

buzón

ABIERTO



**CUANDO LAS MANOS PEQUEÑAS
ESCRIBEN UNA
HISTORIA GRANDE**

APROBADA, LA SEMANA LABORAL DE 40 HORAS

Fue aprobado el cambio constitucional que permitirá tener una jornada laboral de 40 horas a la semana. En 2027 se empezará a reducir gradualmente hasta pasar de 48 a 40 horas. Durante el proceso de análisis previo a la luz verde legislativa de esta reforma constitucional del Artículo 123, se dieron discusiones de todo tipo en la Cámara de senadores. Algunos legisladores consideraban que la iniciativa tenía tintes populistas y que realmente la medida no traerá beneficios concretos a los trabajadores; otros adujeron que no había claridad, en tanto que no se aclaraba el establecimiento de dos días de descanso a la semana.

El tránsito hacia una semana laboral de 40 horas no fue sencillo, precisamente por las desavenencias de diversos sectores. Sin embargo, fue un camino inevitable generado por un cambio constitucional de esas dimensiones, que no se había dado en las últimas décadas en el sector laboral del país. Era necesario que el país se colocara en la realidad internacional sobre el número de horas laborables a la semana. Somos una de las naciones integrantes de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) con las jornadas de trabajo más amplias en el mundo. Esta modificación no iba a darse en automático, sino que necesitaba un amplio consenso, lo que finalmente se logró.

Cabe señalar que, en una de las discusiones previas a la aprobación de la ley, surgió un tema que fue fundamental para la aprobación por mayoría. Se refiere a que internacionalmente se empieza a hablar de una forma de pobreza más: "la pobreza de tiempo". En este tema, se afirma que las largas jornadas laborales provocan que gran parte de los trabajadores deban pasar la mayor parte de su vida en vigilia trabajando, con muy poco tiempo para dedicarlo a la familia y

a sí mismos. Y la semana de 40 horas abonará a la reducción de esta pobreza de tiempo. Se espera que gradualmente la mayoría de los trabajadores dispongan de más tiempo libre.

En países desarrollados como Estados Unidos y varios de Europa, es común que las jornadas laborables sean no de 40 horas sino de 36 horas. Algunas empresas en México, en su mayoría internacionales, cuando se asentaron en nuestro territorio trajeron consigo este beneficio a sus empleados, por lo que estos cuentan con más tiempo disponible.

Asimismo, en los foros de análisis sobre la reforma que garantiza una jornada laboral de 40 horas, surgieron opiniones de especialistas que ponían en la mesa de discusión lo referente a que esta disposición no cubre a todos los trabajadores. Una parte muy importante labora en la informalidad de la economía y que no por ello debería dejárseles al margen de estos beneficios. Frente a este argumento, algunos legisladores adujeron que, adicionalmente y así sea en pequeña medida, los beneficios de la formalidad terminan por impactar al empleo informal, por lo que eventualmente la reducción de las jornadas laborales podría alcanzar a este sector.

En nuestra organización sindical pensamos que, en general, esta reforma beneficia al sector laboral, pero hay que ser cautos y esperar a que madure una medida de esta dimensión. Como todo, puede demandar ajustes y actualizaciones para que termine de consolidarse como un producto legislativo de avanzada y de beneficios concretos para el sector más importante del país: el de los trabajadores. 🇲🇽

Editorial	3	• Aprobada, la semana laboral de 40 horas.
Con Destino a...	4	• Museo de los Ferrocarrileros.
Sello Humano	6	• Nuestros pies requieren cuidados, atención diaria y limpieza extrema.
Joyas Filatélicas	8	• El distintivo oficial "Hecho en México" vuelve a ponerse de moda en su sexto relanzamiento.
Museo Casa de la Cultura Postal	10	• Cumbias y sonidero en el Museo Casa de la Cultura Postal; • Reconocimiento al mérito jurídico: un legado en favor de la clase trabajadora; • Cuando las manos pequeñas escriben una historia grande; • La magia que vive en cada carta.
Rumbo Postal	18	• Visita el Museo Casa de la Cultura Postal, Jens Saverstam, Vicepresidente Mundial de UNI Correos y Logística.
Familia Postal	20	• Se cumplen 147 años de la adhesión del correo mexicano a la UPU;
Valor de Palabra	24	• Abrazoterapia, método para aliviar la depresión; • Durante 39 días, millones de seres estarán atentos en la Copa Mundial 2026; • Jesús, representado en 171 películas desde 1895; • María Grever, autora musical mexicana de todos los tiempos; • Inicia cuenta regresiva para el Mundial de Fútbol FIFA 2026; • Pulquerías capitalinas se niegan a desaparecer; • Mario Moreno "Cantinflas", el cartero.
Sabías que...?	42	• Capítulo Décimo Octavo: derechos, obligaciones y prohibiciones de los trabajadores.

Buzón Abierto

Órgano informativo y de difusión del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México".

Francisco Javier Mina No. 101,
Col. Guerrero, C. P. 06300,
Alc. Cuauhtémoc,
Ciudad de México.

www.sntsepomex.org
sntsepomex
revista_buzon_abierto@hotmail.com

Responsable de Sección
Griselda González Castañeda
Vicente Ramos
Ricardo Flores
Regina Vargas

Diseño y fotografía
L.D.G. Salvador Navarro Rodríguez
Lic. Griselda González Castañeda

Buzón Abierto / Año N° 18
Es una publicación digital mensual.

Con alcance en América Latina, Estados Unidos y Canadá, a través de la Unión Network International

Todas las imágenes, marcas, videos y nombres comerciales son propiedad de sus respectivos dueños y son usadas con fines culturales bajo el estatuto de libertad de prensa.

MUSEO DE LOS FERROCARRILEROS



Difícilmente podemos imaginarnos el crecimiento de nuestro país, sin la presencia de los ferrocarriles. Fue una de las grandes aportaciones del presidente Porfirio Díaz, en su afán por comunicar al territorio nacional y expandir rutas para el traslado de mercancías hacia puertos tan importantes como Veracruz. Precisamente, esta fue la primera vía ferroviaria que se construyó en el territorio para conectar al Valle de México con este puerto, e iniciar una ruta de exportaciones de productos mexicanos hacia Europa.

El diseño para esta vía fue una de las grandes obras que se reconocieron a nivel internacional por su eficiencia y técnica utilizadas. Cruzaba zonas agrestes como las Cumbres de Maltrata, entre Córdoba y Orizaba, en el estado de Veracruz, donde fue necesario

levantar puentes y perforar túneles para permitir el paso de los trenes arrastrados por máquinas de vapor.

Tampoco podríamos desligar a los ferrocarriles de su protagonismo esencial en periodos fundamentales de nuestra historia, como la Revolución Mexicana, donde el tren fue esencial para el transporte de tropas, caballería, artillería y correo. Sobran los testimonios visuales estelares de los trenes surcando los caminos del territorio, llevando los ejércitos tanto rebeldes como oficialistas. Muestra de ello es el Archivo Casasola, integrado por material fotográfico que muestra escenas impactantes de este periodo de nuestra historia.

Por la importancia que tiene el ferrocarril en México, se construyó el Museo de los Ferrocarrileros, un

espacio dedicado a dar testimonio de su contribución al desarrollo de la nación. Desde 2006, este recinto se ha enfocado en documentar la historia del gremio ferrocarrilero, sus huelgas y grandes luchas, además de recordar a sus héroes.

En esta ocasión, recomendamos visitar este recinto donde el público tiene a su disposición un centro de documentación que cuenta con libros, planos, videograbaciones, fotografías y audios.

Se localiza en el norte de la Ciudad de México, en las instalaciones que anteriormente ocupó la estación de trenes La Villa. El techo del inmueble es una bóveda de piedra y hierro que se elaboró utilizando rieles. En el exterior sobresale su balaustrada, también de material pétreo; además, cuenta con tres salas para exposiciones temporales.

Una de las piezas principales del acervo del museo es la locomotora Sin Fuego, única en el país porque utilizaba vapor a presión producido mediante un generador eléctrico externo, ya que carece de fogón, (de ahí su singular nombre). Fue construida por la compañía Davenport Locomotive Works en Estados Unidos, y adquirida en la década de 1940 por Petróleos Mexicanos para realizar movimientos de carga en patios ferroviarios. En 2014 fue donada al museo.

Es recomendable que cuando usted decida visitar este importante museo, solicite una visita guiada para que no pierda detalle de lo que ahí se expone. El recinto cuenta con espacios

para efectuar talleres, conferencias, presentaciones de libros, conciertos, obras de teatro y danza. Cabe resaltar que también tiene un cineclub en el que se proyectan películas relacionadas con el tema de los ferrocarriles.

Ubicación: El Museo de los Ferrocarrileros se encuentra en la calle Alberto Herrera s/n, colonia Aragón La Villa, alcaldía Gustavo A. Madero, 07000, CDMX.

Con información de Principales Recintos Culturales de la Ciudad de México.

Redacción: Vicente Ramos.



NUESTROS PIES REQUIEREN CUIDADOS, ATENCIÓN DIARIA Y LIMPIEZA EXTREMA

- Mujeres y hombres suelen ignorar el valor a sus pies, hasta que sufren una lesión, hongos o infecciones.
 - En contraste, los adultos mayores buscan al especialista para darle un tratamiento saludable a los pies que han sostenido su cuerpo por décadas.



