufrió un linchamiento de insultos machistas**. "Me llegaron a llamar puta, y decirme que no valía para nada", cuenta. Además de una serie de amenazas que terminó denunciando a la policía, pero, "no pasó nada".

<https://www.publico.es/sociedad/violencia-digital-mujeres-afecta-mitad-jovenes-ninas-mundo.html>

## Hay alrededor de 60 mujeres chihuahuenses trabajando en el sector minero

Hace apenas un par de décadas la ley prohibía su participación en este ramo



Redacción | El Heraldo de Chihuahua

De acuerdo a la Cámara Minera de México (Camimex), alrededor de 60 mil mujeres trabajan en el sector minero, lo cual representa un gran avance al considerar que hace apenas un par de décadas la ley prohibía su participación en este ramo.

Pero la mujer tuvo que abrirse paso por sí misma y luchar contra siglos de mitos, creencias y la propia legislación mexicana.

Fue hasta 1996 cuando se eliminó del Código del Trabajo la restricción al género femenino para entrar a los yacimientos, y de esta manera avanzar y tener un espacio importante en las actividades.

Parte de esas 60 mil mujeres mineras son Paola Cázares, directora de Sustentabilidad y de Relaciones Públicas en Agnico Eagle México, y Eurídice González, country manager de Coeur Mexicana, ambas integrantes del Clúster Minero de Chihuahua.

Ambas son ejemplo de lucha y perseverancia, y han sabido enfrentar los retos al dedicarse por más de una década a esta industria en los cargos más importantes.

“Yo considero que el sector minero es una oportunidad de desarrollo, de crecimiento integral, pero no sólo para las mujeres, sino para todas las personas”, dijo Paola Cázares.

“Es un sector que alberga muchas disciplinas y vemos que cada vez más mujeres estamos haciendo presencia en este importante sector, aparte tenemos el talento, la capacidad de brillar y de salir a competir por las oportunidades de manera inclusiva”, agregó

<https://www.elheraldodejuarez.com.mx/local/chihuahua/hay-alrededor-de-60-mujeres-chihuahuenses-trabajando-en-el-sector-minero-7695545.html>

## Mujeres que se arrepienten de haber sido madres

Catalina Infante y Collage: Sofía Valenzuela



“Amo a mis hijos, pero me arrepiento de ser mamá”. Es una frase que suena dura, ambivalente, para algunos difícil de entender, pero un sentimiento mucho más común de lo que imaginamos. La psicóloga israelí Orna Donadht, de hecho, escribió un libro al respecto: Madres arrepentidas, una mirada radical a la maternidad y sus falacias sociales. Mediante su investigación descubrió que todas las entrevistadas, 23 mujeres en total, confesaban que se arrepentían de ser madres, lo cual no significaba que no amaran a sus hijos ni que no se hicieran cargo de ellos. ¿Las razones principales? Muchas revelaban haberse sentido empujadas a cumplir ese mandato sin conocimiento sobre lo que realmente significaba, en una sociedad que al mismo tiempo las dejó solas en su carga y responsabilidad diaria.

Y no es la única investigación al respecto. La española Laura Sagnier, especialista en market intelligence y activista pro-igualdad para las mujeres, junto a un equipo de consultores, realizó un estudio que abarca a 2400 mujeres, que fueron entrevistadas sobre el trabajo, la pareja, los hijos y su felicidad. Los resultados dieron a conocer una realidad de la cual se habla poco: Una de cada diez mujeres se arrepiente de haber sido madre, el 5% afirma sentirse poco feliz con su maternidad y el 7% totalmente infeliz. Resultados parecidos arrojó otra encuesta realizada por el Instituto de Investigación YouGov en Alemania: uno de cada cinco padres y madres se arrepiente de haber tenido hijos.

