



# El Camino Para Tu Salud

Volumen 18,  
Edición 18

Gloria I. Gutiérrez

El Camino Children and Family Services, Inc.



## La Historia y Leyenda del Día de las Madres

### Tempranas Celebraciones

Las más antiguas conmemoraciones del Día de las Madres se remontan a las celebraciones primaverales en la antigua Grecia en honor a Rhea, la madre de los dioses. Durante el siglo 1600, Inglaterra celebraba un día llamado “Mothering Sunday”. Se llevaba a cabo el 4to domingo de la cuaresma— período de 40 días que precede las Pascuas— el día de “Mothering Day” rendía honor a las madres de Gran Bretaña. Durante esta época gran parte de la gente más pobre trabajaba como sirvientes para la clase Burguesa. Como muchos de los trabajos estaban lejos de sus hogares, los sirvientes

vivían en las casas de sus patronos. Al llegar el día de “Mothering Sunday”, a los sirvientes se les permitía tomar el día libre y se les exhortaba a que regresaran a sus casas para compartir con sus madres. Muchas veces estos llevaban consigo un pastel especial, llamado el “mothering cake”, para añadir un toque festivo. Según la Cristiandad se dispersaba por toda Europa, se comenzó a honrar ese día a la “Madre Iglesia”- el poder espiritual que le dio vida y protegía de todo mal al pueblo. Con el paso de los años, la festividad de la iglesia se combinó con la celebración del “Mothering Sunday”. La gente comenzó a honrar a sus madres así como a la iglesia.

### Interesante comienzo en Los Estados Unidos

En los Estados Unidos, el Día de las Madres se sugirió por primera vez en el año 1872 por Julia Ward Howe, quien escribió la letra del himno de “Batalla De La República” como un día dedicado a la paz. La Sra. Howe llevaba a cabo reuniones del Día de las Madres en Boston Massachusetts, cada año. En 1907 Anna Jarvis de Philadelphia, comenzó a hacer campaña para nacionalizar el Día de las Madres. La Sra. Jarvis persuadió a la iglesia de su madre en Grafton, al oeste de Virginia, para celebrar el Día de las Madres en el segundo aniversario de la muerte de su

madre, el segundo Domingo de Mayo. Al siguiente año el Día de las Madres se celebró en Philadelphia. La Sra. Jarvis y sus seguidores comenzaron a escribirle a ministros, hombres de negocios y políticos para establecer un día nacional en honor a las madres. Su deseo se vio cumplido en 1911, cuando el Día de las Madres se celebra en casi todos los estados. El presidente Woodrow Wilson, en 1914, hizo el anuncio oficial proclamando el Día de las Madres un día de fiesta nacional para que se celebrara cada año el segundo domingo de Mayo para los USA.

(continua en la página 2)



¡Aunque ya se celebró el Día de las Madres, El Camino FFA . desea felicitar a todas las madres por esa gran labor de amor y dedicación!

El Camino Children and Family Services, Inc. no se hace responsable por los artículos que se publican en el Camino Para Tu Salud y que se extraen de otras fuentes.

Story: This way, the reading

# La Historia y Leyendas del Día de las Madres

## El Primer Día de las Madres en Estados Unidos /El Significado de las Flores para el Día de las Madres

La Sra. Jarvis persuadía a la iglesia de su mamá en Grafton, Oeste de Virginia para celebrar el día de las Madres en el segundo aniversario de la muerte de su mamá, el 2do día de Mayo. Claveles eran las flores favoritas de su mamá, eran y éstas se ofrecían durante el primer servicio de la misa del domingo por la Sra. Jarvis. Los claveles blancos eran los escogidos porque ellos representaban, la dulzura, pureza e indurgencia del amor a la madre. Los claveles rojos se ecogían a veces porque simbolizaban la madre viviente. Hoy en día las flores significan la forma más universal para enviar deseos en el día de las madres.

## Otros lugares en donde también celebran el Día de las Madres

El primer día de las madres lo proclamó el gobernador de Oeste de Virginia en 1910. Oklahoma también celebró ese mismo año el Día de las Madres. Ya para 1911 cada estado también lo celebraba. Para ese entonces otros lugares como México, Canadá, China, Japón, Sur América y Africa, también celebraban el Día de las Madres. La Asociación Internacional del Día de la Madre se incorporó en diciembre 12 de 1912, con el propósito de avanzar significativamente en la celebración del Día de las Madres.

Muchos países tienen su propio día para celebrar el Día de las Madres, pero países como Dinamarca, Finlandia, Italia, Turquía, Australia, Bélgica y Colombia lo celebran el segundo domingo de Mayo.

Países que celebran el Día de las Madres el 10 de Mayo son Hong Kong, India, Malasia, México, Omán, Pakistan, Qatar, Arabia Saudita, Singapur y los Emiratos Arabes Unidos. Panamá lo celebra el 8 de Diciembre.

