

**LEYendo la Verdad**

Por José Luis Núñez el Bake

**“Recordar es vivir”**

Del archivo del SUTSEM

**El Ritmo de la vida**

# Gremio

21 OCTUBRE 2022

NO. 634 AÑO 13

EJEMPLAR GRATUITO

**LA VERDAD DE LOS TRABAJADORES**

**ÍNDICE**

**TRAPITOS AL SOL**

Página 02

**LA REATA**

ROBERTO GONZÁLEZ CASILLAS

Página 07

**Luz y Sombra**

Isabel Guzmán

Página 11

**NIÑOS BARREROS**

Página 20

**Las tradiciones se viven a través del SUTSEM**

Página 24

Las columnas de opinión y las notas informativas aquí expresadas son responsabilidad de su autor o autora.

**Gobernador Miguel Ángel Navarro en vez de dialogar manda reprimir ¿Esto es la 4T en Nayarit?**



**¡ÚNETE A LOS FUERTES!**

# TRAPITOS AL SOL

POS QUÉ FREGADOS LE DUELE AL GINECÓLOGO QUE HOY POR HOY OSTENTA EL NOMBRAMIENTO DE GOBERNADOR Y QUE ESTA CLARÍSIMO QUE AGARRÓ PLEITO CON EL SUTSEM.

CUAL ES SU CORAJE? MENOS MAL QUE EN ESTE PLEITO EN EL QUE ACOSAN, CALUMNIAN, AMENAZAN A LA LÍDER ÁGUEDA GALICIA, YA DEBE ESTAR ACOSTUMBRADA, LA ESTÁN HACIENDO "CUERUDA" COMO DECÍA MI ABUELA.

EN EL CIRCO DE LA MAÑANERA, SEGÚN COMENTAN, DIJO EL GINECÓLOGO QUE ALGUNOS COMPAÑEROS FUERON A QUEJARSE PORQUE LES VENDIERON LOS TERRENOS DE LA CANTERA QUE FUERON DONADOS POR UN GOBERNADOR QUE SÍ SABÍA DIALOGAR. DEBE SABER QUE PRECISAMENTE POR ESO SE LLEVABAN A CABO LAS PLÁTICAS Y NEGOCIACIONES CON EL GOBIERNO QUE ÉL NO HA TENIDO LA VOLUNTAD DE ACEPTAR. HA RECHAZADO EL DIÁLOGO Y PREFERE LA CONFRONTACIÓN. COMO ÉL CUENTA CON EL DINERO PARA PAGAR A LOS CHAYOTEROS Y CUENTA TAMBIÉN CON TODO EL APARATO DIZQUE DE JUSTICIA PARA ACOSAR, AMENAZAR, DESACREDITAR, INTIMIDAR Y COMETER CUANTA BARBARIDAD SE LES OCURRA, PUES LO HACEN ¡Y QUÉ!!.

EN ESTE ASUNTO, EL ACUERDO VERBAL CON QUIEN SÍ CUMPLIÓ CON LOS TRABAJADORES Y CON EL PUEBLO, LE DUELA A QUIEN LE QUIERA DOLER, FUE DE QUE SE VENDIERAN LOS TERRENOS PARA QUE EL SUTSEM PUDIERA COMPRAR MAS TERRENOS, COMO ASÍ SE HA HECHO, PORQUE A LOS TRABAJADORES NO SE LES PIDIÓ DINERO PARA LA COMPRA DEL TERRENO DE SANTA MARÍA DEL ORO, NI PARA DESARROLLAR LA ETAPA NUEVA DEL BALNEARIO BARRANQUITAS, ADEMÁS, CÓMO ESTOS

GOBIERNOS DESDE EL DEL SOMBRERO, EL JUNIOR Y LOS MORENISTAS, EN LUGAR DE CUMPLIR CON LO QUE CONSTITUCIONALMENTE ESTÁN OBLIGADOS, DE DARLE INFONAVIT A LOS TRABAJADORES, VIENEN A JODERLOS, EL SUTSEM HA EMPLEADO EL DINERO PARA PAGAR TAMBIÉN TODA LA TRAMITOLOGÍA QUE MARCAN LAS LEYES QUE NOS HAN IMPUESTO, SIN CONDONAR NI UN PESO PORQUE DICEN QUE LA LEY LO PROHÍBE.

AHÍ LES VAN LOS PAGOS QUE SE HAN HECHO, DATOS DE LA SECRETARIA DE FINANZAS DE SUTSEM:

- ESTUDIO DE IMPACTO AMBIENTAL
- PREDIAL 2010 AL 2013
- COMPATIBILIDAD URBANÍSTICA 2013
- MATERIAL PARA EXCAVACIÓN, TRAZO Y NIVELACIÓN
- REVISIÓN DEL PROYECTO
- CAMBIO DE DISEÑO Y ESTUDIO TOPOGRÁFICO
- IMPRESIÓN DE PLANOS
- LIBERTAD DE GRAVAMEN
- COMPATIBILIDAD URBANÍSTICA 2020
- TRABAJOS TOPOGRÁFICOS
- IMPUESTO PREDIAL 2015 AL 2020
- REVISIÓN DEL PROYECTO DGDUE
- OBRAS DE TERRACERÍA, TRAZO, NIVELACIÓN
- FACTIBILIDAD DE AGUA Y ALCANTARILLADO
- PRIMERA ESTIMACIÓN DE OBRAS
- IMPUESTO PREDIAL 2021 AL 2022
- DICTAMEN DE IMPACTO AMBIENTAL
- ACTUALIZACIÓN DE COMPATIBILIDAD URBANÍSTICA
- SEGUNDA ESTIMACIÓN DE OBRAS.

NOS FALTA PAGAR EL IMPUESTO POR RESPIRAR, CUALQUIER RATO NOS LO REQUIEREN.

EN SEGUNDO LUGAR, EL GINECÓLOGO, COMO ES GINECÓLOGO Y NO ABOGADO, NO SABE Y NO LE HAN DICHO SUS MALVADOS ASESORES, QUE ESTÁ VIOLANDO FLAGRANTEMENTE EL ORDENAMIENTO JURÍDICO AVALADO HASTA EN LOS TRATADOS INTERNACIONALES SOBRE LA AUTONOMÍA SINDICAL PORQUE ESTE ES UN ASUNTO INTERNO DE LA ORGANIZACIÓN QUE TODOS CONOCIMOS EN SU TIEMPO, PERO BUENO, YA QUE HUBO, SEGÚN ÉL, COMPAÑEROS QUE FUERON A QUEJARSE Y TUVIERON EL "ALTO HONOR" DE SER ESCUCHADOS ¡QUÉ RARO!, HUBIERAN APROVECHADO PARA DECIRLE QUE CUÁNDO VA A PAGAR TODO LO QUE SE LE DEBE A LOS TRABAJADORES, LOS AUMENTOS QUE POR LEY Y POR CONVENIO LES CORRESPONDE, EL ARCÓN NAVIDEÑO, LOS UNIFORMES, LOS IMPLEMENTOS DE SEGURIDAD

E HIGIENE, EL PAGO DE LA TARJETA DE DESPENSA, LO QUE TAMBIÉN SE NEGOCIÓ CON EL GOBIERNO DE LOS 5 MILLONES DE PESOS ANUALES PARA PRESTAMOS PARA MEJORAMIENTO DE VIVIENDA EN LUGAR DEL INFONAVIT Y QUE ÉL PROMETIÓ PAGAR Y NO CUMPLIÓ. EN FIN, HAY MUCHAS COSAS QUE RECLAMARLE Y OJALÁ LO HUBIERAN HECHO LOS QUE SUPUESTAMENTE FUERON A PONER EN MAL AL COMITÉ DEL SUTSEM: ¿O TAMBIÉN ES UNA DEMANDA ANÓNIMA?? ESE ANONIMATO DEBE SER PARA LOS DE LA DELINCUENCIA ORGANIZADA QUE SON ASESINOS, PERO EN EL SUTSEM NO SE COMETEN DELITOS, ¿POR QUÉ EL ANONIMATO?

LOS QUEJOSOS DEBIERAN PREGUNTARLE TAMBIÉN PORQUÉ SE NIEGA A CUMPLIR CON LA LEY DE PENSIONES, A HACER UNA AUDITORÍA AL FONDO Y EN DÓNDE HAN QUEDADO LOS INTERESES?

¡NO QUE MUY TRANSPARENTES! TAMBIÉN LOS TRABAJADORES QUEREMOS SABER SI EL GOBIERNO PAGA LA PARTE QUE LE CORRESPONDE AL FONDO DE PENSIONES Y AL ISSSTE, SABER SI PAGA EN TIEMPO Y FORMA LO DEL ISR. TAMPOCO LE INFORMAN AL SUTSEM PARA QUE LOS TRABAJADORES SEPAN CUANTOS SEGUROS DE VIDA Y PAGOS DE MARCHA QUE AL PARECER YA AGARRARON LA COSTUMBRE DE PAGAR A LOS BENEFICIARIOS EN ABONOS FÁCILES Y PORQUÉ SE QUEDAN CON EL DINERO QUE LES DESCUENTAN PARA PAGAR LOS CRÉDITOS DE UN CARRO O DE LOS CRÉDITOS EN EMPRESAS QUE EL MISMO GOBIERNO CONTRATA. DEBIERAN HABERLE RECLAMADO PORQUE SI SU SISTEMA DE JUSTICIA ES TAN EFICIENTE, PARA JODER GENTE, PORQUÉ SU FISCALÍA, QUE DE AUTÓNOMA NO TIENE NADA, SIGUE TENIENDO ENCAJONADA LA DEMANDA QUE PRESENTÓ EL SUTSEM DESDE EL 16 DE AGOSTO DE 2014, O SEA, HACE 8 AÑOS! EN CONTRA DEL TORO, DE POLO DOMÍNGUEZ, DE CASTELLÓN POR EL ROBO DE MAS DE 30 MILLONES DE PESOS DESCOTADOS DE SU SALARIO A LOS TRABAJADORES Y NOMAS SE HAN HECHO PATOS O GANSOS; Y SI DE VERAS FUERAN DERECHOS, ESE INSTITUTO QUE SUPUESTAMENTE ES DE JUSTICIA LABORAL, EN EL QUE TIENEN UN CENTENAR DE FUNCIONARIOS Y EMPLEADOS, NINGÚN SINDICALIZADO, TAMBIÉN VIOLANDO LA LEY, NO HA RESUELTO ABSOLUTAMENTE NADA DE TODAS LAS DEMANDAS Y LAUDOS YA GANADOS.