Alguna vez se han preguntado qué importancia tiene un pie sano? Me imagino que no ¡Nunca! Sobre todo, en el caso de los jóvenes, quienes no suelen valorar sus pies hasta que sufren una lesión o padecen de algún hongo o infección. Caso contrario en los adultos y personas de la tercera edad, quienes acuden al podólogo para brindar un tratamiento adecuado a la estructura que ha cargado su peso durante décadas.

Hay que tener presente que una lesión en los pies puede trastornar nuestra forma de caminar, provocando sobrecargas musculares, dolores de rodilla o problemas de espalda. En escenarios más graves, la falta de cuidado puede derivar en complicaciones severas como el pie diabético o padecimientos crónicos.

Los pies, los de usted apreciable lector, son estructuras fuertes, complejas y resistentes que constan de 26 huesos, 33 articulaciones, 19 músculos y más de 100 ligamentos y tendones.

Además, están irrigados por numerosos vasos sanguíneos e inervados por gran número de nervios.

Para entender qué importancia es tener un pie sano la especialista en podología, Alejandra Rivera Martínez, conversó en exclusiva para los lectores de BUZÓN ABIERTO, sobre la importancia de la salud podal.

¿Cuál es el sector poblacional que más busca sus servicios?

- **“La población adulta tanto mujeres como hombres de 50, 60, 70 y 80 años son los que realmente buscan la atención especializada de la podóloga o podólogo para el trato adecuado de sus pies. Ya sea porque les duelen los talones, cuentan con callosidades y no pueden atenderse ellos mismos en el aseo; les es difícil cortarse las uñas porque se les dificulta inclinarse”.**

¿Los jóvenes no son pacientes habituales?

- **“También, pero es un porcentaje menor, son más los adultos y personas de la tercera edad, este grupo poblacional cubre más del 80 por ciento de los pacientes que acuden con nosotros”.**

Con 16 años de experiencia en el ramo, egresada del Colegio de Podología México, la especialista Alejandra Rivera Martínez expresa que las patologías más comunes que trata en su clínica son las uñas encarnadas (uñeros), el pie de atleta y la dermatomicosis (hongos en la planta). Los signos de alerta incluyen piel escamosa, picazón extrema al quitarse el calzado, inflamación, ardor o la aparición de ampollas.

¿Cuál es el tratamiento que mayor demanda requiere de su especialidad?

- **“El pie de atleta, las uñas encarnadas y la dermatomicosis”.**

¿Cuál es la limpieza básica para que nuestros pies se mantengan sanos?

- **“Un buen aseo en los pies, que se tenga una buena ventilación y cambio de calzado constantemente, el baño diario, secarse bien los pies, principalmente en medio de los dedos y la planta del pie”.**

¿Cada cuándo se debe acudir al podólogo?

- **“Se recomienda cada mes o mes y medio”.**

¿Cuál sería su consejo final para los lectores?

La podóloga Rivera Martínez, subraya:

- **“Que la prevención es siempre más eficaz y menos costosa que el tratamiento”.**

A continuación, las recomendaciones

básicas para el cuidado diario de los pies, especialmente relevantes para quienes tienen jornadas laborales exigentes:



“Tanto hombres como mujeres, sin importar la edad, debemos ser responsables y comprometidos con la prevención. Al hacerlo, evitaremos complicaciones mayores que pueden derivar en problemas de espalda, cadera, rodillas o tobillos. Recordemos que nuestros pies sostienen todo nuestro organismo y nos permiten caminar sin dolor; por ello, requieren atención, cuidado diario y una limpieza profunda”.

Fuente Informativa:
Entrevista exclusiva con la podóloga, Alejandra Rivera Martínez, realizada por el periodista Ricardo Flores Miranda.



Podóloga Alejandra Rivera Martínez

EL DISTINTIVO OFICIAL “HECHO EN MÉXICO” VUELVE A PONERSE DE MODA EN SU SEXTO RELANZAMIENTO

- Con este nuevo diseño, el gobierno federal incentiva la compra de productos cien por ciento mexicanos.
- Correos de México presenta una estampilla compuesta por la cabeza de un águila mexicana y la marca en un recuadro en colores guinda y blanco.



Con 76 años de existencia, el distintivo oficial “Hecho en México” vuelve a ponerse de moda en su sexto relanzamiento. Impulsado por el actual gobierno federal, este rediseño tiene el fin de incentivar la compra de productos cien por ciento mexicanos, así como proteger y promover la industria nacional en el marco de la estrategia Plan México 2025-2030. Su distribución sigue siendo un sinónimo de calidad que respalda la creatividad e innovación de los productores mexicanos.

Para comenzar este hecho, El Servicio Postal Mexicano (Correos de México) emitió una estampilla postal con el nuevo diseño, el cual está compuesto por dos elementos principales: la cabeza de un águila mexicana y la marca denominativa “Hecho en México”, ambos enmarcadas en un recuadro en colores guinda y blanco.

Cabe recordar que la quinta versión de la marca “Hecho en México”, ostentó los colores blanco y negro desde 2009 hasta el 2025.

Es importante recordar que, aunque el trámite es gratuito, la marca “Hecho en México” no es de uso libre o abierto; requiere autorización previa. Para hacer uso del emblema es necesario que el producto sea manufacturado en México o bien, que el producto comercializado en su estado natural sea de origen mexicano. La responsabilidad de autorizar o revocar el uso de esta marca corresponde a la Secretaría de Economía.

El logotipo “Hecho en México” existe desde hace más de siete décadas, por lo que ya forma parte de la cultura popular nacional. Desde su creación, ha sufrido ligeras modificaciones visuales según lo estipulado por cada gestión gubernamental.

Las personas físicas y morales que obtengan la autorización podrán poner en sus artículos este histórico sello (que ha caracterizado los productos hechos en México desde hace 76 años) por un plazo inicial de cinco años, con la opción de renovarlo previo aviso seis meses antes de

su vencimiento.

El relanzamiento de la marca se anunció en el Diario Oficial de la Federación y representa una acción estratégica del Plan México 2025-2030, presentado en enero del 2025, cuyo propósito es lograr un desarrollo económico equitativo y sustentable para la prosperidad compartida.

Redacción: Ricardo Flores Miranda

Fuente informativa: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/1057595/Informe_nacional_sobre_la_instalacio_n_de_los_comite_s_promotores_de_inversio_n_en_los_estados.pdf

Lo Hecho en México está Mejor Hecho.





CUMBIAS Y BAILE SONIDERO EN EL MUSEO CASA DE CULTURA POSTAL

Con la actuación del grupo de música tropical Wichos, esta Noche de Museos fue una gran demostración del baile de cumbia, tal como se realiza en las fiestas sonideras de barrio en la capital. Decenas de parejas no dejaron de moverse al ritmo de cumbia interpretado por esta agrupación integrada en su mayoría por hombres y mujeres jóvenes que no dejaron de tocar el sabroso ritmo de la cumbia para complacer a las parejas de todas las edades que dejaron brillante el piso de este recinto cultural de tanto paso prohibido con cadencia de barrio.

Wichos es un conjunto musical que inició sus presentaciones en agosto del año pasado. Es originario de Teoloyucan en el Estado de México, donde anteriormente varios de sus integrantes formaron parte de la Orquesta Filarmónica de esa localidad. Ahí interpretaban música popular mexicana de compositores tradicionales, pero con el tiempo se fueron dando cuenta que lo suyo era la música tropical, en especial la cumbia.

Fue así que Gustavo Zamora y José Luis Paredes, sus fundadores, decidieron llamar a otros compañeros suyos para integrarse en este proyecto que poco a poco ha dado resultados en el gusto de las personas en los lugares donde se han presentado, principalmente en ferias regionales y bailes populares.

Aunque es una agrupación que va empezando en este mundo de la música, se ve que tiene un gran futuro, pues sus diez integrantes hacen pasar un agradable momento de baile y alegría al público que los escucha, como en este caso en Casa de Cultura Postal, donde les pedían que no dejaran de tocar y seguir bailando las cumbias más clásicas del repertorio popular sonidero.

La cumbia es considerada como uno de los géneros musicales y bailables más antiguos que existen. Cuando los esclavos negros de África fueron llevados a Latinoamérica, principalmente por los españoles, se

empezó a crear una importante mezcla de la música y tradiciones que traían los esclavos africanos con la música y tradiciones locales; esa fusión dio como resultado nuevas formas de expresiones musicales, en donde destacó la cumbia.

Según especialistas existen varios tipos de cumbia, como la clásica, la moderna, la vallenata y la tropical. Esta última es el ritmo que ha cautivado más desde la mitad de los años cuarenta y cincuenta, sobre todo en la parte centro del país. En la actualidad, no puede haber fiesta popular, baile de barrio, boda, quince años, bautizo en donde no se toque cumbia tropical o también llamada sonidera. Hace bailar a todos y termina con tristezas y melancolías.

