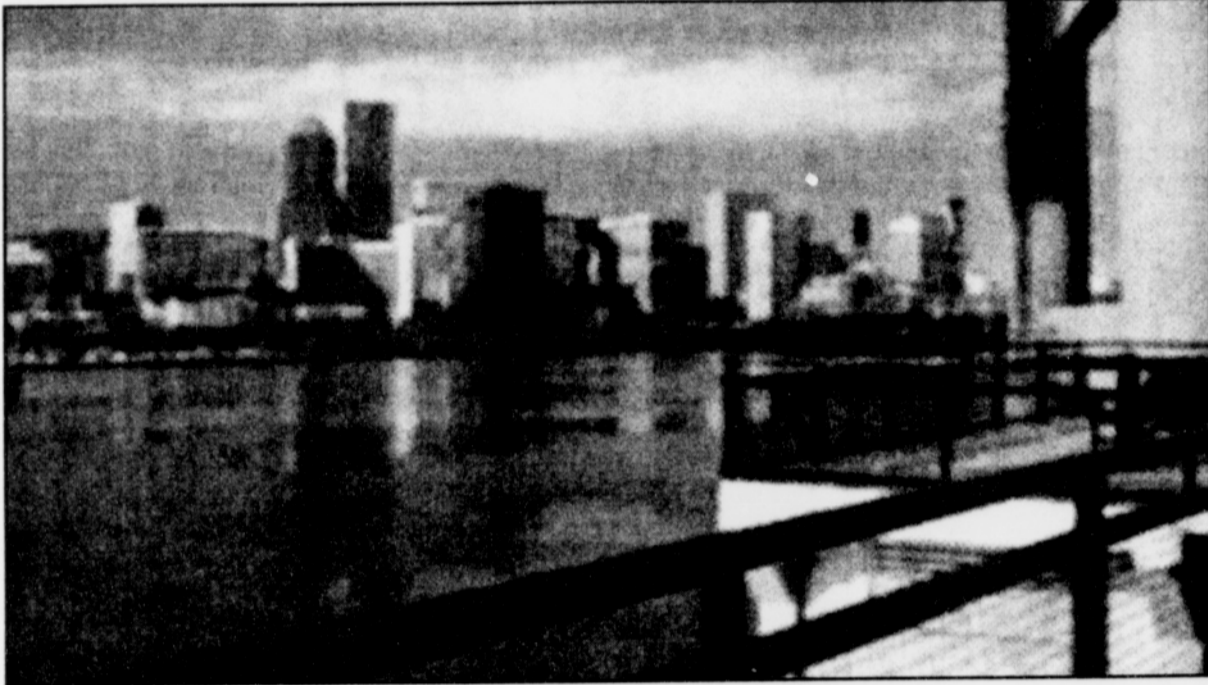


EL OBSERVADOR

A Weekly Publication from
The Portland Observer

Dirigiendo A Los Bebés Y Los Niños



La disciplina significa enseñar los límites a través del cuidado y guía con cariño. La disciplina comienza cuando los bebés comienzan a explorar. Los adultos necesitan hacer el mundo más seguro para ellos. Alrededor de los 8 meses, cuando el bebé hace algo peligroso, use una voz y gesto firmes. Dígale no y explíquele. "No toques la

cocina-está caliente!"

El castigo físico le produce miedo de Ud. y le enseña que está bien pegarle a otros. Los bebés y los niños tienen una memoria corta y no pueden pensar en el futuro para saber como tratar con los hechos. Son criaturas que viven únicamente en el presente.

La distracción es otra forma de disciplinar a los bebés. Los bebés menores de un año son demasiado pequeños para entender por qué deben dejar de hacer algo que le molesta a Ud., como tirar juguetes en el suelo. A ellos les gusta el ruido y les gusta ver caer los juguetes. Hay que distraer al bebé para que haga otra cosa.

