



ORIENTE

www.cch-oriente.unam.mx

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 792 • 9 DE MARZO DE 2015

INFORMA

ENSEÑANZA **A**PRENDIZAJE

Premio Sor Juana Inés de la Cruz 2015



3y4

ENSEÑANZA **A**PRENDIZAJE

¿Qué vas a ser cuando seas más grande?

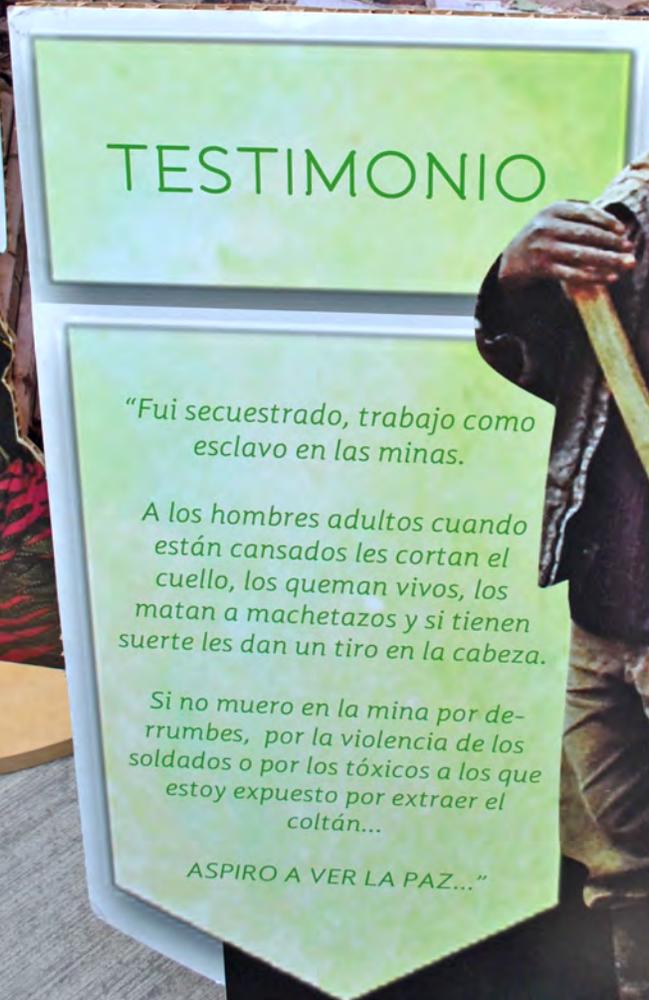


II

unam
donde se construye el futuro

Primer encuentro de ecología
"Biodiversidad e impacto ambiental"

Efectos sociales y ambientales de la degradación ecológica



TESTIMONIO

"Fui secuestrado, trabajo como esclavo en las minas.

A los hombres adultos cuando están cansados les cortan el cuello, los queman vivos, los matan a machetazos y si tienen suerte les dan un tiro en la cabeza.

Si no muero en la mina por derrumbes, por la violencia de los soldados o por los tóxicos a los que estoy expuesto por extraer el coltán...

ASPIRO A VER LA PAZ..."

6y7

DIRECTORIO



RECTOR

DR. JOSÉ NARRO ROBLES

SECRETARIO GENERAL

DR. EDUARDO BÁRZANA GARCÍA



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA

SECRETARIO GENERAL

ING. MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ CHÁVEZ



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIA GENERAL

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIO ACADÉMICO

MTRO. JOSÉ DE JESÚS MONCAYO SAHAGÚN

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

LIC. JOSÉ LUIS SÁNCHEZ VARELA

SECRETARIO DOCENTE

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

PROF. MAXIMIANO ESPINA MIRANDA

ORIENTE
INFORMA

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

Oriente Informa aparece los lunes publicado por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57736325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx
landerosso@hotmail.com

EDITORIAL

Contribuir, aportar y fortalecer acciones en favor del ambiente

En los últimos días, en nuestro plantel, se han abordados temas relacionados con el cuidado de la naturaleza y la promoción de una cultura ambiental, que ayude a enfrentar y disminuir numerosos riesgos que atenta contra la ecología de nuestro entorno.

