

Órgano Informativo De La Escuela De Lancaster, A.C.

FULCRUM®

“DAME UN PUNTO DE APOYO Y MOVERÉ AL MUNDO”

ARQUÍMEDES

- Entrevista con Cristina Barros
- Restaurante Nagaoka, sabores de Japón
- Crumbl Cookies®
- PAN...demia y masa madre
- Huertos urbanos
- El café oaxaqueño
- Hábitos alimenticios, ejemplos de lunch
- Razones éticas de por qué ser vegana
- Un día en la vida de un estudiante de Gastronomía



Gastronomía

Arte y cultura de la cocina del mundo

Incluye:
Recetario
del mundo

Comité editorial

Carolina Alvarado Graef
Madeline Amieva Mayett
Gloria Sandoval García
Beatriz Sapiña Sánchez
Charlotte Crossland
Caroline Horowitz
Ma. Elena Guzmán
Santiago Sánchez
Claudia Ramírez
María del Pilar Muguira
Víctor Fabián Nava Salazar
Mariana S. Kostina
Kaby Vallejo Guerra
Erandi Montes Margalli
Alexia Suárez Morales
Ileana Conde Rubio
Sylvia Castañeda Herrera
Jessica Carreón
Pita Espriú Tinoco
Sergio Iris Peña
Lucía Muñoz Guemes
Idalia Silva Hernández
Paola Kuri

Comité editorial estudiantil

Francisco Sánchez Díaz
Michelle Kramer Ayala
Cassandra Solorio Sandoval
Carmen Tapia Alvarado
Isabella Rodríguez Alarcón
María José Rueda Barla
Camila Schverdfinger Ludlow
Lila Urbina Espriú
Aura Itzayana Luna Luna
Natalia Márquez Bañuelos
Marian Moranchel Hernández
María De Tavira Gajá
Alexa Díaz Gutiérrez
Miranda Olvera Arroyo
Natalia Lara Molinero
Eugenia Navarrete Vargas

Edición

Carolina Alvarado Graef
Madeline Amieva Mayett

Revisión de estilo

Carolina Alvarado Graef
Madeline Amieva Mayett
Víctor Fabián Nava Salazar
Gloria Sandoval García
Beatriz Sapiña Sánchez

Línea del tiempo

Ileana Conde Rubio

Diseño y formación

Mariana S. Kostina
Kaby Vallejo Guerra

Zona recreativa

Gloria Sandoval García

Arreglo de contraportada

Mariana S. Kostina

Impresión

Akory Impresiones

ISSN

2954-422X



Portada

Orly Echávarry

Orly Echávarry es artista visual, gestora cultural y mamá de tiempo completo de Lila e Ilana. Ha participado en más de 30 exposiciones individuales y colectivas de dibujo, pintura, grabado, cerámica, fotografía e instalación.

Ha realizado proyectos de ilustración para varias instituciones y proyectos literarios independientes relacionados con temas de salud mental, equidad de género y cuento infantil, así como gestionado proyectos educativos e interdisciplinarios para niños y comunidades vulnerables desde 2008. Es co-fundadora y gestora de una plataforma de cultura medio ambiental a través del arte que involucra procesos artesanales y el rescate de pueblos originarios.



<https://lancaster.edu.mx/fulcrum/>

¡Hagamos milpa!

Entrevista con Cristina Barros, maestra en Letras, divulgadora y activista dedicada a la investigación en cocina tradicional mexicana, integrante de la campaña “Sin maíz no hay país”.

En agosto de 2024, Fulcrum tuvo el honor de entrevistar a una de las defensoras del campo mexicano más reconocidas a nivel mundial: Cristina Barros. Nos recibió en su casa para platicar con nosotros sobre su visión del campo mexicano y los desafíos que enfrenta, la gastronomía tradicional mexicana, la salud y cómo podemos ser consumidores más conscientes y comprometidos con los productores de alimento en nuestro país, específicamente el maíz.

Me gusta pensar que es el destino el que se ha encargado de que varias generaciones de la familia de Cristina y la mía hayan coincidido, y no deja de maravillarme cómo la vida nos ha seguido haciendo converger y cómo nuestros caminos se han seguido entretejiendo en los momentos precisos. Mi abuelo materno, el físico Carlos Graef, fue amigo cercano de Javier Barros Sierra, el papá de Cristina. Mi mamá y mis tíos convivieron con Cristina de jóvenes y, muchos años más tarde, yo me encontré con la hija de Cristina cuando la siguiente generación —nuestros hijos— ingresó al mismo preescolar. Así que, cuando el equipo editorial de Fulcrum decidió dedicar este número a la Gastronomía, una de las primeras personas que pensamos en contactar fue a ella, ya que ha dedicado buena parte de su vida a la defensa del maíz mexicano, ha sido columnista sobre el tema de la cocina mexicana tradicional y activista incansable que promueve el cuidado de la salud tanto de individuos como del medio ambiente.