CREO QUE MEJOR CALLADITO SE VERÍA MÁS BONITO PORQUE COMO DICEN POR AHÍ, PARA TENER LA LENGUA LARGA, HAY QUE TENER LA COLA CORTA.

**Gremio**  
LA VERDAD DE LOS TRABAJADORES

En estas elecciones somos afines a la equidad en la justicia electoral por lo que se dará información de todos los partidos políticos. Ponemos a su disposición este correo electrónico para recibir información referente a las campañas electorales para su difusión en este medio.

**E-mail:** [laverdadnay@hotmail.com](mailto:laverdadnay@hotmail.com)

**Impresión:** INDEPENDIENTE

**Diseño:** L.C. César O. Rivera Barajas

**Domicilio:** Edificio del SUTSEM

(Frac. Las Aves Tepic Nayarit)

**Tel. 210 40 14, 16 y 17**

**[www.sutsem.org](http://www.sutsem.org)**





## CULIACANAZO; 3 AÑOS DESPUÉS

Luego de un escándalo, del tipo o nivel que se trate, los gobernantes y políticos le apuestan al mejor aliado: el tiempo.

Así parecía ser con el tema del "Culiacanazo", que al paso de 3 años parecía ir quedando en el olvido de la gente... pero el presidente de México 'revivió' el tema y se reinicia la cuenta regresiva del tiempo.

El episodio del "Culiacanazo", donde el crimen organizado doblegó al Estado mexicano, pudo haber pasado desapercibido, pero el presidente López Obrador no pudo contenerse y el lunes pasado habló de las obras públicas que se han hecho en Badiraguato, el municipio en la sierra donde nacieron Joaquín el Chapo Guzmán; Ismael El Mayo Zambada, jefe del Cártel de Sinaloa, y Rafael Caro Quintero, uno de los fundadores del Cártel de Guadalajara. No había necesidad de ello, pero ya que el presidente no es tonto, uno puede pensar que lo que hizo fue burlarse de todos, como suele hacerlo.

Pero más allá de sus motivaciones, el "Culiacanazo" será uno de los momentos que definirá este sexenio y lo marcará para toda la vida. Demostró la ineficiencia de las Fuerzas Armadas, la incompetencia de la Secretaría de Seguridad Pública y, sobre todo, fue el momento donde el presidente se arrodilló ante el Cártel de Sinaloa, con lo que se socializó una actitud que sembró la eterna sospecha de su complicidad con la organización.

López Obrador siempre lo ha negado, pero su inclinación por los sinaloenses ha sido evidente. Trata al Cártel de Sinaloa con un respeto que no le depara a nadie, y en su momento puso a trabajar a su gabinete para que explorara las vías para que el Chapo Guzmán pudiera terminar su condena en México. El Cártel de Sinaloa está exento de cualquier ofensiva federal, y sus líderes y estructura están intactos.

En Badiraguato, presumió, se están construyendo carreteras que cruzan la sierra, lo que podría interpretar que se están abriendo mejores vías para que el cártel envíe eficientemente fentanilo y otras drogas al mercado estadounidense. Además, el único proyecto hidráulico serio del sexenio está en Sinaloa.

El culiacanazo sorprendió a muchos por la forma como las milicias del Cártel de Sinaloa doblaron a las Fuerzas Armadas para que liberaran a Ovidio Guzmán López, hijo del Chapo. Hace tres años se dio un choque en el gobierno, entre quienes querían detenerlo, atendiendo una solicitud de extradición de Estados Unidos, y quienes buscaron sabotear el acto. La Fiscalía General está investigando quién sabotó la operación, pero son públicos los autores: la Secretaría de la Defensa Nacional y la Guardia Nacional, por la planeación del operativo, y el presidente por cancelarlo, sin reanudarlo hasta la fecha.

La planeación revela mucho de lo que sucedió ese día; no se hizo de madrugada, cuando las defensas bajan, sino al mediodía, con todo el movimiento en una zona de alta vialidad. Tampoco se estableció un perímetro de seguridad para frenar un esperado intento de rescate, y se colocaron retenes tan vulnerables que, cuando llegaron los criminales, los saludaron y dejaron pasar. No hubo un plan de extracción, requisito indispensable en ese tipo de operaciones,

para sacar rápidamente a Guzmán López del lugar donde estaba detenido y sacarlo de Culiacán.

El comando que lo detuvo pertenecía a las unidades especiales de la Policía Federal, que lo capturó rápido y sin un balazo. Estuvieron en la sala de su casa con el joven sentado, sin recibir ninguna instrucción. Quienes intervinieron en su detención no la consumaron porque nunca salió de su casa, limitándose a aplicar

meramente la doctrina de abrazos, no balazos, para que "persuadiera" –verbo utilizado por el general Sandoval– a sus hermanos, principalmente a Iván Archivaldo, a que dejaran de atacar a los militares y que permitieran la detención. Sus hermanos no le hicieron caso y duplicaron las amenazas. El comando que lo había capturado pidió refuerzos para sacarlo de ahí, pero nunca llegaron. La solicitud del helicóptero Blackhawk para extraerlo, tampoco. La única orden que recibieron fue que lo dejaran en libertad.

Ese día hubo ocho muertos, decenas de heridos, bloqueos de calles, enfrentamientos, ataques a sedes militares y fuga de presos. Pero hasta hoy no hay ningún detenido.

Lo que sí hay son recientes filtraciones que revelan que la Fiscalía General de la República sospecha que durante el operativo militares protegieron al hijo del "Chapo".

La línea de tiempo que dio a conocer el secretario de la Defensa, general Luis Cresencio Sandoval, el 18 de octubre de 2019, no refleja una "acción precipitada", sino la incompetencia de quien diseñó la operación y la falta de conocimiento de campo y de información de quienes la aprobaron.

El mes pasado, el grupo de 'hacktivistas' Guacamaya filtró revelaciones importantes del "Culiacanazo". Según los documentos filtrados, la FGR investiga a elementos de la Sedena sospechosos de haber protegido al hijo del "Chapo" el día del operativo, según lo señala un correo fechado el 15 de febrero de 2022, en el que la Unidad Especializada en Investigación de Terrorismo, Acopio y Tráfico de Armas (UEITA) le solicita información sobre estos hechos al general de brigada de justicia militar, Miguel Carrasco Hernández: "hago de su conocimiento que esta fiscalía cuenta con líneas de investigación en las que se pudiera desprender la posible participación de elementos de su corporación en los hechos acontecidos el jueves 17 de octubre del 2019 que se dio a conocer en medios de comunicación y fuentes abiertas donde la supuesta detención por parte de elementos de Sedena y Guardia Nacional, de Ovidio Guzmán López, en la Ciudad de Culiacán, Sinaloa, donde se suscitaron enfrentamientos con miembros de la delincuencia organizada y Fuerzas Armadas", señala.

Pero esta semana, el presidente presumió que en Badiraguato, con 26 mil 542 habitantes y siete mil 250 viviendas, hay 14 mil beneficiados del gobierno federal, "es un promedio de dos apoyos por vivienda... sólo la federación, 318 millones de pesos con estos programas. Entonces, esto es lo que más nos ayuda a mantener la paz, esto es lo que siempre decimos: la paz es fruto de la justicia".

**\*\*MIEMBRO FUNDADOR DE FRECONAY, A.C.\*\***

Agradeceremos sus comentarios y sugerencias en el celular (311) 910 77 77 o bien, en el correo electrónico [enriquelibre@gmail.com](mailto:enriquelibre@gmail.com)







# No habrá estacionamiento Subterráneo en la Plaza Principal

Luego de que la presidenta del Congreso local, Alba Cristal Espinoza Peña, le asestara una zancadilla a la alcaldesa tepicense, Geraldine Ponce, en cuanto a la pretensión de esta última de mandar construir un estacionamiento vehicular subterráneo en la Plaza Principal de la propia capital nayarita, y de que el gobernador Miguel Angel Navarro se pronunciara en contra de este polémico proyecto, apareció por un ahí en redes sociales una publicación a través de la cual Geraldine niega que jamás se le haya ocurrido semejante idea.

Esto, después de que la mera presidenta municipal hubiera anunciado que sometería a la población a una consulta sobre este asunto, y cuando ella misma ha estado siendo objeto de una petición popular de revocación de mandato al ser considerada por medio de una organización ciudadana como incapaz de ocupar un cargo de esa naturaleza, al parecer por su incapacidad para gobernar.

Seguramente que con el proyecto del subterráneo pudo darse cuenta Geraldine de lo mal que ha estado siendo asesorada y de los graves errores que ha venido cometiendo en apenas un año de ejercicio municipal.

Aún así, hubo gente que trató de ayudarla en el sentido de que si en verdad quiere un estacionamiento bajo la capa terrestre, lo haga en lugar adecuado como lo sería el viejo mercado Juan Escutia, al que de paso le concedería una muy necesaria reconstrucción y un mejor aprovechamiento de espacios para comerciantes ambulantes y semifijos que han estado esperando con paciencia su reubicación en un céntrico basurero al que nadie le ha metido mano, junto al mismo mercado.

De acuerdo a lo que se ha dicho en torno al pretendido y hoy definitivamente suspendido subterráneo en la Plaza Principal de Tepic, hubiera sido objeto este de una solicitud de crédito ante alguna institución del ramo, se dice que por 400 millones de pesos que representaría una pesada carga para los tepicenses. O a lo peor requeriría de una cantidad mucho mayor de dinero, además del daño que le causaría a la llamada Plaza de Armas, digna de mejor suerte.