Wichos conectó inmediatamente con el público asistente a esta Noche de Museos, e hizo vibrar el corazón de muchos con el ritmo candente que le imprimieron a sus interpretaciones estos diez jóvenes músicos de Teoloyucan en el Estado de México. Fue una noche de moverse a la cadencia de cumbia y trópico.

Redacción: Vicente Ramos.
Fuente informativa: Museo Casa de la Cultura Postal.



“RECONOCIMIENTO AL MÉRITO JURÍDICO: UN LEGADO EN FAVOR DE LA CLASE TRABAJADORA”



Mtra. Lucy Esthela Vázquez Cañas; Mtra. Violeta Abreu González; Dr. Plácido Morales Vázquez; Mtro. Manuel Acevedo González; Mtra. Maribel Díaz Romero

En una jornada marcada por la solemnidad institucional y el reconocimiento al mérito jurídico, el Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano “Correos de México” (SNTSPM) encabezó un emotivo acto en el Museo Casa de la Cultura Postal. El evento tuvo como eje central la entrega de un reconocimiento al Dr. Plácido Morales Vázquez, titular de la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo (PROFEDET), por sus destacados logros como jurista y su incansable labor en favor de la justicia social en México.

Un homenaje a la trayectoria jurídica

La distinción fue entregada personalmente por el Mtro. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General Nacional del Sindicato, quien destacó la trayectoria del Dr. Morales Vázquez como un referente del derecho laboral y un aliado permanente de la base trabajadora.

La ceremonia contó con la distinguida

presencia de la Mtra. Violeta Abreu González, Directora General del SEPOMEX; La Mtra. Maribel Díaz Romero, en representación de las mujeres sindicalistas; y la Mtra. Lucy Esthela Vázquez Cañas, Secretaria de Igualdad Sustantiva. Sus asistencias subrayaron la estrecha colaboración y el respeto mutuo que impera entre las instituciones.

Conmemoración del Día Internacional de la Mujer

El homenaje se desarrolló en un contexto de profunda relevancia: la conmemoración del Día Internacional de la Mujer. En este marco, el Dr. Morales Vázquez y el Mtro. Acevedo González rindieron un sentido tributo a las servidoras públicas tanto de la PROFEDET como del SNTSPM.

Al respecto, el Dr. Plácido Morales expresó su gratitud:

“Agradezco mucho el reconocimiento en esta emotiva ceremonia en la que también se conmemoró



Dr. Plácido Morales Vázquez, titular de la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo (PROFEDET)

el Día Internacional de la Mujer, homenajeando a servidoras públicas de la PROFEDET y de SNTSPM”.

Este gesto reafirma el compromiso de las instituciones por visibilizar y dignificar el papel fundamental que las mujeres desempeñan en la administración pública y la defensa de la legalidad.

Un Legado en Construcción

Originario de Ocozacoautla, Chiapas, y con una vasta experiencia que abarca desde la academia en la UNAM hasta la presidencia del Tribunal Federal de Conciliación y Arbitraje, el Dr. Morales Vázquez continúa consolidando un legado de integridad. Su labor como promotor de la Reforma Laboral de 2019 y su actual gestión al frente de la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo son testimonio de un servicio público volcado al bienestar colectivo.

Este encuentro en el Museo Casa de la

Cultura Postal no solo celebra los logros individuales de un jurista de excepción, sino que fortalece la voluntad de seguir construyendo un México más justo y equitativo para todas y todos.



Redacción: Griselda González. Fuente informativa: Museo Casa de la Cultura Postal.

CUANDO LAS MANOS PEQUEÑAS ESCRIBEN UNA HISTORIA GRANDE

- El Museo Casa de la Cultura Postal fue el escenario donde niñas y niños tomaron bolígrafo y papel para enviarle su corazón a la Selección Nacional, en el marco de la campaña "ESCRÍBELE A TU SELECCIÓN".



En las salas del Museo Casa de la Cultura Postal se guarda la memoria del correo mexicano, en esta ocasión, se llenaron de una energía inusual: la concentración y la emoción de niñas y niños sentados frente a una hoja en blanco, dispuestos a escribir, con su propio puño y letra, un mensaje de aliento para los jugadores de la Selección Nacional de México.

La jornada fue el primer gran hito de la campaña "ESCRÍBELE A TU SELECCIÓN", una iniciativa impulsada por el Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México" y el Museo Casa de la Cultura Postal, con miras a la fiesta futbolera 2026 que México co-organizará junto a Estados Unidos y Canadá.

"Cada niño se tomó su tiempo, eligió sus palabras y firmó con orgullo. Las cartas quedaron listas para emprender su viaje hasta las manos de los futbolistas que representarán a México en el torneo más grande del mundo."

Los futbolistas reciben a diario miles de mensajes por redes sociales que desaparecen

con el tiempo, pero una carta escrita en papel puede perdurar años; cada vez que se vuelve a leer, revive ese sentimiento de la primera vez que fue abierta y leída.

Después de depositar las cartas en el buzón el recorrido continuó, para conectar en un solo acto, la historia del Servicio Postal Mexicano con el presente deportivo de la nación.

CRÓNICA DE UN MENSAJE: EL SERVICIO POSTAL MEXICANO LLEVA EL ALIENTO DE LA NACIÓN A LA SELECCIÓN NACIONAL

CIUDAD DE MÉXICO / TOLUCA – En un acto que entrelaza la tradición histórica de México con su pasión deportiva actual, el Servicio Postal Mexicano (SEPOMEX) ha completado con éxito el traslado y entrega de misivas motivacionales destinadas al equipo Nacional Mexicano de Fútbol.

El recorrido, que comenzó en el corazón de la capital, no fue solo un proceso logístico, sino un tributo a la identidad nacional a través de la infraestructura postal.



Del Palacio Postal al Centro de Distribución

La travesía inició en la Administración 01, el Palacio Postal (Quinta Casa de Correos). Bajo los domos de cristal y el bronce del emblemático edificio, las misivas fueron recibidas en ventanilla para el proceso de cancelación de estampillas, marcando oficialmente el inicio de su viaje.

Posteriormente, los auxiliares postales realizaron la clasificación manual de acuerdo al domicilio de entrega, enviando la materia postal hacia el circuito que conecta con el Centro de Distribución Pantaco, el nodo logístico neurálgico que procesa el flujo de correspondencia del país.

El Tramo Final: Rumbo a Toluca

Tras su paso por Pantaco, las cartas fueron trasladadas a la Oficina Postal de Toluca Centro. En esta instancia, se llevó a cabo una nueva clasificación por Código Postal para asignar la correspondencia a su destino final.

El cierre de esta cadena de custodia recayó

en la figura del cartero Alejandro Ambriz Camacho, titular del rumbo 40, encargado de la zona. Con la responsabilidad que caracteriza al gremio, Ambriz Camacho realizó la entrega física en las instalaciones de la Federación Mexicana de Fútbol (FMF).

Un Mensaje "En Propia Mano"

La Federación será la encargada de culminar este esfuerzo, entregando personalmente a los seleccionados estos mensajes que portan el apoyo de la afición. Este acto simboliza la unión entre el esfuerzo diario de los trabajadores postales y la disciplina de los deportistas que representan a México en la cancha.

Con esta acción, el Servicio Postal Mexicano reafirma su misión de conectar a los ciudadanos, demostrando que, incluso en la era de la inmediatez digital, el papel y el sello postal siguen siendo el vehículo más humano para transmitir los sentimientos de una nación.

"Por un correo de calidad, eficaz y oportuno"

Redacción: Griselda González.
Fuente informativa: Museo Casa de la Cultura Postal.

LA MAGIA QUE VIVE EN CADA CARTA

“REDACTA UNA CARTA”: UN PROYECTO QUE UNE GENERACIONES A TRAVÉS DEL PAPEL Y LA TINTA



Cuándo fue la última vez que abriste un sobre con tu nombre escrito a mano? Para muchos, ese recuerdo se pierde entre notificaciones digitales y mensajes instantáneos. Sin embargo, hay quienes creen firmemente que la escritura a mano aún tiene mucho que decir, y están haciendo algo al respecto.

Pero la propuesta no se queda en el pasado. Queremos que las nuevas generaciones redescubran algo que la tecnología no puede reemplazar del todo: la emoción de plasmar los propios sentimientos en papel, de elegir las palabras con cuidado, de doblar una hoja y saber que al otro lado habrá alguien que la abrirá con las manos.

Los días 9 y 10 de marzo, nuestro equipo llevó adelante una nueva jornada del proyecto “Redacta una Carta”, una iniciativa que nos llena de entusiasmo y que tiene como escenario los pasillos y aulas de la Escuela Secundaria Diurna N° 16 “Pedro Díaz”. Allí, junto a sus estudiantes, compartimos algo que va mucho más allá de enseñar caligrafía o poner un sello en un sobre: les contamos la fascinante historia de los mensajeros a través del tiempo y el profundo valor que tuvo, y sigue teniendo, la correspondencia escrita.

Porque hay cosas que un mensaje de texto, por más rápido e inmediato que sea, nunca podrá transmitir de la misma manera. La huella de un bolígrafo, el tiempo invertido, el gesto de escribir pensando en el otro... todo eso habla antes de que se lea la primera palabra.