¿Qué pasa en Chile? Aunque todavía no hay estudios ni datos al respecto, por supuesto que hay experiencias de madres arrepentidas. La periodista Alejandra Hormazábal, quien ha preferido aparecer sin su nombre real, confiesa ser una de ellas. Fue madre a los 30 años, un embarazo planeado y esperado con su marido, luego de una relación larga. “Tuvimos una evolución de ser pareja súper tradicional, nos conocimos, pololeamos, nos fuimos a vivir juntos, nos casamos y entonces lo que tocaba era tener hijos. Yo siempre pensé que una edad ok para tenerlos era a los 30, y en realidad, si yo miro para atrás, hice un check list que no pensé mucho. En ese momento no me



cuestioné si quería ser o no ser mamá, quería porque había visto que era lo que había que querer”. Los primeros años de maternidad para Alejandra fueron difíciles, su hijo mayor nació con una malformación congénita y tuvo que someterse a varios tratamientos. Con el tiempo tuvo una segunda hija, que define con un carácter fuerte, que subió su sensación de demanda. El año pasado se separó del padre de sus hijos, que tiene una condición de salud que lo hace incapaz de hacerse cargo ni económica ni presencialmente de los niños, por lo cual la idea del arrepentimiento se aparece de vez en cuando. “Desde que una se transforma en madre una parte de ti se muere. En algunas culturas existe incluso un ritual de entierro. En la nuestra no se habla de ese duelo. Independiente de la ayuda que tengas, de que tengas espacios para ti, nunca volverás a ser lo que fuiste. De ahí en adelante hay personas que dependen de ti, que moldean tu vida, tus prioridades. Una intenta todo el tiempo seguir siendo quien eras, y no resulta, y es contradictorio, frustrante. Obviamente hoy me es difícil decir que me arrepiento, porque ya tuve mis hijos, los conozco y los adoro y doy mi vida por ellos, no podría hacerlos desaparecer. Pero si yo retrocediera el tiempo me cuestionaría la decisión. Habrá otras mamás que les gustará ser mamá, y las llena, es lo que les nutre su vida. Yo a mis hijos los adoro, pero no son lo que me nutre, ni lo que me llena”.

## **Osteoporosis: ¿un mal que afecta solo a las mujeres?**

**Si bien el porcentaje es bastante menor, los hombres también pueden sufrir pérdida de masa ósea. Los especialistas explicaron a Infobae cómo prevenirla**

La osteoporosis en los hombres representa un importante problema de salud pública debido a la presencia de fracturas de cadera y vértebras (Getty Images)

A lo largo de su desarrollo, **los hombres tienen huesos más grandes que las mujeres, llegan a un capital óseo mayor**, es decir, un “pico de masa ósea” y no tienen la caída brusca de sus hormonas como sucede en la **menopausia femenina**. Estas condiciones **retrasan la pérdida ósea**, pero no significa que no puedan padecerla.

Desde hace varios años, se ha reconocido que la osteoporosis en los hombres representa un importante problema de salud pública debido a la presencia de fracturas de cadera y vértebras, aunque en un número inferior al de las mujeres.

“Cuando se estudia el origen de la **osteoporosis masculina**, se encuentra que **entre 50 y el 60% tiene una condición o enfermedad que predispone a la misma**. Las más frecuentes son el **hipogonadismo** (disminución de testosterona), tratamiento con corticoides, consumo excesivo de alcohol, enfermedades gastrointestinales, malignas o inmovilización prolongada”, afirmó la doctora **Alicia Bagur, médica osteóloga**, directora médica de Mautalen Salud e Investigación.

Para la especialista, uno de cada 5 hombres de más de 50 años sufrirá una fractura osteoporótica a lo largo de su vida. “En Argentina, hay un promedio anual de 34 mil fracturas de cadera por año en personas mayores de 50 años; es decir, 90 por día, con una relación aproximada de 3 mujeres por cada hombre. Valores que se duplicarán hacia 2050”, agregó.

“La osteoporosis afecta tanto a hombres como a mujeres porque **es producto del envejecimiento**.