El informe de Zedillo en el ocaso del presidencialismo

BY VICTOR FLORES

MEXICO, D.F. - El cuarto informe de gobierno del presidente Ernesto Zedillo, que se realizará el próximo 1 de septiembre, no sólo marca el inicio del último tercio de su mandato, sino que también coincide con el ocaso del régimen presidencialista mexicano, sin la antigua "teatralidad llena de señales y amenazas", coinciden analistas políticos.

El informe presidencial, con el que se inauguran los trabajos anuales del Congreso, "es suma y síntesis de la política, que data de hace 174 años.

"El próximo martes no habrá un acto glamoroso. No más cadetes del Colegio Militar presentando armas, formando vallas en el Palacio de San Lázaro, la casa de los diputados," explicó Porfirio Muñoz Ledo, ex funcionario de la presidencia.

Tampoco habrá "más honores a la bandera que el presidente hacía en la puerta del salón de sesiones", luego de un paseo en coche descubierta desde la residencia oficial de Los Pinos, porque "se cerró el pasillo imperial", agregó. Rubén Aguilar, dirigente del organismo político civil Causa Ciudadana y analista del diario El Universal, indicó

que "el presidencialismo, con el conjunto de atribuciones metaconstitucionales que le han dado forma, no volverá a ser lo mismo después del escándalo del fondo de rescate bancario."

Este escándalo se refiere al futuro del Fondo Bancario de Protección al Ahorro (Fobaproa), cuyos pasivos de 65,000 millones de dólares procedentes de carteras insolventes generadas por círculos vinculados al poder, pretende el gobierno transformar en deuda pública.

Aguilar agregó que en los ya muchos años (desde 1988) que lleva el proceso que se ha dado en llamar la "transición democrática", "nada había desgastado tanto la figura presidencial como el manejo que el Ejecutivo ha hecho de ese fondo". El analista argumentó que ese fondo "tiende a convertirse, para el régimen presidencialista, que ha funcionado de manera discrecional e impune, en lo que para el sistema socialista fue la caída del Muro de Berlín."

El acto de mañana martes es la prolongación de una tradición, según la cual el presidente inaugura las sesiones del año legislativo presentando ante el Congreso un informe sobre el Estado de la Nación.

Este rito fue incluido en la Constitución como "una prerrogativa del Poder Ejecutivo."

Después de los sangrientos años de la revolución mexicana de principios de siglo, "el informe fue considerado el gran documento en el que el presidente hablaba ex cátedra: durante 70 años, desde el presidente Plutarco Elías Calles (1924-28) hasta Carlos Salinas (1984-88), afirmó Muñoz Ledo, que participó en la elaboración de dichos informes.

En esos años, el acto sirvió "para la glorificación del presidente, paralelamente fue también el de grandes definiciones de política interior y exterior, con mensajes cifrados hacia los sectores económicos y la clase política," dijo el ahora líder de los diputados del Partido de la Revolución Democrática (PRD, centroiz-quierda).

Muñoz Ledo se volvió célebre en 1988, tras las polémicas elecciones presidenciales de agosto de ese año, que ganó Salinas entre denuncias de fraude contra Cuauhtémoc Cárdenas, cuando "interpeló" por primera vez en la historia a un presidente, Miguel de la Madrid.

Investigación de corrupción

Detectives siguen pistas proporcionadas por informantes y vendedores de drogas

Se ha lanzado una investigación más amplia respecto a posible corrupción en el Departamento de Policía de Los Angeles, después del arresto de un agente por el supuesto robo de seis libras de cocaína.

Los detectives siguen las pistas de algunos informantes confidenciales y vendedores de drogas que dicen que el agente de 31 años, Rafail Antonio Pérez y otros policías les han estado robando droga y dinero, según reporte del diario Los Angeles Times.

Algunos vendedores de narcóticos han dicho a las autoridades que el veterano de nueve años en la fuerza policía, y uno o más agentes les han robado, según dijo al Times un efectivo cercano a la investigación.

La fuente dijo que los detec-

tives investigan a varios agentes que trabajaron con Pérez en la estación de policía de Rampart.