Desde los avances para la conmemoración del Día Internacional del Suelo, pasando por el concurso Rompe con el cambio climático, el próximo cuarto Congreso de ecología y ambiente, hasta la realización del Primer Encuentro de ecología, biodiversidad e impacto ambiental, son acciones emprendidas por docentes y estudiantes de nuestro centro escolar, quienes con su participación creativa y organizada, seguramente contribuirán a fortalecer una cultura ambiental para hacer frente al cambio climático desde sus escuelas y comunidades.

Los temas han sido diversos; por ejemplo, Contaminación (calidad del aire, lluvia ácida, entre otros), Agua (gestión, huella hídrica, uso y manejo eficiente del agua), Promoción de una cultura ambiental y el desarrollo sustentable en la escuela o comunidad, Prevención de desertificación de tierras (manejo de áreas verdes), Ecosistemas y biodiversidad (manejo, conservación, restauración, protección), Educación, capacit-

ación y comunicación ambiental. Gestión ambiental (escolar, vecinal, entre otros), Manejo de residuos, Generación uso y consumo eficiente de energía, lo que representa una abanico de posibilidades para que nuestros jóvenes comprendan temáticas que fomente la importancia en la conservación en la biodiversidad, explicar y entender conceptos fundamentales de ambiente, dimensión ambiental, además de un tema, hoy en día, trascendente, como lo es el desarrollo sustentable.

Por ello, el reconocimiento hacia los profesores y sus estudiantes que afanosamente, pero principalmente por sus aportaciones “han contribuido a abrir espacios de interlocución y de intercambio de conocimientos en materia ambiental para fomentar la educación del cuidado del ambiente, en un sentido multidisciplinario, que coadyuve hacia la búsqueda de una escuela sustentable, preocupada por los riesgos a nuestro medio natural.

El llamado en todas estas actividades ha sido la búsqueda de alternativas de solución y formas para enfrentar el reto actual y futuro del cambio climático en nuestro ambiente, por eso, creemos que como comunidad universitaria debemos contribuir, aportar y fortalecer acciones que nos beneficien en todos los aspectos ambientales.



ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Rosalba Rodríguez Chanes, profesora del Plantel Oriente recibe el Premio Sor Juana Inés de la Cruz 2015

Preparación adecuada para una mayor formación profesional y de vida

“Mi trabajo me apasiona, pues cada día de labor docente busco enseñar bien para que los estudiantes, hombres y mujeres, a partir de eso, tengan un cambio en su vida. Instruir adecuadamente en el aprendizaje de la ciencia, es la fórmula del día a día para que los jóvenes encuentren su camino”, sostuvo con firmeza la profesora Rosalba Margarita Rodríguez Chanes, merecedora del Premio Sor Juana Inés de la Cruz, como un reconocimiento a su trayectoria universitaria, que inició desde 1990 en este centro educativo.

Orgullosa de formar parte de la planta académica del bachillerato de la UNAM, y obtener un reconocimiento por desarrollar una actividad que despertó su pasión, es muy significativo, pues en un día memorable para todas las mujeres como es el 8 de marzo, recibir un galardón así, representa el logro de una trayectoria docente comprometida con la formación de alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades y de la propia Universidad Nacional.

En entrevista para este medio, Rodríguez Chanes, profesora de Biología en el Plantel Oriente, compartió su sentir por haber alcanzado un logro universitario que significa años de esfuerzos, de intensa labor, de una vida dedicada a las clases, desde antes de ingresar a esta institución, por lo que haber llegado al Colegio le representó un momento memorable, tal como ahora, por recibir un premio que lleva el nombre de una de las mexicanas más ilustres de la historia nacional.

Egresada de la Facultad de Ciencias, nuestra galardonada enfatizó que ingresar a la docencia en el Colegio, solo vino a refrendar una profesión que le llenó sus expectativas de su carrera como bióloga. En ese momento de su vida, representó una alegría, pues 1990 fue el año que marcó su carrera profesional y fue el inicio de un cambio profundo en su actividad como profesora, aun cuando ya

tenía algunos años de experiencia en una institución privada.

Desde ese instante, abundó, tuvo presente que debía de preparar diariamente una buena cátedra para el alumno, pero además, “me sentí privilegiada y comprometida, al formar parte de la UNAM, institución a la que le debo mucho de mi formación profesional y laboral y, por supuesto, por haber ingresado a este sistema innovador como es el Colegio”.



