



Universidad Nacional Autónoma de México

DIRECTORIO

Rector

Juan Ramón de la Fuente

Secretario General

Enrique del Val Blanco

Secretario Administrativo

Daniel Barrera Pérez

Coordinador de la Investigación Científica

René Drucker Colín



Dirección General de
Divulgación de la Ciencia
UNAM

Directora General de Divulgación de la Ciencia

Julia Tagüña Parga

Subdirector de Medios Escritos

Juan Tonda Mazón



Editora

Estrella Burgos

Consejo Editorial

Rosa María Catalá, José Antonio Chamizo, Luis

Estrada, Julieta Fierro, José de la Herrán, Víctor

Manuel Juárez, Agustín López Munguía, Luis Alberto

Vargas

Asistente Editorial

Isabelle Marmasse

Jefa de Redacción

Gloria Valek

Coordinador Científico

Sergio de Régules

Diseño

Atenayhs Castro

Asistente de diseño

Ruth Pérez

Asesoría

Alicia García Bergua

Comercialización

María Gabriela García Cisneros

Suscripciones

Guadalupe Fragoso

Los artículos firmados son responsabilidad del autor por lo que el contenido de los mismos no refleja necesariamente el punto de vista de la UNAM. Prohibida la reproducción parcial o total del contenido, por cualquier medio, sin la autorización expresa de los editores.

¿Cómo ves?, Publicaciones UNAM, es una publicación mensual numerada de la Dirección General de Divulgación de la Ciencia de la UNAM. Editora responsable: Estrella Burgos Ruiz. Reserva de derechos al uso exclusivo del título ante el Instituto Nacional del Derecho de Autor de la Secretaría de Educación Pública 04-2002-073119042700-102. Certificado de licitud de título 10596, Certificado de licitud de contenido 8048, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación. ISSN 1870-3186. Impreso en: Roma Color, S.A de C.V. Pascual Orozco # 70, Barrio San Miguel, Delegación Iztacalco, c. p. 08650, RFC RCO000614 GI2. Tel 30675800. Distribución en el D.F.: Unión de Voceadores y Expendedores del D.F., Despacho Enrique Gómez Corchado, Humboldt 47, Col. Centro, México D.F. C.P 06040, tel. 55 10 4954. Tiraje: 20000 ejemplares.

Toda correspondencia debe dirigirse a: Dirección General de Divulgación de la Ciencia, Subdirección de Medios de Comunicación, Circuito Mario de la Cueva s/n, Ciudad Universitaria, Delegación Coyoacán, C.P. 04510, México, D.F., Tel.: 56227297 Fax: 566522 07

Correo electrónico: comoves@universum.unam.mx

Año 10, número 110, enero 2008.

De entrada

Empieza 2008 y deseamos a todos nuestros lectores un muy feliz año. El artículo de portada podría contribuir a que se cumpla ese deseo: la felicidad guarda mucha relación con la salud y ésta, a su vez, con la buena alimentación. Tres nutriólogas, Reyna Sámano, Luz María de Regil y Esther Casanueva, escriben sobre nutrición y alimentación en la adolescencia. Ésta es una etapa de la vida de pleno crecimiento y los jóvenes deben poner especial atención en lo que se llevan a la boca, conociendo tanto lo que requieren, como lo que es mejor evitar. Las autoras presentan además *El plato del bien comer*, guía de buena alimentación diseñada específicamente para nuestro país y más fácil de interpretar que la ya famosa pirámide de los alimentos (creada para la población estadounidense). Si uno de tus propósitos de año nuevo es alimentarte mejor, aquí tienes un buen punto de partida.

Antígona Segura vuelve a estas páginas con un texto sobre los resultados del análisis del polvo de cometa que trajo a la Tierra la misión espacial *Stardust*. El análisis, primero en su tipo, ha revelado varias sorpresas sobre la formación del Sistema Solar.

“Hacia un transporte limpio y eficaz” es un reportaje de Guillermo Bermúdez y Martha Elena García, quienes asistieron a un taller internacional sobre uno de los temas que más importancia han cobrado a la luz del cambio climático. En dicho taller se expuso la problemática del autotransporte en las grandes ciudades, así como las posibles soluciones. Se trata de una buena noticia para los que vivimos agobiados por el tránsito vehicular y una mala calidad del aire, pero también, apuntan los autores, tenemos que reconocer que somos parte del problema.

En la sección “Así fue” Yadira Palacios nos cuenta la historia del descubrimiento de las alergias, padecimiento que sufren millones de personas en el mundo. El camino para reconocerlas por lo que son, un mal funcionamiento del sistema inmunitario, fue largo, reunió a muchos investigadores y requirió numerosos experimentos.

¿Está reñido el progreso con la conservación del medio ambiente? Eso depende de lo que se considere progreso. Con frecuencia tenemos noticia de grandes proyectos turísticos de lujo que se anuncian como promotores del empleo, pero atentan contra importantes reservas naturales. Y esto no sólo afecta a la fauna y la flora locales, también a los habitantes y sus formas de vida. Éste es uno de los temas que abordan César A. Domínguez y Karina Boege en el último artículo de la presente edición, “Al rescate de la selva seca”, sobre el bosque tropical caducifolio del occidente de México, un ecosistema sumamente valioso que hoy se encuentra amenazado.

Esperamos que disfrutes la lectura de este número de *¿Cómo ves?* Nuestro propósito principal para 2008 es darte una revista cada vez mejor.

Estrella Burgos **Estrella Burgos**

comoves@universum.unam.mx