Cristina recibió al equipo de Fulcrum —realizamos la entrevista Carmen Tapia, Fabián Nava, Amelia Aceves y yo— en su casa de San Jerónimo: un auténtico reflejo de su personalidad, sus principios, su apertura y su generosidad. Al llegar, entramos por un pasillo lleno de plantas nativas y hierbas comestibles acompañados de un gatito, colibríes y abejas. Al fondo, en su luminoso estudio con paredes de libros y piezas de arte mexicano, nos sentamos a platicar con ella para que compartiera con Fulcrum y la comunidad de La Escuela de Lancaster su visión sobre la situación del maíz en México, los problemas que nos traen los alimentos procesados y las posibles acciones que podemos realizar personalmente para mejorar nuestra salud, nuestro entorno y nuestro planeta.

Abrimos boca en nuestra conversación de más de dos horas con Cristina, con algunos comentarios sobre la situación del campo en el país y lo preocupante que ha sido la aplicación de políticas carentes de una visión integral y la falta de créditos al agricultor, así como la injusticia y falta de equidad resultantes de los acuerdos que iniciaron con el Tratado de Libre Comercio en la década de 1990 (por ejemplo, que EE.UU. no respetara la prohibición de los subsidios o el *dumping*).

Entrevista con Cristina Barros

Transcripción y resumen: Carolina Alvarado Graef / Fotografías de Fabián Nava

PRIMER TIEMPO

Sin maíz no hay país y el campo mexicano

Ya entrados en materia con este aperitivo de algunos de los temas que tocaríamos, iniciamos formalmente la entrevista y Cristina nos habló sobre sus intereses, su trabajo y su trayectoria:

«Soy Cristina Barros, investigadora en cocina tradicional mexicana y pertenezco a la campaña "Sin maíz no hay país".

"Sin maíz no hay país" es una organización totalmente horizontal, un grupo de personas y de organizaciones que nos hemos unido para intentar defender una forma distinta de producir alimentos, una forma distinta de relacionarnos con el maíz. Surge a partir de la firma del Tratado de Libre Comercio, cuando muchas organizaciones campesinas y de otra naturaleza vimos venir como un problema severo para el campo la firma del tratado y que el maíz y el frijol formaran parte de ese tratado. ¿Por qué? Porque el maíz es el alimento básico de la población mexicana y veíamos venir muchos problemas y riesgos que se han ido cumpliendo paso a paso. Entonces, empezamos a partir de un llamado que decía "el campo no aguanta más" (fue un llamado de muchísimas organizaciones campesinas) y luego hemos ido trabajando en torno a la defensa de los maíces nativos de México, su biodiversidad, la milpa y otras formas de producir alimento desde la agroecología en armonía con la naturaleza.

A lo largo del tiempo, nuestra visión se ha ampliado y ahora tenemos una perspectiva mucho mayor de cómo están vinculados el campo, la salud, la posibilidad de vida sobre el planeta, etcétera.

«Hemos tenido varios logros. Uno es que el 29 de septiembre se considere el Día Nacional del Maíz, ya un hecho oficial, producto de una lucha ciudadana. Queremos reivindicar que desde ese día se haga un llamado a lo largo de todo el año a la población mexicana para dar a conocer lo que significa el maíz para México. Otra es la promulgación de la Ley General para la Alimentación Sana y Sustentable, aprobada recientemente por el Poder Legislativo, que garantiza una serie de acciones [...] en defensa de una producción de alimentos sana y de una alimentación sana para las mayorías de la población.

«Estos han sido pasos que se han dado gracias a la presión constante de la campaña. También ha habido momentos muy importantes. Por ejemplo, Guillermo Bonfil Batalla (1935-1991, etnólogo, antropólogo y escritor mexicano) fue muy consciente de que había dos proyectos confrontados en torno al maíz: uno que ve al maíz como mercancía y otro que lo ve como alimento y como un hecho cultural. Cuando fue nombrado director del Museo Nacional de Culturas Populares, la primera exposición que planteó fue "El maíz como fundamento de la cultura popular mexicana". Fue una excelente exposición, una maravilla. El catálogo sigue vigente. Además, invitó a comunidades campesinas a contar cómo cultivaban el maíz, resultando en treinta monografías de diferentes estados de la república, un tesoro para conocer la gran cultura detrás del cultivo del maíz.

