

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
Lúcia Muñoz Guemes
Idalicia 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/>

El café Oaxacaqueño

Por Israel Morales Becerra

Una buena taza de café nos levanta el ánimo, nos hace momentos plácidos, se convierte en un estimulante natural para nuestro cuerpo; a nuestra taza de café le confiamos muchos secretos y entablamos un diálogo interno que nos da lucidez por la mañana; un sorbo nos ayuda a pensar y tomar decisiones, es una bebida que consumimos millones de personas alrededor del mundo y una actividad agrícola que incentiva la economía a través de diversas empresas y marcas que se han posicionado en el mercado global. Pero, ¿te has puesto a pensar qué hay detrás de una taza de café?



“Tan pronto
como el café
llega al estómago,
sobreviene una
conmoción general.

Las **ideas** empiezan
a moverse, las
sonrisas emergen
y el papel se llena, **el
café** es su aliado y
escribir deja de ser
una lucha”.

—Honoré de Balzac.

México es uno de los principales países productores y exportadores a nivel mundial. En nuestro país se cosecha este grano desde finales del siglo XVIII, cuando los españoles lo introdujeron a México proveniente de la isla de Cuba, donde ya se cultivaba con anterioridad. Hay registros de exportación a través de las aduanas mexicanas desde 1802 (Rojas, 1996). Un estado que produce mucho café es Oaxaca, ya que sus lomeríos de las montañas de la Sierra Sur son de los más apropiados para el sembradío de cafetales en terrenos relativamente cercanos al mar. Estas zonas se caracterizan por tener un clima templado y un suelo con tierra roja, cualidades que favorecen un ambiente adecuado para el crecimiento del cafeto. En Oaxaca se comenzó a cultivar café en la segunda mitad del siglo XIX. Para 1897, ya era el segundo productor nacional solo después de Veracruz. Entre las décadas de 1950 y 1980, México se convirtió en una potencia exportadora; muchos de los pueblos de Oaxaca surgieron a raíz del cultivo del café. Esta actividad económica ha influido en la cultura y el desarrollo social de las personas que dependen del café (Rodríguez, 2004).

A partir de la apertura de la economía mexicana al mercado global, en la década de los 1980, la producción decayó en distintas regiones productoras derivado de la desaparición del Instituto Mexicano del Café que regulaba su cultivo y exportación, brindaba apoyo financiero y ofrecía asesoría técnica a los cafeticultores. Con la desaparición de este organismo, la cafeticultura perdió el impulso económico y el apoyo, sobre todo para los pequeños productores, situación que generó una baja drástica en la producción de sus cafetales y, por tanto, de sus ingresos (Salinas, 2000). En las entrevistas realizadas a los productores, los campesinos coinciden con el hecho de que antes cosechaban 10 costales por hectárea, actualmente solo cosechan 1.5 sacos de café. Al pasar de los años, esta circunstancia ha provocado que muchos campesinos cafeticultores emigren y abandonen sus tierras, poniendo en riesgo la integración y cohesión social de sus poblaciones de origen. Para ahondar en el tema puedes leer el siguiente artículo:



Imagen de Freepik

Los campesinos se encuentran desprovistos de recursos, capacitación y asesoría técnica, situación que los margina y excluye de los beneficios del mercado global.



Imagen de Freepik

Actualmente el café oaxaqueño es uno de los mejores granos orgánicos del mundo. Se cosecha una sola vez por año, en su mayoría por pequeños productores campesinos de comunidades indígenas que cuentan con muy pocas hectáreas de cultivo a comparación de los grandes productores.

Las condiciones de vida de las personas que se dedican a esta actividad como medio de subsistencia son difíciles, sus ingresos han disminuido al ritmo de la baja producción y no son suficientes para tener una vida digna y lograr un rendimiento escolar prolongado de las nuevas generaciones.

Los pequeños productores que continúan su labor se encuentran expuestos a empresas acaparadoras que tienen la capacidad de exportar y proveer a las compañías de cadenas expendedoras que controlan el mercado internacional con la venta directa al consumidor logrando un sobreprecio con ganancias reales que en nada benefician a las familias de los pequeños productores, quienes han tenido que buscar sus

propias formas de asociación y distribución para ingresar al mercado interno, si es que no desean estar a expensas de los acaparadores locales que fijan un precio fijo a su conveniencia, sin considerar el valor real del grano en el mercado internacional.

Ante estas circunstancias desventajosas, los pequeños productores requieren del apoyo de los consumidores comprando su café en establecimientos como el mercado y las cafeterías de la colonia o atendiendo al vendedor que toca a la puerta. Esta compra directa cambia la situación económica de las familias productoras, disminuye su condición de pobreza y revierte la migración, ofreciendo la posibilidad de que las generaciones jóvenes consideren el valor de seguir cultivando café y no abandonen su tierra. Si lo deseas, puedes ver la siguiente cápsula:



El café de Oaxaca cuenta con una calidad de altura garantizada, se encuentra libre de fertilizantes químicos, con un sabor y aroma intensos que le dan una consistencia perfecta. Evitemos consumir solubles con procesos industriales y químicos agresivos. Las marcas reconocidas no necesariamente tienen la mejor calidad ni la frescura necesaria, mejor, dejémonos acompañar de un buen café de grano oaxaqueño desde el día de mañana. ☕

Referencias

- Rodríguez, M. 2004. *Fiscalidad y café mexicano. El porfiriato y sus estrategias de fomento económico para la producción y comercialización del grano (1870-1910)*. Historia Mexicana, 54, (1).
- Rojas, B. 1996. *El café: historia sucinta de la deliciosa rubiácea*. SAGARPA/Consejo Mexicano del Café, México.
- Salinas, E. 2000. *Regulación y desregulación en el caso del café*. Análisis Económico, XV, (31).

¡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.