Pérez se declaró inocente esta semana del cargo de haber robado seis libras de cocaína de un salón de propiedades de la policía de Rampart el 2 de marzo de este año.

Los procuradores también investigan si Pérez puede haber tenido algo que ver con la desaparición de una libra de cocaína, que se descubrió que faltaba en la estación de Rampart en febrero, y si intentó utilizar a un informante de la policía para vender un kilo de cocaína en diciembre.

Pérez se encuentra bajo investigación, además, por supuestamente haber obtenido una sentencia más benigna para dos traficantes convictos, su novia, Verónica Quesada, y su hermano, Carlos Antonio romero, que son sospechosos de

ayudar a Pérez a distribuir la cocaína.

Sin embargo, hasta la fecha, a Pérez solamente se le ha acusado del robo de la cocaína de la estación de policía.

Desde su arresto, los detectives han estado entrevistando a los informantes y vendedores de droga, y a sus antiguos compañeros, a fin de averiguar si hay otros "policías sucios" en el Departamento de Policía de Los Angeles.

Una fuente dijo al Times que los vendedores de drogas dicen que en lugar de arrestarlos a ellos, Pérez y otros policías tababan las drogas y el dinero y luego los soltaban, pues sabían que probablemente no reportarían los robos. Sin embargo, la fuente también hizo notar que las personas que hacían los comentarios a menudo no tienen la credibilidad debido a sus historiales delictivos.

de Portland Aprendiendo Las Matemáticas En La Casa

Hay muchas cosas que Ud. puede hacer en la casa para ayudar a su niño a aprender las habilidades matemáticas.

Comparando objetos.

- *¿Cuál libro es angosto? ¿Cuál es ancho?
- *¿Cuál vaso tiene más leche? ¿Cuál es más largo?

Dividiendo objetos por su color, forma o medida.

- *Divide los crayones por su color.
- *¿Cuáles señales son cuadradas? ¿Cuáles son redondas?
- *¿Qué libros tienen rojo en su pasta?

*Pon la ropa blanca en un montón, y la ropa azul en otro montón.

Huelga De Pilotos Paraliza A Northwest

Una huelga iniciada a la madrugada del sábado por los 6,100 pilotos de la aerolínea Northwest forzó a la cancelación de más de 400 vuelos en el aeropuerto local, que es su base principal de operaciones.

Northwest, que efectúa el 80 por ciento de los vuelos que despegan y aterrizan en el aeropuerto de Saint Paul-Minneapolis, decidió la cancelación durante la semana, como medida preventiva y ante la inminencia del paro.

Las conversaciones entre la empresa y el sindicato de pilotos fracasaron anoche y no se indicó cuándo podrían reanudarse. Pero ambas partes se mostraron dispuestas a negociar.

La Casa Blanca dijo que el presidente Bill Clinton no intervendría y ordenó un periodo

de enfriamiento de 60 días. En cambio, instó a las partes a continuar negociando con empeño para resolver sus diferencias, dijo el vocero de la presidencia Mike McCurry.

La aerolínea informó que la huelga, y la correspondiente clausura de sus dos enlaces regionales Airlinck eliminaría 2,640 después diarios en 223 aeropuertos de Estados Unidos y el exterior, dejando sin servicios de alternativa durante los primeros 10 días a 627,000 pasajeros.

Northwest es la sexta entre las aerolíneas de la nación en cuanto a la cantidad de pasajeros que transporta. Son 54 millones por año entre Minneapolis, Detroit y Memphis.

Ya había suspendido sus servicios de carga el jueves.

Los pilotos rechazaron el

viernes, una hora antes de comenzar la huelga, una oferta de último momento de los dueños de la empresa.

Según la gerencia, los pilotos de su compañía ganan en promedio unos 133,000 dólares anuales, aunque estos dicen que su salario promedio es de 120,000 dólares.

Pese al inicio de la huelga, la gerencia y el sindicato que representa a los pilotos reanudaron sus conversaciones el sábado, por décimo día consecutivo.