## 8 MANERAS DE MODIFICAR EL AMBIENTE DE SU NIÑO

**Modificación Ambiental** se define como los cambios que usted realice en el mundo de sus niños que les facilite alcanzar el éxito o evitar problemas. Ayuda al aprendizaje, crecimiento y auto control.

Estas son 8 formas que ayudarán a modificar el ambiente de su niño para ayudarle a alcanzar el éxito:

1. **Organice:** Cree una estructura para los objetos y las actividades. Déjele saber a sus niños donde quiere usted que coloquen los juguetes, la bicicleta, los libros y sus ropas. Mantenga un lugar en donde tenga la lista de compras y un sitio para los mensajes telefónicos.
2. **Enriquezca:** Un niño aburrido puede traer problemas. Provéale con cosas interesantes para jugar como juegos y labores entretenidas como hornear galletas. Permítale jugar a su anchas (siempre que sea razonable) en determinados lugares y horas, como jugar en el jardín de atrás guerra de bombas de agua o que escuchen su música después de clases.
3. **Calmar:** Quite la fuente de estimulación o irritación que está provocando los problemas. No juegue juegos muy energéticos antes de la hora de dormir. Evite que comiencen un juego de pelota o a ver un programa de televisión antes de empezar a cenar.
4. **Simplifique:** Haga el ambiente menos complicado. Tenga platos plásticos para pequeños en estantes a su nivel. Téngales comida que los niños puedan preparar fácilmente. Mantenga un banquito para niños que les permita el acceso fácil para lavarse las manos.
5. **Restricción:** Defina las áreas especiales para ciertas actividades. Usted puede hacer esto con anticipación para ayudar a sus niños a evitar problemas. Pueden luchar en el jardín, hacer las tareas en la cocina, tomar la siesta en su recámara y arreglar sus bicicletas en el garaje. Los utensilios de cocina se quedan en la cocina y los sobrecamas deben permanecer en las habitaciones.
6. **Sustituya:** Reemplace objetos inaceptables por unos que si sean aceptables. Cuando saque los fósforos de la tienda de campaña para niños, reemplácelos con una linterna. Si están haciendo pasteles de barro con una taza de vidrio, cámbiela por una de plástico.
7. **A prueba de niños:** Mantenga objetos peligrosos como pistolas, herramientas puntiagudas, medicinas y productos para la limpieza en armarios o gabinetes bajo llave y coloque las llaves donde los niños no puedan encontrarla.
8. **A prueba de adolescentes:** Los adolescentes necesitan un cuidado especial, ya que pueden ser muy listos para encontrar y agarrar cosas. Quite o asegure objetos inapropiados, peligrosos o tentadores que puedan resultar atractivos para los adolescentes o que les atraiga para su independencia en desarrollo.

(Continúa en la página 3)

## MEDICINA

### Prueban Nueva Vacuna Contra el Sida

Hasta ahora, la mayoría de las vacunas experimentales contra el SIDA han tenido como objetivo fortalecer el sistema inmunológico para vencer la enfermedad. Pero una nueva vacuna desarrollada en Italia– y que se probará en humanos este verano– pretende bloquear el avance del virus HIV en el organismo, en vez de reforzar el sistema inmunológico para que lo combata. Las pruebas iniciales se realizarán en Roma y Milán, ciudades con altos índices de infectados.

La vacuna– creada en el Instituto Nacional de Salud de Italia– quiere detener el HIV bloqueando una proteína, la TAT es liberada por las células al poco tiempo de la infección. En pruebas preliminares con monos, los resultados fueron satisfactorios en el 71% de los casos. La Dra. Bárbara Ensoli, directora del Departamento de Virología de la citada institución, dice que la nueva vacuna podría ser eficaz contra todos los subtipos HIV, pues éste puede variar según las áreas geográficas, de persona a persona, o hasta dentro de la misma persona en diferentes épocas.

### Una Protección Materna Especial

Científicos de la Universidad de Toronto, Canadá (junto a equipos

de la Universidad de Ontario Occidental, la Universidad de Osaka y la GEMMA Biotechnology Inc., de Toronto) aseguraron haber descubierto que la leche materna estimula el sistema inmunológico mucho más de lo que hasta ahora se creía. Según los expertos canadienses, encabezados por el Dr. Michael Julius, la leche de la madre es rica en un tipo de proteína soluble-la CD14– que estimula el desarrollo de las células B; éstas se producen en la médula ósea y son la clave en la producción de anticuerpos, los cuales identifican y se dirigen hacia los invasores, como las bacterias y los virus, debilitándolos para las que las células del sistema inmunológico los ataquen. De acuerdo con el Dr. Julius, esta demostración es la primera de la actividad biológica de la CD14, que se encuentra en gran cantidad en las secreciones mamarias. Y como es capaz de activar directamente las células B, entrega protección activa al bebé. Pruebas posteriores mostraron que la leche y colostro (leche secretada por las glándulas mamarias después del parto), eran ricos en CD14. Durante mucho tiempo se ha dicho que la leche materna produce bebés más inteligentes y más sa-

ludables que los alimentados con leche artificial, a pesar de que las diferencias entre la leche de pecho y el alimento artificial son mínimas.

