



Rector  
**José Narro Robles**  
Secretario General  
**Eduardo Bárzana García**  
Secretario Administrativo  
**Enrique del Val Blanco**  
Coordinador de la Investigación Científica  
**Carlos Arámburo de la Hoz**



Director General de Divulgación de la Ciencia  
**René Drucker Colín**  
Coordinador de Medios  
**Ángel Figueroa Perea**  
Subdirector de Medios Escritos  
**Juan Tonda Mazón**

## ¿cómoves?

Editora  
**Estrella Burgos**  
Asistente Editorial  
**Isabelle Marmasse**  
Jefa de Redacción  
**Gloria Valek**  
Coordinador Científico  
**Sergio de Régules**  
Diseño  
**Atenayhs Castro**  
Asistente de diseño  
**Abel Rodríguez**  
Asesoría  
**Alicia García Bergua, Martín Bonfil**  
Contenidos digitales  
**Mónica Genis**  
Colaboración especial  
**Citlalli Herrera**  
Comercialización  
**María Gabriela García Cisneros**  
Suscripciones  
**Guadalupe Fragoso**  
Consejo Editorial  
**Rosa María Catalá, José Antonio Chamizo, Luis Estrada, Julieta Fierro, José de la Herrán, Agustín López Munguía, Luis Alberto Vargas**

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: Reproducciones Fotomecánicas, S.A. de C.V., Democracias No. 116, Col. San Miguel Amantla, Del. Azcapotzalco, México D.F., C.P. 02700 Tel.: (55) 53540100. 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) 5510 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, Del. Coyoacán, México D.F., C.P. 04510. Tel.: (55) 5622 72 97 Fax: (55) 5665 22 07

Año 13, número 151, junio 2011  
comoves@universum.unam.mx

## de entrada

En la vida cotidiana abundan los factores estresantes: periodos de trabajo intenso o de presiones en el estudio, la contaminación, el tráfico, los problemas económicos, una enfermedad... Incluso cosas tan positivas como casarse o conseguir un ascenso laboral nos estresan. En muchos casos podemos lidiar con todo eso y recuperar en poco tiempo la estabilidad. Pero hay situaciones que conducen a lo que se conoce como estrés crónico y ahí el riesgo para la salud física y mental puede ser muy alto, como narra Verónica Guerrero en el reportaje de portada. Ella da cuenta de lo que han encontrado investigaciones recientes sobre el estrés crónico y también sobre la capacidad de recuperación o resiliencia, dos áreas de estudio de disciplinas como la psicología, la psiquiatría y la neurobiología que han cobrado un gran auge en los últimos años.

En "Las lecciones de Fukushima", Benjamín Ruiz Loyola y Jorge Benjamín Ruiz Gutiérrez hacen el recuento del accidente ocurrido en esa central nuclear en marzo pasado, a raíz del terremoto y el tsunami que causaron devastación en Japón. Como explican los autores, lo sucedido en Fukushima rebasó todas las previsiones de seguridad y cabe preguntarse si pudo haberse evitado y, sobre todo, qué implica para el futuro de la energía nuclear en el marco del cambio climático. Ante la necesidad urgente de encontrar alternativas al uso de combustibles fósiles, la energía nuclear había ido ganando adeptos puesto que no contribuye al cambio climático (si bien el problema de los desechos radiactivos está muy lejos de haber sido resuelto).

La segunda causa de pérdida de biodiversidad en el mundo, después de la deforestación, son las plantas invasoras. Lucero Sevillano y Ek del Val nos explican por qué plantas que pueden ser muy atractivas, como el lirio acuático, se han convertido en un serio problema ambiental y económico.

En la sección "Así fue" Gloria Valek nos habla de una joya de la investigación histórica, el Archivo General de Indias, ubicado en Sevilla. Este enorme acervo guarda la documentación más completa en el mundo sobre la historia de las colonias españolas en América y Filipinas, y ya podemos consultarlo desde nuestra casa.

Completan esta edición el texto y las fotos de Manuel Esperón, investigador y fotógrafo subacuático, quien ha recreado con su cámara la manera en que ven diversos animales marinos. Aquí nos lo muestra, además de explicarnos la fisiología de la visión de esos animales y la nuestra.

Estrella Burgos