



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

**CICHAZ, A.C., Guía del Visitante y Forma de Liberación
(última actualización 10-VI-2026)**

1	Introducción	3
2	Personal del CICHAZ	4
3	Comunicación	4
3.1	Planes de telefonía celular y tarjetas SIM en México	4
3.2	WhatsApp	4
3.3	Otras redes sociales	5
4	Agradecimientos	5
5	Seguridad y Protección	5
6	Gestión de residuos y materiales peligrosos	7
7	Cuidados de la Salud	8
8	Política de acoso y discriminación	9
9	Cómo llegar	9
9.1	En Autobús o Taxi	9
9.2	En Automóvil	10
10	Información de Llegada	12
11	Cocina y Alimentos Básicos	19
12	Dormitorios y Opciones para Dormir	21
13	Baños	21
14	Sábanas y Toallas	22
15	Lavandería	22
16	Internet y Telefonía móvil	23
17	Espacios de Reunión y Trabajo	23
18	Participación Pública	24
19	Entretenimiento/Diversión	25
20	Comestibles y Comer fuera del CICHAZ	25
20.2	Comer fuera de casa	26
21	Uso del vehículo	27



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

22 Tarifas	28
Apéndice A. Preparando tu Visita / Qué Empacar	29
Visas	29
Vacunas	29
Seguros de Viaje y de Salud	29
Qué empacar - Consejos generales	29
Apéndice B. Checklist de Salida	34
Apéndice C.: Laboratorios, Salas de Peces y Tanques al Aire Libre	35
Apéndice D. Glosario en español para los visitantes no mexicanos	37
Apéndice E. Emergencias	41
Clínicas y Hospitales	41
Primeros Auxilios Generales	41
Protocolo de mordedura de serpiente	42



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

1 Introducción

El Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca” (CICHAZ, A. C.) es una estación de investigación privada ubicada en Calnali, Hidalgo, México. Las operaciones de la estación de campo son financiadas en México a través de CICHAZ, A.C. (*asociación civil* registrada a nivel federal RENIECyT # 20083), y en Estados Unidos a través de su organización hermana CICHAZ USA (organización sin fines de lucro 501(C)(3)).

Fundada en 2005 por Gil Rosenthal y Rhonda Struminger, CICHAZ tiene como objetivo “Unir Ciencia y Servicio” a través de actividades científicas y de divulgación. La estación, miembro de la Organización de Estaciones Biológicas de Campo (OBFS; <http://www.obfs.org>), está preparada para proporcionar a los investigadores los recursos que necesitan para que realicen su trabajo de campo en la Sierra y Huasteca mexicanas . Esperamos que tenga una visita divertida, segura y productiva.

****La estación de campo está ubicada fuera de la ciudad, en una área rural de México. Por favor piense en su seguridad al momento de trabajar, ya que sólo hay una clínica pequeña de primeros auxilios en Calnali, un centro de trauma básico en Tlanchinol (ubicado a 45 minutos) y centros de atención médica básicos en Zacualtipán y Huejutla (ambos localizados a más de una hora de distancia). Los hospitales equipados más cercanos están en Pachuca y Tampico, a 3 ½ y 4 horas de distancia, respectivamente. Por favor, asegúrese de contar con la medicación o tratamiento adecuados para cualquier enfermedad o alergia que tenga e infórmenos con anticipación al respecto.**

Las instalaciones del CICHAZ no cumplen con las normas de seguridad de las instituciones de Estados Unidos o de otras instituciones. Al visitar, trabajar o ser voluntario en el CICHAZ, A.C., usted asume todos los riesgos y responsabilidades, y libera a los propietarios y usuarios del CICHAZ, así como al personal y a las instituciones afiliadas, de toda responsabilidad.

Si piensa visitar CICHAZ, sugerimos nos contacte al correo: admin@cichaz.org para conocer sus planes, necesidades y resolver cualquier duda vía correo electrónico. También podemos programar una reunión virtual dependiendo del proyecto.

Al menos tres semanas antes de llegar a Calnali, los visitantes deben revisar cuidadosamente esta guía y registrar su viaje utilizando el siguiente formulario de acuerdo y registro de visitantes del CICHAZ: <https://forms.gle/ZL8JwnZK9DG8cNSF9>.

Una vez que se haya registrado, si lo requiere, podremos generar una reunión introductoria virtual con el equipo de CICHAZ para repasar la logística de su viaje y responder cualquier pregunta.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

2 Personal del CICHAZ

Cuando recibamos su formulario de registro (<https://forms.gle/ZL8JwnZK9DG8cNSF9>), le enviaremos un correo electrónico con la información de contacto del personal del CICHAZ que te apoyará durante tu visita.

- Directora: Dr. Rhonda Struminger
- Coordinador administrativo: Ing. Gaby Vázquez
- Jefes de la estación y vecinos: Don Clemente Hernandez y Doña Irma Perez
- Personal de los acuarios: Doña Johaira Hernández y Doña Magda Melo
- Chef: Doña Magda Melo

3 Comunicación

Calnali tiene una conexión regular, aunque interrumpida con el mundo exterior a través del internet se señal celular y el internet en el CICHAZ y otros lugares suelen funcionar cuando la telefonía móvil no funciona. También puedes comprar tiempo de wifi en redes privadas alrededor de Calnali y otros lugares con tarjetas (fichas) que se venden en tiendas Los teléfonos fijos están disponibles como último recurso en el Hotel Oviedo y en otros lugares. La mayoría de los sitios de campo y muchos pueblos pequeños están fuera del alcance del servicio celular. Si usted o su grupo planean usar un **teléfono satelital**, asegúrese de que todos en su grupo sepan cómo usarlo. CICHAZ no aprueba ni respalda ninguna plataforma de redes sociales. Usamos aplicaciones gratuitas que se usan en las zonas rurales de México para comunicarnos entre nosotros y con el público en general.

3.1 Planes de telefonía celular y tarjetas SIM en México

- Visitantes internacionales, consulten su plan de telefonía internacional antes de salir de su país.
- Puedes comprar una tarjeta SIM mexicana en cualquier tienda Telcel (hay una en el aeropuerto así como en Calnali).
 - **Guarda todos tus contactos de emergencia en tu teléfono (en WhatsApp o como planees comunicarte con los demás durante tu estancia).**

3.2 WhatsApp

WhatsApp es la principal forma de comunicación con el personal del CICHAZ antes, durante y después de su visita.

- Pedimos que todos los grupos visitantes creen un grupo de WhatsApp para que lo usen cuando comiencen a planificar su visita.
- Una vez que registren su visita, obtendrán la información de contacto del personal del CICHAZ. En ese momento les pedimos que agreguen a Gaby Vázquez a su grupo de WhatsApp para que ella pueda estar en contacto con ustedes sobre la logística relacionada con su viaje.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

3.3 Otras redes sociales

Cuando haga investigación en el CICHAZ, le pedimos un resumen de su investigación para que podamos explicar su trabajo al público y compartir en nuestras redes sociales. Fotos y multimedia son también bienvenidos!. **Por favor, envíe sus materiales a admin@cichaz.org.**

Facebook es ampliamente utilizado para obtener información sobre la comunidad en Calnali y la región. Hay una página pública de Facebook del CICHAZ donde publicamos regularmente sobre actividades en la estación de campo e investigaciones o eventos relevantes: <https://www.facebook.com/Cichaz2005>

YouTube es una buena manera para que el CICHAZ comparta videos y se mantenga en contacto con nuestros seguidores, investigadores y visitantes. Hemos publicado una serie de recursos en el canal de CICHAZ:

<https://www.youtube.com/channel/UCYPXyEqkPRnglngfyqalj9w>.

Visítenos, comparta sus ideas y si puede contribuya con cualquier video relevante que pueda crear durante su estadía.

Instagram está ligada a nuestra cuenta de Facebook – ¡busque **@cichaz.field.station**, síguenos y etiquétanos cuando tengas una buena foto del campo!

The Virtual Field es un proyecto que comparte con el público experiencias educativas virtuales en estaciones de campo y laboratorios marinos de todo el mundo. El CICHAZ es un orgulloso participante de este proyecto. Te alentamos a obtener más información sobre la programación de *The Virtual Field* aquí: <https://thevirtualfield.org/>.

4 Agradecimientos

Cualquier tipo de publicación (**blog, artículo de revista, artículo de conferencia, etc., póster o medios**) que use los datos recopilados en CICHAZ debe reconocer a CICHAZ.

Si es apropiado, incluya a CICHAZ en sus resúmenes. Como científico, usted puede incluir a CICHAZ como una de sus instituciones afiliadas en su CV. Comuníquese con admin@cichaz.org para ser agregado como investigador de CICHAZ en nuestro sitio web si lo desea.

Para sus presentaciones y carteles use el logo de CICHAZ. Para acceder a un logotipo de alta resolución, envíe un correo electrónico a admin@cichaz.org.

5 Seguridad y Protección

Hacemos hincapié en que los visitantes tienen que usar el sentido común cuando viajen hacia y desde la estación de campo y alrededor del área. Invitamos a los visitantes a



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

registrarse en la embajada de su país de origen y obtener información actualizada de su gobierno nacional sobre viajes y seguridad dentro de México.

Calnali en sí es muy seguro, pero debes mantenerte alerta con los carteristas durante el mercado de los domingos (desde temprano hasta por la tarde).

En CICHAZ, los artículos que se dejan tirados por la noche en el porche y en áreas comunes pueden desaparecer, especialmente artículos pequeños de alto valor como joyas, teléfonos celulares y dinero en efectivo. A menudo reaparecen, pero use el sentido común. Los artículos que se dejen afuera en la acera se pueden considerar gratuitos para los vecinos, así que no deje nada desatendido frente al edificio.

Los visitantes **deben estar al pendiente unos de otros** y tener un **sistema en el que asignen compañeros dentro de su grupo** para que todos tengan a otra persona pendiente de ellos durante su visita, especialmente si van de excursión, a caminar, a trotar o a socializar.

Si bien fomentamos la interacción con la comunidad local, desaconsejamos a los visitantes que asistan a fiestas que no sean familiares u organizadas por personas familiarizadas con la comunidad CICHAZ. Si decide hacerlo, debe tomar las mismas precauciones que tomaría en casa: observe cómo se sirven las bebidas, no beba en exceso y asegúrese de no estar solo. En todo momento debes considerarte un representante de tus identidades interseccionales (por ejemplo, tu país de origen, género, región, religión, raza, etnia).

Seguridad en el Trabajo de Campo

Revise las siguientes recomendaciones de CICHAZ para aumentar su seguridad en el trabajo de campo. Revise también el Apéndice E: Emergencias.

Recomendaciones para el trabajo de campo:

- 1) Envíe un mensaje al grupo WhatsApp para notificar a Gaby donde estarán y cuándo regresarán, para que en caso cualquier problema se puedan activar las alarmas de emergencia y grupos de búsqueda.
- 2) Use ropa apropiada. Recomendamos usar zapatos que protejan el tobillo, gorra o sombrero, manga larga.
- 3) No tome riesgos que le incomoden. Si algo no le late, no lo haga. No se haga el valiente.
- 4) Asegúrese de tener un compañero y mantén atención sobre su grupo todo el día.
- 5) Asegúrese que alguien del equipo carga con el kit de primeros auxilios y tengan a la mano la infografía CICHAZ-primeros auxilios.
- 6) Lleve agua y beba pequeños sorbos en el día para mantenerse hidratado/a.
- 7) Use repelente de insectos y protector solar orgánico sin DEET, citronela o Avon (Sueave con la piel). Evite usarlos cerca de los estanques y peceras del CICHAZ,



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- pero protéjase. No se rocíe en ningún lugar cerca del primer piso de CICHAZ o de tanques al aire libre. ¡Asegúrese de que sus manos estén 100% libres de repelente y cualquier otro jabón o producto para la piel cuando manipule peces!
- 8) Lleve una navaja de bolsillo y una toalla pequeña. El desinfectante para manos es útil, pero también puede ¡sustituir por etanol del laboratorio!
 - 9) ¡Haga una lista de los materiales que espera usar para su trabajo y verifique!
 - 10) Coma antes de salir y lleve botanas o lunch. Los tamales son una excelente opción y están empacados en material biodegradable.
 - 11) Para evitar a las serpientes, haga ruido al caminar y utilice un bastón (especialmente en pastos altos y otras áreas de vegetación densa).
 - 12) Si va a caminar entre arbustos en áreas remotas, lleve un machete para limpiar la vegetación. Pída a Clemente o a su hija Mareli que le capaciten sobre cómo usarlo.