# LEYendo La VERDAD

Por José Luis Nuñez “El Baque”

## EL GOBIERNO INHUMANO DEL DR. MIGUEL ANGEL NAVARRO QUINTERO

La familia Doñan, es una familia que desde hace más de 15 años radica en la zona de las canteras, de la ciudad de Tepic. Son personas honestas que viven de su trabajo, no tienen antecedentes penales ni de conflictos, su único delito fue ponerse enfrente del Narco Fiscal Edgar Veytia que se adueñaba de todo lo que él quería, con el abuso de poder que le otorgaba ser compadre de Roberto Sandoval. Actualmente los integrantes de esta familia llevan casi un mes frente a Palacio de Gobierno exigiendo justicia al Gobernador Miguel Ángel Navarro Quintero, siendo totalmente ignorados y despreciados por el propio Gobernador y su gabinete, ya que nadie ha acudido a dialogar con ellos. Luis Doñan es el jefe de esta familia, actualmente presidente de acción ciudadana en su colonia, electo por sus vecinos que lo conocen como una persona de lucha y de servicio a la comunidad, no fue impuesto por el Ayuntamiento ni es de la línea de Geraldine Ponce. Es activista desde hace muchos años, ha participado en muchos movimientos a lo largo y ancho de la República Mexicana. Su inconformidad tiene origen desde los tiempos del Fiscal sicario Edgar Veytia, a quien señalan de haberles robado propiedades con el apoyo del entonces notario público Juan Echegaray Becerra, ahora hombre de las confianzas del Gobernador Navarro Quintero. Hace algunos meses en un video que circuló por las redes sociales, Luis Doñan encaró a Echegaray para exigirle justicia, acusando Luis Doñan a Juan Echegaray de haberle pedido 500 mil pesos, y se escuchó claramente cuando el funcionario le contestó al activista: “Si te los pedí, pero nunca

me los disté”. Un acontecimiento vergonzoso para el Gobierno Estatal ante el cual impero el silencio, no hubo ningún comentario de parte del Gobernador sobre las acusaciones a su secretario general de gobierno, ese hombre que dice que lucha contra los corruptos y la delincuencia no hizo nada ante tal acusación, ni un solo comentario, mucho menos hubo un cambio o despido del intocable servidor público Echegaray. En el mes de febrero Luis Doñan se coció los labios en protesta, frente a Palacio de Gobierno, en una Huelga de hambre al no ser atendido por las autoridades del Gobierno estatal. Actualmente Luis Doñan, su esposa e hija, llevan más de 25 días plantados en una carpa frente a Palacio de Gobierno y no han sido atendidos por nadie. Los medios de comunicación que reciben mensualmente su chayote y están pagados por el gobierno, estuvieron haciendo su labor oficial de atacar al activista por obstruir el tráfico, con comentarios negativos en su contra y criminalizando su lucha lograron que algunas personas se inconformaran en contra de la familia ofendida, olvidándose de los ofensores. Como Doñan ya no puede hacer Huelga de hambre por motivos de salud, ya que recientemente se cerceno los labios, ante la desesperación por la falta de atención, el activista decidió acostarse en la avenida México haciendo un llamado desesperado al Gobernador Navarro Quintero para que atienda su petición, pero la respuesta no llegó, durante unos días la calle estuvo bloqueada y el tráfico vigilado por tránsito municipales, pero el día miércoles 19 de enero, ordenaron a los policías viales

que se retiraran y ordenaron la circulación del tráfico, dejando a la familia Doñan a media calle expuestos a ser atropellados por un vehículo, en un acto de inhumanidad por parte de este Gobierno. Aparte del activista y su familia, han sido muchos los manifestantes que han sido ignorados por el Gobierno Estatal. Trabajadores, campesinos, maestros, estudiantes, ciudadanos, se han presentado exigiendo respeto a sus derechos humanos siendo totalmente desconocidos. Aun y cuando el discurso de las mañaneras sigue siendo lo contrario con la realidad. De qué sirve a los Nayaritas que, en la noche del festejo del grito de independencia, el Gobernador se haya dado baños de pueblo caminando entre los asistentes al evento, (para el cual gastaron millones de pesos) si no resuelve, ni atiende ni escucha, ni respeta los derechos humanos de sus propios trabajadores. De qué sirve que el Gobernador del Estado camine por las calles de Tepic o por los mercados más concurridos, aparentando ser un gobernante cercano al pueblo, si no escucha, ni atiende, ni respeta los derechos humanos de una familia que tiene casi un mes frente a palacio de gobierno exigiendo justicia. Este Gobierno es un gobierno inhumano, que no respeta derechos humanos básicos como el derecho a la salud. El derecho al salario, el derecho a la propiedad, el derecho a la libertad de expresión y de manifestación de ideas. El doctor Navarro Quintero pasara a la historia como el Gobernador inhumano, el gobernador del odio y los resentimientos.



# “A la orilla del mar”

**Por: José Manuel Elizondo Cuevas.**

Hacia varios meses que no viajaba allende las fronteras de mi estado, pero el destino y una invitación del Instituto Municipal de Cultura, Turismo y Arte de Mazatlán, me pusieron hace unos días en el exuberante estado vecino de Sinaloa.

Creo que todos los viajes valen la pena, pero este fue con etiqueta especial ya que tuve la oportunidad de participar en la cartelera de un prestigioso evento con casi tres décadas de tradición en el bello puerto sinaloense, el Festival Cultural Mazatlán 2022, presentando mi novela más reciente: “El regreso”.

El evento principal, la presentación a cargo de la Maestra Guadalupe Veneranda Páez Tejeda, destacada impulsora de la literatura, mujer muy reconocida en el medio cultural, estaba calendarizado a las seis de la tarde del día jueves 13 de octubre, pero mi esposa y yo viajamos desde la mañana del miércoles 12, porque había aceptado participar en otra actividad literaria consistente en una charla de narrativa con alumnos del taller de literatura dirigido por la Maestra María Muñiz, quien fue la promotora cultural que me hizo la invitación a participar en los “jueves Literarios” del mencionado

festival.

Todo salió a pedir de boca. Una vez que dejamos atrás los terrenos nayaritas, empezamos a recorrer las primeras localidades de Sinaloa, empezando por “La Concha” y “Copales” empecé a notar un cambio en la morfología de los terrenos, al principio no tan marcadas las diferencias pero sí un tanto en la

vegetación. Después de pasar por Acaponeta, los escenarios me parecieron menos verdes y los caminos un poco desiertos. Así fuimos poco a poco devorando kilómetros, pasamos Escuinapa, Rosario y al mediodía estábamos entrando en el majestuoso puerto. Ahora solo quedaba buscar el Hotel Boutique Melville, lugar donde seríamos alojados por gestión del instituto anfitrión.

Después de unas pocas escaramuzas por el malecón, localizamos el hospedaje. Una casona de tipo colonial de dos plantas como aquellas que poseían los viejos hacendados.



Recámaras enormes con amplias estancias y menaje de sala, comedor y cocina que incluía excelente refrigerador, estufa, licuadora y otros enseres propios de la misma. Era más que evidente que debido al plan de viaje lo menos que íbamos a hacer sería ¡Cocinar! Pero no deja

de ser atractivo para quienes sí desean una estadía familiar, con todo lo que eso implica. Por lo demás la habitación que nos brindaron cuenta con todos los servicios necesarios, aire acondicionado y ventilador de techo, una amplísima cama con espacio hasta para acampar o hacer cualquier otra actividad (los maliciosos y maliciosas tendrán ahora mismo una sonrisa socarrona en sus rostros) y un cuarto de baño muy cómodo.

Cuando me dijeron el nombre del hotel pensé: “qué coincidencia, tiene el mismo nombre de aquel ilustre escritor que escribió la famosa novela Moby Dick”, pero no, no era una coincidencia, el hotel lleva ese nombre en alusión directa al novelista, ensayista y poeta neoyorkino: Herman Melville. No había estado en un hotel que poseyera un formato tan

especial, tan motivador para un humilde escribano como su servidor. Me refiero a que cada habitación tiene en el exterior su placa con el nombre de un escritor famoso. Los hay mexicanos y extranjeros, nosotros estuvimos alojados en la que hace homenaje al ilustre poeta, médico y diplomático jalisciense Enrique González Martínez y estuvimos muy cerca de la que rinde honores a nuestro poeta mayor nayarita Amado Nervo, ambas en la planta alta del singular edificio habitacional.

Otro de los atractivos del lugar donde pasamos varios días es su ubicación a dos cuadras del famoso malecón, en otra dirección y por la misma calle Constitución a cuadra y media accedíamos a la imperdible, histórica y encantadora Plaza Machado, lugar donde se dan cita los turistas nacionales y extranjeros a disfrutar de diversas expresiones artísticas, principalmente grupos musicales que deleitan a las personas que asisten a restaurantes, bares y cafeterías, entre otros lugares que se ubican en su entorno. Nada de qué preocuparnos, incluso la histórica Casa Haas, lugar donde presentamos mi obra literaria más reciente, estaba a mi alcance con solo caminar tres pequeñas cuadras.

Nada de que lamentarnos, fue un viaje redondo en el más amplio de los sentidos. Se lograron los objetivos y se cumplieron las expectativas. Siempre será motivador que las instituciones y los personajes culturales aprecien y promuevan el trabajo de los escritores. Por esa razón, hago propicio este comentario para agradecer de manera sincera a todas las personas que formaron parte de esta nueva aventura literaria. Entrego mi afecto y reconocimiento al Instituto Municipal de Cultura, Turismo y Arte de Mazatlán, desde su Director General, el Lic. José Ángel Tostado Quevedo, la Directora Artística, Maestra Zoila Fernández Fernández, mi presentadora Maestra Guadalupe Veneranda Páez Tejeda, la moderadora Maestra María Muñiz, al área de comunicación que se encargó del evento, el colega reportero y columnista Javier Solís Morales y su compañera fotógrafa, de quien no registré su nombre, además de muchos nuevos amigos como los alumnos del taller de literatura, el esposo de la Maestra Veneranda, la poeta Paula Calzada, nuestro enlace del instituto Edith, nuestra anfitriona en el hotel, Verónica Tostado. Saludo especial a mi entrañable amigo y compadre Gerardo Camacho y su esposa Oliva Castro, quienes viajaron desde La Reforma, Sinaloa para acompañarnos en el evento y compartir con nosotros. En fin, gracias a Dios y gracias a la vida que me han dado tanto.