«Después, en el propio Museo Nacional de Culturas Populares, se realizó una exposición "Sin maíz no hay país", cuyo título se debió a Marco Díaz León. Años después, en 2016, el Instituto Nacional de Antropología e Historia presentó una exposición en Querétaro sobre el tema del maíz y la milpa: "Milpa. Pueblos de maíz". En paralelo, en el Museo Nacional de Culturas Populares se presentó "La milpa: espacio y tiempo sagrados";

ambas exposiciones coincidieron luego en el mismo espacio, dejando claro que las dos instituciones iban de la mano en la defensa de nuestro rico patrimonio cultural. Hay un libro que da cuenta de estos hechos y que aporta varias reflexiones en torno al maíz y la milpa. Puede encontrarse en la red:



A fines de 2019, la entonces secretaria de Cultura, Alejandra Frausto Guerrero, me invitó a llevar a cabo la curaduría de un museo que se dedicaría al maíz, lo que acepté con mucho gusto. Este museo está en Los Pinos, en el antiguo edificio del Molino del Rey: el Cencalli. La casa del maíz. Este proyecto incluyó desde el primer momento, un centro de cultura alimentaria; desde ahí se han organizado encuentros de cocineras tradicionales y personas que defienden una manera sana y adecuada de comer. Es el caso de la recepción de Vandana Shiva, una científica de India que ha defendido con inteligencia la libertad para intercambiar semillas como ha ocurrido por milenios; ella ha denunciado la manera en que las grandes empresas del agronegocio que buscan apoderarse de este patrimonio que pertenece a los pueblos y en general a toda la humanidad.

SEGUNDO TIEMPO

Transgénicos y salud

Otro de los temas de gran relevancia que tratamos en la entrevista fue la amenaza que representan los cultivos transgénicos para el maíz nativo mexicano. Cristina nos explicó que el maíz transgénico, promovido principalmente por grandes empresas transnacionales, no es necesario en México, por el contrario, representa una importante amenaza para la gran diversidad de los maíces mexicanos. Nuestro país es centro de origen y diversidad de esta planta y por tanto merece una protección especial, como sostienen varios de los acuerdos internacionales que ha firmado nuestro país.



De izquierda a derecha: Amelia Aceves, Carolina Alvarado, Cristina Barrios y Carmen Tapia

Además, nuestros sistemas de cultivo son diferentes, son acordes con la naturaleza y están basados en la biodiversidad y en la coexistencia de varias plantas que se apoyan mutuamente. Sin embargo, ya hay contaminación transgénica en nuestros maíces nativos, lo que pone en riesgo la gran riqueza de maíces que han desarrollado las familias campesinas. Hoy tenemos más de 60 razas de maíz de las que se derivan miles, literalmente miles, de variedades adaptadas para todos los ecosistemas de México, país que ocupa el 5º en biodiversidad en el mundo. Esta biodiversidad no sólo es valiosa para nosotros, sino para el mundo entero, especialmente ante la crisis climática que enfrentamos pues representan un gran abanico de alternativas.

»En los últimos años, se emitió un decreto presidencial en torno a la prohibición del uso del glifosato, uno de los agrotóxicos que se siembra junto con el maíz transgénico. [...] En ese mismo decreto, se prohibió el uso de maíz transgénico para uso directo, es decir, para la tortilla, el principal alimento de la población mexicana».

Los maíces nativos, que tradicionalmente se siembran en un sistema de policultivo llamado milpa, en el que varias especies de plantas crecen en el mismo espacio de manera que se complementan entre sí, pueden

crecer en lugares con escasez de agua o con mucha humedad, al nivel del mar o a altitudes de hasta 3000 metros sobre el nivel del mar, en suelos calizos o en suelos ricos en sustancias orgánicas, en fin, una riqueza única.

La contaminación genética se produce cuando el polen de plantas transgénicas fertiliza los maíces nativos, una situación que puede ocurrir de manera accidental, como cuando un saco de maíz transgénico se rompe durante su transporte. Esta contaminación es difícil de controlar y puede tener efectos irreversibles en la biodiversidad. La introducción de maíz transgénico, como nos decía Cristina, no responde a las necesidades de México, sino a intereses comerciales que buscan monopolizar el mercado de semillas y obtener beneficios económicos a expensas de los pequeños agricultores.