***Después de cada salida de campo en la estación, por favor reúnanse en equipo y platiquen los eventos del día. ¿Todo fue como se esperaba?, ¿Hubo alguna situación de riesgo? Si así fue: ¿qué paso?, ¿el equipo tuvo suerte o iban preparados? Si tuvieron suerte, por favor comenten ¿cómo podrían prepararse? Y compartan con el equipo técnico del CICHAZ. **Necesitamos aprender de sus éxitos (y situaciones cercanas) para mantener seguros a todos los visitantes y mantenernos al tanto de las situaciones antes de que se vuelvan peligrosas.**

Una vez en la estación y asignado un cuarto para usted, por favor no entre al cuarto de otro visitante sin permiso. Se les pide a todos los visitantes que mantengan sus objetos de valor (e.g., computadoras, teléfonos, bolsos, mochilas, carteras) en su habitación cuando no se estén utilizando, especialmente por la noche (las habitaciones se pueden cerrar con llave). Los artículos dejados en las áreas comunes ocasionalmente han desaparecido. Asegúrate de cerrar las entradas a la estación de campo cuando salga y de que las puertas estén cerradas antes de acostarse a dormir, incluida la puerta de arriba que da al patio.

6 Gestión de residuos y materiales peligrosos

Materiales peligrosos. Si trae materiales peligrosos para su(s) proyecto(s) de investigación, **usted es responsable de informar al personal de CICHAZ y de garantizar el almacenamiento, manipulación y eliminación seguros de dichos materiales.** Su equipo debe tener protocolos establecidos y compartidos con el personal de CICHAZ para que no existan riesgos desconocidos al tener estos materiales en la propiedad de CICHAZ.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Todos los materiales peligrosos deben almacenarse en contenedores claramente etiquetados. **NUNCA, bajo ninguna circunstancia, utilice recipientes de bebidas para almacenar materiales peligrosos.**

Gestión de residuos. Usted es responsable de deshacerse de cualquier material peligroso que traiga a CICHAZ. Por favor lo que traiga se lo regresa con usted – **no hay lugar en Calnali o sus alrededores para eliminar materiales peligrosos.** Si planea generar volúmenes mayores de los que puede llevarse, por favor hable con suficiente antelación con el personal de CICHAZ. Habrá tarifas adicionales por la eliminación de residuos peligrosos.

7 Cuidados de la Salud

El CICHAZ está ubicado en el trópico. Tal como en la región subtropical de Estados Unidos, en esta área existe el riesgo de contraer enfermedades como el dengue, el virus del Zika y la enfermedad de Chagas. Calnali se encuentra a 1000 m de altura aproximadamente, por lo que tiene un riesgo bajo transmisión por vectores. Sin embargo, en las zonas bajas (Achiqhuixtla, Coacuilco, Huejutla, etc.) protéjase de las picaduras de insectos. Use loción o spray libre de DEET, use camisa de manga larga y pantalón..

Asegúrese de revisar el **Apéndice A: Preparación y empaque para su viaje** y el **Apéndice E: Emergencias**, donde enumeramos los recursos médicos y las cosas a tener en cuenta (como serpientes venenosas):

- Recomendamos enfáticamente completar un curso de primeros auxilios en áreas agrestes antes de visitar la estación.
- Asegúrese de estar al día con todas sus vacunas.
- No olvide traer con usted todos los medicamentos que necesite y por favor comuníquenos cualquier alergia, restricción dietética o inquietud médica que pueda tener en el formulario de registro de visitantes del CICHAZ:
<https://forms.gle/m1wrFbZgTAvibaAD6>
- En la estación hay un botiquín con: aspirina, Pepto-Bismol, antiácidos, omeprazol, leche de magnesio, caolín.
 - Hay muchas farmacias en el centro de Calnali con botiquines de primeros auxilios y medicamentos sin receta. ("Farmacias Similares" venden solo medicamento genérico). Lo más probable es que se enferme del estómago en algún momento. Tomar probióticos un poco antes y al principio de su viaje puede ayudar. De todos modos, si es su primer viaje, prepárese para tener uno o dos días miserables. La buena noticia es que una vez que se sienta mejor (si es que lo hace), no lo habrá pasado tan mal después de todo. (Un buen indicador de que estará bien es observar a mucha gente de la comunidad comiendo en algún lugar particular. Sin embargo, si es la



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

primera vez que consumes algún tipo de comida, es muy probable que se enferme sin importar lo que haga). En México e Italia también usan remedios tradicionales como el té de manzanilla (para inflamación del estómago), té de manrubio (para dolor fuerte de estómago) y una cucharada de bicarbonato disuelto en agua cuando hay aire en el estómago o indigestión leve. Doña Magda puede preparar té y comidas blandas como arroz o verduras al vapor para usted si lo solicita. Un licuado de plátano también ha ayudado a algunos.

- Si necesita medicamentos de emergencia como antibióticos, debe ir con un médico para que e pueda prescribirlos. Consulte las opciones de farmacias locales en el **Apéndice E: Emergencias**.

Usted es responsable de seguir nuestras reglas y protocolos; asegúrese de estar familiarizado con ellos estudiando esta guía.

8 Política de acoso y discriminación

CICHAZ se compromete a mantener un entorno libre de toda forma de acoso y discriminación. Por favor comente cualquier experiencia a al menos un miembro del equipo de liderazgo del CICHAZ: Rhonda Struminger (rhonda@cichaz.org) o Gaby Vázquez (aspacgaby@yahoo.com.mx).

Si cree que el equipo de liderazgo del CICHAZ no podrá ayudar o abordar la situación, por favor contacta a la persona apropiada en tú institución, como defensores. Los Asesores de Confianza en la Unión Europea, o representante del Título IX en Estados Unidos; o la comisión de Derechos Humanos del Estado de Hidalgo (En Molango: <https://cdhhgo.org/home/molango-de-escamilla>). Si tiene su sede internacional, comuníquese con la persona adecuada en su institución. Los dirigentes de CICHAZ toman muy en serio estas preocupaciones.

Se requiere que todo el personal y la gerencia de CICHAZ, así como los visitantes, trabajen de una manera que evite el acoso o la discriminación. Si se presentan cargos de acoso o discriminación contra una persona o un grupo de personas, se llevará a cabo una investigación y se les podrá pedir a las partes responsables que abandonen la propiedad y podrían enfrentar consecuencias (legales) adicionales.

9 Cómo llegar

9.1 En Autobús o Taxi

Desde el **Aeropuerto de la Ciudad de México**, lo más fácil es tomar dentro del mismo aeropuerto un autobús de primera clase hacia la terminal de autobuses de **Pachuca**, y después tomar un taxi de **Pachuca a Calnali**. El nuevo aeropuerto AIFA que se



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

encuentra al norte de la ciudad de México, frecuentemente tiene vuelos baratos y es más cercano a Calnali, pero solo hay 5 autobuses diarios a Pachuca. Contacta a la Ing. Gaby Vázquez al menos 72 horas antes si deseas que un taxi te esté esperando en el aeropuerto o en la terminal de autobuses de Pachuca. Puedes encontrar información sobre los autobuses que salen del Aeropuerto en la siguiente liga: <https://estrellablanca.com.mx/>

Desde la **Terminal del Norte de la Ciudad de México**, diariamente hay salidas de autobuses Estrella Blanca de segunda clase (más lentos), que tardan aproximadamente 5 horas en llegar a **Calnali**. También hay salidas frecuentes de autobuses Estrella Blanca a Huejutla y Molango; ambos hacen parada en Molango (aproximadamente después de 4 horas de viaje), donde puedes tomar un taxi a Calnali (que está a una distancia aproximada de 45 minutos). **Los taxis dejan de trabajar a última hora de la tarde.**

El autobús pasa justo al lado del CICHAZ antes de entrar al centro de Calnali; pídele al chofer del autobús que busque a su izquierda la construcción que tiene los grandes murales acuáticos (con peces y ríos) después de cruzar el puente antes de la entrada a Calnali y que te permita bajar ahí. También hay un letrero oficial de color azul del CICHAZ a la derecha.

Desde **Tampico**, hay varios autobuses ADO que salen de la terminal de ADO del centro de Tampico a Huejutla varias veces al día. En **Huejutla**, hay varias combis (mini-autobuses) que van a Calnali en diferentes horarios. También puedes optar por tomar un taxi de Huejutla a Calnali.

Desde **Ciudad Valles**, toma el autobús que va a **Tamazunchale** y después pregunta por las indicaciones para llegar a la parada de autobuses de **Huejutla**; los autobuses tardan aproximadamente una hora en llegar a Huejutla y salen cada media hora. Después, sigue las indicaciones para ir de **Huejutla a Calnali** que están escritas en el párrafo anterior.

9.2 En Automóvil

Permiso y Seguro de Auto

- El seguro de responsabilidad es obligatorio en México.
- Puede alquilar un auto a través de multinacionales globales en el aeropuerto o en la Ciudad de México, o a través de pequeñas empresas locales en Pachuca.
 - o Puede conducir un vehículo desde los EE. UU., pero **DEBE TENER** un permiso de vehículo y seguro de automóvil. Vea: <https://www.banjercito.com.mx/registroVehiculos/>, (<https://consulmex.sre.gob.mx/calgary/index.php/consular-services/148-traveling-by-car>), y [sanborns .com](http://sanborns.com) (https://www.sanborns.com/?gclid=EAIaIQobChMIjpydo-GM4gIVWv7jBx22Iw9LEAAYASAAEgLUmfD_BwE.) para obtener más detalles.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Medidas de Control de Tránsito en la Ciudad de México e Hidalgo (NO CIRCULA)

- Para controlar el tráfico en carreteras y autopistas, existe un calendario de cuándo no se puede conducir en la Ciudad de México (<https://www.transporte.mx/hoy-no-circula-nuevo/>). Puede obtener una visa de turista temporal para conducir a la Ciudad de México aquí: <http://www.paseturistico.cdmx.gob.mx/pasetur/>
- Durante la pandemia de COVID-19, Hidalgo también inició un programa NO CIRCULA, pero es variable. Consulte las actualizaciones en el sitio web <https://coronavirus.hidalgo.gob.mx/>.