### UN GEN PARA MADRUGAR

Si bien se dice que la gente que prospera se en la vida se levanta temprano, al parecer los madrugadores no deben enorgullecerse mucho de su voluntad, sino de la mutación genética de su organismo que es la que los hace despertar con el canto de los gallos. Neurólogos y expertos en genética del Instituto Médico Howard Hughes, en Utah, afirman que equinos se levantan al amanecer de manera natural (es decir, sin despertador), presentan el gen hPer2, ubicado cerca del extremo del cromosoma 2q. El gen pertenece a la familia de los genes de ritmo circadiano y hace que sus portadores despierten antes de las cinco de la mañana y vuelvan a la cama antes de las ocho de la noche. Según el Dr. Louis Ptacek, de la Universidad de Utah, el reloj biológico de esas personas marcha demasiado aprisa, y la única forma de ponerlo “en tiempo” es aprovechando las horas de luz.

## 8 Maneras de Modificar el Ambiente de su Niño

Remueva o asegure el alcohol, las medicinas recetadas, las llaves del carro, el dinero y las tarjetas de crédito. Las armas y las municiones deben estar guardadas bajo llave en diferentes lugares cada una. No deje relojes o los anillos de matrimonio fuera de su lugar después de lavar los platos o de bañarse.

### ¿CUÁNDO MODIFICAR EL AMBIENTE DE SU NIÑO?

Estas técnicas pueden utilizarse con niños de todas las edades, pero algunas son más efectivas con grupos de edades específicos.

- Sustitución y a prueba de niños es más efectiva con los infantes, niños pequeños y preescolares.
- Simplificar generalmente es más efectivo hasta las edades de 8 o 9 años.

Los niños de crianza que recién se ubicaron por lo regular sufren de ansiedad y reaccionan destructivamente en torno al nuevo ambiente que los rodea. El enojo es parte natural de la ansiedad por la separación. Esconda cosas que puedan quebrarse y las de valor mientras dura este proceso de adaptación.

Los niños de crianza pueden tener necesidades de desarrollo diferentes comparadas a la de los otros niños de la misma edad. Ellos pueden que necesiten un ambiente modificado para llenar estas necesidades. Por ejemplo, puede que no tengan muy buen control de sus impulsos. Puede que sea necesario que mantenga su cartera con llave para evitar perder plata, tarjetas de crédito y las llaves del carro.

El Camino Children and Family Services, Inc. no se hace responsable por los artículos publicados en el Camino Para Tu Salud y que se extraen de otras fuentes.

# FELIZ DÍA DEL PADRE



Los niños necesitan tanto de la figura maternal como de la paternal. Es importante trabajar para mantener la familia, pero es importante dedicarle tiempo a sus hijos. Leerles un cuento antes de acostarse, preguntarles cómo les fue en la escuela o simplemente saber de sus cosas. Asistir a los juegos de pelota, o las actividades escolares, ir de paseo, etc. Es demostrativo que se les quiere y que son una parte importante de sus vidas.

## PADRES DE CRIANZA DEL MES DE MAYO 2001

NOT FOR PUBLIC VIEW

## COMBATIENDO EL MIEDO EN LOS NIÑOS

Es muy frecuente que los niños pequeños se asusten de lo desconocido, en especial lugares, mucho más si están en penumbra. Por suerte, en la mayoría de los casos basta con sacar al niño del ambiente atemorizante o tomarlo de la mano, decirle algunas palabras en voz cálida, para que se calme. O si el susto ha sido mucho, quizás darle algunos sorbitos de agua y si el niño es algo mayor, hablarle de cualquier asunto que no tenga nada que ver con el susto que siente. Es inútil apelar a frases como “no llores” y más inútil aún pretender razonar que aquello que se movía en la sombra era un sillón o que el animal del zoológico estaba en su jaula y no iba a poder tragárselo. El miedo suele ser irracional y razonar acerca de él no puede suprimirlo. Es un sentimiento que, como cualquier otro, debe respetarse, sin tratar de sofocar sus legítimas expresiones. Claro que los padres deben explicar a sus hijos las reales situaciones peligrosas que puedan darse, sin alarmas innecesarias. En cualquier momento de sus vidas, lo que los niños necesitan es reafirmación. Saber que sus padres están ahí y que siempre pueden contar con ellos.