Rosalba Margarita Rodríguez Chanes

Lo más grande e interesante de estar en el CCH, declaró, es la posibilidad de aportar a la docencia, a través de enseñanzas en el aula o el laboratorio, para que los chicos, a partir de una interacción convenida con ellos, tengan claridad y puedan generar escenarios que les ayuden a prepararse bien en sus estudios y en su formación profesional y de vida.

“Quiero hacer fácil lo difícil, entusiasmar a mis alumnos para que tengan los deseos de aprender y conocer el rigor de la ciencia, apropiarse de una alfabetización científica, pero además para que adquieran los elementos suficientes en la toma de decisiones a partir de lo que saben y conocen, a través de la enseñanza, reiteró.

Admiradora de Sor Juana Inés de la Cruz, Rosario Castellanos, Rubén Bonifaz

Niño y Jaime Sabines, la maestra Rodríguez Chanes no ocultó su afición por la poesía, que ha sido motor de inspiración en su faceta como estudiante y profesora universitaria; por ello, agregó, pertenecer a la máxima casa de estudios es un orgullo y estar en el Colegio una gran satisfacción, pues le ha dado claridad en la forma de impartir sus clases, preparar el diseño, desarrollo y evaluación, de un curso, asistir a talleres, cursos o diplomados que han sido básicos en su formación docente y, al mismo tiempo, una oportunidad para explotar ese potencial y gusto por la docencia.

Encontrarse como mujer, al margen del compromiso y responsabilidad familiar, que incluye al esposo y a los hijos, además de las obligaciones propias de su género; y buscar lo que te hace sentir realizada como docente, madre y compañera es un reto, que debe afrontarse si en verdad deseamos sobresalir, sentenció.

Por ello, descubrir lo que verdaderamente te gusta y lo que quieres forjar, debe ser una constante que no implica dejar de querer a la familia, a la pareja, cuando sabes que has encontrado “ese algo que es solo tuyo y lo quieres compartir, a través de una docencia plena que puedes ejercer en la Universidad y que te llena como ser humano”.

En un mensaje dirigido a sus compañeras, dijo que ellas deben formarse por encontrar su camino, llevar una vida plena, disfrutarla, estar bien consigo misma, insertarse en los distintos roles de trabajo de nuestra sociedad actual, pues para destacar o sobresalir, deben reunir las exigencias institucionales, y dejar, en ocasiones, su vida privada y familiar.

Finalmente, al referirse a su relación familiar, destacó que tiene una familia comprensible, universitaria, que le ha dado el respaldo, el cariño, el amor, la paz y la estabilidad, mismas que le han ayu-

Preparación adecuada...

3 ◀

dado a encontrar la pasión y la entrega del arduo camino que representa la docencia en una institución a la que le debe su gratitud y generosidad por formarla y luego ejercer profesionalmente su vocación de bióloga y, hoy en día, profesora.

Semblanza

Rosalba Margarita Rodríguez Chanes nació en la ciudad de México. Estudió la licenciatura en Biología en la Facultad de Ciencias de la UNAM y obtuvo su título en 1982. En 1998 formó parte del Programa Institucional PAAS-IV en sus dos etapas (nacional y estancia en el extranjero en la Universidad Autónoma de Madrid, España). En 2007 obtuvo el grado de maestra en Desarrollo y Planea-

ción de la Educación en la Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Xochimilco, con la tesis *Preferencias en el aprendizaje de la Biología en el CCH Oriente, en el contexto de la reforma curricular (2006)*.

Acreditó nueve diplomados en tópicos relacionados con las Competencias en la enseñanza de la biología. Acreditó 58 cursos de formación didáctica pedagógica y actualización disciplinaria.

Actualmente es profesora de carrera titular "C" definitiva con nivel "C" del PRIDE". Fue secretaria académica del CCH, Plantel Oriente (de 2002 a 2004), integrante de la Comisión de Revisión y Ajuste de los Programas de Biología I y II del CCH (2002-2003) y promotora del Programa Jóvenes hacia la Investigación en Ciencias en el CCH Oriente (1996 a

2000). Coordinó el SIEDA del Área de Ciencias experimentales (2013-2014), el SIEDA de Biología III y IV (2010-2011).