Consejos generales al conducir en México –LEE ESTO CON MUCHA ATENCIÓN–

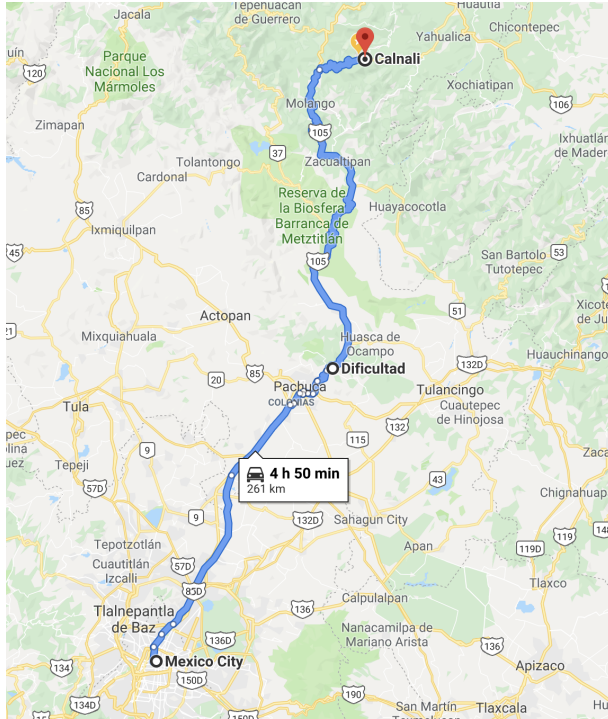
- ¡Maneje con precaución y siga todas las leyes de tránsito! Su seguro pagará por las lesiones que pueda provocar a otros o a usted mismo, así como por los daños materiales a otros vehículos **pero** será multado o encarcelado si se determina que usted es el responsable de un accidente. Como es el caso de cualquier lugar al que podría viajar, se espera que respete las leyes y costumbres de la zona – **USTED ES UN VISITANTE**–.
- La ley en México estipula que la persona culpable de un accidente es quien deberá cubrir los gastos del incidente, ya sea por medio de su seguro o por cuenta propia. En dicha situación, las autoridades mexicanas deben tener una garantía de que cubrirás los gastos generados o irás a la cárcel.
- En las carreteras rurales, usualmente una **señal de vuelta a la izquierda (direccional)** significa “rebásame”, a menos de que el coche disminuya su velocidad para girar a la izquierda, y una **señal de vuelta a la derecha** significa “no me rebases”. Cuando gires a la izquierda, te recomendamos no usar las direccionales; mejor disminuye tu velocidad y saca el brazo por la ventana para indicar que vas a dar vuelta a la izquierda.
- Disminuya su velocidad cuando encuentres topes (reductores de velocidad), muy comunes en las carreteras de los pueblos y asentamientos pequeños. **Preste atención a los deslaves y derrumbes (desprendimientos de rocas)**. Las ramas en el suelo y los pedazos de tela roja entre la vegetación significan que puedes encontrar algo peligroso más adelante, así como las luces preventivas (intermitentes) del auto que esté frente a usted.
- Hay una gasolinera en Calnali, en la carretera hacia Atlapexco; las otras gasolineras cercanas están en Ixtlahuaco, Molango, Tlanchinol, Atlapexco y Huejutla.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Indicaciones desde la Ciudad de México, Pachuca, y puntos del sur y suroeste del país



Para ir de la Ciudad de México a Pachuca, toma la carretera 85D/85.

En Pachuca, tome la carretera 105 norte pasando Zacualtipán (si quieres tener un momento delicioso, debe hacer una parada en los pastes “La Dificultad”, justo saliendo de Pachuca –compra algunos extra y llévalos al CICHAZ, ¡conseguirás un club de fans instantáneamente!). Puede encontrar mucha neblina en los alrededores de Zacualtipán y entre las montañas.

Pasando Molango y antes de Ixtlahuaco, girea hacia el este (es una vuelta a la derecha) hacia Calnali en la carretera Lolotla-Atlapexco/Calnali-Atlapexco. Después de unos 20-30 minutos, cruzará un puente sobre el río

Calnali. El CICHAZ estará a tu izquierda; busca el gran mural acuático con peces.

Indicaciones desde Huejutla, y puntos del noreste del país

Pase por alto Huejutla y siga las indicaciones hacia Atlapexco. Sigue derecho por Tlalchiyahualica y Mecatlán (no gires cuesta arriba hacia Yahualica). Vas a cruzar un puente después de Mecatlán, y ahora el kilometraje empezará la cuenta regresiva hasta la desviación a Calnali. Frecuentemente hay derrumbes en esta carretera, así que tenga cuidado. Va a pasar el pueblo de Calnali, a tu derecha, y ambas desviaciones al centro de Calnali. El CICHAZ está a tu derecha, a unos 100 m de la segunda desviación.

Direcciones desde la mayor parte del estado de Veracruz

Desde Álamo, Veracruz, sigue las señales a Chicontepec. En Benito Juárez, sigue derecho hacia Atlapexco y Huautla (no des vuelta hacia Chicontepec). Sigue derecho hacia Atlapexco, y permanece en la carretera de circunvalación a la derecha de Atlapexco. Inmediatamente después de pasar el pueblo, da vuelta a la izquierda hacia Yahualica y sigue las indicaciones descritas anteriormente.

10 Información de Llegada

Esperamos que los visitantes del CICHAZ respeten la propiedad y todos los artículos dentro de ésta. Los visitantes deben asumir que deben traer sus propios materiales o asegurarse con anticipación que tenemos lo que necesitan. Una cantidad limitada de



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

materiales *puede* estar disponible para su uso en el CICHAZ pero los investigadores visitantes necesitan verificar con anticipación (por ejemplo: laptops, cámaras, memorias, reactivos, baterías recargables).

Antes de su llegada, envíe un correo electrónico a Gaby Vázquez (aspacgaby@yahoo.com.mx) para comentarle sus planes de llegada, salida y necesidades de trabajo de campo (incluyendo cuidados de los peces y transportación).

Visitantes Internacionales, ANTES de su llegada a CICHAZ asegurarse que conoce los permisos o documentación necesaria para importar/exportar equipos o muestras (vivas o conservadas) dentro y fuera de México. Usted y su institución son responsables de todos los arreglos de importación/exportación. Consulta con tus colaboradores mexicanos para asegurarte de estar listo. Nuevamente, haga esto ANTES de su llegada.

La comunicación es la clave para una visita exitosa. Si rompes, usas o ensucias algo, por favor arréglalo, reemplázalo o límpialo. Para aquellas cosas que no puedas arreglar (aún cuando puedas), notifica al equipo técnico del CICHAZ. Somos comprensivos y podemos ayudar. **Por su propia seguridad, por un trabajo de investigación productivo y una vida comunitaria exitosa, le pedimos que siga las indicaciones que están en los letreros localizados en toda la estación, así como las indicaciones enlistadas en esta Guía del Visitante.**

Pequeños consejo para tu visita:

1. Sea hospitalario. Tenga a mano café, bebidas, frutas y refrigerios si la gente pasa por allí.
2. Aceptar con entusiasmo la hospitalidad cuando se la brinde.
2. Sea paciente. Calnali tiene su tiempo.
3. Espere compañía. Cuando invitas a una persona, también estás invitando a sus familiares y amigos.
4. Di "buen provecho" cuando entres o salgas de un lugar donde hay gente comiendo.
5. Apague las luces y los ventiladores cuando salga de una habitación.
6. Comunique sus planes al personal con la mayor antelación posible.
7. Diríjase a las personas mayores usando el "usted".
8. Sintónícese con la cultura local e indígena.
9. Utilice sus habilidades, conocimientos y perspectivas para hacer algo positivo.
10. Aprenda de las habilidades, conocimientos y perspectivas de las personas que conozca.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

10.1 La Comunidad del Vecindario y las Tiendas

Clemente Hernández (Don Clemente) e Irma Pérez (Doña Irma)



Don Clemente y Doña Irma son los cuidadores principales del CICHAZ, A.C. Ellos viven cruzando la calle a la derecha, en la casa que tiene pintado un mural con maíces y el dios Tláloc. Su hijo Osvaldo se graduó recientemente como Biólogo en la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (UAEH). Pídeles ayuda con cualquier cosa que necesites, pero **sé respetuoso y entienda que ellos tienen una vida propia, por lo que no siempre pueden hacer las cosas justo en el momento en que las pida.**

Tiendas

- La tienda que está justo a lado del CICHAZ, “Abarrotes San Antonio”, es atendida por Karla y Rey Zapata. Su tienda y otras tiendas similares en el vecindario venden agua, leche y bebidas frías de todo tipo, así como botanas y otros comestibles.
- La tienda que está en frente del CICHAZ cruzando la calle, Nelly Hernández Zapata, es otro buen lugar para encontrar productos básicos.
- Ernestina es la señora mayor que vive justo al otro lado del CICHAZ; ella y su hija Lupita, venden masa y si se les pide con tiempo, pueden hacer lunch para llevar a campo. Preparan bocoles, sándwiches, enchiladas, salchichas para hot-dogs y cosas de ese tipo. Lo más temprano que entregan lunch es a las 7:00 AM.

Paseo por los Murales

Camina cuesta abajo por la calle (hacia el centro de Calnali) y observa los murales pintados por la Fundación Siquerios Sin Fronteras en 2018. Puedes conocer más sobre este proyecto aquí: <https://www.cichaz.org/murales-murals/>.

Otras casas y recursos

Siguiendo el camino hacia el centro de Calnali, podrá encontrar las siguientes casas y recursos que tal vez necesite:

- **La Coordinadora Ejecutiva del CICHAZ, Ing. Gaby Vázquez**, vive en el callejón que se encuentra a la derecha, donde hay un mural de la cosecha de café.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- A la izquierda está el **mecánico Don Gil**.
- A la izquierda están los **tacos** (“Bayos”).
- Más abajo, en la intersección con la ciudad, hay 2 **talleres de reparación de llantas (talacheros)**. **En la caseta de madera ¡pregunta por Ever si tienes una llanta pinchada y necesitas una talacha!**
- Si das vuelta a la derecha, a unos 500 m sobre la carretera hacia Atlapexco, está la única **gasolinera** en Calnali (a la izquierda).
- Si das vuelta a la izquierda hacia el Centro de Calnali, pasarás por la estupenda **ferretería “El Tigre”** (atendida por Miriam y Chucho).

10.2 La Casa: Reglas Generales, Información y Recomendaciones

1. Si va a mantener organismos acuáticos en las instalaciones de la estación, por favor consulta el protocolo para organismos acuáticos en el sitio web del CICHAZ para conocer los detalles < <http://www.cichaz.org/investigación-research/plantel-acuático-aquatics-protocols/> >
 - a. Tenga en cuenta que los paños de cocina almacenados debajo del microondas **SÓLO SE UTILIZARÁN EN LA COCINA**.
 - b. Los trapos sucios que se hayan usado afuera deben colocarse en el contenedor etiquetado ubicado afuera en la bodega debajo del patio. Si los trapos todavía están húmedos, cuélgalos en el costado del contenedor o en la baranda del patio para que se sequen.
 - c. Los trapos utilizados para la investigación/cualquier trabajo relacionado con los peces deben colgarse para que se sequen en las rejas del patio o balcón.
2. Deja todos los espacios comunes, los laboratorios y los cuartos de los peces como los encuentras al llegar.
3. Sigue todas las reglas que se muestran en las instalaciones.
4. El CICHAZ tiene dos botiquines de primeros auxilios –uno en la planta baja a lado de la vitrina donde se guardan los trastes y uno en la planta alta a lado del baño.
5. Puede encontrar protector solar y repelente de insectos no tóxico para peces en la mesa junto a la vitrina.
 - a. Los mosquitos y las moscas negras que pican son muy abundantes, así que aplíquese repelente generosamente. **No se aplique el repelente de insectos en ningún lugar cercano a los peces, peceras o equipo para peces. Si estas en CICHAZ, aplíquese repelente en el piso superior.** No use productos que contengan **DEET**. Le recomendamos Natrapel u otros repelentes con Picaridina, productos de Avon piel suave también funcionan. Estos repelentes siguen siendo **TÓXICOS PARA LOS PECES**, así que **LAVE SUS MANOS** antes de manipularlos.
6. Hay muchos espacios comunes y el CICHAZ espera una actitud comunitaria.
 - a. Respete los espacios públicos manteniéndolos limpios.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- b. Guarde sus pertenencias en su cuarto o en el baño.
 - c. Asegúrese de etiquetar con su nombre todo lo que no quiera compartir.
 - d. ¡No deje cosas en el patio! Este espacio se desordena muy rápido y sus cosas se pueden perder.
7. Si tiene planeadas múltiples visitas al CICHAZ, puedes dejar sus cosas en una caja etiquetada con su nombre, que será guardada en el almacén de arriba. Si al momento de irte del CICHAZ, sus zapatos todavía están húmedos, asegúrese de ponerles una etiqueta con su nombre y de avisarle a Don Clemente, Doña Irma, o a la Ing. Gaby, para que ellos puedan guardarlos cuando estén secos.
 8. Los artículos que no estén etiquetados y no se reclamen después de un mes, serán puestos en la caja de donaciones en el almacén de la planta alta.
 9. Siempre revise los cajones y sus zapatos antes de ponértelos. Podrían albergar tarántulas, otras arañas o alacranes.
 10. Otra plaga común que se encuentra en todo el continente americano son las cucarachas. A algunos visitantes les molestan más que a otros. Dependiendo de su nivel de tolerancia, prepárese y aprenda La Cucaracha ([letra aquí](#)).
 11. Antes de entrar a la casa, sacude o lave sus zapatos si están muy sucios o llenos de lodo. Hay un espacio rectangular junto a la terraza para este propósito.
 12. Al momento de su partida, saque del refrigerador y de las alacenas todos los alimentos que usted haya comprado y que no se podrá llevar. Esto indica al personal del CICHAZ que puede consumirlo cualquiera.