Se recomienda, hacer una medición de masa ósea, una **densitometría**, que es la forma de detectar si hay osteoporosis **en hombres mayores de 70 años**, independientemente de que tengan otro factor de riesgo de padecerla”, explicó la doctora Diana González (MN 55307), médica osteóloga.

En ese sentido señaló que un factor de riesgo son los que tienen **hipogonadismo** (disminución de la producción de testosterona), aquellos que están sometidos a **tratamientos con corticoides o anticonvulsivantes, cuando hay abuso de alcohol o trastornos o enfermedades gastrointestinales**, o cuando existe una antecedente de una fractura por fragilidad, se puede considerar realizar una densitometría antes de los 70 años, incluso a partir de los 50.

“Un hombre que sufre una fractura vertebral por bajar el portón de su casa o por levantar una valija, eso es una fractura por fragilidad, seguro tiene osteoporosis y debe hacerse una densitometría para evaluar el tipo de tratamiento y hacer su seguimiento”, agregó González.

El hipogonadismo es común en el 30% de los hombres que presentan fracturas vertebrales (Getty)

De acuerdo con la doctora Bagur, esta enfermedad se puede prevenir corrigiendo, dentro de lo posible, los factores de riesgo óseo, **realizando actividad física que incluya ejercicios de resistencia y levantar peso moderado, de manera regular.**

“Esto mejora el hueso y músculo, evitando caídas que ocasionan fracturas. También es importante el **consumo de alimentos ricos en calcio** (1000 a 1200 miligramos por día ), **vitamina D** mediante exposición solar durante 15-20 minutos a la mañana o tarde. Si se encuentra contraindicada por problemas de la piel, se indican suplementos de vitamina D y reducir tabaco y alcohol”, aclaró.

El hipogonadismo es común en el 30% de los hombres que presentan fracturas vertebrales. También se relaciona con una disminución de la síntesis de vitamina D y menor absorción del calcio aportado por los alimentos. En los hombres mayores, se agregan las fracturas de cadera.

La médica osteóloga **Beatriz Oliveri** (MN 55648), del Hospital de Clínicas, señaló que los hombres sufren osteoporosis y por lo general no es un tema que consultan. **“Los hombres tienen un porcentaje más alto de muerte y de morbilidad, luego de la fractura de cadera. La mortalidad, al año siguiente de la fractura de cadera es mayor en los hombres que en las mujeres”**, dijo Oliveri.

Agregó que **con el paso del tiempo los hombres también pierden masa ósea, se van descalcificando un poco más tarde que las mujeres, alrededor de los 60/65 años.** “Aproximadamente la mitad de los hombres que padecen osteoporosis tienen una causa secundaria de la enfermedad”, destacó.

Con respecto a las **causas de hipogonadismo** destacó que “una de ellas, que a veces no se tiene en cuenta para tratamiento preventivo son aquellos hombres que tienen **cáncer de próstata y por eso reciben medicación específica**, para disminuir sus hormonas masculinas y tienen un aumento importante de las fracturas, un porcentaje muy alto de osteoporosis y a veces no se les da el tratamiento adecuado”. Y agregó: “a los hombres hay que estudiarlos siempre que tengan una fractura osteoporótica porque se aumenta la posibilidad de fracturas posteriores, incluso en el año posterior a ella”, sumó Oliveri.

**“El tratamiento con fármacos activos para osteoporosis lo evalúa el médico de acuerdo a los antecedentes de cada paciente.** En primer lugar, si existe una enfermedad que la ocasiona, el objetivo inicial será tratar la misma . **Los fármacos para osteoporosis que frenan la pérdida ósea o estimulan su formación permiten disminuir la incidencia de fracturas entre un 40 a 70%”,** concluyó Bagur.

Al igual que las mujeres, los hombres padecen osteoporosis y deben ser estudiados y tratados para evitar fracturas de cadera y vertebrales y sus complicaciones posteriores.