Presentó 44 conferencias y ponencias sobre aspectos didáctico-pedagógicos en el CCH, la Facultad de Química de la UNAM y en los Congresos organizados por la

Academia Mexicana de Profesores de Ciencias Naturales (1996-2014). Formó parte de la Comisión Auxiliar del PRIDE (2010, 2011, 2012), la Comisión Auxiliar encargada de apoyar los trabajos de evaluación de la Comisión Dictaminadora del Área de Ciencias Experimentales del Plantel Azcapotzalco (2010) y fue miembro del Comité de Pares que evaluó el material: Guía para el profesor de Biología I (2010), entre otras labores. ☐

País igualitario y humano con la inclusión de la mujer

"A veces, tan ligera/ como un pez en el agua,/ me muevo entre las cosas/ feliz y alucinada./ Feliz de ser quien soy,/ sólo una gran mirada:/ ojos de par en par/ y manos despojadas..."

Por: Marlen Vázquez del Mercado Solís

Con este pequeño fragmento llamado: "Misterios gozosos" de la poetisa Rosario Castellanos, empezaremos a explicarte a ti cecehachero, una cara de la moneda en cuanto al Día internacional de la mujer, viéndolo desde una perspectiva reflexiva y no tanto como una celebración del día.

Desde 1975 cada 8 de marzo, mundialmente se celebra el Día internacional de la mujer, una fecha para la conmemoración de la participación femenina en la sociedad; pero más allá de eso, es la oportunidad para la reflexión sobre los derechos de las mujeres, su libertad, su papel en la sociedad y su participación en todos los ámbitos, desde formadora en el seno familiar, hasta su inclusión en una sociedad progresista.

Hacer un pequeño recorrido en la historia de la participación femenina, a fin de reflexionar ampliamente, sobre los avances de las mujeres en la sociedad, obliga a remontarnos a 1953, año en el cual se le dio el derecho al voto, creándose así una puerta de igualdad entre mujeres y hombres.

Sin embargo, al referirnos a la mujer en la sociedad, es innegable hablar de un mundo donde ha persistido, en menor o mayor medida, la violencia, la desigualdad, la discriminación, y los horribles feminicidios, entre otras calamidades que lastiman a la mujer. No obstante, considero, que con una mayor difusión de la información del papel de las féminas en cualquier área, así como la participación, apoyo, libertad de expresión, como un derecho elemental de vida, se ha transformado una mente abierta y sensible a la actuación de las mujeres en nuestra esfera social.

La mujer, hoy en día, ha dejado a ese ser débil, indefenso y sin opinión. Ahora se ha convertido en un pilar importante para el crecimiento y desarrollo de la sociedad actual, asumiendo uno de los papeles más importantes de la productividad, de la política, de los asuntos económicos, culturales, científicos, del quehacer laboral y doméstico, representando ya como parte activa e indispensable en nuestro país, con lo cual se rompen así los paradigmas que tanto tiempo las tuvo oprimidas.

Así que tú, como cecehachero y como parte de la UNAM, es fundamental que tengas una conciencia más plural y crítica sobre estos aspectos sociales que enmarcan a la mujer como un ser fundamental en la sociedad; reforzando y promoviendo siempre la igualdad entre tus compañeros o la gente de tu entorno. El fin es crear entre mujeres, hombres, niños, niñas, estudiantes, trabajadores, ancianos y todo individuo, un mundo con menos violencia, menos discriminación, mayor equidad y justicia que nos lleve a la construcción de un país igualitario y humano que tanto deseamos y al cual tenemos derecho. ☐

Fuentes consultadas

<http://amediavoz.com/castellanos.htm#LOS ADIOSES>

<http://www3.inegi.org.mx/sistemas/temas/default.aspx?s=est&c=21702>

<http://www.inmujeres.gob.mx/inmujeres/index.php/vida-sin-violencia>

<http://www.un.org/es/events/womensday/?s=est&c=22157>

Nombran a Guadalupe Noriega Hernández, nueva jefa del Departamento de Control Presupuestal

Guadalupe Noriega Hernández

En una breve ceremonia realizada el pasado 2 de marzo, el director de este centro educativo, licenciado Arturo Delgado González dio posesión del cargo de jefa del Departamento de Control Presupuestal, a la licenciada Guadalupe Noriega Hernández, quien dijo sentirse halagada por recibir la oportunidad de seguir colaborando en el Plantel Oriente, en asuntos de normatividad y administración universitaria, para brindar atención a parte de esta comunidad, de la cual orgullosamente es egresada.