La portavoz de la Comisión de Aeropuertos Metropolitanos, Wendy Burt, dijo que la situación de los pasajeros varados era tranquila en el aeropuerto internacional de Saint Paul. Dijo que empleados de Northwest trataban de colocar a los pasajeros en otras líneas aéreas.

LAS DIETAS NO FUNCIONAN DRA. SILVIA JIMÉNEZ

El los últimos 10 años se ha notado el mayor aumento de gente con obesidad. A pesar de la abundancia de alimentos libres de grasa, o fat free, la población americana tiene cada día más problemas de exceso de peso y por supuesto los riesgos de salud que esto conlleva.

Con el mayor acceso a diferentes tipos de alimentos, la gente tiende a comer más, pero no necesariamente a alimentarse, ya que se ingiere alimentos preparados sin ningún contenido alimenticio o comidas rápidas que ayudan a que la prevalencia de obesidad sea cada vez mayor.

Algunos autores utilizan el índice de masa corporal para la clasificación de la obesidad, se expresa el peso en relación a la estatura. Para calcularlo se mide la altura en metros y su peso en kilogramos. Se divide el peso en kilogramos entre la altura del

cuadrado. Por ejemplo: para una persona que mide un metro con 70 centímetros y pesa 60 kilogramos. Se eleva la altura al cuadrado (*multiplicamos 1.70 por 1.70), eso nos da como resultado 2.89. Ahora dividimos el peso que es 6- Kgs. entre 2.89, lo que nos da un resultado de 20.7. Cualquier resultado que de entre 19 y 25 es considerado como peso normal, 25 a 30 sobre-peso, 30 a 40 obeso, mayor de 40 muy obeso.

La obesidad presenta serias complicaciones entre las que encontramos diabetes y elevación de niveles de colesterol en sangre. En mujeres, cáncer del sistema reproductivo y la vesícula biliar están aumentados, también presentan osteoartritis de rodillas y tobillos debido al trauma que produce el exceso de peso en estas articulaciones.

El 50% de las muertes an

hombres y mujeres entre 20 a 74 años de edad, tomando en cuenta todas las causas de muerte, pueden ser atribuidas a la obesidad.

El paciente obeso que quiere perder peso permanentemente, requiere de una adecuada nutrición que supla al organismo con las herramientas necesarias para el buen metabolismo y asimilación de los alimentos. Deberá de incluir en su dieta alimentos no procesados, vegetales y frutas frescas, así como cereales y harina integral. Aire libre y ejercicio aeróbico moderado como la caminata, que aumentarán su metabolismo basal y por ende consumirá más calorías. Si usted desea comunicarse con la doctora lo puede hacer de la siguiente manera. 1630 30th St. #440 Boulder, Co 80301. Tel. (303) 448-0915. E-mail: drsilviaj@aol.com

¿Comenzón en la piel?

La irritación e inflamación de la piel acompañada con comezón son las principales características de la dermatitis, comúnmente conocida como salpullido. a veces es difícil explicar la causa de ese mal, pero en general se debe a una enfermedad, a una alergia o las altas temperaturas.

La tensión nerviosa es una de las causas más frecuentes en este tipo de alergia.

Se han comprobado que las

personas nerviosas padeciendo problemas dermatológicos que pueden ser agravados por una medicina o el calor. Sobre todo la piel de la mujer puede ser sensible a maquillajes. Para descubrir las causas de la dermatitis conviene contestar algunas preguntas como:

- ¿Ha expuesto la piel al contacto de algún nuevo producto como detergente, cosmético, lociones, joyas, plantas o telas nuevas?

- ¿Ha comido algo nuevo en su dieta que pudiera provocarle una alergia?

- ¿Ha tomado alguna nueva medicina?

- ¿Se está extendiendo el salpullido?

- ¿Tiene comezón?

Kaiser Permanente recomienda lavarse la piel con agua y detergente durante media hora si ha sido expuesta al contacto con una planta venenosa.