10.3 Los Laboratorios y los Recursos de Investigación

Reglas Generales y Recomendaciones

- Piense en el equipo que necesitará antes de su llegada. Verifique con el CICHAZ sus necesidades. Por ejemplo, te recomendamos que traiga sus propias tarjetas de memoria para las cámaras si las necesita, tenemos algunas pero en poca cantidad. También tenemos algunas baterías recargables y preferimos utilizar baterías de este tipo para minimizar el desecho de baterías. Planea con tiempo el uso de baterías para que pueda tener acceso a los cargadores y puedas recargarlas.
- Etiqueta todo lo que use. Para todos los investigadores, las fechas se etiquetan día-mes-año con los meses escritos con números romanos. 28 de mayo de 2025, por ejemplo, debería etiquetarse como 28-V-2025.
- **Como se indica en la sección 6**, si trae **materiales peligrosos** para su(s) proyecto(s) de investigación, usted es responsable de informar al personal de CICHAZ y de garantizar el almacenamiento, la manipulación y la eliminación seguros de dichos materiales.
 - i. Su equipo debe tener protocolos establecidos y compartidos con el personal de CICHAZ para que no haya riesgos desconocidos relacionados con la presencia de estos materiales en la propiedad de CICHAZ.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- ii. Todos los materiales peligrosos deben almacenarse en contenedores claramente etiquetados. **NUNCA, bajo ninguna circunstancia, utilice contenedores de bebidas para almacenar materiales peligrosos.**
 - iii. Usted es responsable de desechar cualquier residuo peligroso, incluyendo electrónicos y baterías usadas que genere mientras se encuentre en CICHAZ. Lleve consigo lo que trajo – en Calnali no hay donde depositar los residuos peligrosos. Si planea generar volúmenes mayores de los que puede llevar consigo, hable con el personal de CICHAZ con suficiente anticipación. Habrá tarifas adicionales por la eliminación de residuos peligrosos.
- Todo el equipo que use en el CICHAZ debe regresarlo a su lugar, limpio y en la misma o mejor condición de como lo encontró.
 - Pregunta al equipo técnico del CICHAZ y a los científicos visitantes antes de usar cualquier cosa. Aún cuando seas un investigador regular del CICHAZ, no asumas que conoces los experimentos en curso o la asignación de acuarios.

10.4 El Patio

- Ten en cuenta que hay animales vivos habitando a su alrededor. En el área cercana a la casa, la mitad del patio está llena de tanques con peces. Por favor, ten esto en mente cuando pases por ahí, especialmente si llevas productos de limpieza u otros químicos.
- Hay nidos de abejas africanas en el patio. Si no las molestas no te harán daño.
- Es frecuente observar nidos de avispas cartoneras o avispas de papel en el techo de la casa. Generalmente son inofensivas, aunque pueden picar (y a veces lo hacen). Sólo ten esto en mente y aléjate de ellas durante las horas más calurosas del día. Los nidos más redondos con avispas pequeñas son nidos de avispas de miel... no tienen aguijón y producen miel. No las molestes y déjalas en paz.
- Las hormigas de fuego introducidas son una plaga en el CICHAZ, tal como en el sur de Estados Unidos. Algunas mordidas causan molestias leves, a menos que seas alérgico.
- Hay una bajada abrupta para llegar al río; ten precaución con los niños pequeños y personas con discapacidad. También tenga cuidado con los escalones que conducen al río, ya que comúnmente están cubiertos de hojarasca y pueden estar resbalosos.
- Come las frutas de los árboles. Tenemos árboles frutales de naranjas dulces y ácidas, mandarinas, limones, limas, chiles “caca de rata”, jaca, papaya, duraznos, plátanos y pomarrosa, entre algunos otros.
- **No tomes ningún pez del tramo de río que pasa por detrás de la casa**, pues es nuestra población de estudio a largo plazo. Habla con el Dr. Rosenthal si quieres trabajar ahí. Puedes nadar en el río, siempre y cuando no uses repelente, protector solar, productos para el cabello o cualquier otro químico. Toma un baño después de nadar.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

10.5 Agua

- **Por favor cuida el agua** tanto como sea posible. El suministro puede ser irregular. **LOS PECES SON LA PRIORIDAD** sobre los humanos, así que prepárate para aguantar sin agua hasta por 72 horas. Puedes usar una cubeta llena de agua de los estanques de concreto (según las indicaciones del personal del CICHAZ) para descargar el inodoro durante cortes prolongados de agua.
- El depósito de plástico negro (*tinaco*) en la parte superior del techo se llena intermitentemente con agua clorada para el uso en baños y cocina. Esta agua está clorada y es adecuada para bañarse y cepillarse los dientes, **pero no la consumes**.
- Los garrafones de 20 litros los surte Don Nacho. Solicita a Magda más garrafones, si notas que ya casi no hay. Si la situación es urgente, puedes comprar en la tienda de Karla que se encuentra a un lado. Lleva el garrafón vacío para comprar uno nuevo.

10.6 Gas Propano

- Contamos con tanques de gas estacionario para la cocina, baños y el generador de energía; normalmente el equipo de trabajo del CICHAZ se aseguran de que haya suficiente. Si no hay agua caliente o no enciende la estufa, por favor avisa inmediatamente. Si hay alguna persona con experiencia en el CICHAZ, puede acompañarte al techo para asegurarse que la válvula de gas está abierta.
- Los calentadores solares suministran el agua caliente, por lo que recomendamos bañarse por las tardes o noches.
- En tiempo de frío, si hay gas en la estufa, pero no hay agua caliente, contacta a Don Clemente para reemplazar las baterías del calentador de paso.

10.7 Electricidad

- **Ahorra la mayor cantidad de energía** –apaga los ventiladores, calentadores, y/o las luces cuando salgas de un cuarto.
- **El CICHAZ cuenta con una corriente de 110V**. Los enchufes son como los que se usan en USA. Traiga consigo sus adaptadores si piensa que los va a necesitar. Tenemos algunos cargadores de teléfono extras de 110V. Un adaptador sencillo es bueno para electrónicos de viaje, pero para equipo de investigación como lámparas del microscopio necesitarán un convertidor de voltaje para funcionar.
- Si se va la luz, revisa los **interruptores (breakers)**; **deben estar en encendido** – están junto a la puerta del zaguán (por dentro).



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- Hable con Gaby si planea ejecutar procedimientos como PCR que no toleran una interrupción del suministro eléctrico. Configuraremos el No-Break y el generador de respaldo para proporcionar energía continua.

10.8 Limpieza General

- El piso de la cocina se debe barrer regularmente para evitar insectos (debe haber una escoba y un recogedor en el patio o en la cocina).
- Doña Irma ayuda a limpiar la casa dos veces por semana, aunque se espera que los huéspedes limpien por sí mismos lo que ensucian.
- El camión de la basura pasa temprano (aproximadamente a las 6:00 – 7:00 a.m.) los lunes y jueves. Se anuncia tocando una campana y Don Clemente está pendiente de sacar la basura para que el camión se la lleve. Si por alguna razón Don Clemente aún no ha sacado la basura, saca los contenedores de basura a la banqueta frente a la casa; si ves a los muchachos del camión dales una propina de 20 pesos mexicanos.

11 Cocina y Alimentos Básicos

No uses la cocina ni nada que esté en ella para hacer investigación biológica o para el cuidado de los peces. Hay fregaderos en los laboratorios y en los cuartos para peces que puedes usar para esos fines –y el lavadero de la terraza también está disponible. Para ser claros, **todos los platos, cubiertos y otros artículos de cocina deben usarse SÓLO EN LA COCINA.** Nada de la cocina debe usarse para hacer investigación.

*****Por favor limpia cualquier resto de comida cuando termines de comer o de preparar algún alimento. Estamos en los trópicos y las cucarachas aman las cocinas sucias. *****

- Doña Magda preparará una comida al día para grupos grandes (¡y habrá sobras!). Por favor, coordínese con la Ing. Gaby con suficiente antelación a su visita.
- Para el desayuno, los visitantes preparan por su cuenta. Hay huevos, leche, mantequilla y aceite disponibles, cereal, yogur, etc. Cuando cocine, le pedimos que lave todos sus trastes cuando haya terminado.
- Si desea llevar un almuerzo al campo, la Sra. Tina y su hija Lupita generalmente pueden preparar un almuerzo tipo picnic si se lo notifica con al menos 24 horas de anticipación. El costo de este, se puede agregar a la cuenta con el CICHAZ, si así lo requieren.
- En el congelador de CICHAZ mantenemos bolsas de maní y nueces disponibles para las excursiones. Si no hay bolsas, por favor pregunte. Estos bocadillos se consideran parte de nuestro botiquín de primeros auxilios para el trabajo de campo. Si usted es alérgico, por favor háganoslo saber.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- El CICHAZ produce muchos cítricos, papayas, frijoles, jakas, plátanos y más – tienes que probar los chiles “caca de rata”, son diminutos y crecen por los alrededores de los tanques para peces que están enterrados. Apóyate con la leña, frutas y verduras que se producen en la estación. Asegúrate de probar la *pomarrosa/manzana de rosas* (fruta de temporada –mayo/junio– con sabor a rosas); puedes encontrarla cerca del camino hacia el río.
- Puedes comprar café molido y en grano a la Ing. Gaby, a través de ASPAC, organización sin fines de lucro.
- Hay un molino de café, moka y varias prensas francesas en el CICHAZ.

Refrigerador

- Coloque las cosas que necesitan refrigeración pero que **no** son para consumo humano en los “refrigeradores científicos” que están en los laboratorios.
- Etiquete todo lo que no quiera compartir con los demás (¡aunque le animamos a compartir!). Sea comprensivo con los veganos y quienes tienen dietas especiales que llevan su propia comida o no pueden comer otra cosa.