Delgado González destacó que la licenciada en Contaduría por la Facultad de Contaduría y Administración es una persona que conocemos por su capacidad y entrega en su área respectiva, pues ella estuvo desde 2012 como coordinadora del Sistema de Gestión de Calidad de la secretaría Administrativa de este plantel, por lo que no hay duda que desempeñará sus funciones con un alto compromiso

universitario.

Cabe señalar que la licenciada Noriega Hernández su experiencia profesional se ha concentrado en la contabilidad financiera y fiscal, tanto en el sector privado como en el público; ha tomado varios cursos, talleres y un diplomado en Sistemas de Gestión de la Calidad de Administración Universitaria, así como talleres de acciones correctivas, preventivas y de mejoras, impartidos por la Dirección General de Servicios Administrativos de la UNAM. ☐

24ª JORNADA DE BALANCE ACADÉMICO**Profesor:**

El jueves 12 de marzo se llevará a cabo la 24ª Jornada de Balance Académico, actividad que permite identificar a los alumnos que requieren atención tanto en el aspecto académico como psicopedagógico. Con la información proporcionada será posible brindar apoyo inmediato a nuestros estudiantes para que puedan mejorar su rendimiento académico.

Tu asistencia es muy importante.

¡Participa!



Primer encuentro de ecología "Biodiversidad e impacto ambiental"

El equilibrio ecológico, tarea de todos

Con los objetivos de recordar la importancia de la Naturaleza en nuestra vida, dar a conocer la problemática que enfrenta el medio ambiente por causas antropogénicas, así como valorar nuestro entorno y crear una conciencia de responsabilidad de nuestras acciones que afectan a la ecología, los pasados 4 y 5 de marzo se realizó el Primer encuentro de ecología "Biodiversidad e impacto ambiental" en nuestro Plantel, donde el cuidado del medio y la conciencia juvenil se dieron la mano.

Durante la inauguración de este evento se contó con la presencia de Edith Jardón Flores y Tomás Nepomuceno Serrano, secretaria General y Técnico del Siladin, respectivamente, así como de Arturo Delgado González, director del Plantel, quien comentó que este congreso abre ventanas de conocimiento sobre temas que desconocemos, por ejemplo, el impacto específico que tienen las actividades humanas en los ecosistemas y sus implicaciones económicas y éticas.

Delgado González afirmó que con este tipo de actividades, los alumnos valoran la necesidad de conservar la biodiversidad e implementar acciones concretas para ello, además de que se vincula con los contenidos de las asignaturas de Biología II y IV, lo cual refuerza el modelo pedagógico de nuestro Colegio.

Durante la conferencia inaugural, "Herramientas genéticas para la conservación de la vida marina", impartida por la Maestra en Ciencias Nadia Sandoval Laurrabaquio Alvarado, se profundizó en el impacto que la intervención de los seres humanos ha tenido en los ambientes marinos y en las poblaciones acuáticas, específicamente en los tiburones.

La investigadora del Instituto de Ciencias del Mar y Limnología de la UNAM, comentó que vivimos en un mundo cubierto por agua marina con una enorme variedad de especies. Nuestro país se distingue por una enorme biodiversidad en nuestros mares, ríos y lagos, y conlleva la responsabilidad de conservarla porque también por representar una fuente de ingresos por conceptos como pesca y ecoturismo.

Para mantener el equilibrio ecológico es necesario conocer los hábitos alimenticios, migratorios y reproductivos de las diferentes especies. Para ello, la Universidad cuenta, además de sus distintitos institutos y unidades de investigación, con dos buques oceanográficos, "El Puma" y "Justo Sierra", para identificar los recursos biológicos, geológicos, físicos y químicos con los que se cuentan.

Para ejemplificar el impacto ambiental sobre las diversas especies marinas, Nadia Sandoval comentó que la población de tiburones se ha reducido, en ciertos casos, hasta en un 90%. "Los principales factores han sido la caza indiscriminada y la degradación de sus hábitats, pero incluso afecta lo cultural; por ejemplo, en China se les mata sólo para quitarles sus aletas pues se les considera un manjar y se desperdicia lo demás del escualo".

Al ahondar sobre las características vitales del tiburón, la investigadora comentó que se utilizan tres herramientas para conocer sus hábitos. En primer lugar, el "marcaje", donde se les coloca un aparato para rastrear, ya sea vía satelital o acústica, sus desplazamientos e identificar sus movimientos migratorios. También se usan los datos pesqueros, para saber que especies se ubican en cada localidad y calcular su número. Por último, se aplican las herramientas genéticas.