“Redacta una Carta” es, en definitiva, un puente. Un puente entre el ayer y el hoy, entre trabajadores comprometidos con la cultura y jóvenes que tienen mucho por decir. Y estamos convencidos de que, cuando ese puente se cruza, algo hermoso sucede.

Desde las antiguas postas de correo hasta el cartero que tocaba la puerta con noticias de un ser querido lejano, la carta ha sido testigo de momentos históricos, de amores, despedidas y esperanzas. Una historia que muchos jóvenes desconocen y que merece ser contada.

El proyecto continúa. ¡Seguimos escribiendo juntos!

Redacción: Griselda González.
Fuente informativa:
Museo Casa de la Cultura Postal.



¡Te invitamos a participar!

Redacta una Carta

Talleres de correspondencia y escritura manual

Llevamos a tu escuela la magia de escribir a mano, o te recibimos en el Museo Casa de la Cultura Postal

Visitamos tu escuela

Nuestro equipo visita tu institución para impartir el taller directamente.

Visita al Museo

Ven con tu grupo al Museo Casa de la Cultura Postal y vive la experiencia

+ + +

Para mayor información y agendar tu taller:

Ing. Juan Pablo Pascacio

55 1336 1466

Lic. Alejandro Ramirez Garduño

55 5546 4322 ext. 111

Porque hay cosas que un mensaje de texto nunca podrá transmitir igual...

SINDICATO NACIONAL DE TRABAJADORES DEL SERVICIO POSTAL MEXICANO
Museo Casa de la Cultura Postal - Proyecto "Redacta una Carta"

"POR UN CORREO DE CALIDAD, EFICAZ Y OPORTUNO"

VISITA EL MUSEO CASA DE LA CULTURA POSTAL, JENS SAVERSTAM, VICEPRESIDENTE MUNDIAL DE UNI CORREOS Y LOGÍSTICA



El viernes 13 de marzo de 2026, el Museo Casa de la Cultura Postal, recibió la grata visita del Vicepresidente mundial de UNI Correos y Logística. En un ambiente de camaradería, Jens Saverstam recorrió las instalaciones junto al Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", el Mtro. Manuel F. Acevedo González.

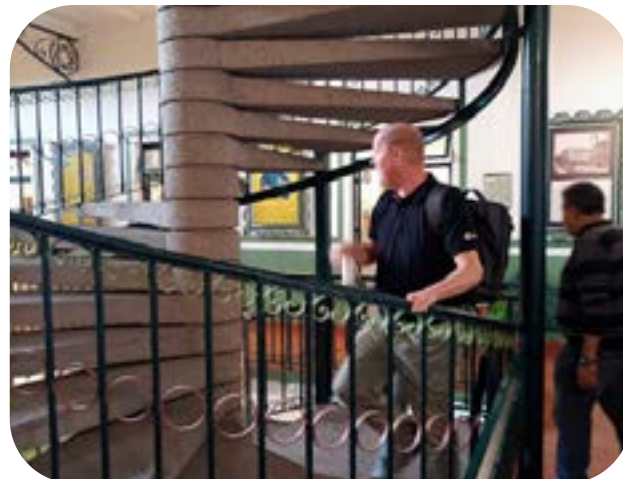
Durante el recorrido, compartieron anécdotas y admiraron cada objeto resguardado en el museo. Saverstam elogió la belleza del lugar, y manifestó estar orgulloso de poder estar ahí, tras haber dedicado gran parte de su vida al sector postal.

Asimismo, el invitado aceptó la propuesta de degustar el menú de la cafetería del museo, espacio donde intercambiaron puntos de vista con el Mtro. Acevedo acerca de las problemáticas y situaciones actuales del correo internacional. Un tema central de la charla fue la intención del Sindicato Nacional de retomar su

relación con UNI Global Union, con el fin de reforzar el apoyo a los sindicatos postales de otros países y reemprender la presencia internacional con la que ya contaba esta organización sindical.

Al finalizar, el invitado se despidió con entusiasmo, prometiendo regresar para seguir de cerca la evolución del correo mexicano, del cual comentó que tiene mucho potencial para sobrepasar cualquier obstáculo en el futuro. 🇲🇽

Redacción: Salvador Navarro.
Fuente informativa:
Museo Casa de la Cultura Postal.



SE CUMPLEN 147 AÑOS DE LA ADHESIÓN DEL CORREO MEXICANO A LA UPU

- Se facilitó el envío de mensajería al extranjero.
- Nuestro país aporta al fortalecimiento de la cooperación internacional.



México tiene una gran historia de participación en las organizaciones internacionales. Una de las más destacadas ha sido en la Unión Postal Universal (UPU), a la cual nuestro país se adhirió oficialmente el 1 de abril de 1879, convirtiéndose en el miembro número 37.

Al cumplirse el 147º aniversario de este hecho histórico, recordamos la importancia de la relación del Servicio Postal Mexicano con la UPU.

Antes de la integración de nuestro país a esta organización, enviar una carta al extranjero era una tarea compleja y costosa. Cada nación tenía sus propias tarifas y se requerían múltiples sellos o convenios bilaterales para que una misiva cruzara fronteras. Bajo la administración de Porfirio Díaz, México buscaba la modernización y el reconocimiento internacional. La adhesión a la UPU no fue solo un

trámite técnico, sino un símbolo de que el país estaba listo para jugar en las grandes ligas del comercio y la política global.

Beneficios de la Integración

La entrada de México a la UPU trajo consigo transformaciones inmediatas:

- **Unificación de Tarifas:** Se establecieron cuotas fijas y asequibles para el envío de correspondencia internacional.
- **Reconocimiento de Sellos:** Los timbres postales mexicanos comenzaron a ser válidos y reconocidos en todos los países miembros.
- **Eficiencia en el Tránsito:** Se eliminó la necesidad de reetiquetar correspondencia en cada frontera, agilizando el flujo de información y mercancías.

- **Modernización Interna:** Para cumplir con los estándares de la UPU, México tuvo que profesionalizar su servicio postal, lo que eventualmente culminó en la creación de instituciones más robustas y la construcción de joyas arquitectónicas como el Palacio Postal en la Ciudad de México.

para el intercambio postal internacional y formula recomendaciones para impulsar el crecimiento del volumen de correo, paquetería y servicios financieros, además de mejorar la calidad del servicio a los clientes.

México aporta al servicio postal mundial

La UPU

De acuerdo con la propia Unión Postal Universal, el organismo es el principal foro de cooperación entre los actores del sector en cuestión y contribuye a garantizar una red verdaderamente universal de productos y servicios actualizados.

La organización cumple una función de asesoramiento, mediación y enlace, y proporciona asistencia técnica cuando es necesario. Establece las normas

En septiembre del año pasado, en el marco del 28º Congreso de la UPU realizado en Dubái, Emiratos Árabes Unidos, más de 170 de las 192 naciones integradas al organismo aprobaron una reforma presentada por el gobierno de México. Esta iniciativa fortalece la cooperación internacional al reconocer oficialmente como regionales a las uniones subglobales que la conforman.

La aprobación por mayoría de la iniciativa presentada a través de la Secretaría de Relaciones Exteriores y





Correos de México, fue un hecho que no solo significó un triunfo para nuestro país, sino también representa una transformación para la UPU y un reflejo del espíritu de colaboración e inclusión que se comparte en la comunidad postal mundial.

Para México, legitimar la cooperación regional es clave a fin de enfrentar los grandes desafíos del sector postal en la actualidad: la transformación digital, la conectividad y la resiliencia de los servicios. Con este cambio, se aporta mayor claridad institucional y se consolida una red global basada en la igualdad y la participación conjunta.

Este avance se alcanzó como resultado del trabajo conjunto entre las instituciones mexicanas referidas y ha sido un hecho histórico, así como un paso clave a la modernización, el cual fue reconocido por los países involucrados como Uruguay, Honduras, Cuba, Estados Unidos, Rusia, China, Vietnam, Italia, Indonesia, Brasil y Japón. 🌐

Redacción: Gio Sánchez

Fuente informativa: Unión Postal Universal, Correos de México y el Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM.



ABRAZOTERAPIA, MÉTODO PARA ALIVIAR LA DEPRESIÓN



Para fortalecer el sistema inmunológico, mejorar la capacidad de memoria, el sentido de pertenencia a un grupo social y reducir la depresión, cada persona debería dar o recibir de cuatro a ocho abrazos al día. Este tipo de contacto, en particular, es importante en extremos de la vida, representados por los bebés y adultos mayores. Sin embargo, todos necesitamos de los abrazos, una acción que se vuelve cada vez más indispensable a medida que avanza la edad.

Estas consideraciones, amables lectores, son hechas por un grupo de especialistas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), quienes se han dado a la tarea de investigar a fondo los beneficios de los abrazos en el comportamiento humano. Han llegado a conclusiones

sorprendentes: el contacto por medio de los abrazos ayuda a disminuir los niveles de cortisol. Esta hormona está relacionada con el manejo del estrés y, cuando sube demasiado, comienza a eliminar las neuronas y a evitar la neurogénesis. Asimismo, brindar abrazos incrementa la producción de serotonina y dopamina, lo que eleva la sensación de bienestar y placer.