<https://www.infobae.com/america/ciencia-america/2022/01/10/osteoporosis-un-mal-que-afecta-solo-a-las-mujeres/>

## **Cvirus.- El 60% de las mujeres reconoce que por la COVID-19 han retrasado los planes de maternidad**

El 60 por ciento de las mujeres han reconocido que, a causa de la COVID-19, han tenido que retrasar sus planes de maternidad, a pesar de que el 70 por ciento de ellas quieren ser madres pronto, según ha revelado el VII estudio 'Conocimiento y Hábitos de la fertilidad de las mujeres', realizado por las clínicas Ginefiv de GeneralLife.

<https://www.infosalus.com/mujer/noticia-cvirus-60-mujeres-reconoce-covid-19-retrasado-planes-maternidad-20220110134054.html>

## **Presupuesto para equidad de género se incrementó poco más del 70% en 2022**

**De acuerdo con lo establecido por el Presupuesto de Egresos de la Federación de este año, los principales sectores que se verán beneficiados será el de Bienestar, Educación y Agricultura**

La Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (Conavim) presumió la cantidad de recursos que se destinaron a paridad de género (Foto: EFE / José Méndez)

**Fabiola Alanís**, titular de la **Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (Conavim)**, confirmó un **incremento del 70.8% al presupuesto** destinado a la equidad de género, el cual espera tener impactos positivos en las secretarías de **Bienestar, Educación y Agricultura**.

A través de un comunicado oficial, la comisión adscrita a la **Secretaría de Gobernación (Segob)** refirió este lunes 10 de enero que el incremento en los recursos para la igualdad entre mujeres y hombres permitirá garantizar la atención y prevención a las causas que generan las violencias

estructurales en detrimento del sexo femenino.

De igual modo, se especificó que de acuerdo a lo estipulado en el **Presupuesto de Egresos de la Federación (PEF) 2022** el monto destinado a la equidad de género pasó **de 151.6 mil millones de pesos en 2021 a 259.1 mil millones** de pesos en este año, por lo cual se espera palpar los resultados en el bienestar de las mujeres.

Los incentivos para ayudar a jóvenes estudiantes se incrementarán (Foto: Twitter/@Claudiashein)

Esto se puede verificar en el **Anexo 13 del PEF** que fue aprobado el año pasado por la Cámara de Diputados, en donde se demuestra una diferencia en favor de la equidad por 107.5 mil millones de pesos.

Asimismo, conforme a lo señalado por la dependencia federal, los principales ramos que contribuyeron a este crecimiento son los de Bienestar, que pasó de **72 a 140 mil millones** de pesos; el de Educación Pública, que creció de **20.9 a 54.8 mil millones de pesos** y el de Agricultura y Desarrollo Rural, con un aumento **de 7.8 a 12.2 mil millones** de pesos.

Por tipo de programas de gobierno, la Conavim destacó la duplicación del recurso dedicado a la Pensión para el Bienestar de las **Personas Adultas Mayores**, con un aumento **de 59.4 a 127.1 mil millones** de pesos, lo que implica mejorar la posibilidad de asegurar una pensión digna para ambos sexos en este demográfico y, con ello, reducir desigualdades estructurales que han afectado históricamente más a las mujeres que a los hombres.

En el otro lado del espectro de edades, la dependencia señaló que el incremento de **231%** en las **Becas de Educación Básica para el Bienestar Benito Juárez**, que pasó **de 7.9 a 26.4 mil millones** de pesos; tiene impacto directo en la consolidación del derecho a la educación de niñas, niños y adolescentes en condición de igualdad.

“El aumento al doble en el presupuesto para la Beca Universal para Estudiantes de Educación Media Superior Benito Juárez, que va de 8.2 a 17.2 mil millones de pesos, también conduce a que las y los jóvenes tengan un acceso igualitario a la educación”

Además, la autoridad dijo que en los ámbitos de consumo y producción, destaca el aumento con enfoque de género, pues en programas como **Precios de Garantía a Productos Alimentarios Básicos, Fertilizantes, Producción para el Bienestar, Abasto Social de Leche, Adquisición de Leche, Abasto Rural y Fomento a la Agricultura** se pueden notar mejoras sociales, que en conjunto pasan de 7.8 a 12.2 mil millones de pesos, es decir, se reporta un incremento del 56 por ciento.