Esta globalización voraz no sólo ha puesto en riesgo al cultivo de especies nativas y al modo de vida de los trabajadores del campo en México sino que a este fenómeno se suma el impacto a la salud de la población como resultado de las campañas publicitarias agresivas de las grandes transnacionales para vender productos industriales ajenos a nuestra manera de comer. Un ejemplo es el caso de los refrescos; hoy es tal su infiltración para hacer llegar sus productos a

las comunidades más aisladas y vulnerables que incluso ya hay publicidad de empresas como la Coca Cola que se hace en lenguas nativas. Los esfuerzos del gobierno para señalar los riesgos de estos productos, se han topado con resistencia, cuando no franca oposición por parte de las empresas, como sucedió con los sellos que se les pusieron hace poco tiempo a los alimentos procesados.

«A veces vas al mercado, ves lo caras que están las frutas y piensas en regresar a lo más fácil: papitas y cosas más caras que, aunque no son saludables, están intencionalmente más a la mano. Al adquirirlos no consideramos los costos por daños a la salud que implica comer esos productos industriales. Al final se opta por lo que es fácil de obtener, y se cae en las trampas de un marketing agresivo.

»Hemos trabajado mucho tiempo en esto, desde la campaña contra las bebidas azucaradas. Y luego vino el tema de la Campaña Nacional de Salud que proponía reducir el consumo de refrescos y galletas, pero se enfrentó a mucha resistencia. Alejandro Calvillo, afirma que vivimos en un ambiente obesogénico y que todo está diseñado para que comas de manera poco saludable. Lo que se ofrece en las cadenas de tiendas que hay en cada esquina aparentemente higiénico, propicia la obesidad y el sobrepeso.

Y no solo es el daño a la salud de los seres humanos, las empresas de semillas transgénicas, fertilizantes, herbicidas, insecticidas, alimentos y bebidas procesados también hacen un gran daño al medio ambiente al acaparar y contaminar los recursos naturales. Por ejemplo las refresqueras se adueñan de las fuentes de agua, y los empresarios agrícolas abusan de los agroquímicos, contaminan las fuentes de agua y afectan la salud de las comunidades, los transgénicos

amenazan la biodiversidad y la misma subsistencia del campo mexicano, son algunos ejemplos de ello.

«Algunos gobiernos, aunque tienen la simpatía popular, a veces no saben cómo abordar estos problemas».

PLATO FUERTE

La milpa y la cultura del maíz

«México es un país megadiverso, con una enorme cantidad de paisajes y ecosistemas, el quinto lugar en biodiversidad en el mundo. La enorme cantidad de paisajes y ecosistemas ha contribuido a que se generen múltiples expresiones culturales, muchas de las cuales todavía persisten en los pueblos originarios. Esa conjunción de una gran biodiversidad con esa diversidad cultural, pero además de unas culturas que tienen en su cosmovisión una relación muy profunda con la naturaleza, dio como resultado que aquí se hayan domesticado una gran cantidad de plantas, algunas de las cuales forman parte de la alimentación mundial como el maíz, el jitomate, el chile, el cacao, la vainilla, el amaranto y así podríamos seguir.

»Diversos investigadores afirman que la antigua Mesoamérica, región cultural que ocupó una gran extensión de lo que hoy es México, es uno de los principales centros de origen de la agricultura. La notable capacidad para domesticar una gran cantidad de plantas silvestres y hacerlas asequibles a la población, que tuvieron los antiguos mexicanos deriva de cuidadosa observación de la naturaleza. Por esa misma razón, optaron por un sistema agrícola más cercano a la complejidad que ofrece la naturaleza: el policultivo, que hoy llamamos milpa y cuyo eje es el maíz. El trigo en cambio, se ha sembrado desde que se domesticó en Mesopotamia, como monocultivo en grandes extensiones sólo de trigo. En el caso del arroz,

hay sus diferencias. En parte es monocultivo, pero hay regiones donde en los campos de arroz se crían otras plantas y especies acuícolas, como moluscos, en los canales de agua que se crean. Sin embargo, básicamente es arroz.