Los investigadores universitarios Alicia Castillo y Manuel González Oscoy consideran que el abrazo es una conducta de bajo costo que proporciona múltiples beneficios. "Es recomendable aprender a hacerlo, distinguir bien qué se busca al ofrecerlo y cómo puede interpretarlo la otra persona", señalan. Para que el abrazo sea efectivo, debe entregarse de manera consensuada, porque de lo contrario genera más estrés.



individuos (por ejemplo, entre gemelos), se creó lo que se conoce como abrazoterapia, la cual sugiere de cuatro a ocho abrazos por día. El contacto interpersonal también ayuda a que las neuronas se mantengan saludables, pues lo que las mata no es el estrés en sí mismo, sino la carencia de un periodo de reposo, pausa o restauración entre un episodio de tensión y otro.

Los abrazos estimulan respuestas en algunas funciones autónomas del cuerpo, como la disminución de la presión arterial, la producción de la hormona asociadas al rejuvenecimiento y la activación del sistema límbico y el inmunológico. Este contacto es tan importante como comer, dormir e hidratarse.

Añaden, además, que es necesario considerar la intención del abrazo, pues no es lo mismo proporcionarlo para reconfortar, apapachar u ofrecer el pésame, que, como estímulo erótico, de agresión o de celebración comunitaria. "Las diferencias -explican los investigadores- pueden ser notadas por el tiempo que dura, las zonas del cuerpo que se abrazan y la fuerza que se imprime. Por ejemplo, uno de consuelo requiere de un ejercicio cruzado donde un brazo está arriba del hombro y el otro en la espalda; si se toca la cintura se puede considerar algo personal, mientras que el de pareja se da a nivel de cuello".

A partir de experiencias que han mostrado que el contacto piel a piel favorece el desarrollo de los

"Abrazarse es vida. Así como se mueren las neuronas que no se tocan, los seres humanos sin contacto afectivo tienen un riesgo más alto no solo de padecer afecciones, sino incluso de morir", concluyeron los especialistas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Con información de El Universal.



Redacción: Vicente Ramos.

DURANTE 39 DÍAS, MILLONES DE AFICIONADOS ESTARÁN ATENTOS EN LA COPA MUNDIAL 2026

- México está dentro de la gran fiesta futbolera.
- Los mexicanos fincan su esperanza en el equipo tricolor.



Estamos a dos meses y días de que inicie la Copa Mundial 2026 y México está listo para la gran fiesta futbolera en sus tres importantes sedes: Guadalajara, Ciudad de México y Monterrey.

Será la pasión de millones de aficionados y no aficionados, que durante 39 días estaremos prendidos en el televisor, internet y las redes sociales para seguir lo que suceda en los 16 estadios repartidos a través de Estados Unidos, Canadá y México, entre el 11 de junio, fecha de inicio, y el 19 de julio, fecha de cierre del trascendental evento mundial.

Sin discusión alguna, a pesar de las miles de personas que aborrecen el “deporte de las patadas”, el futbol en México y en cualquier parte recóndita del orbe es la actividad deportiva por excelencia; una que llega y conmueve a niños, jóvenes y adultos.

Hoy en día, como lo fue en el Siglo XX, hablar de futbol es tan cotidiano en cualquier esfera social que resulta ser el deporte más popular del mundo contemporáneo. En él se ubica todo un universo complejo, amplio y multiforme, que hace de esta disciplina parte del espectáculo donde la afición grita, llora, ríe, canta y se manifiesta de mil maneras de acuerdo con su estado anímico.

No hay país en el mundo, así sea la nación más pobre del África, Asia, Europa, Oceanía o América, que no tengan participación en el futbol, y existe en la mayoría de su población – si no es que en su totalidad- una gran afición por este deporte.

Como el espectáculo que es, la afición se desboca por su equipo preferido. Los mexicanos fincan su esperanza en el conjunto tricolor en la gran

justa mundialista, esperando que la onceava nacional defienda la camiseta verde con pasión y coraje para llegar a semifinales, y no quedarse en el inicio del camino, como ha sucedido en los últimos mundiales.

Los mexicanos se enorgullecen de haber sido sede en dos ocasiones (1970 y 1986) de la IX y XIII Copas Mundiales de la FIFA. Eventos donde, aunque no se llegó a la meta final, sí se alcanzó la antesala de la gloria.

En esta edición XXIII, aun contra los pronósticos en contra, los mexicanos deseamos que nuestro equipo supere la fase de octavos de final, instancia en la que se ha estancado en las últimas justas mundialistas. Deseamos, que la onceava verde entierre sus temores y llegue al ansiado quinto partido. Un objetivo por el que se ha peleado y no se ha logrado concretar.

Estamos a dos meses y días de la justa deportiva mundial, los jugadores deberán demostrar sus agallas. La afición mexicana espera resultados tangibles y exige que los seleccionados no vayan simplemente a turistar.

México liderará el Grupo A y jugará contra Sudáfrica en la inauguración de la justa deportiva el jueves 11 de junio de 2026. Posteriormente, nuestra selección enfrentará a Corea del Sur, y el tercer rival será europeo; el cual saldrá del ganador del repechaje entre Dinamarca, Macedonia del Norte, República Checa e Irlanda. La labor del equipo debe ser trascendente y no hacer el ridículo en la justa mundialista: Los mexicanos demandan calidad, entrega y profesionalismo. 🇲🇽

Redacción: Ricardo Flores Miranda

- Fuente informativa:
- Notas periodísticas diarios nacionales
 - Comentarios sobre el tema futbolero
 - Página Web FIFA
 - Opinión Personal (artículo de opinión)

JESÚS, REPRESENTADO EN 171 PELÍCULAS DESDE 1895

- “La Pasión de Cristo”, película avalada por el Papa Juan Pablo II, ha sembrado a la fecha el debate entre los que la defienden a ultranza y los que la atacan de antisemita y violenta.
 - En su haber fílmico, México ha participado con 11 películas con el tema de Jesús.
 - Estados Unidos ha realizado 73 películas desde 1897, colocándose como el país con mayor número de producciones.

JESUCRISTO EN EL CINE



A lo largo de los siglos XIX, XX y XXI, la presencia cinematográfica de Jesús de Nazaret ha destacado en 171 películas, abarcando filmes cortos y largometrajes, hasta documentales y miniseries televisivas.

Con tantos filmes realizados en torno a su vida, obra y muerte, Jesús de Nazaret es considerado el personaje más interpretado en la cinematografía mundial. Su prominente presencia emergió por primera vez en el cine en 1895 con la película titulada “La Passion du Christ”, producida en Francia por Kirchner y Basile de las escuelas cristianas. Los intérpretes eran aficionados y el rodaje se llevó a cabo en un salón de la calle Félicien en París.

No obstante, para algunos investigadores, la primera versión

real en la que aparece la imagen de Cristo es en la película “La Vie et la Passion de Jésus Christ” (Vida y Pasión de Jesucristo), realizada en 1897. Fue dirigida por George Hatot y producida por los hermanos Auguste Marie y Louis Jean Lumiere, los inventores franceses del cinematógrafo, que dieron a conocer el maravilloso invento al mundo el 28 de diciembre de 1895. Este melodrama fílmico, se integra de 13 escenas representadas por los habitantes del pueblo de Horitz, aldea de Bohemia, y tenía una duración de 15 minutos.

En 1897, tres países toman el tema de Jesús: en Italia se realizó la película “La Passione di Gesù” de los directores Luigi Topi y Ezio Cristofari; en Estados Unidos, el director Henry C. Vincent filmó “The Passion Play of Oberammergau”, donde los habitantes del pueblo de

Oberammergau aparecen envueltos en mantos parecidos a vestiduras romanas y judías; y en Gran Bretaña se llevó a la pantalla “The Sign of the Cross”.

Pioneros del cine religioso

En 1898 se produce la película “Jesús ante Pilatos” de la directora francesa Alice Guy-Blaché. Además de ser la primera mujer realizadora de una película en el Siglo XIX, su biografía destaca que fue la precursora de mantenerse económicamente como cineasta. Rodó más de 1,000 películas a lo largo de su vida, formó varias productoras en Francia y Estados Unidos, y luchó por ser reconocida internacionalmente como directora, actriz y productora.

Para Marie Georges Jean Méliés, cineasta francés y creador del lenguaje cinematográfico, tampoco pudo dejar a un lado la presencia de Jesús y filmó en 1899, su película “Jesucristo andando sobre las aguas”.

La era moderna y la controversia

Cada película ha sido polémica y cuestionada a lo largo de tres siglos; sin embargo, “La Pasión de Cristo” (2004), dirigida por Mel Gibson, personificada por el actor estadounidense James Caviezel y avalada por el mismísimo Papa Juan Pablo II, ha sembrado hasta la fecha el debate encarnizado entre los que la defienden a ultranza y quienes la atacan de antisemita, integrista, violenta y sensacionalista.

“La pasión es una profunda historia de coraje y sacrificio que describe las últimas doce horas de la vida de Jesucristo”, sostiene su realizador, Mel Gibson. La cinta muestra la crudeza de la pasión, muy lejos de las versiones edulcoradas que Hollywood había presentado en las inolvidables y calificadas como Joyas de la cinematografía mundial realizadas en Cinemascope (sistema de filmación caracterizado por el uso de imágenes amplias) en los años 50 y 60 del Siglo XX, tales como: El Manto Sagrado (1953); Demetrio



y los Gladiadores (1954); Ben-Hur (1959); Rey de Reyes (1961) y Barrabás (1961); clásicos que siguen siendo los favoritos del público y que son exhibidas en televisión cada año durante la Semana Santa o Semana Mayor.