Trastes

- Aún si Magda está cerca para lavar los platos, levante sus los platos y tire los restos orgánicos en la cubeta de compostaje y deje sus trastes cerca del fregadero.
- Por favor disminuye la cantidad de jabón y agua que usas para lavar los trastes.
- Los trastes deben lavarse después de cada comida para evitar hormigas, cucarachas, etc.
- Por favor no uses ningún utensilio de metal cuando cocines con las sartenes / ollas antiadherentes.

Barras de Cocina y Pisos

- Por favor, barre el piso después de cada comida (la escoba y el recogedor están en el patio o en la cocina).
- Limpia la mesa con la esponja o con un trapo limpio.

Toallas

- Estas toallas se usan **sólo** para secar los trastes. Se encuentran en un cesto bajo el microondas. Por favor ponlas en el montón de sábanas y toallas sucias para lavarlas cuando sea necesario. Estas toallas nunca deben salir de la cocina, excepto para ser lavadas.

11.1 Composta

- Tenemos una cubeta para la composta en la cocina –por favor coloca dentro de ella los desperdicios y restos de comida.
- Cuando la cubeta de la composta esté llena, por favor vacíala en el área cerca de las piletas de concreto que está cerca de la cochera –tenemos un sistema de



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

compostaje, por lo que un visitante del CICHAZ con experiencia puede mostrarte dónde vaciarla.

11.2 Reutilizar y Reciclar

- ¡Reutiliza los envases y recicla cuando puedas hacerlo! Coloca los desechos de papel, plástico y aluminio en los contenedores apropiados que están en la cocina y en las áreas de basura.
- Si usa botellas de pet de 500 ml o más pequeñas, podemos reutilizarlas, no es necesario reciclarlas. Cuando estén vacías, enjuágalas y colócalas en la bolsa de malla en el patio al lado del horno. Estas botellas pequeñas son buenas para almacenar peces muertos.

12 Dormitorios y Opciones para Dormir

Hay cinco recámaras en el CICHAZ; algunos huéspedes prefieren acampar en el patio de atrás o en el jardín y todos los visitantes pueden hacerlo si lo desean. Gaby informará a cada visitante/grupo qué habitaciones/camas están disponibles para su uso y se atenderán las solicitudes específicas siempre que sea posible.

Planta baja – Laboratorio de conducta / Suite para invitados

- Reservado para líderes de viaje, invitados especiales o visitantes en silla de ruedas.

Planta Alta – Cuatro habitaciones

- Habitación “Nopal”(Nohpalli): 1 litera, 1 cama doble (para 3 ó 4 personas).
- Habitación “Pitahaya”(Tzaponochtli): 1 litera, 2 camas individuales (para 3 ó 4 personas).
- Habitación “Guayaba” (Xalxocotl): 1 litera, 1 cama doble (para 3 ó 4 personas).
- Habitación “Aguacate” (Ahuacatl): 1 litera, 1 cama doble (para 3 ó 4 personas).

Acampar

Si quieres optar por acampar en el patio trasero hay baño, regadera y espacio de almacenamiento en la parte trasera de la residencia de los directores. Pídele a Irma una llave para acceder al baño durante su estadía; si pierdes la llave se cobrará 400 pesos.

13 Baños

Hay tres baños en el CICHAZ; uno abajo y dos arriba. Si no hay papel higiénico en ellos, por favor ve al almacén que está en la parte de arriba y toma dos rollos (uno para el momento y otro para cuando éste se acabe). Coloca un rollo en el dispensador.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Si quieres dejar tus productos personales de baño en el baño, por favor etiquétalos con tu nombre y guárdalos todos juntos dentro de un contenedor (caja/bolsa) para que haya espacio para otros.

Inodoros

- Trata de orinar en el jardín en lugar de ir al baño. Todo lo que baja por el drenaje termina en el agua del río, en las zonas bajas del pueblo, sin que el agua reciba ningún tratamiento. Piensa en los vecinos de estas áreas antes de jalar la cadena del inodoro. Entonces, cuando sea posible, por favor orina discretamente en el jardín, mínimo a unos 15 metros de distancia de cualquier estanque/tina de peces (algunos están enterrados en el suelo del jardín).
- Pon el papel y cualquier otra basura sanitaria en los botes y no en el inodoro. La tubería puede lidiar con una cantidad mínima de papel (una toallita).
- Si no hay agua, llena una cubeta con agua de las peceras/estanques que están afuera y vierte el agua en el inodoro cuando hayas terminado (pregunta al personal del CICHAZ de dónde exactamente puede tomar el agua; ellos le apoyarán con esto).
- Los bidets no se usan en México.

Regaderas

- Trate de bañarse rápido. Recuerda que los peces tienen prioridad cuando no hay agua.

Lavabos

- El agua de la llave está clorada y sirve para lavarse los dientes, pero no para consumo.

14 Sábanas y Toallas

- Puede encontrar cobijas, sábanas y toallas en el closet del segundo piso.
- Estas toallas son **sólo** para uso personal y le pedimos que use **solo una** durante su estancia; lávela conforme sea necesario.
- Cuando se vaya del CICHAZ, deje las sábanas y toallas en el pasillo, en el cesto de la ropa sucia.

15 Lavandería

- La lavadora se encuentra en el techo. Cuelga la ropa limpia en el techo o en la terraza del segundo piso para que se seque. Si está lloviendo, cuelga la ropa en el patio trasero y/o en el barandal de la escalera.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- Al lado de la lavadora hay un lavadero en el que puedes lavar tu ropa a mano si lo deseas.

16 Internet y Telefonía móvil

16.1 Internet

- El CICHAZ tiene acceso moderado a internet. Tenemos 2 redes: una en el piso de arriba y otra en el piso de abajo. La contraseña está en la puerta del refrigerador. Por favor, evita hacer transferencias de archivos pesados y no compartas la contraseña con los vecinos.
- Evite ver videos por internet. Por favor ve a mirar las estrellas, lea un libro de nuestra biblioteca, ve una película de nuestra colección de DVD o plática. La comunicación esencial y la ciencia tienen prioridad.
- **Por favor asegúrese de que el wi-fi esté apagado para todos tus dispositivos, excepto uno.** Es posible que tengas que tomar turnos con otras personas para encender tu wi-fi. Hay varios cibercafés en el pueblo y se venden "fichas de StarBit", que ofrecen minutos de internet para las áreas urbanas del pueblo.

16.2 Teléfono

- La señal/internet del teléfono celular puede ser irregular; usualmente necesitas ir al techo de la estación para obtener una mejor recepción.
- No contamos con un teléfono fijo, por lo que toda la comunicación es vía teléfono celular. Si vienes de América, tu proveedor de telefonía celular puede tener un plan de datos internacional económico para México. De lo contrario, planea comprar una SIM mexicana (por ejemplo, a través de Telcel en el aeropuerto o en el centro de Calnali). Planea usar WhatsApp para la mayoría de las comunicaciones.
- Si llamas desde fuera de México, el código del país es +52-1 para celular y +52 para teléfono fijo.
- Para llamar de México a un país extranjero, marca 00 y después el número correspondiente.

17 Espacios de Reunión y Trabajo

En el segundo piso del CICHAZ hay un escritorio disponible para su uso. También hay una mesa de comedor en la planta baja que se puede usar para reuniones y para trabajar, así como el patio trasero y la palapa en el patio trasero. Un proyector y una pantalla, así como sillas adicionales, pueden estar disponibles bajo petición. Ver el Apéndice C para mayores detalles sobre el uso de laboratorios, peceras interiores o exteriores.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

18 Participación Pública

Cuando haga investigación en CICHAZ, le pedimos nos brinde un breve resumen de su trabajo que podamos compartir con el público; lo citaremos en nuestro sitio web y en otras plataformas de redes sociales.

También le pedimos que planee involucrarse con la comunidad local de alguna manera; una parte central de la misión de CICHAZ es evitar la ciencia paracaídas. A continuación, se muestran algunos de nuestros eventos y recursos habituales. Le animamos a que presente algunas de sus propias ideas para la participación comunitaria y estaremos encantados de trabajar para proponer actividades de especial interés.

18.1 Jornada CICHAZ-ASPAC y/o Casa Abierta CICHAZ

Casa Abierta CICHAZ es un evento anual y, a menudo, el mismo fin de semana colaboramos con ASPAC para organizar una Jornada para la comunidad. Casa Abierta brinda a nuestros vecinos la oportunidad de explorar la propiedad de CICHAZ y ver el trabajo que hacemos. La Jornada es tradicionalmente una caminata guiada que cuenta con estaciones informativas donde los investigadores del CICHAZ (habituales y visitantes) explican su trabajo y brindan a los visitantes la oportunidad de aprender de manera práctica. Ya sea viendo cómo se marcan las aves, buscando escarabajos o tomando muestras de agua, tratamos de encontrar formas sencillas de hacer que el aprendizaje sea divertido y la conservación una prioridad.

18.2 Mesas de información

De vez en cuando instalamos mesas informativas los domingos (durante el mercado) con actividades prácticas para los transeúntes. A veces también organizamos visitas escolares. Si estás interesado en participar habla con Gaby o Rodrigo.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

18.3 Rodando Saberes (RoSa)

RoSa es nuestro laboratorio de aprendizaje móvil que ofrece actividades divertidas y equipos científicos a escuelas, comunidades y/o sitios de campo. Los planes de estudio que ofrecemos con RoSa siempre están cambiando y alentamos a nuestros visitantes a que nos ayuden a desarrollar oportunidades de aprendizaje que promuevan la sostenibilidad, la conservación y el amor por la ciencia. Los proyectos de ciencia ciudadana son especialmente bienvenidos.



19 Entretenimiento/Diversión

Si bien esperamos que todos trabajen duro, ¡sabemos que necesitan algo de tiempo libre y diversión! Aprovechen las instalaciones para convivir, pero les pedimos que **entre semana cualquier actividad ruidosa finalice A MÁS TARDAR de las 10:00 p.m. y los fines de semana, a la 1:00 a.m.** Por favor, sean respetuosos con los vecinos y sus compañeros que necesitan dormir tranquilos.

Libros

A lo largo de los años, el CICHAZ ha formado una colección de libros en inglés, español, italiano y otros idiomas. Estos se pueden encontrar en el pasillo del segundo piso del edificio principal del CICHAZ. Le animamos a donar libros a la biblioteca.

TV/reproductor de DVD

Para disfrutar de nuestra colección de películas, usa el reproductor de DVD que está en la sala. Devuelve los DVD a sus cajas correspondientes cuando hayas terminado y guárdalos alfabéticamente (si los encuentras desordenados, ¡siéntete libre de organizarlos!).

20 Comestibles y Comer fuera del CICHAZ

20.1 Abarrotes/Misceláneas/Mini-Súper (tiendas convenientes) en Aguazarca

- Puedes encontrar alimentos básicos en estas tiendas (leche, frutas y verduras básicas, huevos, cerveza, agua, botanas, paquetes de tortillas, etc.).
- Los garrafones de agua con 20 L cuestan ~20 pesos mexicanos. Debe llevar su garrafón vacío para cambiarlo por uno lleno.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- Las leches “Santa Clara” y “Alpura” son 100% leche. La mayoría de las otras marcas contienen productos vegetales.
- Usualmente, cuando compre productos embotellados en vidrio, como cerveza y otras bebidas debe pagar un depósito por el envase. Usted es responsable por las botellas que se rompan o pierdan. Junto al refrigerador del CICHAZ hay botellas que puede usar para cambiar en las tiendas de los vecinos.

Abarrotes “El Coyote” es la tienda más grande en el pueblo. Ahí puedes comprar todos los productos básicos, incluidas las bebidas alcohólicas –excepto medicamentos, carne fresca, frutas y verduras–. *Algunas veces* aceptan tarjetas de crédito, así que lleva efectivo a la mano.