RECIBAN UN SALUDO AFECTUOSO.- LOS ESPERO LA SIGUIENTE SEMANA - COMENTARIOS Y SUGERENCIAS AL CORREO: elizondojm@hotmail.com.- MIEMBRO ACTIVO FRECONAY, A.C.





OR: ROBERTO GONZALEZ CASILLAS

¿QUE, CREEN, QUE CREEN?, Nos la volvieron hacer, de nuevo otra investida del poder único que existe en Nayarit, que es el Ejecutivo, valiéndose de sus subalternos en este caso el Congreso del Estado, y con las faramallas de siempre, aprobaron el decreto del Gobernador del Estado, para despojarnos de nuestros terrenos ubicados por el rumbo de la Cantera, solo recordarles que hay un Dios y el Karma existe y que sin lugar a dudas los que ahora son nuestros carniceros, el día de mañana serán los sacrificados, ya que con la vara que midan, serán medidos, con esto doy inicio a mi colaboración de esta edición de Semanario "GREMIO", la voz y la verdad de los trabajadores, esperando que todos los desesperados a causa de la agresión de que son objeto, no pierdan la cordura y se mantengan muy unidos a su sindicato y como uno solo, codo con codo, actuemos en el momento oportuno contra nuestros agresores, ya que cuando parece todo perdido, nos levantaremos como Ave Fénix, llegará la justicia, porque la razón nos asiste.

El despojo que se dio en el Congreso del Estado el día jueves 13 de Octubre cuando en votación levantaron el dedo los diputados de Morena y del Verde Ecologista, para poder quitarnos el patrimonio a 200 compañeros trabajadores, que en base a su esfuerzo y con duras penas, les había tocado un pequeño terreno para sus familias, después que de manera humana, les había facilitado la Administración de Ney González Sánchez, pero extrañamente las demás administraciones de Roberto Sandoval y Toño Echeverría, pusieron miles de trabas en la obtención de los permisos para empezar a construir, siendo esta la causa por la que no se había logrado iniciar con la construcción, y valiéndose de esta situación y con el afán de despojar sin misericordia, nos han arrebatado gran parte de nuestro patrimonio, los

trabajadores sindicalizados no somos culpables del quebranto del gobierno y hoy queda muy claro que muchos de los que votamos por Morena, nos ha fallado y ya sabemos dónde reclamar, ya que como van las cosas, lo más seguro es que veremos un diciembre muy nublado e incierto, no únicamente para nosotros, sino también, para el comercio nayarita, ya que nosotros sin lugar a dudas somos quienes movemos la economía y si no estamos en capacidad de adquirir mucho lo resentirán los comerciantes, sobre todo los locales, y recordarles a los diputados traidores que cuando regresen a pedir el voto, les recordaremos que fueron traidores a la clase trabajadora y que los lleve al poder su patrón en turno, si tuvieran vergüenza, renunciaban, pero la vergüenza para ustedes era verde y se la tragó el burro.

La clase trabajadora de Nayarit y el SUTSEM, agradecen a los Diputados empáticos con nuestras luchas y con quien tiene la razón, muchas gracias por ser solidarios con las bases trabajadoras que luchan por mejores condiciones de vida, su apoyo será por siempre agradecido y valorado y tengan la seguridad que también estaremos con ustedes cuando sea necesarios para llevarlos a puestos de mayor relevancia, en la toma de decisiones en beneficio de la sociedad y de nuestro estado, la clase trabajadora se encuentra agradecida y les da las gracias a los Diputados: Jesús Nohelia Ramos Nungaray, José Ignacio Rivas Parra, Laura Inés Rangel Huerta, Luis Fernando Parra González, Selene Lorena Cárdenas Pedraza, Sofía Bautista Zambrano, Sonia Nohelia Ibarra Franquez, Tania Montenegro Ibarra. Reciban un abrazo solidario de la clase trabajadora de Nayarit y nuestro aprecio y reconocimiento, siempre estarán en nuestra memoria, por su capacidad para legislar, su ética como humanos y como diputados, por su ética para servir y no servirse del pueblo, y por no prestarse a los caprichos y aberraciones del grupo en el poder, sepan señores que a ustedes si les reconocemos su esfuerzo y no a los traidores, serviles y arrastrados.

Es verdadera y ya se ve ante los ojos de la sociedad, como se gesta una crisis humanitaria, la principal causa es sin duda en fracaso del populismo autoritario que estamos viviendo, son ya más de 2 millones y medio de desplazados al territorio colombiano y un millón 200 mil en el territorio peruano, en el presente año son ya 2 millones 100 mil migrantes frenados en la frontera de México-Estados Unidos, siendo un incremento record de Venezolanos, Cubanos y Nicaragüenses, Son millones de personas desplazadas en situación de absoluta indefensión, sin que exista una buena respuesta regional para la solución de este problema multinacional, comentarte que en la reciente reunión de la OEA, el Secretario de Estado de los Estados Unidos, anunció nuevas ayudas para

tratar de mitigar el problema y se comprometió con 240 millones de dólares, para solucionar la problemática más apremiante para todos los migrantes, con servicios de salud, albergues, apoyo legal y enseñanza. Cabe mencionar que el apoyo económico, es muy pequeño, pero no puede ser menospreciado, aunque no se resuelve el problema con solo arrojarles dinero, la solución no es tan simple, ya que el tipo de gobierno de estos 3 países no aportan nada a la solución del problema, por el contrario con su forma de gobernar, lo agravan a cada instante. Cuando México entró al tratado de Libre Comercio, en apenas 20 años, logró una tasa negativa en la migración al país vecino. Pero los demagogos populistas en el continente acusaron a México de ser cómplice del imperio Yanqui, los que tanto cacaraquearon son los antes mencionados, Hoy tienen una crisis humanitaria, sus connacionales, que migran a los Estados Unidos, de forma antihumana a costas de poner en riesgo su vida y muchos han muerto en el intento, mientras sus gobernantes, sumergen en la pobreza a sus pueblos y por nada del mundo sueltan el poder. Sus gobiernos no han sido capaces, no tienen imaginación para atraer inversiones, para dar un salto a una mejor calidad de vida, y considerando que la educación que imparten, que es deficiente y tendenciosa, no tienen camino para salir del atolladero. Los Estados Unidos tienen la obligación moral de poner mucho de su parte para evitar el sufrimiento de los migrantes que llegan a este país. Pero la administración Baiden en el 2023, solo acepta 125 mil desplazados, la cifra se antoja benévola, en comparación con la administración de Trump que solo autorizaba la cantidad de 15 mil anuales. La verdadera solución al problema, es la elaboración de un plan integral y que los gobiernos populistas pongan algo bueno de su parte y eso es algo creo mucho pedir, a quienes en aras de perpetuarse en poder, destruyen y asfixian a sus pueblos.

Ya con esta me despido, sabe Dios si volveré, pero ciertamente se los digo, que no pierdo las esperanzas, de ver una América libre y robusta, un México verdaderamente libre y democrático, pujante, unido y fortalecido económica y culturalmente, así mismo un Nayarit donde la justicia y el progreso vayan de la mano, porque los nayaritas somos trabajadores, entregados a nuestras funciones que por humildes que parezcan las realizamos con mucha entrega y pasión. Por hoy es todo espero sus comentarios al correo electrónico [Robertominigozalez@gmail.com](mailto:Robertominigozalez@gmail.com) o al teléfono 3112620278, hasta la vista. La frase de la semana "Si no tenemos policías, jueces, abogados, fiscales, honestos, valerosos y eficientes; si se rinden al crimen y a la corrupción, están condenando al país a la ignominia más desesperante y atroz."

# AL AIRE

POR MIGUEL ANGEL OCEGUEDA GUERRERO

Compañeras y Compañeros Trabajadores y lectores en general, hoy traigo para ustedes: "PRECAUCIONES PARA BAÑARSE", que se publicó en redes sociales y me parecieron interesantes.

Siempre escuchamos sobre personas que tuvieron un derrame cerebral y se cayeron en el baño, menos frecuentes, en otros lugares.

Un docente del consejo nacional del deporte dijo: No se debe mojar la cabeza primero en el proceso del baño, ni siquiera al lavarse el cabello. Otras partes del cuerpo, deben lavarse primero, porque cuando la cabeza esta mojada y se enfría, la sangre fluye hacia ella para calentarla.

Si los vasos sanguíneos se estrechan debido al agua fría, puede provocar su ruptura. Es por eso que esto suele tener lugar en el baño. Sea consciente, para evitar que esto suceda.

El procedimiento correcto es el siguiente: Comienza a mojar tu cuerpo desde la planta de los pies, sigue con las piernas, los muslos, el abdomen y luego los hombros. En este punto (en los hombros), haz una pausa de 5 a 10 segundos. Podrás sentir el calor dejando el cuerpo. Solo entonces toma tu ducha como de costumbre.

Cuando vaciamos un vaso con agua caliente e inmediatamente lo llenamos con agua fría ¿Qué sucede? El cristal se romperá. Es lo mismo que sucede con el cuerpo humano.

Por naturaleza, la temperatura del cuerpo es muy caliente, mientras que la del agua es muy fría. Ésta, en forma directa sobre el cuerpo o la cabeza puede contraer los vasos sanguíneos, al mismo tiempo que la sangre fluirá con mayor intensidad, para calentar las regiones afectadas y se pueden romper los vasos sanguíneos.