A partir de La Pasión de Cristo en 2004, y hasta este 2026, se han llevado a la pantalla 43 nuevas producciones sobre la vida, obra y muerte de Jesús. En estos 22 años, sobresalen títulos como:

- "En busca de la tumba de Cristo" (2006) de Giulio Base, producción financiada por España, Italia, Estados Unidos y Bulgaria;
- "Natividad Jesús, el nacimiento" (2006) de Catherine Hardwicke, producción de Estados Unidos;
- "La Pasión" de Michael Offer, producción del Reino Unido;
- "American Jesús" (2009) del director Matthew Vaughn, producida por Estados Unidos;
- "Resucitado" (2016) de Kevin Reynolds, producción de Estados Unidos;
- "The Young Messiah" (2016) con dirección de Cyrus Nowrasteh, producción Estados Unidos;
- "Ben-Hur" (2016) del director Timur Bekmambetov, producción Estados Unidos;
- "The King of Kings" (2025) del director Seong-ho Jang, producción de Estados Unidos.

Las aportaciones de México

En su haber fílmico, México ha participado con 11 producciones

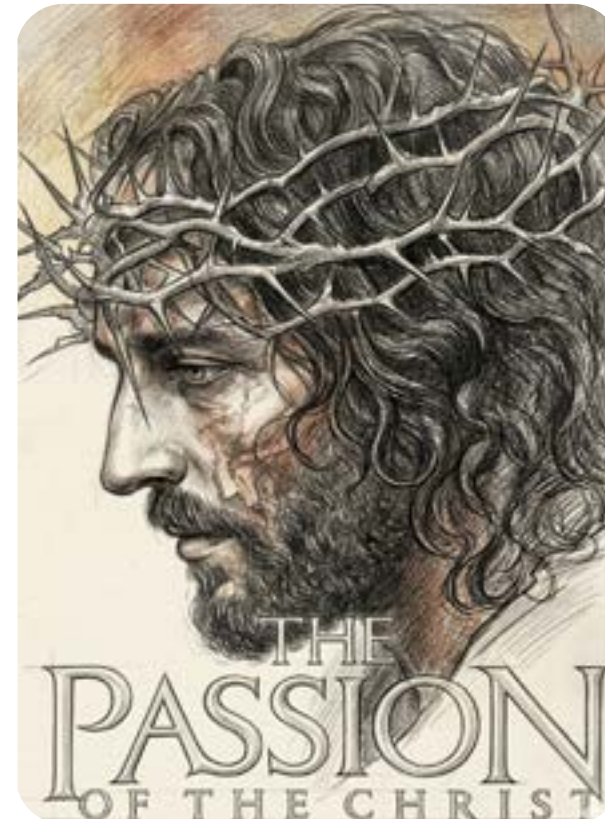
dedicadas a este tema:

1. "Jesús de Nazareth" realizada en 1942 bajo la dirección de José Díaz Morales;
2. "María Magdalena, la pecadora de Magdala" (1945) dirigida por Miguel Contreras Torres;
3. "Reina de Reinas, la Virgen María" es la tercera producción bajo la dirección de Miguel Contreras Torres en 1945;
4. "El Mártir del Calvario" (1952) dirigida por Miguel Morayta;
5. "El Cristo Negro", una coproducción México- Guatemala y se realizó en 1955, con dos directores José Baviera y Carlos Véjar, hijo.
6. "El Proceso de Cristo" (1965) es el quinto filme dirigida por Julio Bracho;
7. "Jesús nuestro señor" (1969) de Miguel Zacarías;
8. "Jesús el Niño Dios: leyendas de la niñez de nuestro señor Jesucristo" (1970), de Miguel Zacarías;
9. "Jesús, María y José: leyendas de la infancia de nuestro señor Jesucristo" realizada en 1970.
10. "El Elegido" (1977) de Servando González;
11. "La Vida de Nuestro señor Jesucristo" (1980, de Miguel Zacarías.

Como dato relevante, Estados Unidos ha realizado 73 películas desde 1897, colocándose como la nación con mayor número de producciones fílmicas sobre la vida de Jesucristo.

Desde sus inicios, la cinematografía mundial ha tenido presente la figura

de Jesús, buscan siempre resaltarla y exhibirla en sus diversas narrativas y formatos. Las nuevas producciones mantienen vigentes los relatos evangélicos y el cristianismo, asegurando que esta tradición en la pantalla grande siga viva cada Semana Santa o Semana Mayor, tal como ha sido la costumbre durante los últimos 131 años, desde aquel lejano 1895 hasta nuestro actual 2026. 🌟



Redacción: Ricardo Flores Miranda

Fuente informativa:
 • https://es.wikipedia.org/wiki/Jes%C3%BAs_de_Nazaret_en_el_cine
 • <https://educomunicacion.es/cineyeducacion/jesucristo.htm>

MARÍA GREVER, AUTORA MUSICAL MEXICANA DE TODOS LOS TIEMPOS

Considerada la primera mujer mexicana que trascendió a la escala internacional con sus composiciones.



Pocas son las mujeres compositoras mexicanas que han logrado destacar en el ámbito internacional. Solo dos de ellas siguen trascendiendo a través del tiempo en el gusto de todos los públicos con sus hermosas canciones: Consuelo Velázquez y María Grever.

Dedicamos este número a recordar a María Joaquina de la Portilla Torres, mejor conocida en el mundo de la composición musical como María Grever.

Quizá por su nombre jamás logremos identificar a la autora de aquellas melodías que tanto nos gustan y nos hacen suspirar y anhelar por el ser amado. Y es que, en la voz de los famosos intérpretes, las canciones las hacen prácticamente "suyas" al popularizarse, olvidando quién las escribió y musicalizó.

Tenemos el caso de la melodía "Cuando vuelva a tu lado", autoría de Grever, que a la letra dice:

Quando vuelva a tu lado

Quando vuelva a tu lado no me niegues tus besos, el amor que te he dado no podrás olvidar. No me preguntes nada, que nada he de explicarte el beso que me negaste ya me lo podrás dar.

Quando vuelva a tu lado y esté a solas contigo, las cosas que te digo no repitas jamás; une tu labio al mío, estréchame en tus brazos y siente los latidos de nuestro corazón.

Esta canción se hizo famosa en voz de Luis Miguel; Manoella Torres; Tehua; Alberto Ángel "El Cuervo"; Pedro Vargas; Javier Solís; entre otros afamados intérpretes.

Su primer gran éxito se produjo

en 1926 con "Júrame", canción interpretada por José Mojica cuando ella aún no era demasiado conocida. Por esos años, el bolero comenzaba a convertirse en la música más popular del momento, y uno de sus fragmentos expresa:

Júrame

Júrame, que aunque pase mucho tiempo pensarás en el momento en que yo te conocí. Júrame, que no hay nada más profundo, ni más grande en este mundo que el cariño que te di. Bésame, con un beso enamorado como nadie me ha besado desde el día en que nací. Quiéreme, quiéreme hasta la locura y así sabrás la amargura que estoy sufriendo por ti...

Esta hermosa canción es conocida gracias a intérpretes clásicos como Libertad Lamarque y Pedro Vargas, y a voces contemporáneas como Luis Miguel, Alejandro Fernández, Andrea Bocelli, Ely Guerra, Plácido Domingo, Julio Iglesias y Miguel Bosé.

La compositora Grever, además de ser autora de música de concierto, realizó partituras musicales para películas de las compañías Paramount Pictures y 20th Century Fox. En su haber dejó compuestas más de 800 canciones populares, boleros en su mayoría. Temas famosos como "Cuando vuelva a tu lado"; "Júrame"; "Te quiero dijiste"; "Así"; "Volveré"; "Cuando me vaya"; "Alma mía" y "Por si no te vuelvo a ver", son algunos de los

que más se escuchan actualmente.

Una cualidad singular de María Grever es que ella era tanto la autora de las letras como de la musicalización de sus propias canciones. Logró acoplar espléndidamente letra y música, a diferencia de la mayoría de los compositores, quienes solían apoyarse en arreglistas o músicos especializados para musicalizar sus obras.

A esta gran compositora se le considera la primera mujer mexicana que trascendió a escala internacional por su obra musical. En reconocimiento a su trayectoria, una escuela de música de la ciudad de Barcelona, España, (El Centre d'Estudis Musicals María Grever) lleva su nombre. Asimismo, en la ciudad de León, Guanajuato, lugar donde nació el 14 de septiembre de 1885, existe una estatua con su figura y un teatro bautizado en su honor. María Grever falleció en Nueva York el 15 de diciembre de 1951, hace ya más de 74 años.