Finalmente, la comisión a cargo de Fabiola Alanís refirió que para este año se dirigirán recursos superiores a los mil millones de pesos para atención a las violencias contra las mujeres, el cual se manifestará en el Programa de **Apoyo a Refugios Especializados para Mujeres Víctimas de Violencia, el Programa de Apoyo a Instancias de Mujeres en las Entidades Federativas (Paimef)**, además de la construcción y equipamiento de los **Centros de Justicia para las Mujeres (CJM)** y los recursos transferibles a estados y municipios con declaratoria de Alerta de Violencia de Género contra las Mujeres (AVGM).

<https://www.infobae.com/america/mexico/2022/01/11/presupuesto-para-equidad-de-genero-se-incremento-poco-mas-del-70-en-2022/>

# ¡Que le bajen dos rayitas! Sube de nivel la violencia intrafamiliar

El Instituto Municipal de la Mujer reporta 8 casos al iniciar el año 2022; con capacitación y orientación buscan reducir los tipos de violencia

[Christian Bernal](#)

MAZATLÁN.- Un año 2022 complicado ha tenido la dependencia del Instituto Municipal de la Mujer en la ciudad donde se han contabilizado en la primera semana del año un total de ocho atenciones psicológicas a mujeres que sufren diferentes tipos de violencia, informó la directora de la dependencia, María del Carmen Ramírez Morales.

Expresó que Immujer lleva a cabo cada semana un corte de atenciones, lo cual permite hacer un recuento de la problemática y conocer cuándo se tuvieron niveles altos de violencia física, sexual o psicológica, esta última con más frecuencia.

“Iniciamos en enero con ocho atenciones, una de ella en violencia sexual, tres en violencia física, pero la violencia psicológica es la que más se atiende en mucho de los aspectos, pero así se inicia, pero va aumentando hasta la violencia física”, indicó Ramírez Morales.

La funcionaria señaló que cuentan con un violentómetro mediante el cual hacen ver a las parejas hasta dónde va el nivel de violencia en su relación. Esta herramienta sirve para ver las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran ocultas en la vida diaria y en ocasiones se confunden o se desconocen.

En diciembre del 2021 se atendieron un total de 615 atenciones en total. Pero se tuvieron atenciones tanto en el departamento jurídico como en el de psicología.

Tan solo el año pasado se registraron un total de dos mil 113 atenciones psicológicas.

## **Reeducan ante el machismo**

La titular de Immujer comentó que se está trabajando fuertemente, y no bajan el dedo del renglón en el machismo ya que es algo cultural que existe todavía, pese a que hay capacitaciones en todos lados sobre los temas de las nuevas masculinidades.

“Las nuevas masculinidades solo es buscar una reeducación, quitar paradigmas de los hombres que traen arraigados donde dice no más mi palabra vale, poco a poco se ha logrado ver cambios”, agregó.

Añadió que en el Instituto de la Mujer también existe la atención a hombres ya que trabajan con algunos hombres debido a que no saben controlar su ira.

Por último, dijo que todas las personas que quieran tener mayor información pueden ir a las oficinas ubicada en Palacio Federal, en la colonia Centro, sobre la calle Benito Juárez, o marcar a los números 6699-15-88-08 en la extensión 1275 o 1270.

<https://punto.mx/2022/01/10/que-le-bajen-dos-rayitas-sube-de-nivel-la-violencia-intrafamiliar/>

## Ciudadano promueve la creación del fondo de pensión rural

Las y los trabajadores del campo pertenecen a uno de los demográficos más olvidados por los gobiernos en México, por lo que se espera incidir positivamente en su bienestar



MC va por una pensión para las y los trabajadores del campo en retiro (Foto: Reuters / Carlos García Rawlins)

La bancada de Movimiento Ciudadano (MC) en el Palacio Legislativo de San Lázaro propuso la creación del fondo de pensión rural, el cual beneficiará a las y los trabajadores del campo en México, uno de los sectores más discriminados y olvidados históricamente en la república.