"Por medio del análisis genético nuclear y mitocondrial, podemos determinar las regiones donde viven, su taxonomía para diferenciar especies y no confundirlas. Asimismo, se determina la paternidad múltiple, es decir, si las crías de una misma camada tienen distintos padres, así como su filopatría, es decir, la tendencia de un individuo de regresar a la misma zona ya sea con fines reproductivos o



Nadia Sandoval Laurrabaquio Alvarado



alimenticios".

Al finalizar su disertación, la ponente afirmó que los estudios científicos son fundamentales para la conservación del medio ambiente, e invitó a los jóvenes a acercarse a estas áreas del saber para poner "su granito de arena" en esta labor.

Exposición itinerante "Coltán"

A partir de una pregunta ¿qué es el coltán y cómo nos afecta?, y como parte del Primer encuentro de ecología, se presentó la muestra itinerante sobre este producto en la cual, por medio de cinco mantas, se explicó la importancia de este poco conocido material pero fundamental en nuestra vida diaria.

El coltán está compuesto de dos metales, columbita y tántalo, éste último usado para fabricar los condensadores utilizados en computadoras, celulares, MP3, satélites, cámaras, videojuegos, industria aeronáutica, GPS, cohetes, entre otras aplicaciones, lo que lo convierte en materia prima con gran valor económico en el mercado.

Su producción se concentra en la República Democrática del Congo, con un 80% de la extracción mundial, y al ser un material muy codiciado, ha provocado que grupos guerrilleros intenten controlar su producción y distribución, con consecuencias como guerra civil y violencia, condiciones de trabajo cercanas al esclavismo, explotación infantil en las minas y deforestación de la selva con la subsecuente pérdida de especies vegetales y animales.

En México, el consumo de tecnología que contiene coltán es muy alto. Se calcula que nuestro país es el segundo en uso de aparatos electrónicos en América Latina, lo que aunado al poco hábito del reciclaje, deriva en una enorme generación de desperdicios tecnológicos y contaminación de suelos, agua y aire por los metales tóxicos que contienen.

Asimismo, implica pérdidas económicas por cambiar equipos en buen estado o no reciclarlos. Según estudios, si se reciclaran 6 mil celulares sin batería se obtendrían 200 mil pesos por sus minerales. Así, al presentar los efectos del uso del coltán, se mostró un panorama de nuestra responsabilidad con el cuidado del medio ambiente.

Cabe destacar que este primer encuentro fue organizado por los profesores Blanca Estela Sandoval Miranda, Eva Cristina Ramírez Aguilar, Hugo Jesús Olvera García, Patrocinio Becerril Vidal y Aldo Nicolás Arenas García, con el apoyo de la asociación civil "Raíz Cristal", e incluyó conferencias como "¿Por qué son tan fascinantes las orquídeas?", "Servicios ambientales en nuestro país" y "¿Cómo medir el impacto ambiental individual", entre otras temáticas. 

- 1) Usa responsablemente tus aparatos electrónicos, cuídalos, dónalos, recíclalos.
- 2) No permitas que las baterías lleguen a cero.
- 3) Cambia las baterías, no los aparatos. Utilízalos hasta que terminen su vida útil.
- 4) Adquiere aparatos de acuerdo a tus necesidades y no por moda, que sean ecológicos y éticos.
- 5) No cambies tu celular cada año, sino cuando realmente lo requieras.
- 6) Utiliza medios de entretenimiento que no sean electrónicos.



En nuestro país se generan aproximadamente 300 mil toneladas de basura electrónica al año, que equivale a llenar 8 veces el estadio Azteca



THRICE TOLD TALES

Por: Manuel López Segundo

Ejercita el manejo del idioma inglés, a través de relatos, crónicas, reseñas, cuentos o narraciones, escritos por el profesor Manuel López, del Departamento de Inglés, quien compartirá contigo una nueva forma de acercarte a esta lengua, a través de nuestro medio impreso *Oriente Informa*

A weekend at the book fair

Bosses do not care if there is a very important presentation for you at the book fair. That is why I could not be off work fifteen minutes early last Saturday, as I had planned, so I could bet on time to the presentation of the book called *Señas particulares*, by Josefina Estrada. Fortunately it started fifteen minutes late. But alas, cruel destiny did not allow me to go to any more presentations, since my girlfriend and I had plans for the rest of the day.