Redacción: Ricardo Flores Miranda
Fuente informativa:
• https://es.wikipedia.org/wiki/Mar%C3%ADa_Grever
• <https://www.bienmesabe.org/noticia/2005/Diciembre/maria-grever-una-famosa-desconocida>

INICIA CUENTA REGRESIVA PARA MUNDIAL DE FUTBOL FIFA 2026



Comenzó la cuenta regresiva para recibir a millones de turistas que se darán cita en México en junio próximo, durante el Mundial FIFA 2026.

De acuerdo a la Secretaría de Turismo, la Copa Mundial de Futbol atraerá más de 5.5 millones de turistas extranjeros adicionales al país, con una derrama de hasta 3 mil millones de dólares de divisas. Por ello, en la Ciudad de México se realizan obras a todo vapor: remodelación del Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México (AICM), así como reparación y embellecimiento de parques, calles y zonas turísticas.

Se construye una nueva línea de Trolebús denominada "Silvestre de los Pedregales", que conectará 18 colonias con el Metro y el Tren Ligero. Este último se encuentra en

un proceso de modernización con 17 nuevos trenes de doble vagón, y se modernizarán los CETRAM de Universidad, Taxqueña y Huipulco.

La ola más grande del mundo

En la CDMX se planea romper el récord de la ola más grande del mundo, al organizar una que vaya desde el Zócalo al Estadio Ciudad de México, sede de la inauguración de la Copa del Mundo 2026.

A pasos agigantados, y con la oposición de algunos vecinos, avanza la remodelación del Estadio Azteca -ahora Banorte-, aunque durante el Mundial se llamará Estadio Ciudad de México, ya que, de acuerdo a las reglas de la FIFA, los estadios no pueden portar nombres de marcas o empresas comerciales.

Llegada de 1.2 millones de turistas a CDMX

Javier Puente, Presidente del Consejo de la Asociación de Hoteles de la Ciudad de México, informó que en la capital mexicana se prevé la llegada de 1.2 millones de turistas. Se espera una cantidad similar de personas hospedadas para presenciar o seguir de cerca los partidos programados de la Copa Mundial de Futbol.

En el tema del hospedaje, la Asociación de Hoteles de la Ciudad de México aseguró que la capital mexicana, cuenta con hoteles y habitaciones suficientes para hospedar a los visitantes nacionales e internacionales. La FIFA estima el número de visitantes con base a los boletos vendidos; calculando 1.8 personas por boleto vendido en la capital mexicana; esto significa que la afluencia por partido no superaría las 180,000 personas por partido, de acuerdo con Javier Puente.

A decir de Javier Puente, la CDMX tiene 105,000 cuartos de hospedaje regulados por la Ley de Turismo, con fecha 4 de abril del año en curso, en promedio se hospedan entre 2 y tres personas por cuarto, lo que da una capacidad para más de 200,000 personas durmiendo en la capital. Precisamente, la CDMX es una de las 15 ciudades del mundo con mayor volumen de cuartos de hotel.

CDMX, más de 710 hoteles
La Ciudad de México cuenta con



710 hoteles y más de 63,000 habitaciones, con una ocupación del 60% y una tarifa promedio de entre 1,400 y 1,600 pesos (aproximadamente 70 dólares). Esto convierte a la CDMX en la sede mundialista más accesible económicamente entre las 15 ciudades anfitrionas, donde el promedio en otras sedes fue de 120 dólares.

La gran oferta de hoteles se encuentra en la Alcaldía Cuauhtémoc, le siguen Miguel Hidalgo, Santa Fe, Coyoacán, Venustiano Carranza y Gustavo A Madero.

El gobierno de la Ciudad de México solicitó a las 16 alcaldías y la FIFA coordinar actividades para todo el mundial, por lo que cada demarcación tendrá una zona exclusiva para vivir el Mundial, debidamente avalada y certificada.

Recorridos turísticos en mercados

En el marco del Mundial de Fútbol 2026, el Gobierno de la Ciudad de México impulsará recorridos para llevar turismo a los mercados, incluyendo la instalación de pantallas gigantes, para que los visitantes puedan disfrutar de los partidos.

El Fan Fest de Ciudad de México se va a realizar en el Zócalo, donde se montarán canchas de fútbol y habrá pantallas para ver los partidos. Además, se instalarán pantallas en las 16 alcaldías de la Ciudad de México, para que los vecinos o habitantes de la zona vean los juegos de la Copa del Mundo sin costo alguno.

Seguridad garantizada

El gobierno capitalino tiene prevista la compra de 40,000 videocámaras para vigilar todas las calles de la entidad, sobre todo las que están alrededor del Estadio Banorte. Con esa adquisición, se tendrían 123,000 videocámaras, lo que convertiría a la CDMX en la ciudad más videovigilada de Latinoamérica.

Los Pinos serán el centro de medios oficial durante la Copa del Mundo 2026. Asimismo, en las colonias aledañas al Estadio se harán murales con motivos de la Copa del Mundo, con el fin de mejorar la imagen urbana y los alrededores

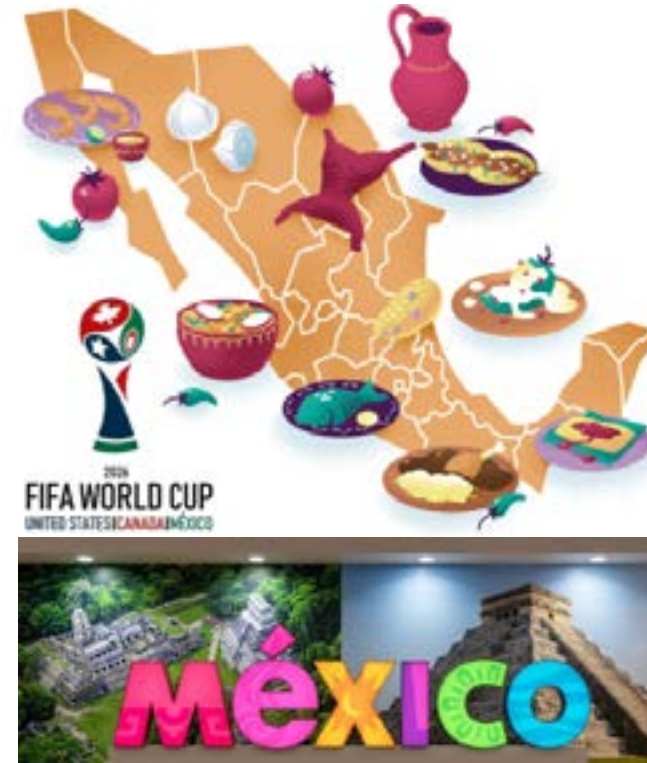


de la sede de la inauguración del Mundial 2026.

Atractivos culturales y turísticos

Igualmente se buscará rescatar la Arena México como atractivo turístico, lugar que se ha convertido en uno de los puntos más importantes de la CDMX, debido a que la lucha libre mexicana goza de gran popularidad internacional y muchos visitantes extranjeros acuden a ver funciones de lucha libre.

Entre los lugares más visitados se esperan el Museo Nacional de Antropología, el Castillo de Chapultepec, el Templo Mayor, las calles históricas del Centro Histórico -declarado Patrimonio



de la Humanidad por la UNESCO en 1987-, teatros, Xochimilco, la Alameda Central, el Paseo de la Reforma, el Palacio de Bellas Artes y el Museo Frida Kahlo.

Grandes ofertas gastronómicas

La oferta gastronómica es uno de los grandes atractivos que cautivarán a los visitantes. Desde los tradicionales tacos al pastor y antojitos callejeros, hasta experiencias gourmet en restaurantes galardonados con estrellas Michelin, la capital mexicana es un destino culinario de clase mundial.

Los famosos barrios de Coyoacán, Roma, Condesa y Polanco ofrecen una mezcla perfecta entre cultura, sabor y entretenimiento,

convirtiéndose en puntos clave para quienes quieran vivir la ciudad más allá de la fiesta futbolística.

Generación de empleo

La Secretaría del Trabajo y Fomento al Empleo de la Ciudad de México (STyFE) proyecta la generación de hasta 130 mil empleos formales por el Mundial. Los sectores productivos que se verán beneficiados con los nuevos empleos formales serán la hotelería, la gastronomía, los transportes y otros servicios, que son los que más demandas tendrán.

En otro tema, el Sindicato Nacional de Controladores de Tránsito Aéreo (SINACTA) anunció que aumentarán en un 50% las operaciones en el AICM para recibir a turistas nacionales e internacionales que arribarán a la CDMX con motivo del Mundial. 🌐



Redacción: Regina Vargas

Fuente informativa: Gobierno Capitalino, Secretarías de Turismo, Cultura y del Trabajo de CDMX y Consejo de la Asociación de Hoteles de la Ciudad de México.

PULQUERÍAS CAPITALINAS SE NIEGAN A DESAPARECER

¡Qué tal un curado de cereza, avena, apio, piñón, maracuyá, guanábana, tomate, almendra, fresa con kiwi, vino tinto, mamey, piña, pay de limón, arándano o natural!



De esta y muchas otras formas se puede tomar un buen pulque, catalogado como “néctar de los dioses”, o como cita el refrán: “Agua de las verdes matas, tú me tumbas, tú me matas, tú me haces andar a gatas”.