»En el caso del maíz, el maíz siempre se cultivó junto con otras plantas, y eso tiene toda la lógica. Cuando uno siembra una sola planta en grandes extensiones puede llegar una plaga que arrasa todo. Además, esa planta está tomando los mismos nutrientes de manera permanente de los suelos. Cuando tenemos varias plantas en un mismo lugar, unas plantas dan unos nutrientes que las otras necesitan, y hay un intercambio muy importante a través de las raíces y los suelos. Así, los suelos no se degradan como sucede en el caso del monocultivo. Es una concepción mucho más refinada, donde hay una armonía con la naturaleza.

»En la milpa, por ejemplo, tenemos maíz, frijol, calabaza y chile. El maíz crece hacia arriba, de forma vertical. La calabaza crece extendida y tiene el papel de conservar la humedad en el suelo, además de evitar el crecimiento de plantas que pueden estorbar para el cultivo. El frijol, por su parte, se enreda en la caña del maíz y es un gran productor de nitrógeno, que el maíz demanda en grandes cantidades, sobre todo cuando lanza la espiga. De esta manera, se ayudan mutuamente. Este intercambio también ocurre en la alimentación, ya que el maíz carece de algunos aminoácidos que están presentes en el frijol, como la lisina. Así, si unimos frijol y maíz, obtenemos una proteína completa.

»Todo esto está pensado y es producto de la observación. El maíz no sólo es un alimento extremadamente productivo, sino que su domesticación a lo largo de la historia ha sido un trabajo impresionante, transmitido

de generación en generación. Nuestros antepasados seleccionaron las plantas más fuertes y adecuadas para el cultivo, buscando aquellas que ofrecieran mayores beneficios. Al final, lograron que las plantas de maíz tuvieran las características que hoy conocemos, como una mayor cantidad de granos por mazorca, una caña más resistente y semillas que no se dispersaran al madurar.»

La selección continua de semillas y la adaptación a las condiciones cambiantes representan una ventaja frente a los maíces industriales que dependen de fertilizantes y pesticidas para sobrevivir. Mientras que los monocultivos empobrecen los suelos y exigen el uso constante de agroquímicos, los sistemas tradicionales como la milpa se sostienen en prácticas ecológicas que enriquecen la tierra y conservan la biodiversidad.

»El maíz tiene la capacidad de crecer en una enorme cantidad de paisajes. Se puede encontrar desde las costas de Oaxaca hasta la sierra norte de Puebla, en zonas semiáridas del Valle del Mezquital, y en las montañas de la Sierra Tarahumara, a más de 3000 metros sobre el nivel del mar. Su capacidad de adaptarse a diferentes ecosistemas lo hace un cultivo extraordinario.

»Estamos enfrentando una crisis climática que trae sequías, lluvias intensas y granizadas, pero los campesinos siguen actualizándose y seleccionando sus maíces para adaptarse a estas nuevas condiciones. Esto nos pone en ventaja frente a los maíces industriales, que se cultivan en monocultivo y dependen de agroquímicos para su supervivencia. Estos maíces, creados principalmente en Estados Unidos, no sólo empobrecen los suelos, sino que están asociados a la producción industrial de alimentos que encontramos en todas partes: papitas, charritos, Doritos, etcétera.

Además, utilizan jarabes de alta fructosa, que están contribuyendo a una crisis de salud mundial, con un aumento en enfermedades como la diabetes, la obesidad y la hipertensión.

»Frente a esto, hay dos proyectos en juego: uno que apuesta por la vida, la salud y la convivencia armónica con la naturaleza, y otro que solo busca el negocio. Es importante que haya conciencia y una defensa de nuestras variedades de maíz. Estamos a tiempo, pero corremos riesgos».

El maíz no sólo es el alimento básico de la población mexicana, sino que es un símbolo de resistencia cultural y ecológica. Frente a la amenaza de la agricultura industrial que domina el panorama mundial, en nuestro país todavía estamos a tiempo para defender los sistemas tradicionales de cultivo y es crucial que se protejan las semillas nativas que han sostenido a las comunidades mexicanas durante siglos y que son una fuente de riqueza alimentaria y cultural además de ofrecer soluciones ecológicamente responsables a los desafíos climáticos que enfrentamos en la actualidad.

Por otra parte, es interesantísimo darnos cuenta de que los ciclos de la milpa, las fechas para sembrar, para cosechar, están íntimamente relacionadas con los ciclos y festividades de las múltiples culturas nativas de nuestro país. Desde antes de la llegada de los españoles, los pueblos que habitaban este territorio reconocían

y celebraban la importancia del maíz y de la milpa al mismo tiempo que cuidaban y preservaban los recursos que les daban vida.