She got half an hour late. I could not help but think I could have spent that time looking at more books. I told her she could make it up to me if we went to the book fair together the next day. She could not say no to that.

I waited like twenty minutes, but she did not show up. The plan was to attend a presentation of a new translation of Shakespeare sonnets, and to a lecture by author Cristina Pacheco. The clock kept ticking and she did not show up. More because my pride was hurt than because I was eager to read the sonnets, I went to Palacio de Minería building. Alfredo Michel Modenessi, a former professor of mine, was among the presenters of the

book. Due to my delay I could not listen to his lecture. I ran to Ms. Pacheco's lecture. Many people were there to hear her. She raised an important question ¿What do writers write for? At the end of her talk. Ms. Pacheco signed books to whomever requested it to her.

It was two o'clock. I was hungry. I went out of the building and crossed the street towards Sanborn's restaurant, because near the entrance there is a lady who sells delicious quesadillas and tlacoyos. After having a mushrooms and a chicharrón, quesadillas, y felt like walking through the fair without a rush. I fought bravely against the temptation to spend my hard-earned money in books, but I lost. I bought the complete short stories by Onetti and the complete narrative by Arreola.

I went up to the second floor and I still could see Cristina Pacheco signing books! I did not wait a second. I bought her book *Limpios de todo amor* and stood in line. When I finally got to meet Ms. Pacheco, I felt I had to say something. "How patient you are!" I said clumsily. Her answer was this: "What a joy is to have the oppor-

tunity to be face to face, even if it's only once in a lifetime." And she shook my hand.

I left the place feeling I had to tell somebody about this day. I suspect my now ex-girlfriend does not want to hear it. As usual, she got angry because I did not wait for her. So I decided to write it down. I think this is the whole point of writing. It is the need to share an experience in life, a piece of one's mind, sharing that idea with more people than just our friends. This is my humble attempt to answer your question, Ms. Pacheco. 

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
PLANTEL ORIENTE

Le invita al HOMENAJE PÓSTUMO del
DR. CUAUHTÉMOC CHÁVEZ ZAVALETA



(1963-2015)

Miércoles 11 de marzo del 2015
Sala 2 de Audiovisual, 13:00 horas.

"Hasta siempre..."



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
DIRECCIÓN GENERAL DE SERVICIOS MÉDICOS
DIRECCIÓN DE ATENCIÓN MÉDICA
ARTÍCULO DE PROMOCIÓN PARA LA SALUD



Alcoholismo. Nociones y consecuencias (primera parte)

El alcohol es la droga de mayor consumo en el mundo y constituye el principal problema de adicción en nuestro país, ya que el individuo que abusa de su ingestión, desarrolla la dependencia.

El concepto de alcoholismo engloba tanto la conducta adictiva al alcohol como el conjunto de problemas o trastornos somáticos y psicológicos provocados por el uso / abuso y dependencia del alcohol

Se considera uno de los tóxicos que acompañan a y a veces destruyen el entorno bio-psico-social del individuo y su propia vida, la adicción al alcohol es un problema socio-económico, de salud pública y salud física de primera magnitud, el cual no se debe soslayar.

El alcoholismo es una enfermedad crónica que padece toda persona que ha perdido toda la libertad de beber, perjudicándose así misma y al entorno social en que se desarrolla; la OMS la define como toxicomanía en base a: 1) Una inevitable compulsión por consumir alcohol y de consumirlo por cualquier medio, 2) Una tendencia a aumentar la cuantía del consumo (tolerancia), y 3) Una dependencia psíquica y orgánica (síndrome de abstinencia, cruda o resaca, etc.).

Su consumo se debe en parte a la actitud social y cultural de determinados

ambientes, aunado a su bajo precio y una excesiva publicidad no controlada, que invita a su ingesta.

En un estudio realizado en la Ciudad de México se concluyó que el 46% de los hombres y el 19% de las mujeres podían clasificarse como bebedores moderados; en tanto que el 12% de los hombres mayores de 18 años fueron definidos como bebedores compulsivos; el 5.9% cumplió con el criterio de dependencia; aunque en los últimos años el alcoholismo femenino ha ido incrementándose. Un 10% de los alcohólicos ocultan su enfermedad o no tienen conciencia de ella. Tres de cada diez varones y una de cada diez mujeres internadas en hospitales de tercer nivel tienen problemas relacionados con el alcoholismo.