Para que este demográfico tenga acceso a una pensión para el retiro, propusieron adicionar el artículo 239-A a la Ley del Seguro Social (LSS), así como un cuarto y quinto párrafo a la fracción III del artículo 154 de la Ley de Desarrollo Rural Sustentable (LDRS).

A detalle, la bancada naranja promueve que se cree un fondo anual que salga del Presupuesto de

Egresos de la Federación (PEF), el cual se debe de alimentar año con año para poder otorgar el derecho a una pensión digna y suficiente a los trabajadores que alimentan a México.

El dinero que se acumule para beneficiar a las y los campesinos deberá de ser administrado por el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) de conformidad a lo que establece el artículo 239-A de la legislación en la materia y el reglamento de dicha institución. Asimismo, el IMSS procurará la inscripción de las y los productores del sector rural que cumplan los requisitos de edad previstos en su ley.

La cantidad que será entregada a los futuros beneficiarios del fondo de pensión rural deberá actualizarse conforme al Salario Mínimo Vigente (SMV) establecido por la Comisión Nacional de Salarios Mínimos (CNSM).

Mientras que en lo aplicable a la LDRS, MC planteó que el Ejecutivo federal establecerá el Fondo de Pensión Rural para fomentar, financiar y promover un instrumento de seguridad social universal para mejorar las condiciones laborales de las y los trabajadores del campo en el pleno ejercicio de sus derechos sociales del sector rural y sus comunidades.

Respecto a los artículos transitorios, se especifica que será el poder ejecutivo federal el responsable de realizar las adecuaciones necesarias para dotar de suficiencia presupuestal al fondo de pensión rural.

Asimismo, será este poder quien realizará una evaluación sobre los distintos programas en materia de política de seguridad social y apoyo a adultos mayores del sector rural, procurando el ordenamiento, transparencia y eficacia de ésta, con el objetivo de unificarlos y transitar hacia un esquema de acceso universal a través del fondo de pensión rural.

Dicha iniciativa remarca la importancia de atender a este sector de la población, ya que de acuerdo con lo expuesto por MC en San Lázaro, el 45% de los trabajadores en el campo son subordinados y remunerados; el 37.1% labora por cuenta propia; 12.6% prestan sus servicios sin remuneración monetaria; y, tan sólo el 5.35 son empleadores.

La iniciativa fue remitida a varias comisiones para su correcta dictaminación (Foto: EFE / Carlos Ortega)

Durante la exposición de motivos, los legisladores especificaron que la iniciativa contribuirá a garantizar el acceso a la seguridad social para uno de los sectores de la población más vulnerable, ya que este derecho es fundamental para reducir la pobreza y las carencias en la población rural mexicana.

Aunado a esto, el texto advierte que la mayoría de los trabajadores agrícolas no son afiliados a las instituciones encargadas de brindar seguridad social, a pesar de que la Ley del Seguro Social establece, en el artículo 237-B, que sí tienen derecho a éste.

También se hace hincapié en la remuneración percibida por prestar sus servicios en el campo, pues los sueldos que se pagan son de alrededor de 18.5 pesos por hora y de quienes lo perciben, tan sólo el 7% de los trabajadores perciben aguinaldo.

Fue en este contexto en el que MC presentó la iniciativa que fue remitida a las comisiones unidas de Seguridad Social y de Desarrollo y Conservación Rural, Agrícola y Autosuficiencia Alimentaria, para su correcta dictaminación.

<https://www.infobae.com/america/mexico/2022/01/11/movimiento-ciudadano-promueve-la-creacion-de-l-fondo-de-pension-rural/>