Actualmente no somos tan conscientes de ello pero la cultura, el arte, la gastronomía, nuestras costumbres y tradiciones, pueden todas rastrear sus orígenes a los ciclos de la siembra, al ciclo de vida del maíz y la relación simbiótica de todos los cultivos que componen la milpa. Nuestra identidad nacional está inevitablemente vinculada al maíz... Sin maíz no hay país.

POSTRE

Antes de irnos, Cristina nos recordó que no debemos sentirnos desmoralizados ni derrotados, el futuro es optimista si todos ponemos de nuestra parte, si logramos que germine en nosotros la semilla de esta conciencia de que somos uno con nuestro entorno y debemos reconocer nuestras diferencias y trabajar con ellas, así como en la milpa, cada uno de nosotros aporta algo distinto al bienestar de la comunidad y esta gran diversidad nos complementa y nos enriquece infinitamente. Desde cada individuo, desde la casa, la escuela, el barrio, la ciudad, el país, el mundo, es tiempo de apoyarnos y de que, entre todos... ¡hagamos milpa! 🌻

¿Sabías que...?

El queso
Roquefort
es uno de los más
antiguos del mundo.

Algunos piensan que su origen fue
por accidente cuando, hace más de
2,000 años, tal vez un pastor olvidó
su comida en una cueva y, al regresar
meses después, encontró su queso
cubierto de moho.



Huevo estrellado con hoja santa

Cristina nos compartió una receta sencilla y deliciosa que usa ingredientes locales y es sana y muy nutritiva.

INGREDIENTES PARA UNA PORCIÓN:

2 hojas medianas de hoja santa fresca
2 huevos
Un poco de aceite vegetal
Sal al gusto

PROCEDIMIENTO:

Se colocan en una sartén ligeramente engrasada y a fuego medio dos hojas enteras de hoja santa. Se rompe un huevo sobre cada una de las hojas. Se agrega sal al gusto. Se tapa la sartén y se deja cocinar hasta que el huevo alcance el nivel de cocción preferido.

Disfrutar con tortillas recién hechas.

¡Participa en FULCRUM®!

Si escribes, ilustras, tomas fotos, investigas, diseñas y, sobre todo, quieres dejar huella, ponte en contacto con nosotros y sé parte del equipo editorial de Fulcrum:

fulcrum@lancaster.edu.mx

En **La Escuela de Lancaster, A.C.** buscamos formar personas críticas y sensibles, con confianza en sí mismas. Promovemos el respeto a la diversidad y los derechos humanos y rechazamos cualquier tipo de discriminación. Este ideal solo se puede alcanzar cuando cada uno de los miembros de nuestra comunidad mantiene una actitud abierta, promueve el diálogo y está dispuesto al cambio siempre dentro del respeto a los valores que compartimos.

La palabra *fulcrum* significa "punto de apoyo" en latín y es justo lo que la revista busca representar dentro de la comunidad. Con esta idea en mente, se formó un comité integrado por miembros de las familias Lancaster, estudiantes de cualquier nivel, exalumnos, docentes, personal administrativo y directivo interesados en dar forma a este proyecto editorial comunitario. Juntos creamos este espacio con varios propósitos: proporcionar un punto de apoyo desde el cual impulsar y divulgar las ideas, el análisis y la reflexión sobre temas de interés para la comunidad y sobre el proyecto educativo donde puedan florecer la creatividad y el pensamiento con absoluta libertad, fomentar la integración a través de la lectura y la expresión de nuestra comunidad, así como ofrecer un medio que informe sobre las actividades que se realizan día a día en nuestra escuela.

A lo largo de los años, la revista **FULCRUM®** ha pasado de ser un boletín a convertirse en una publicación formal con periodicidad anual, registro ISSN y distribución gratuita. Cada año, **FULCRUM®** se centra en un tema específico y el comité editorial busca abordar el contenido de cada edición desde puntos de vista diversos, tanto académicos como sociales y pedagógicos. Se procura de igual manera destacar aspectos que nos ayuden a mejorar como comunidad educativa. Creemos firmemente que una comunidad creativa, lectora y bien informada es más participativa y esa participación activa nos permite avanzar hacia una de nuestras metas más importantes: consolidarnos a través de estos puntos de apoyo como una verdadera organización de aprendizaje.