Mercado

- Puede encontrar puestos de frutas y verduras casi todos los días de la semana. Hay una carnicería cerca de la *presidencia* los domingos. Los puestos de pollo venden tanto pollo fresco como pollo rostizado (delicioso).
- Si quiere tortillas de maíz recién hechas, Doña Magda puede hacerlas por usted o puedes conseguirlas en las tortillerías del centro . Muchas familias del vecindario tienen su propia *milpa* y hacen en casa sus tortillas a mano.
- El *pan de dulce* recién horneado, disponible en el centro de Calnali y ocasionalmente con nuestra vecina Lupita es muy bueno.

El **Mercado** se pone los **domingos**. Le recomendamos llegar antes de las 11:00 a.m. para que encuentre todo lo que necesite. Cheque el glosario para que conozca algunos artículos disponibles en el mercado. Las cosas más inusuales las venden las personas nativas, que ponen sus puestos en el suelo, principalmente en el centro de la plaza. Tienes que probar el *zacahuil*, es un tamal que mide un metro, y las empanadas/gorditas de alberjón y los guisos que vende **Doña Gelasia**, cerca del centro del mercado.

Puedes preguntarle a Doña Magda si puede cocinar algo de lo que compres en el mercado. Doña Magda también hace tortillas y ocasionalmente nos sorprende con bocoles (masa de maíz con frijol, *tlalitos*, cilantro, o simplemente con sal) y enchiladas frescas.

20.2 Comer fuera de casa

- Algunos de los mejores lugares para comer fuera de la casa son las taquerías y otros pequeños negocios familiares – ve el glosario para algo específico.
- Recomendamos reservar algunas noches durante tu visita para comer fuera:
 - **Taquería Bayos** está a la izquierda al salir a la calle.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.

Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- **Hotel Oviedo/Restaurante La Jarochita** tiene comidas sustanciosas y deliciosas por unos \$120.00. Es mejor avisarles por la mañana o antes si planeas comer allí.
- **Restaurante Calnali y La Florecita** ofrecen el plato huasteco que consiste en cecina (carne salada y secada al aire, sol o humo) con enchiladas.
- **Cabaña Betitos** cuenta con burritos, alitas y otras delicias al carbón.
- Calnali Centro, a un lado del zócalo, también hay algunas opciones como: pollo asado, quesadillas y tacos (**Doña Lulú**, frente a la Presidencia), tortas, etc.
- Si hay mucha gente local comiendo en algún lugar, es probable que sea sabroso y bastante seguro. Pero si es la primera vez que visitas México, se enfermará sin importar lo que haga.

21 Uso del vehículo

Para utilizar uno de los vehículos CICHAZ es necesario contar con licencia de conducir vigente y le solicitamos evitar conducir por arroyos profundos ya que esto puede dañar el sensor del tren de aterrizaje. Después de cada uso, saque la basura.

Hay una tarifa de 500 pesos por día y una tarifa de limpieza de 500 pesos por visita. Si el vehículo necesita una limpieza profesional, cobraremos 1500 pesos.

Solicitamos a los conductores y a sus pasajeros que paguen por la gasolina que utilizan y dejen el tanque lleno. Hay una estación de PEMEX en Calnali calle abajo (Juaréz – Barrio Nuevo en la vía Lolotla-Atlapexco). Si no se deja el tanque lleno antes de que otro grupo utilice el vehículo, habrá una multa de 2000 MXP.

Hay un formulario de uso del vehículo guardado en el vehículo de campo; complételo cada vez que use el vehículo para que podamos realizar un seguimiento del uso. Los viajes cortos a la ciudad todavía usan gasolina, así que asegúrese de que el indicador de gasolina nunca baje de $\frac{3}{4}$ del tanque.

Antes de usar el vehículo, por favor revisa el vehículo junto con Clemente para identificar si hay algún daño – toma fotos para documentar la condición del auto antes de asumir la responsabilidad.

En caso de accidente o daño al vehículo, usted es responsable de cubrir el costo. Si cuando usted use el vehículo de CICHAZ, tiene un daño, la reparación es su responsabilidad, si usted fue o no culpable. Por favor, hágase cargo mientras siga en



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

CICHAZ; si nosotros nos hacemos cargo, le cobraremos la reparación más el costo administrativo.

Para incidentes mayores, CICHAZ cuenta con seguro y hay un deducible de \$17,000 MXP. El conductor/grupo responsable del accidente deberá pagar el deducible no reembolsable así como las posibles reparaciones y responsabilidades. Si a CICHAZ se le reembolsa cualquier costo superior al deducible, el conductor/grupo responsable recibirá el reembolso correspondiente.

22 Tarifas

CICHAZ depende de las tarifas que cobramos a los usuarios para su sustentabilidad financiera. Las tarifas pagadas por quienes utilicen las instalaciones del CICHAZ cubrirán los costos operativos y de mantenimiento de la infraestructura física, equipos e insumos y servicios básicos (como comidas) que estén disponibles para los investigadores y estudiantes visitantes. Cuando planea visitar CICHAZ, consulte la página de costos en la sección de visitantes de nuestro sitio web:
<https://www.cichaz.org/visitantes-visitors/costos-costs/>.

El soporte financiero está disponible para investigadores sin fondos específicos. Comuníquese con nosotros si tiene preguntas o para obtener más información sobre los apoyos financieros si los necesita.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Apéndice A. Preparando tu Visita / Qué Empacar

Visas

Por favor revisa si necesitas una visa de tu país de origen para visitar México durante la duración de la estancia que tienes planeada en el CICHAZ. Ciudadanos de EUA, Canadá, Italia y muchos países del área Schengen no requieren visa, ni los residentes que cuenten con visa en esos países

Vacunas

¡Asegúrate de estar al día con todas tus vacunas, incluyendo tétanos, COVID-19 e influenza, para estar saludable y listo para el trabajo de campo!

Seguros de Viaje y de Salud

Todos los visitantes internacionales DEBEN tener un seguro de viaje para cubrir cualquier gasto médico inesperado, interrupción del viaje, servicios de asistencia y tratamiento de emergencia médica y más. Es posible que pueda obtenerlo a través de su institución de origen. Si tiene seguro médico privado en su país de origen, consulte si este cubre los gastos incurridos en México.

Nosotros solicitamos pero no exigimos un comprobante de seguro de viaje antes de tu estancia en el CICHAZ, A.C. **Sin embargo, NO ASUMIMOS NINGUNA RESPONSABILIDAD por los costos que puedan surgir asociados con su viaje, sus actividades o su estancia en el CICHAZ, A.C. En última instancia, USTED ES EL ÚNICO RESPONSABLE de cualquier gasto o costo de emergencia.**

Qué empacar - Consejos generales

Dinero e Identificaciones

- Efectivo (Pesos Mexicanos). Todos los puestos de mercado, puestos de comida y pequeñas tiendas independientes solo aceptan efectivo. Es fácil cambiar efectivo en el aeropuerto o en el lado estadounidense de la frontera, pero es muy difícil hacerlo en el interior de México. Si cambias en el aeropuerto, hazlo después de salir del área de reclamo de equipaje en cualquiera de los quioscos en las áreas públicas de llegada. Guarda un poco de cambio en denominaciones pequeñas (2-5 pesos) para usar los baños públicos.
- Tarjeta de Cajero Automático –ATM– (¡asegúrate de conocer tu pin!)
 - Calnali sólo tiene un cajero automático que aceptan la mayoría de las tarjetas ATM internacionales, pero se quedan sin efectivo los días del mercado (domingos) y, comúnmente, se abastecen unos cuantos días después.
- Tarjeta de Crédito (debes conocer tu pin para usarla en los cajeros automáticos)



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

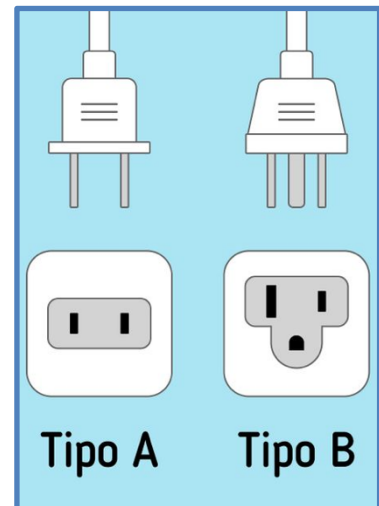
- Comunícate con la compañía de tu tarjeta de crédito antes de viajar para autorizar su uso internacional.
- Las tarjetas de crédito de los EE. UU. pueden tener problemas en las gasolineras; asegúrate de tener efectivo como respaldo.
- En Calnali, actualmente solo una tienda acepta tarjetas de crédito: Abarrotes El Coyote.
- Identificaciones (INE, CE o pasaporte o cualquier documento que inmigración le solicite).
- Imagen digital de su pasaporte, en un archivo que puedas acceder aún sin su dispositivo.

Tecnología

México utiliza enchufes eléctricos norteamericanos de 110 V (de dos entradas o de dos entradas más una entrada redonda a tierra

¡No olvides los adaptadores o convertidores que necesites!

- Si va a cargar dispositivos USB, puede comprar un cargador de pared USB de 110 V al llegar al aeropuerto o en tiendas de conveniencia y supermercados en Calnali y en todo el mundo. Las computadoras portátiles y otros dispositivos electrónicos pequeños diseñados para viajes generalmente tienen la capacidad de convertir una variedad de voltajes de entrada, por lo que un adaptador de enchufe simple y económico es suficiente.
- Las lámparas y el equipo de laboratorio especializado generalmente están diseñados para un voltaje u otro. Hable con el personal de CICHAZ antes de comprar un convertidor de voltaje (costoso) para este propósito.
- Traiga consigo su equipo de tecnología personal que necesite para trabajar. Esto incluye su teléfono celular, computadora, medios de respaldo y almacenamiento, cargadores, adaptadores de pared o convertidores. Contamos con algunas baterías recargables que podemos prestar, si nos anticipa sus necesidades.
- Es bueno tener un cargador portátil para obtener energía adicional.





C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

- Visitantes internacionales, consulten su plan de telefonía internacional **antes** de salir de su país. Puedes comprar una tarjeta SIM mexicana en cualquier tienda Telcel.
- Hay varias tiendas Telcel en el aeropuerto y recomendamos obtener la tarjeta SIM allí. Si no tienes tiempo en el aeropuerto, puedes comprarla en Calnali, pero la disponibilidad puede ser limitada.
- **Guarde todos los números de teléfono de emergencia en su teléfono celular en WhatsApp o en la app que planea usar para comunicarse con otros durante su estancia (recomendamos WhatsApp). Si alguna vez necesitas llamar al 911 (el número de emergencia en México), debes usar tu línea telefónica habitual (no WhatsApp).**

Lista de Verificación (Checklist) Básica

Todos estos artículos están fácilmente disponibles en los supermercados/farmacias locales excepto (*)

- Cepillo de dientes / Pasta de dientes.
- Shampoo / Acondicionador.
- Copa menstrual*/ Tampones / Toallas femeninas /
- Jabón.
- Desodorante.
- Ropa interior y calcetines extra*. (Las tallas grandes son difíciles de encontrar en Calnali).
- Repelente de insectos (**RECUERDA:** No traigas ningún producto con **DEET** a la estación de campo. Te recomendamos Natrapel* u otro repelente con picaridina*. No los venden en las tiendas locales, así que por favor ¡¡¡no olvides traerlos contigo!!! Estos repelentes siguen siendo **TÓXICOS PARA LOS PECES** así que **LÁVATE LAS MANOS** antes de manipularlos).
- Gel antibacterial para manos.
- Protector solar a base de Zinc* (Nunca uses protector solar convencional si te vas a meter al agua, usa protector base Zinc solo si debes usar uno).
- Lámpara de cabeza*.
- Cambio (monedas de 5 y 10 pesos) para los baños.
- Papel higiénico o pañuelo desechable para las emergencias. Muchas veces debes pagar para usar un baño en México o puede ser gratis, y algunos pueden no tener papel.
- Aunque la estación de campo suministra las toallas, le pedimos a los visitantes que usen sólo una durante su estancia. Si necesitas más de una, puedes empacar una toalla de microfibra de secado rápido*.