Los derrames que sufren las personas en el baño, debajo de la regadera, es por la forma incorrecta de ducharse.

Este método de baño, es apto para todas las edades, especialmente para aquellas personas que padecen diabetes, hipertensión arterial, colesterol, migraña o dolores de cabeza.

Muchos deportistas, padres de familia y amigos lo ignoran, por lo que es necesario ducharse con técnica como la propuesta, para evitar un derrame cerebral. Cuidemos nuestra salud.

LAS EFEMERIDES NAYARITAS Y NACIONALES más importantes del 17 al 23 de octubre del 2022, son las siguientes:

**NAYARITAS:**

17 de octubre de 1937.- Se inauguró el mercado "Héroes de la Revolución" de Santiago Ixcuintla, por el gobernador Francisco Parra

18 de octubre de 1940.- Se dotó de tierras al ejido de la Cruz de Huanacastle del municipio de Bahía de Banderas.

19 de octubre de 1858.- Pedro Martínez Guevara, con su ejército, se pronunció a favor de la causa liberal, al inicio de la guerra de Reforma, en Ixtlán del Río.

20 de octubre de 1989.- Falleció en Tepic, el Profesor Salvador Langarica Cabrera, Director de la Escuela Normal Superior de Nayarit.

21 de octubre de 1887- Murió el Maestro Fernando Montaña Puga, oriundo de Compostela, Nayarit.

22 de octubre de 1916.- Se dotó de tierras al ejido de Mexcaltitán del municipio de Santiago Ixcuintla.

23 de octubre de 1991.- Murió en Tepic, Bernardo M. de León, Político, Funcionario público y Agrarista.

**NACIONALES:**

17 de octubre de 1762.- Se fundó la biblioteca de la Real y Pontificia Universidad de México por el doctor Manuel Ignacio Beye de Cisneros y Quijano, quien donó los libros y construyó el edificio.

18 de octubre de 1765.- Nació en Monterrey Nuevo León, Fray Servando Teresa de Mier,

quien impulsó a Francisco Javier Mina a continuar la Lucha de independencia de la Nueva España, hoy México, a la muerte de José María Morelos y Pavón.

19 de octubre de 1970.- Muerte del General Lázaro Cárdenas del Río, Presidente de México de 1934 a 1940.

20 de octubre de 1895- Se realiza el primer censo de población en México, arrojando 12,570,195 habitantes.

21 de octubre de 1865.- Murió en Uruapan, Michoacán, José María Arteaga, Militar y Político Liberal, oriundo de Aguascalientes.

22 de octubre de 1814.- José María Morelos y Pavón y el congreso de Anáhuac, promulgaron la Constitución de Apatzingán, con el nombre de "Decreto Constitucional para la libertad de América Latina".

23 de octubre de 1943.- Por decreto del presidente de México General Manuel Ávila Camacho, se estableció el 23 de octubre de cada año como el "Día Nacional de la Aviación".

**LAS FRASES CÉLEBRES DE LA SEMANA**

"CUANDO SIENTO UNA TERRIBLE NECESIDAD DE RELIGIÓN, SALGO DE NOCHE PARA PINTAR LAS ESTRELLAS".

Vincent Willem Van Gogh (1853-1890); Pintor del Postimpresionismo, Neerlandés

"SABER Y SABERLO DEMOSTRAR, ES VALER DE DOS VECES".

Baltasar Gracián y Morales (1601-1658); Escritor Jesuita Español

**HUMORISMO:**

\*\*\* Mi amor, mi intención no era llamarte tonta, pero cuando me preguntaste si las alitas eran de res o de puerco, me agarraste desprevenido.

\*\*\* Dice el Costeño: México es el único lugar en el mundo, donde la gente levanta una piedra imaginaria para espantar un perro. También donde existe el chile que pica y que no pica.

Es mi aportación por hoy, soy el más humilde de sus amigos y les recomiendo, no hagan la guerra, mejor practiquen el amor en todas sus formas. Sean felices, Dios los bendice.



# ¡TU PUEDES SER LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO!

Por Liliana Hernández:

## “DEDICA ESTE DÍA A LA QUIETUD Y A LA PAZ”

Un Curso de Milagros)

Hola amigas y amigos; reciban un fuerte abrazo de corazón a corazón, especialmente para todas y todos los trabajadores del SUTSEM, y por supuesto también para quienes disfrutan cada semana de la lectura del Semanario: “GREMIO” la Verdad de los Trabajadores. En esta ocasión les comparto otra de las Lecciones de Un Curso de Milagros súper interesante, la Lección 291 que nos dice: **“ESTE ES UN DÍA DE SOSIEGO Y DE PAZ”**; Hoy la visión de Cristo contempla todo a través de mí. Su vista me muestra que todas las cosas han sido perdonadas y que se encuentran en paz, y le ofrece esa misma visión al mundo. En su nombre acepto ésta visión para mí, así como para el mundo. ¡Cuanta hermosura contemplamos en este día! ¡Cuanta santidad vemos a nuestro alrededor! Y se nos concede reconocer que es una santidad que compartimos, pues es la Santidad de Dios Mismo. (Libro de Ejercicios de Un Curso de Milagros) En la **Reflexión de Sarah Huemert** nos dice: “Esta lección la tomo como un regalo del Espíritu Santo en mi cumpleaños, para dedicar el día a la quietud y a la paz, tal como debería de ser cada día de nuestra vida.

- **“Es un regalo que podemos aceptar en cualquier momento que elijamos porque ya está en nosotros. No tenemos que buscar nada. La belleza de este día depende de lo que hemos elegido en nuestro interior”.**

**“La visión espiritual”**; es mirar hacia adentro e inmediatamente te das cuenta de que el altar ha sido profanado y de que necesita ser reparado y protegido. Perfectamente consciente de la defensa apropiada, la visión espiritual pasa por alto todas las demás y mira más allá del error hacia la verdad. Debido a la fuerza de su visión, pone a la mente a su servicio. Esto restablece el poder de la mente y hace que las demoras le resulten cada vez más intolerables al darse cuenta de que lo único que hacen es añadir dolor innecesario. (Libro de Texto T.2.III.4.36) No justifiquemos nuestra falta de paz, reconozcamos que el tiempo entre un acontecimiento difícil y nuestra decisión de aceptar la curación se acorta considerablemente cuando aplicamos la lección. Donde parecía que nos llevaba meses superar algo doloroso, se reduce a semanas, luego a días, luego a minutos y finalmente a segundos.

**“La quietud y la paz son atributos de la mente y de nuestro estado natural”**; las experiencias que nos crean confusión y angustia son ilusorias, no son un hecho. La mente inquieta con todos sus pensamientos obsesivos, no traen paz. Por eso se nos invita a vigilar, a observar nuestros pensamientos y entregarlos al Espíritu Santo, es una disciplina que requiere tiempo y práctica, pero es la única manera de descubrir lo que bloquea la verdad, y precisamente son los pensamientos de preocupación, de dolor, de miedo, de tristeza, etc. sin embargo detrás de ellos, siempre están la quietud y la paz.

**“Tengo el poder de decidir, de elegir”**; puedo elegir un día feliz. La Película “Before I Fall” (Si No Despierto) ilustra cómo un cambio de mentalidad puede dar lugar a una forma totalmente diferente de vivir el día. En esta película vemos que, independientemente de lo que hagamos para ser felices y adaptarnos al mundo, mientras la mente esté encerrada en un patrón estático de “pasado y futuro”, no hay esperanza de una felicidad sostenida. No hay nada más importante que podamos hacer con nuestro día que establecer la intención de aprovechar cada oportunidad para conocer el amor que somos a través del perdón. Es la renuncia a la mente del “yo sé” que ofrece sus respuestas familiares. Los acontecimientos difíciles que aparecen en nuestra vida están ahí para “despertar” de esta familiaridad de la mente y, por lo tanto, son muy útiles. Verlos de



esta manera es ser un “aprendiz feliz”.

“Mi mente se quieta hoy, para recibir los Pensamientos que Tú me ofreces. Y acepto lo que procede de Ti, en lugar de lo que procede de mí. No se cómo llegar hasta Ti. Mas Tú lo sabes perfectamente. Padre, guía a Tu Hijo por el tranquilo sendero que conduce a Ti. Haz que mi perdón sea total y completo y que Tu recuerdo retorne a mí”. (L. 291, Libro de Ejercicio)

- **“Encontrarse con todo y con todos a través de la quietud en lugar del ruido mental es el mayor regalo que puedes ofrecer al universo. Yo lo llamo quietud, pero es una joya con muchas facetas: esa quietud es también alegría, y es amor”.** (Eckhart Tolle)

Les recuerdo la invitación para que asistan al **“Curso de Milagros”** para lograr tu Paz Interior, todos los Lunes a las 6 de la tarde, en el Auditorio del SUTSEM (es gratuito). Además, los esperamos para disfrutar con toda su familia de las **“Tardes de Lectura”**, en la Sala de Lectura del SUTSEM; “La Magia en el Leer” los días: Martes, Miércoles y Jueves de cada semana, a partir de las 5:30 de la tarde en nuestra sede sindical del Fraccionamiento “Las Aves”, donde tenemos “préstamo de Libros a domicilio” por si les gusta algún libro para leerlo en casa. También les recuerdo que están invitadas e invitados a los **“Viernes de Películas”** a las 5:30 de la tarde. Espero tus comentarios y opiniones a mi correo: [lilyher\\_23@hotmail.com](mailto:lilyher_23@hotmail.com) o envíame un mensaje a mi Whatsapp: (311)109-41-51. ¡Mil gracias por aprender, recibe un abrazo muy fuerte, cuida tu salud, sé feliz, bendiciones y hasta la próxima!

# ¿Cuánto tiempo al día deberías dedicarle a las redes sociales?

Por: Jona Ortiz R. / FRECONAY

Tres horas debería ser el límite de tiempo en redes sociales

Las redes sociales son, hoy en día, parte esencial en nuestra vida diaria. Casi todas consumimos contenido de Instagram, Facebook, TikTok, Twitter, entre muchas otras aplicaciones.