Un buen vaso de pulque se puede disfrutar en las pulquerías tradicionales que aún quedan en Ciudad de México. Con muchas décadas de vida, destacan lugares emblemáticos como las Duelistas, la Tlaxcalteca, la Bella Hortensia, la Reforma de la Carambola, la Fuente de los Chupamirtos, la Botijona, La Rosita, La Pirata, Los Insurgentes, El Recreo de Manzanares y la Hija de los Apaches, y la Catedral del Pulque.

Gracias a la tradición y nostalgia de muchos barrios capitalinos y de la zona central del país, estas

pulquerías sobreviven gracias a los amantes del pulque natural o curado. A la fecha, en las pulquerías se puede ver a gran cantidad de jóvenes que se han aficionado a esta bebida ancestral.

Patricia Cardona, difusora del consumo del pulque mediante visitas guiadas por pulquerías tradicionales de la ciudad de México, destaca que de acuerdo con un estudio realizado por el Colectivo El Tinacal sobreviven cerca de 50 pulquerías tradicionales en la capital

Del maguey a la ciudad

El pulque se produce desde hace más de 2,000 años. Entre los estados productores se encuentran: Estado de México, Hidalgo, Puebla, Tlaxcala y Veracruz. Durante muchos años el pulque que se expende en estos comercios lo

traen de la Hacienda San Isidro de los Razo Nanacamilpa, Tlaxcala y de Singuilucan, Hidalgo.

Vale la pena comentar que, en el año 2015, la Hacienda San Isidro producía aproximadamente 14,000 litros semanales de pulque, siendo la de mayor producción de pulque en la región. De ese total, 8,000 litros eran envasados para su exportación a Estados Unidos y Alemania; 1,200 litros los utilizaban para la producción de miel de agave, y el resto se comercializa en Ciudad de México y Estado de México. Para que un maguey comience a emanar aguamiel pasan hasta 10 años, y en su vida útil puede producir 250 litros.

Más allá del “néctar de los dioses”

Hoy en día, se ha logrado quitar la idea de que el maguey solo servía para producir aguamiel y de ahí fermentar el pulque. Ya se elaboran otros subproductos a partir de esta noble planta, tales como:

- La Inulina (un prebiótico),
- El destilado de pulque,
- El pulque sin alcohol y envasado,
- El jarabe de aguamiel y azúcar de aguamiel,
- Saborizante de maguey,
- Y, en un futuro, también se hará el biocombustible (etanol).

Patrimonio Cultural Inmaterial

En la época prehispánica, esta bebida proveniente del maguey solo la tomaban los sacerdotes, ancianos y aquellos que iban a ser sacrificados en el templo de Huitzilopochtli. Hoy, no solo se ha logrado mantener en el gusto de miles de personas, por su sabor singular y su alto valor nutrimental, sino que ha cobrado una nueva relevancia institucional.

El proceso de elaboración del pulque y las pulquerías fueron declarados Patrimonio Cultural Inmaterial de la CDMX, el 3 de octubre de 2024. Además, en enero de 2026, el Congreso capitalino instruyó que el primer domingo del mes de febrero fuera declarado oficialmente como el “Día del Pulque” en la ciudad. Sus promotores, incansables en su labor, ahora luchan por conseguir una declaratoria a nivel nacional.



Redacción: Regina Vargas

Fuente informativa:
• Colectivo El Tinacal, Hacienda San Isidro, maestro Emilio Manuel Valdovinos y Pulquerías capitalinas.

MARIO MORENO "CANTINFLAS", EL CARTERO



Recordamos en esta edición de Buzón Abierto al actor mexicano Mario Fortino Alfonso Moreno Reyes, en el aniversario 33 de su fallecimiento (20 de abril de 1993). El histrión nació un 12 de agosto de 1911. Saltó a la fama gracias a su personaje de "Cantinflas", un "peladito" que, por sus ingeniosos juegos de palabras, se volvió un ícono de la Época de Oro del cine mexicano.

Fue tan popular y querido en todo el mundo hispanohablante que se le considera "El Chaplin mexicano". De joven, Mario Moreno se desempeñó en varios oficios, algunos muy peligrosos y otros algo aburridos, hasta que descubrió que lo suyo era hacer reír a la gente.

"Cantinflas", cartero de corazón

En sus películas interpretó, entre

otros, a un basurero, maestro, policía y bolero. El oficio que hoy nos lleva a escribir este texto es el de cartero, actividad que el propio Mario Moreno habría ejercido en la vida real y que "Cantinflas" encarnó en "Entrega inmediata" (1963), donde interpretó a Feliciano, un hombre humilde y polifacético que trabaja en una oficina de correos, el Palacio Postal, pero que no duda en aceptar cualquier chamba extra para salir adelante. Un reflejo de lo que ocurre también hoy con muchos carteros y carteras mexicanos, quienes desempeñan otro oficio o actividad a fin de tener mayores ingresos y una mejor calidad de vida para sus familias.

A diferencia de un cartero convencional, Feliciano ve la correspondencia no como simples sobres, sino como fragmentos de la vida de las personas: es el vínculo

social de la comunidad. Su ética de trabajo es peculiar: no solo entrega cartas, sino que se involucra emocionalmente en el contenido de las mismas (a veces incluso leyéndolas para ayudar a quienes no pueden hacerlo), encarnando la figura del "metiche con buen corazón" y humaniza esa noble actividad con humor.

Puntos clave de la película

- **El humor verbal:** Es una de las mejores muestras del "cantinfleo". Feliciano logra desesperar y confundir a villanos y autoridades por igual con sus discursos circulares que dicen mucho pero no explican nada.
- **Crítica social ligera:** Como es costumbre en sus filmes, hay una representación del "peladito" trabajador que, a pesar de las carencias, mantiene una ética inquebrantable y un gran corazón.
- **Versatilidad:** La película es casi un sketch extendido que permite ver a Cantinflas en distintas facetas y uniformes, lo que mantiene el ritmo dinámico y entretenido.

Comentario final

Es una película indispensable para los fans del comediante. Aunque la trama de espionaje es sencilla, el carisma de Mario Moreno sostiene toda la cinta, recordándonos



por qué se convirtió en un ícono mundial.

Más allá del entretenimiento, la película rinde un homenaje genuino al cartero como figura humana: ese mensajero anónimo que, bolsa al hombro y paso firme, lleva entre sus manos algo más que papel y tinta. Lleva historias, esperanzas y afectos. Un legado que, como el propio Cantinflas, se niega a desaparecer. 📧

Redacción: Gio Sánchez

Fuente informativa:
Unión Postal Universal, Correos de México y el Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM.

CAPÍTULO DÉCIMO OCTAVO: DERECHOS, OBLIGACIONES Y PROHIBICIONES DE LOS TRABAJADORES

Continuando con la cuarta parte del capítulo, en este número analizaremos las prohibiciones laborales que rigen nuestro día a día. Toma nota de lo que dicta la Cláusula.

Cláusula 118. Queda prohibido a los trabajadores:

I. Realizar dentro de su horario de trabajo labores ajenas al Organismo, con excepción de las actividades sindicales autorizadas previamente por el propio Organismo.

II. Aprovechar en beneficio propio los servicios del personal del Organismo en asuntos ajenos al servicio.

III. Abandonar o desatender sus labores en horas de trabajo, sin el permiso correspondiente.

IV. Faltar injustificadamente a su jornada de trabajo.

V. Instigar, incitar o propiciar que el personal del Organismo deje de cumplir con sus obligaciones o cometa cualquier otro acto prohibido por la ley o este Contrato.

VI. Cambiar de funciones o turno con otros trabajadores sin autorización del jefe respectivo o utilizar los servicios de personas ajenas al Organismo para desempeñar sus labores.

VII. Permitir que otras personas, sin la autorización correspondiente para ello, manejen la maquinaria, aparatos, instrumentos, herramientas, utensilios o vehículos que les fueren confiados para su operación o cuidado.

VIII. Proporcionar sin la debida autorización, documentos, informes o datos relacionados con los asuntos del Organismo.

IX. Solicitar por sí o por interpósita persona dinero, o cualquier empleo, cargo o comisión, para sí, que provengan de cualquier persona física o moral, cuyas actividades profesionales, comerciales o industriales se encuentren directamente vinculadas a los servicios que preste el Organismo y supongan un conflicto de intereses.

X. Organizar o participar en colectas, ventas, tandas, o rifas, dentro de los centros de trabajo, salvo aquellas expresamente autorizados por el Organismo a solicitud del Sindicato.

XI. Hacer préstamos con intereses a sus compañeros de labores, así como efectuar descuentos de sus sueldos sin previa autorización.

Continuará en el próximo número. 🌀

Redacción: Vicente Ramos
Fuente Informativa: Contrato Colectivo de Trabajo vigente.
SNTSEPOMEX

“La mejor defensa de nuestro Contrato Colectivo es el cumplimiento íntegro de nuestras obligaciones”



**¡Nos interesa lo que
haces!**

**Compártenos tu talento
a través de nuestro
correo electrónico:**

revista_buzon_abierto@hotmail.com

o por correo tradicional a:

**Francisco Javier Mina #101,
Col. Guerrero, C.P. 06300,
Alc. Cuauhtémoc,
CDMX.**



Revistas Buzón Abierto



¡Sigamos avanzando JUNTOS!