No necesitas traer sábanas –hay un buen suministro en la estación–.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Ropa

Los visitantes deben planear usar su ropa varias veces antes de lavar. En el CICHAZ hay una lavadora, pero lavar ropa es la última prioridad si hay escasez de agua.

Toda la ropa se seca tendida al sol; una vez que empiezan las lluvias del verano, hay que tender la ropa dentro de la casa para que se seque. Tienes que estar listo para cortes y escasez de agua, especialmente durante la estación seca. El agua para los peces es la prioridad sobre el agua para bañarse o lavar la ropa.

Algunos visitantes traen artículos personales y algunos de nosotros tendemos a dejar nuestras cosas en espacios públicos –**si no quieres que nadie tome y/o use tus pertenencias, etiquéte con tu nombre. Objetos sin etiqueta se vuelven de uso público. Si desea dejar objetos para otra visita, pregunte por una caja y asegúrese que está etiquetada con su nombre.**

La temperatura puede variar desde casi el punto de congelación en las zonas elevadas durante el invierno hasta 45 °C en zonas bajas durante el verano. Toma esto en cuenta al planificar tu viaje. La ropa básica está disponible localmente para tallas más pequeñas. Recomendamos invertir en una chaqueta impermeable de alta calidad, zapatos para el agua y zapatos para caminar según las actividades que estés planeando.

- Zapatos para agua (Chacos, saguaros o Keens son adecuados para las actividades en el agua y caminatas cortas).
- Zapatos para caminatas / senderismo –*Botas de campo*– (se recomienda que sean resistentes al agua por el mal clima).
- Calcetines.
- Shorts.
- Ropa interior.
- Pantalones para senderismo (se recomiendan los pantalones convertibles –short / pantalón).
- Traje de baño.
- Camisetas.
- Camisas de manga larga y manga corta (te recomendamos usar camisas de manga larga en la tarde/noche para evitar las picaduras de mosquitos, o durante las caminatas en los días muy calurosos para evitar quemaduras).
- Pantalones largos/Jeans (te recomendamos que sean de secado rápido).
- Chamarra impermeable ligera.
- Una sudadera, suéter y/o chamarra de secado rápido (puede hacer frío en las tardes, especialmente durante el invierno y en las zonas más altas).
- En el caso de que su estancia sea prolongada, le recomendamos traer un atuendo más presentable (para visitas a escuelas locales, reuniones con funcionarios o presentaciones públicas). Los *huipiles* que venden en la región lucen muy bien



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

tanto en hombres como en mujeres, combinados con pantalones o faldas de vestir. Estos se encuentran disponibles en la plaza o por encargo.

Equipo de Campo

- ¡Sombrero! Recomendamos un sombrero de ala ancha o mínimo una gorra de baseball. Puede encontrar bellos sombreros de paja en el mercado local.
- Lentes de sol.
- Bolsa pequeña / Morral / Mochila.
- Botella para agua. Si viaja en avión, le proporcionarán al menos 2 botellas de plástico por la aerolínea. Guárdela y reuse en el CICHAZ.
- Bolsas Ziploc o bolsas pequeñas secas, para guardar equipo si llueve.
- Bolsas Ziploc grandes para guardar ropa y zapatos húmedos / mojados.
- Protector solar base Zinc.
- Repelente de insectos (sin DEET).
- Navaja / herramienta de bolsillo.

Sugerencias

- Si tienes ropa en buen estado que ya no necesite y que no quiera conservar al final de su estancia, por favor considere donarla. Hay una *caja para donación* en el closet del segundo piso. Cualquier cosa que deje en la estación y que no sea reclamada después de un mes se colocará en la *caja para donación*.
- Considere dejar repelente de mosquitos sin DEET y el protector solar a base de zinc que le sobren, ya que no podemos comprarlos localmente. Escriba la fecha de apertura con un marcador permanente en algún lugar de la botella y déjela junto a la estación de agua en la cocina.
- Se le recomienda que traiga otros artículos **para donar**, como teléfonos, dispositivos electrónicos que se puedan usar o ropa. Al mismo tiempo, es su responsabilidad retirar de la estación su basura y desechos electrónicos. Verifique con anticipación si traerá basura o tesoros.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Apéndice B. Checklist de Salida

La lista a continuación es una revisión general de lo que debe hacer antes de irse del CICHAZ.. Completa nuestra lista de verificación en línea antes de tu partida para asegurarte de haber dejado todo listo para tu próxima visita o para el próximo visitante: <https://forms.gle/71uwCzkU3JR6cdq4A>

Cocina	
	Asegúrese que Doña Magda sabe sobre los productos perecederos que dejas en la mesa de la cocina cuando se vaya.
	Si deseas mantener tu propio stock privado de alimentos para la próxima vez que nos visites, debe estar en un recipiente de vidrio o metal completamente sellado y a prueba de bichos en tu caja personal. Los alimentos que no se guarden adecuadamente serán desechados.
Baños	
	Junte todas las sábanas y toallas que hayan sido usadas y déjalas en el pasillo de la planta alta, dentro del cesto de la ropa sucia –NO PONGA LAS TOALLAS HÚMEDAS DENTRO DEL CESTO–. Si las toallas están húmedas al momento de su partida, cuélgalas en el barandal del pasillo y avísele al personal del CICHAZ.
Recámaras	
	Deje las camas desnudas.
	Cierre las ventanas.
Oficina/Cuarto de Estudio	
	Cierre las ventanas.
	Cierre la puerta del balcón/terraza.
General	
	Deje los laboratorios y el área de los peces como los encontró cuando llegó
	Cierre con llave la casa.
	Apague las luces.
	Si es su primera vez en el CICHAZ, debe firmar la pared. Por favor, considere un espacio máximo de 10 X 10 cm por persona o tendremos que borrarlo con pintura



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Apéndice C: Laboratorios, Cuartos de Peces, Tinas, y Estanques

Hay un laboratorio molecular compartido para el trabajo genético, un laboratorio fenológico y un laboratorio de comportamiento dentro del edificio principal del CICHAZ. En el exterior también disponemos de un espacio para experimentos de conducta y un espacio de usos-múltiples con mesa (en la antigua porqueriza). Independientemente del laboratorio que utilice, debe mantener su espacio de trabajo limpio, lavar cualquier equipo que use y devolver cualquier producto químico o material a su lugar adecuado (los estantes ahora están etiquetados; por favor respeta este sistema). Dado que estos son laboratorios compartidos, no asuma que su equipo de investigación es el único que necesita acceso a un laboratorio en un día determinado.

Refrigeradores y Congeladores de Laboratorio

- El laboratorio molecular tiene un refrigerador/congelador que siempre está enchufado y un congelador de -80 que se enciende, es decir, se enchufa a pedido.
- El refrigerador/congelador del laboratorio fenológico se conecta a pedido.
- Todos los artículos almacenados en el refrigerador deben estar etiquetados con la fecha y nombre del investigador.

La comunicación es esencial.

Hay trapos disponibles para uso de laboratorios en el primer cajón del lado izquierdo del lavabo del laboratorio fenológico. Si necesitas trapos adicionales, pregúntale a Doña Magda, a Johaira, o a algún otro miembro del personal del CICHAZ. **NO TOMES LOS TRAJOS DE LA COCINA.** Cuando termines de usar un trapo, si está mojado, cuélgalo en el barandal del patio trasero o en el barandal del balcón del segundo piso. Una vez que esté seco, déjalo en el cesto de trapos sucios.

Hay dos cuartos de acuarios interiores. El pequeño se mantiene frío y se llama “Cuarto Serrano”. El cuarto más grande, “Huasteco”, se mantiene caliente. También hay tanques de concreto al aire libre, así como tinas grandes y pequeñas enterradas en la tierra. Dado que hay muchos proyectos de investigación en curso simultáneamente, hemos creado las políticas que se enumeran a continuación para garantizar el mejor cuidado posible de los peces. Alentamos a los investigadores a involucrar al personal de CICHAZ que cuida a los peces (Don Clemente, Johaira y Doña Magda) en su trabajo tanto como sea posible, tanto para el éxito de su proyecto como para su avance.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas “Aguazarca”, A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

18.1 Política de uso de peceras

- Antes de llegar a CICHAZ, necesitamos saber los requisitos de las peceras que tienes y dónde las necesitas (Serrano, Huasteco y/o las tinas al aire libre). Por favor, escribe a Gaby Vázquez para conocer los espacios disponibles.
- Una vez que llegues a CICHAZ, Johaira te indicará qué estantes/peceras puedes usar y te indicará dónde guardar los materiales que estás usando (ella te asignará una caja o un espacio el estante).
- Johaira y Doña Magda son las encargadas de realizar el protocolo de ingreso de peces de campo a los tanques (desparasitación).
- Si detectas fugas de agua, por favor márcalas y notifica al personal del CICHAZ.
- Johaira y Doña Magda son las encargadas de alimentar a los peces. Por favor avísales si no necesitan alimentar a los suyos o si tiene algún requerimiento especial.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.

Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Apéndice D. Glosario en español para los visitantes no mexicanos

Transporte

Camión: autobús

Remolque: trailer

Central o Terminal: Lugar donde llegan y salen los autobuses.

Comida y bebida

Vino: Bebida alcohólica que se obtiene de la uva; también se usa este término para cualquier licor fuerte, como el tequila, ron, etc.

Quelites: término general para cualquier verdura de hoja.

Empanada: también llamada *gordita* en Texas; masa de maíz rellena de algo delicioso. Prueba las *empanadas de alberjón* en el mercado.

Tamal: masa de maíz con algo delicioso en el centro, envuelto en hojas de maíz, plátano o (lo mejor) *hoja de papatla*.

Zacahuil: un megatamal relleno con carne de puerco y una salsa picante. ¡No te lo pierdas!

Tacos al pastor: una delicia de origen mexicano-libanés. Carne de cerdo (a veces pollo) sazonada y asada en una brocheta; un pedacito de cielo en la tierra. Disponibles en la Taquería "Bayos" y en el centro, a lado de la presidencia, especialmente los fines de semana.

Quesadilla: un taco pequeño de queso a la parrilla o un gran taco con una tortilla gruesa, que frecuentemente, pero no necesariamente, contiene queso – disponibles con Doña Lulú por las tardes

Gringa: un taco de queso a la parrilla con carne *al pastor*. La gente se va a divertir mucho si eres *Gring@* y pides una de éstas.

Elote: mazorca entera de maíz.

Esquite: granos de maíz con mayonesa, queso, sal, limón y chile. Es mucho más rico de como suena y como se ve. Los *Carritos de Elotes y Esquites* son comunes en tiempo cálido y pasan frente a CICHAZ, lo mismo que el carrito de las nieves y helados



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Camote: papa dulce, que venden en carritos que suenan un silbido de vapor.

Atole: bebida espesa de maíz o avena, usualmente saborizada con *elote* o chocolate. También hay de muchos sabores artificiales.

Carnitas, suadero: carne vendida en puestos de tacos en el Mercado, que debes probar (aunque encontrarás mejores en la Ciudad de México).

Guanábana: esporádicamente la encuentras fresca, aunque es frecuente en paletas heladas; exquisita.

Chela = *Cerveza*.