Sentirnos conectados puede hacernos sentir felices y darnos un sentido de pertenencia.

Pero también debemos reconocer la mayoría de las personas pasamos más tiempo del recomendado en estas plataformas, lo que en algún momento puede sobrecargarnos o incluso resultar perjudicial para nuestra salud.

¿Cuánto tiempo pasar en redes sociales, idealmente?

¿Pasar muchas horas en redes es un problema de salud mental?

De acuerdo con un artículo de BBC Future, hay dos organizaciones que clasifican los trastornos mentales: la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Asociación Estadounidense de Psiquiatría.

Cualquier supuesta adicción debe cumplir con ciertos criterios antes de que se considere un comportamiento patológico y debe haber una gran cantidad de investigación que lo confirme.

En enero de 2018 se anunció por primera vez que la

adicción a los videojuegos sería catalogado por la OMS como un trastorno. Después de cuatro años, en febrero de 2022, la OMS incluyó por primera ocasión la adicción a los videojuegos en su apartado de desórdenes mentales, luego de que su asamblea lo aprobara en mayo de 2021, según el artículo de Deutsche Welle (DW).

Según una publicación de la revista médica JAMA Psychiatry, los adolescentes estadounidenses que pasaban más de tres horas al día en las redes sociales tenían un 60% más de riesgo de problemas de salud mental en comparación con los adolescentes que no utilizan las aplicaciones en absoluto.

Puede afectar la autopercepción

Este umbral de tres horas generalmente se considera el límite sugerido para todos los usuarios de las redes sociales, ya que cualquier cosa más allá de este periodo de tiempo comienza a afectar en gran medida la forma en que una persona se ve a sí misma y la forma en que maneja sus ansiedades y tensiones.

Kira Riehm, una de las principales autoras del artículo de JAMA Psychiatry, explica este fenómeno. "Este patrón de hallazgos puede explicarse por una serie de mecanismos potenciales, incluida la exposición al ciberacoso, la mala calidad del sueño o la exposición a autopresentaciones idealizadas, que en otros estudios se han encontrado asociados con síntomas depresivos y de ansiedad"

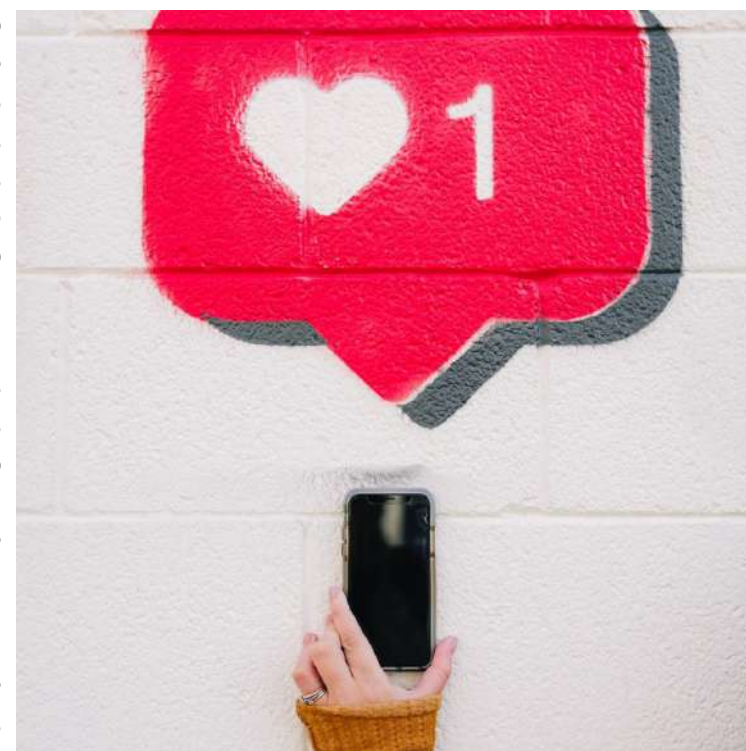
Si pasas más de tres horas al día en las redes sociales, corres el riesgo de desarrollar varios efectos adversos para la salud. No solo aumentan los sentimientos de ansiedad y aislamiento, sino que el escaso tiempo que pasas desplazándote puede tener un efecto físico en tu cuerpo.

Asimismo, la autora resaltó que aunque esto es más frecuente en los adolescentes, el mismo patrón también se puede identificar en los adultos.

¿Cuánto tiempo pasar en redes sociales?

Según la revista científica Journal of Social and Clinical Psychology, limitar las redes sociales a 30 minutos por día conduce a una mejor salud mental y podría tener un impacto positivo en tu bienestar en general.

El estudio sugiere que pasar aproximadamente 10 minutos en tres aplicaciones de redes sociales separadas por día aún mantiene el "compromiso" y brinda esa sensación de pertenencia sin inclinarse demasiado en la dirección equivocada.



Posibles consecuencias del uso excesivo de redes

Las personas que interactúan con las redes sociales con mayor frecuencia, y que generalmente pasan demasiado tiempo frente a una pantalla aunque no sea del celular, tienen más probabilidades de desarrollar sobrepeso y corren un mayor riesgo de padecer ciertas afecciones de salud, como enfermedades cardíacas y diabetes, según John Hopkins Medicine.

Esto se debe a que cuánto más tiempo pasas frente a una pantalla, más tiempo pasas con un comportamiento sedentario. Los estudios sugieren que cuando adoptas este estilo de vida perezoso, comienzas a desarrollar una gran cantidad de impedimentos físicos.

Tres horas por día es la cantidad máxima absoluta de tiempo que deberías pasar en las redes sociales para evitar estos problemas, pero los expertos en psiquiatría creen que la cantidad de tiempo real que debes dedicar a estas aplicaciones, idealmente es mucho menor.





# De Luz y Sombra



## ¡Hay tiro!

Por Isabel Guzmán

Justo cuando pensábamos que las ocurrencias y chascarrillos de los gobernantes en turno no podían ser más espeluznantes surge un nuevo disparate que nos hace pensar muy seriamente en que no sólo es necesario un hospital psiquiátrico para que se atiendan los muchísimos enfermos mentales que deambulan por la calle sino que URGE para que podamos encerrar a esos señores, señoras y señoritingas que usan el poder temporal que tienen para buscar nuevas formas de joder al prójimo, de destruir la ciudad y de provocar la ira y el rencor entre los votantes.

Recientemente, los y las cortesanas de "su majestad Gera" le mal aconsejaron que se aventara la charrita de querer destruir la plaza principal de Tepic para excavar y luego, edificar ahí un estacionamiento público, sí, leyó usted bien, a la miss se le hizo muy atractiva la idea de desaparecer parte de nuestro patrimonio cultural e histórico con la clara intención de llevarse unos centavitos extra, no la culpo, le sobran mantenidos y mantenidas en las nóminas oficiales; bueno, pues el chistorete le salió caro a la señorita presidenta, el pueblo sabio se manifestó y repudia la idea de que se altere el centro histórico por las pistolas de doña Gera que lejos de ganar simpatía con sus acciones, poco a poco pierde simpatizantes y es que, la chica no es mala persona, lo malo es el que la aconseja.

Bueno, pues como decía mi abuela, el chamuco nomás un piecito quiere, así que ni tardos ni perezosos el gobernador y la presidenta del congreso se le echaron

encima a la alcaldesa y literalmente le hicieron garras, cómo dice el Julio César Chávez: "¡Hay tiro! Y es que el médico se le fue a la yugular a la neófita política y en una sola declaración le manda decir que ni lo piense, que esa locura de un estacionamiento público en el pleno corazón de la ciudad es un sueño guajiro que seguramente se le reveló mientras sufría los intensos calores de los pasados días, pero no solamente MANQ le cortó la inspiración, la otra aspirante a seguir colgada de la nómina oficial, Alba Cristal Espinoza también le mandó un atento recado a la miss en el sentido de que nanay, estacionamiento en la plaza no hay.

Todavía no empieza la carrera por la siguiente elección de alcaldes y cambio de legislatura ya se nota el tremendo agarrón de mechas entre las dos que aspiran a subir un peldaño o bien, quedarse en el que están, lo que no es un secreto es que ni se mastican y ni se tragan esas dos divas instantáneas, ambas quieren reflectores, ambas tienen inundadas las redes sociales de selfies y ambas sostienen una guerra de "outfits" para apantallar a sus escasos seguidores, se nota que se odian con odio jarocho, pero encima, el gobernador desde siempre ha dejado muy claro que entre él y Gera no hay sinergia, eso no es tan malo como parece porque a nosotros los ciudadanos ni nos va ni nos viene que se quieran o se desprecien los que están en el poder, pero ah como nos divierten con sus dimes y diretes. Otra cosa fuera si alguno de esos protagonistas-antagonistas le apostara a defender al pueblo y a los más jodidos pero no, todos buscan llevar agua a su molino.

Si hacemos un pequeño recuento, Geraldine, Alba y Navarro llevan más desaciertos que aciertos, la gente no olvida el madrugquete que le dieron a

los locatarios del Mercado Z. Larios pues todos juraron que si los dueños de los locales no aceptaban nadie tocaría su patrimonio y nada, que se la noche a la mañana simplemente echaron para abajo muros y techos, en eso sí se pusieron de acuerdo, es que una cosa es lo que dicen y otra muy distinta lo que hacen movidos por la ambición de poder manejar recursos federal destinado para obras de relumbrón que por supuesto, se ejecutan con empresas de amigos y parientes y a sobre precio para que quede algo "Pal chesco".