Michelada: cerveza fría con jugo de limón, chile, sal y salsas. Es lo mejor para después de un día de trabajo al aire libre.

Puque: Es una bebida alcohólica tradicional indígena que proviene del agave de la zona central de México, es carbonatada naturalmente. El *pulque curado* es un pulque saborizado con frutas. Si en el camino ve letreros de PULQUE, si puede deténgase, quizá encuentre algunos borrachos por ahí.

Aguardiente: Es un destilado artesanal de la caña. Lo mejor es comprarlo en las destiladoras de Atempa, que también se venden en Calnali. Tenga cuidado con el aguardiente barato, sin etiqueta.

Mole, adobo: Una amplia gama de ricas salsas nacidas de la cocina indígena anterior a la conquista y de la cocina árabe de al-Andalus, a base de nueces, semillas, chiles, comino, canela, clavo, tomates, tomatillos, pan y chocolate. Cada pueblo y cada familia lo hace de manera diferente. *Xalal* (pronunciado SHA-lal) es un tipo de mole hecho con semillas de sésamo (ajonjolí).

Jicama): tubérculo crujiente que se come pelado, ya sea solo, con sal, chile y limón o en ensaladas.

Epazote: hierba aromática que se usa para cocinar, parecido a la hoja de curry.

Tomate (verde): tomatillo.

Jitomate: tomate rojo.

Leche: Santa Clara y Lala son 100% leche de vaca, otras marcas como Mileche y Nutri son una mezcla de leche y proteína vegetal.

Chiles



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Frescos, de los menos a los más picantes:

morrón (pimiento verde/amarillo/naranja/rojo), *poblano*, *serrano*, *jalapeño*, *caca de rata*, *piquín*, *habanero*.

Secos

Ahumado, no tan picante. Es como tomate seco *Ancho*.

No ahumados, picantes

Guajillo, *cascabel*, *piquín*.

Ahumados y picantes, de los más suaves a los más intensos

Pasilla, *güero*, *morita*.

Birria o *barbacoa*: carne cocida lentamente en horno puede ser de carne de res, borrego o cabra, se sirve por las mañanas, en Calnali se consigue los domingos y en otras partes de México se puede conseguir entre semana o en la carretera México-Pachuca.

Barbacoa de pollo: pollo al vapor cocido en hojas de maguey –interesante pero no espectacular–.

Limón – cítrico ácido.

Lima o *lima-limón* – cítrico con un sabor agridulce o amargo. Se come en gajos, como la mandarina.

Tuna – Fruta de los nopales.

Nuez de Castilla – ¡Buena suerte para encontrarla!.

Paste: versión mexicana de la empanada de Cornualles, traído a Pachuca por los mineros junto con el fútbol. Los que se venden en la estación de autobuses de Pachuca están bien, pero los Pastes Dificultad del Real del Monte, camino a Calnali son exquisitos. Si pasas, compra algunos extra, cuando llegues a CICHAZ serán muy popular.

Menudo, *mondongo* o *pancita*: sopa de tripas, usualmente vendida sólo los fines de semana.

Fauna y flora

Coralillo: Serpiente venenosa. Recuerda el dicho: "Rojo y amarillo, mata al chiquillo".

Tlacuache: Zarigüeya (a veces lo puedes encontrar en *adobo*).

Tuza real: *Cunicuhus paca*

Última actualización: 10 Junio 2026



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Mahuaquite: fer-de-lance, serpiente venenosa.

Mala mujer: planta herbácea o arbustiva urticante, de hoja ancha. No la toques.

Escuintle o escuncle: perrito, también se usa para referirse a un niño odioso.

Vampiro: murciélago.

Varios

La Llorona: legendaria madre fantasma que deambula por el río en las noches, llorando por sus hijos ahogados.

Tianguis: mercado.

Papalote: cometa.



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniando Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

Apéndice E. Emergencias

En el caso de una emergencia médica, contacta de inmediato a la Ing. Gaby Vazqu ez y/o a la familia de Don Clemente, ya que ellos cuentan con información actualizada sobre los cambios locales. **Para emergencias menores, también puede buscar un consultorio médico, a menudo conectado a una farmacia.**

Si estás viajando como el representante de una institución, debes conocer sus sistemas de apoyo en caso de emergencias y tener la información de **contactos relevantes a la mano.**

Clínicas y Hospitales

- Una clínica muy básica se localiza en el Barrio Tlala, al sureste del centro. En el caso de emergencias menores, también puedes buscar un consultorio médico, a menudo junto a una farmacia. Hay dos médicos privados:
 - Dr. Enrique Montaño – Cel. 771 333 4833
 - Dra. Karina Pedraza – Cel. 771 1166142
- También hay dentistas en el Barrio Tlala, cerca del Zócalo.
 - Dra. Yuri Pelcastre – Cel. 7712342352
- La clínica más cercana que funciona las 24 horas es el **Hospital Ilusión/Hospital Regional Tlanchinol** ubicado en Tlanchinol, Hidalgo (a unos 45 minutos de distancia sin neblina). Tel. +52 7749740242
- Los siguientes hospitales más cercanos con instalaciones un poco mejores son los siguientes:
 - Huejutla de Reyes (a 90 min de distancia, rumbo a Tampico)
 - López Santos Jorge (~90 min de distancia)
 - Carretera México-Tampico 215
43000 **Huejutla de Reyes, Hidalgo**
Teléfono: +52 78 989 64196
 - Zacualtipán (a 90 min de distancia, rumbo a Pachuca)
 - Centro de Salud de Zacualtipán**
Galeana #2 , Col. Centro, C.P. 43200
Zacualtipán de  ngeles, Hidalgo, México.

Para hospitales de clase internacional en Pachuca, Ciudad de México o Tampico, llama a CISI (*Cultural Insurance Services International*) o a tu compa a de seguro de viaje.

Primeros Auxilios Generales

-  Cargue el kit de Primeros Auxilios en el Trabajo de Campo!
- Haga presión directa para detener sangrados – hágalo firmemente, presione directamente sobre la fuente del sangrado para hacer cu gulo.



- ¡Sangrado por la nariz – hacia adelante no hacia atrás! Pellizque el puente de la nariz por 10 minutos e inclínese hacia adelante.
- Agua corriente es lo mejor para quemaduras – mantenga el área quemada fría para prevenir mayores daños a la piel (¡no use mantequilla!).
- No mueva a una persona inconsciente o con daño en la espina dorsal. Busque ayuda inmediatamente.
- ¡Mantenga la calma!
- Las primeras 5 reglas generales en una emergencia son:
 1. Verifique si hay **Peligro** – Seguridad en el sitio.
 2. Verifique si hay **Respuesta** – Nivel de Conciencia (está ¿alerta, habla, con dolor, inconsciente, respira?)
 3. Abra las **Vías Respiratorias**.
 4. Verifique que **Respira** – Necesita RPC (reanimación).
 5. Verifique la **Circulación** – Busca sangrado y tapon.
- Preguntas secundarias por recordar:
 1. Pregunte sobre: **Alergias, Medicación, Antecedentes médicos, Última comida, ¿qué Sucedió?**
 2. Observe signos y síntomas (¿Atragantamiento, sangra, palidez, moretones, dolor?)

Protocolo de mordedura de serpiente

Si tú o alguien en tu grupo es mordido por una serpiente, notifica **inmediatamente** a Gaby Vázquez y a los líderes del grupo. Los síntomas graves (ver a continuación) pueden tardar de 12 a 16 horas en aparecer después de una mordedura; no esperes para buscar tratamiento. ¡Memoriza los puntos de lo que debes hacer y lo que **NO** debes hacer en caso de una mordedura de serpiente que enlistamos a continuación!

LO QUE DEBES HACER	LO QUE NO DEBES HACER
<ul style="list-style-type: none">• ¡Aléjate con cuidado del animal que te mordió! Si es posible, intenta identificar a la serpiente para que los médicos sepan si se trata de una especie venenosa y el tipo de antídoto que se debe administrar.• ¡No entres en pánico! Mantén la calma y lleva a la persona que sufrió la mordedura en una camilla-si está disponible-para que él/ella no se	<ul style="list-style-type: none">• No permitas que la persona se esfuerce demasiado.• No apliques torniquetes.• No apliques compresas frías o calientes en el área de la picadura.• No cortes el área de la mordedura.• No intentes succionar el veneno.



<p>esfuerce, ya que esto acelera el transporte del veneno en el cuerpo.</p> <ul style="list-style-type: none">● Verifica la hora a la que ocurrió el accidente.● Quítate todos los objetos o prendas que puedan actuar como objetos constrictivos (anillos, cadenas, pulseras, bufandas, calcetines), ya que es probable que haya inflamación de la zona afectada.● Limpia suavemente la herida con agua corriente para eliminar cualquier residuo y prevenir infecciones.● Cubre el área con gasas o paños limpios sin aplicar presión.● Inmoviliza la zona afectada.● Lleva inmediatamente al accidentado al servicio de salud más cercano.	<ul style="list-style-type: none">● No dar medicamentos al paciente.● No administres nada por vía oral.● No administres remedios tradicionales.● No eleves el área afectada; mantén el área afectada a un nivel más bajo que el corazón. Por ejemplo, si la mordedura fue en la pierna no eleves las piernas del paciente, ya que esto favorece el flujo del veneno hacia el corazón.
---	--

Los síntomas de la mordedura de serpiente incluyen:

- Dolor e inflamación en la zona de la mordedura con posterior endurecimiento de la misma.
- Coloración pálida en el área de la mordedura y sangrado en el sitio de la lesión.
- Dificultad respiratoria.
- Náuseas y vómitos.
- Sensación de hormigueo o entumecimiento.
- Visión borrosa.
- Mareos y debilidad general.
- Sudoración excesiva
- Alteraciones de la conciencia como confusión o pérdida de conciencia.
- Sangrado de encías, nariz u orina.

Ten en cuenta que hay muchas serpientes que encontrarás mientras realiza el trabajo de campo que NO son venenosas y es bueno tenerlas cerca (como la serpiente rey negra mexicana que ayuda a controlar los roedores). La serpiente con la que debes tener más cuidado y que podrías encontrar en el campo es la *Bothrops asper* o fer-de-lance



C I C H A Z

Centro de Investigaciones Científicas de las Huastecas "Aguazarca", A. C.
Uniendo Ciencia Y Servicio/Bringing Science and Service Together

(*mahuaquite* en náhuatl/español, ¡aprende el nombre!). *Micrurus bernadi*, las serpientes de coral (coralillo en español) están alrededor pero no son tan preocupantes: **NO LAS MANIPULES**. La información a continuación está destinada a orientar a los visitantes y **no es una guía de campo completa**.

Bothrops asper o Fer-de-Lance (Mahuaquite en Náhuatl/Español)



- Se encuentra más comúnmente en áreas forestales y a lo largo de las riberas de los ríos.
- Estas serpientes suelen ser de color verde oliva con marcas oscuras, pero su color varía según el hábitat.
- Tienen una cabeza en forma de "V" (piensa en la forma de una punta de lanza) y pueden medir de 1.5 hasta 3 metros de largo.

Referencias:

- <https://striresearch.si.edu/ss/panama-information/emergency-instructions/>
- <https://www.actuamed.com.mx/informacion-pacientes/primeros-auxilios-en-caso-de-mordedura-de-serpiente>
- https://www.redcross.org/content/dam/redcross/atg/PDFs/Take_a_Class/FA_CPR_AED_PM_sample_chapter.pdf?srsltid=AfmBOor6fMWgK8ZTi63rflfJM7EQ4O26x8yV3MPZxykbLHcku_h9mAfh
- chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.redcross.org/content/dam/redcross/atg/PHSS_UX_Content/FA-CPR-AED-Spanish-Manual.pdf