De Alba Cristal pues basta decir que la clase trabajadora la odia tanto que dudo y alcance otro puesto de elección popular o repita en la legislatura siguiente, resultó ser una mujer egoísta, convenenciera y servil con el patrón, hacer que se aprobara la ley contra la burocracia fue su tumba política, sabemos que la suprema corte le dará palo como a la anterior que Tontiño, perdón, Toñito Echevarría logró pasar antes de irse a esconder bajo las enaguas de su poderosa madre y bajo el bigote de su acaudalado padre, pero solo la dejó vigente por unos días y después como vio nacer su ley, la vio morir.

Vamos a esperar el desenlace de todas las ocurrencias de Geraldine y del médico, lo que es seguro es que sólo las de Miguel Ángel van a prosperar en el congreso local y por supuesto, que las locuras de la señorita Ponce serán ignoradas por Alba y su pandilla, y es que el tiro apenas empieza, entre que se mandan decir y se dicen una a la otra sus mensajitos de desaprobación mutua, el que tiene el voto decisivo no le dará carreta a Geraldine, eso es seguro; volarán las peinetas en los próximos meses y nosotros, pueblo sabio y bueno no le vamos a ninguna de ellas y mucho menos le creemos al médico que la hace de "referí" y es que, después del desacierto de haberlos elegido, lo que nos urge es que se vayan y no que busquen seguir pegados de la ubre. ¿Y usted a quién le va? Yo a la ciudadanía, porque la ciudadanía paga impuestos para tenerlos en sus puestos y como dicen en mi pueblo, el que paga manda.



# SUTSEM en Gráficas

**• Muy concurrido resultó el curso de catrinas impartido por el maestro Juan Carlos Altamirano, miembro del comité del SUTSEM**



**ORGULLOSAMENTE**  
**SUTSEM**  
**ORGULLOSAMENTE**





• **Exposición de los trabajos del curso para la elaboración de catrinas con motivo de la proximidad del día de muertos**



ORGULLOSAMENTE  
SUTSEM  
ORGULLOSAMENTE





- **Reunión de trabajo e información con los trabajadores de alumbrado público**



**SUTSEM Orgullosamente**





**• Reunión informativa con los propietarios de lotes de la cantera sobre el robo que el gobierno morenista pretende hacer a los trabajadores.**



**ORGULLOSAMENTE**  
**SUTSEM**  
**ORGULLOSAMENTE**



# “Recordar es vivir”

## Del archivo del SUTSEM

- *¿Se acuerdan de este momento? Marcha de apoyo para el registro de la planilla verde.*



- *En la primera elección del grupo 21 de mayo color verde y celebrada en el auditorio de la escuela Miguel Alemán, el Comité del SUTSEM impidió el acceso a los participantes de la candidata Águeda Galicia, Se las ingeniaron para entrar a votar.*



**ORGULLOSAMENTE**  
**SUTSEM**  
**Orgullosamente**



## ***El SUTSEM siempre en la defensa de los derechos de sus agremiados***



***De izquierda a derecha: El Lic. Rafael Pérez Cárdenas, Secretario General de Gobierno, el Lic. José Luis Sánchez Merchand, líder de la FSTSGEM, Don Emilio M. Glez. uno de los mejores gobernadores y la Sria. Gral. Del SUTSEM Águeda Galicia.***



**ORGULLOSAMENTE**  
**SUTSEM**  
**ORGULLOSAMENTE**





*Tiempos aquellos con los SUTSEMistas de la Sección de Villa Hidalgo.*



*La delegación de Nayarit en uno de los congresos de reelección de la Sra. Águeda Galicia como Secretaria General de la FSTSGEM.*

***Después de la persecución injusta que hizo Rigoberto Ochoa contra la Sra. Águeda Galicia, regresó triunfante dándole la razón la justicia federal, fue recibida por los trabajadores***



**ORGULLOSAMENTE**  
**SUTSEM**  
**Orgullosamente**



# CAMINITO DE LUCHA QUE SIGA LA DEMOCRACIA CON CLAUDIA SHEINBAUM

Por Gaby Alvarado

La cuarta transformación implica la recuperación de la soberanía nacional y justamente en este momento en que vamos más allá de la mitad del camino es preciso plantear lo siguiente ¿es tiempo de mujeres para la sucesión presidencial? Si esto fuese así, ¿Cuál sería el perfil idóneo y por qué? En los temas de Democracia participativa, de liderazgo auténtico no es suficiente que las mujeres participen en la vida política de nuestro país, sino que éstas lo hagan desde una visión amplia y responsable interviniendo a favor del pueblo sobre los grandes temas; que haya cercanía con la gente, sin frivolidades, administrando los recursos públicos sabiamente, priorizando los temas de salud y educación. La doctora Claudia Sheinbaum nació en la Ciudad de México el 24 de junio de 1962, una mujer inteligente, preparada, formal, honesta, de convicción de izquierda; activista porque realizó múltiples acciones colectivas para impedir la aprobación de la Reforma Energética de Peña, es académica e investigadora, trabajó como secretaria de Medio Ambiente y ecología, una mujer sumamente trabajadora, sensible y amorosa con la vida política de nuestro país. Actualmente es jefa de gobierno de la ciudad de México, representa discurso y obra en forma congruente de entre lo que dice y hace, pero lo más importante es que recupera en su forma de gobernar los grandes derechos humanos del bienestar social como lo es salud, educación, seguridad, vialidad, agua y servicios públicos. Nuestro país necesita la continuidad del proyecto de nación y para hacerlo debe ser con mirada de mujer, desde la mirada de Claudia Sheinbaum.

# DIPUTADO MIGRANTE EN NAYARIT

Natalia López

Pese a que miles de connacionales se encuentran trabajando en Estados Unidos, este sector de la población no tiene un representante en la Cámara local, aún cuando aportan en remesas mensualmente millones de pesos, mismos que permiten que en el Estado la economía continúe funcionando.

Ante esta situación la diputada, María Belén Muñoz Barajas, explicó que ha introducido una iniciativa, misma que tiene como finalidad que se aperture por Ley un escaño para que los paisanos estén debidamente representados.

De aprobarse la propuesta mencionada que se encuentra en comisiones, lo que espera que pueda suceder en este mismo periodo de sesiones, comentó que para las siguiente legislatura ya tendría que haber un diputado migrante.

En lo que corresponde a la protección de los lugares sagrados, iniciativa que le fue aprobada, señaló que ya se está trabajando por parte de las dependencias en la materia en la creación de un padrón de dichos sitios, los cuales no podrán ser destruidos.

Para concluir, María Belén Muñoz Barajas, añadió que el objetivo es que las áreas Wixáricas como Taté Aramara, al igual que las de origen Tepehuano, Mexicanero y Náyeri, sean reconocidos como patrimonio cultural.





# NIÑOS BURREROS

Por Verónica Ramírez

Alumnos menores de edad, distribuyen drogas al interior o exterior de los planteles educativos de Nayarit, los integrantes del crimen organizado se aprovechan de la vulnerabilidad de los pequeños para convertirlos en “mini traficantes”.

Estos menores reclutados y utilizados como “burreros” generalmente hacen sus negocitos en el baño o partes alejadas de la escuela.

La diputada, Tania Montenegro, presidenta de la Comisión de Educación y Cultura del Congreso local, señaló que cuando fungió como docente, observó esta situación que no ha podido erradicarse porque las autoridades se hacen de la vista gorda.

“Yo trabajé en secundaria donde te dabas cuenta que había ciertos espacios de la escuela en donde algunos alumnos, -nunca supimos quienes-, depositaban ciertas sustancias y las iban cambiando de lugar porque grupos externos”, explicó Montenegro Ibarra.

Es lamentable que por la pobreza, desintegración familiar o falta de atención estos menores de 12 a 15 años, son utilizados como burreros para venderles droga a sus compañeritos pero no se puede comprobar porque los docentes no tienen la libertad de revisar a los menores porque luego Derechos Humanos “salta” argumentando que se vulneran los derechos de los niños.

Montenegro Ibarra, indicó que este fue el motivo por el que hace algunos años, dejó de llevarse a cabo el operativo “mochila”, donde los maestros junto con los padres de familias revisaban las mochilas o pertenencias de los alumnos para detectarles drogas o armas pero se dejó de lado, precisamente porque de acuerdo a la ley, se viola los derechos humanos de los menores.



## DISCRIMINACIÓN EN LA EDUCACIÓN

Natalia López

El número de indígenas que logran culminar una carrera profesional, es mínimo, puesto que, aunque se han tenido avances en materia de educación, estos no han sido suficientes, para que todo aquel quiera prepararse lo logre.

Tal queja corresponde a la presidenta de la “Unión de Profesionistas Indígenas de Nayarit”, Leticia Carrillo de la Cruz, quien dijo que es de suma relevancia que los gobiernos proporcionen todas las herramientas a los jóvenes, para que puedan continuar con su preparación académica.

Las condiciones económicas, recordó que es uno de los principales problemas por lo que deciden dejar las aulas, puesto que estudiar en la capital nayarita resulta para gran parte de ellos, imposible, debido a que no tienen un lugar en el que llegar y rentar está fuera del alcance.

Razón por lo cual, es indispensable que se construya una Casa del Estudiante, para los jóvenes de este sector de la población, tengan la oportunidad de migrar a la capital, pues aunque ya hay una en general, esta resulta insuficiente por la falta de espacios para todos los que requieren albergarse en esta.

Para concluir, Leticia Carrillo de la Cruz, añadió que estudiar en la universidad no está al alcance de todos es por ello que necesitan el apoyo de los tres órdenes de gobierno, para que puedan salir adelante y con ello tener la posibilidad de mejores oportunidades y una buena calidad de vida.







☎ **311 317 7717**



Arq. Antonio Rivas Mercado  
Ote. 15, Col. Centro entre  
Av. Mexico y C. Zacatecas

## ¡EL SUTSEM A LA VANGUARDIA!

**Siempre procurando por la salud física, emocional y estética de sus agremiados y sus familias. Pone a tu disposición una alternativa para elevar tu calidad de vida.**



**ROMANA**  
CENTRO MEDICO INTEGRAL

**Sera el gerente de que reciban atención medica profesional, etica, personalizada, con sentido humano y calidez en esos momentos de crisis.**



**Facilidad de pago**



**Descuentos via Nomina**



**Descuentos especiales**



**311 317 7717**



Arq. Antonio Rivas Mercado  
Ote. 15, Col. Centro entre  
Av. Mexico y C. Zacatecas

**En busca de**

**LA MEJOR VERSIÓN DE TI**



# LETICIA MOSCOSO

ASESORA DE VENTAS



- \* DEMOSTRACIONES DE NUESTRO PRODUCTO
- \* MANTENIMIENTOS
- \* ETC.



3111617062





## Himno del SUTSEM

Compañeros del SUTSEM unidos  
 A la marcha por la dignidad  
 Nuestras luchas serán siempre justas  
 Pues luchamos justicias social.  
 Nuestra fuerza es la unión y el trabajo  
 Nuestra meta es la liberación  
 Solidarios con nuestros hermanos  
 Los que sufren tiranía de un patrón

II

Todos unidos lucharemos cuando el SUTSEM nos convoque  
 Codo con codo marcharemos hasta la victoria lograr  
 Piensa que unidos nuestras conquistas logramos  
 Si defendemos nuestras causas con honor.  
 Servir al pueblo es mi deber y mi trabajo, con valores  
 Con gusto lo hago porque esa es mi verdadera vocación  
 Somos del pueblo y para el pueblo trabajamos  
 Me enorgullece ser del SUTSEM sí señor.

III

Lucharemos por justos salarios  
 Democracia y la libertad  
 Como SUTSEM tenemos derechos  
 Al trabajo y a la dignidad.  
 Nuestros brazos unamos por siempre  
 Cual si fueran lazos de unión  
 Que no rompan caciques patronos  
 Ni gobiernos, ni la corrupción

IV

Todos unidos lucharemos cuando el SUTSEM nos convoque  
 Codo con codo marcharemos hasta la victoria lograr  
 Piensa que unidos nuestras conquistas logramos  
 Si defendemos nuestras causas con honor.  
 Servir al pueblo es mi deber y mi trabajo, con valores  
 Con gusto lo hago porque esa es mi verdadera vocación  
 Somos del pueblo y para el pueblo trabajamos  
 Me enorgullece ser del SUTSEM si señor.

**AUTOR: ABEL ANDRADE CERVANTES**  
**ARREGLO: GUSTAVO VILLA MONREAL**



# Las tradiciones se viven a través del SUTSEM

**Celebra la organización el día de muertos con su tradicional concurso de Calaveritas Literarias**

Por: Estrella Ortiz

En el marco del día de muertos que se celebra el 2 de noviembre, el Comité Ejecutivo Estatal del SUTSEM publicó



a través de sus plataformas digitales la convocatoria para participar en su ya tradicional concurso de Calaveritas Literarias edición 2022, que año tras año se hace para toda la clase trabajadora adherida a la organización, activos y jubilados. Los trabajos se pueden entregar a partir del día en que se publicó la circular #51, teniendo como fecha límite el día 28 de octubre de 2022 hasta las 20:00 horas.

El comité premiará a los tres primeros lugares con un incentivo económico que equivale a \$2,000 pesos para el tercer lugar, \$2,500 pesos para el segundo lugar y \$3,000 pesos para el primer lugar; los ganadores recibirán además un reconocimiento por su participación en el concurso, cuyos trabajos serán publicados

en los diferentes medios de difusión del SUTSEM: la página del Semanario Gremio, en el programa de radio SUTSEM, Sindicalismo de Vanguardia y en la página de Facebook, SUTSEM Nayarit.

En este concurso podrán participar todos los compañeros adheridos al SUTSEM activos y jubilados, cuyos trabajos deberán ser cien por ciento originales y no contener palabras altisonantes con el tema libre a elección del participante. En cuanto a la extensión deberá limitarse a una cuartilla como máximo y entregarse en sobre cerrado o por correo con los datos generales del autor en la oficina de Actividades Culturales del SUTSEM con un horario de 9:00 a 15:00 y de 18:00 a 20:00 horas o al correo: [cultura.sutsem@gmail.com](mailto:cultura.sutsem@gmail.com) incluyendo nombre completo y número telefónico para contacto.

El jurado calificador estará

formado por reconocidas personalidades impulsoras del arte y la cultura en Nayarit y cuyo fallo será inapelable. Los ganadores se darán a conocer a través de la página oficial de la organización previo a la celebración del Día de Muertos.

SINDICATO ÚNICO DE TRABAJADORES AL SERVICIO DE LOS PODERES DEL ESTADO, MUNICIPIOS E INSTITUCIONES DESCENTRALIZADAS DE CARÁCTER ESTATAL DE NAYARIT.

FAISÁN Y CENZONTLE FRACC. LAS AVES TELS. 311210-40-14, 311210-40-16 www.sutsem.org TEPIC, NAYARIT

CIRCULAR NO. 51

Tepic, Nayarit; a 18 de octubre de 2022.

EL COMITÉ EJECUTIVO ESTATAL DEL SUTSEM TE INVITA A PARTICIPAR EN EL CONCURSO ANUAL "CALAVERITAS LITERARIAS"

**BASES:**

- El tema es libre
- Podrán participar todos los compañeros y compañeras adheridos y adheridas al SUTSEM
- Los trabajos deben ser originales y NO deben contener palabras altisonantes
- Extensión máxima de una cuartilla
- Los trabajos se podrán presentar en sobre cerrado en la oficina de Actividades Culturales o al correo electrónico [cultura.sutsem@gmail.com](mailto:cultura.sutsem@gmail.com) (incluyendo tu nombre completo y número de teléfono).

**PREMIOS:**

Primer lugar \$ 3,000.00

Segundo lugar \$ 2,500.00

Tercer lugar \$ 2,000.00

Los trabajos se recibirán a partir de la publicación de la presente convocatoria y hasta las 20:00 horas del día 28 de octubre de 2022.

**ATENTAMENTE**

Oscar Flavio Cedano Saucedo Secretario General

Jesús Rodríguez Rodríguez Presidente de Actividades Culturales

SECRETARÍA GENERAL

**COMITÉ EJECUTIVO ESTATAL:**

Presidente: ADELGA GALOJA JIMENEZ  
Secretario General: OSCAR FLAVIO CEDANO SAUCEDO  
Secretario de Interés: FERRAN ELOY AHUMADA MENDÍA  
Secretario de Bienestar: RÍE GUADALUPE HERNÁNDEZ SONTÁKEZ  
Secretario de Organización: ROCÍO VILLALOBOS BORJA  
Secretaría de Trabajos y Conflictos: LUCIANA LUETTE MEDINA LÓPEZ  
Secretario de Higiene: IVÁN ALTAMIRANO GÓMEZ  
Secretaría de Artes y Acuarelas: BLANCA ROCÍO FERNÁNDEZ PÉREZ  
Secretaría de Previsión Social: FRANCISCA ELIZABETH REYNOSO GÓMEZ  
Secretaría de Prensa y Propaganda: GENARO RUIZ CORONEL  
Secretaría de Acción Juvenil: ROSA DEL TRÁN HERNÁNDEZ  
Secretaría de Acción Juvenil: SPANDA GUADALUPE PAUSTO SANCHEZ  
Secretaría de Acción Deportiva: JESÚS ARTURO RUIZ AVENDA  
Secretaría de Acción Política: JOEL AARÓN MARQUEZ CONCHAS  
Oficial Mayor: LUIS FERNANDO RODRÍGUEZ BANUELOS

**COMISIONES:**

Comisión de Vigilancia:  
Presidente: JULIO CÉSAR RIVERO  
Secretario: DIEGO ALONSO DURÁN AMELIANO  
Secretario: MARCO ANTONIO ROQUE BARRIOS  
Comisión de Liquidación:  
Presidente: SARA CAMPA HERNÁNDEZ  
Secretario: ANGELOCA ELIZABETH OROZCO BARRAJAS  
Secretario: DAVID ANTONIO HERNÁNDEZ SANTANA  
Comisión de Honor y Justicia:  
Presidente: OREK JETZEL GONZÁLEZ CHÁVEZ  
Secretario: PAULA MARISANTA GONZÁLEZ RODRÍGUEZ  
Secretario: ALBA ESPERANZA ARIAS SALDAMA  
Comisión de Premios y Ahorros:  
Presidente: ADELGA GALOJA ESTRADA  
Secretario: GUSTAVO LÓPEZ TOVAR  
Secretario: MAYRA TERESA MEDINA FLORES  
Comisión de Delación:  
Presidente: CELESTINO VICTORIO LOZANO  
Secretario: ROSA CARMINA PÉREZ HERNÁNDEZ  
Secretario: MARÍA ISABEL RAMOS FLORES  
Comisión de Vivienda:  
Presidente: JUAN CARLOS VIRGEN THEJO  
Secretario: MARCO ALBERTO HERNÁNDEZ OROZCO  
Secretario: HILDA BARRÓN LIZARDE  
Comisión de Escuelas:  
Presidente: MARÍA DEL CARMEN GABRIELA RODRÍGUEZ CHÁVEZ  
Secretario: LETICIA GUADALUPE ROMERO CORONA  
Secretario: JUAN CARLOS ESTRADA MONTES  
Comisión de Vigilancia y Conservación del Patrimonio del SUTSEM:  
Presidente: CÉSAR CASTAÑEDA VELAZQUEZ  
Secretario: HÉCTOR CEDANO ROSALES  
Secretario: JOSÉ EFRAÍN BARRAJAS PACHECO  
Comisión de Promoción y Capacitación Sindical:  
Presidente: GEORGINA RIVAS ROCHA  
Secretario: JUAN CARLOS ALTAMIRANO MARISCAL  
Secretario: SILVIA LILIANA HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ  
Comisión de Actividades Culturales:  
Presidente: HÉCTOR JESÚS RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ  
Secretario: NARCISO DE JESÚS MIRANDA ESTRADA  
Secretario: JOSÉ RAÚL LÓPEZ VILLALOBOS