La química del alcohol le afecta a casi todo tipo de célula en el organismo, incluyendo aquellas del sistema nervioso central. En el cerebro, interactúa con centros responsables del placer y de otras sensaciones deseables; después de una exposición prolongada, el cerebro se adapta a los cambios que produce el alcohol y se vuelve dependiente de él.

Se entiende por abuso del alcohol toda forma de consumo (en modo, cantidad y frecuencia) que produce trastornos físicos, psicológicos o disfunción en las relaciones interpersonales en la esfera familiar, social o laboral.

El alcoholismo es causa atribuible al 30% de los accidentes, al 20% de los actos delictivos y

al 85% de los casos de malos tratos infantiles.

Detección del alcoholismo

Se dispone de diversas pruebas de laboratorio que, aun siendo inespecíficas, sirven para establecer una alta sospecha o detectar un posible caso de alcoholismo.

La determinación del alcohol en sangre, aunque no es útil como indicador de dependencia, un valor de alcoholemia por encima de 80mg/dl pone de manifiesto un consumo excesivo, mientras que valores superiores a los 150mg/dl tienen valor diagnóstico.

El riesgo para el alcoholismo en los hijos de padres alcohólicos es de un 25%. En estudios, los hombres jóvenes con padres alcohólicos respondieron al alcohol de una manera diferente que las personas sin una historia familiar; presentaron menos signos de embriaguez. En otras palabras, toleraron mejor la ingesta. Expertos sugieren que tales personas pueden heredar una falta de aquellas señales de advertencia que hacen que otras personas dejen de beber.

Es importante destacar que, hereditario o no, las personas con alcoholismo todavía son moralmente responsables de sus propias acciones.

Las personas con antecedentes familiares de alcoholismo tienen mayor probabilidad de empezar a beber antes de la edad de 20 años y de volverse alcohólicas. Cualquier persona que comienza a beber en la adolescencia está en mayor riesgo.

Bebiendo temprano también aumenta el riesgo para el

abuso de drogas e infecciones de transmisión sexual y VIH.

El alcoholismo puede matar en muchas maneras diferentes. En total, reduce la esperanza de vida por 10 a 12 años. Entre más temprano una persona comienza a beber grandes cantidades de alcohol, mayores serán sus perspectivas de desarrollar posteriormente grandes enfermedades.

Sobredosis: El alcohol es una droga y las personas que abusan de él pueden fallecer. Esto es un peligro específico para los adolescentes que pretenden impresionar a los amigos demostrando una gran capacidad para la ingesta de las bebidas; preponderantemente en aquellos que ignoran los efectos y los riesgos a que están expuestos.

Accidentes y Violencia: El alcohol juega un papel importante en más de la mitad de los accidentes mortales por automotores; también aumenta el riesgo para sufrir lesiones accidentales. Un estudio de pacientes en una sala de urgencias de un hospital anglosajón informó que el 47% de las personas que fueron admitidas por lesiones resultaron positivas para la prueba de alcohol en sangre y de éstas, el 35% se encontraban intoxicadas. Esta adicción se encuentra como diagnóstico primario en todos los suicidas, y el alcohol se implica en el 67% de todos los homicidios. 

Arturo Kemchs
Malsano
Presentación de libro
en el Plantel Oriente



Miércoles 11 de marzo
a las 11:00 y 17:00 hrs.
Sala 1 de Audiovisual
Pablo González Casanoanova



Defensoría de los Derechos Universitarios
Estamos para atenderte, orientarte e intervenir a favor de los derechos universitarios de estudiantes y personal académico.



www.ddu.unam.mx
ddu@unam.mx

Teléfonos: 5622-6220 y 21, 5528-7481
Horario de atención
Lunes a viernes
9:00 a 15:00 y 17:00 a 20:00 hrs.

¡AYÚDANOS A ELEGIR A LAS NUEVAS ADQUISICIONES DE NUESTRA BIBLIOTECA!

La biblioteca "Guillermo Haro" te invita a participar en las exposiciones bibliográficas del Plantel Oriente, organizadas por la Coordinación de Bibliotecas del Colegio de Ciencias y Humanidades, con el propósito de generar propuestas que permitan seleccionar los títulos de nuevas adquisiciones que actualicen el acervo y, sobre todo, apoyen a los diferentes programas del Plan de Estudios del Colegio.



Las fechas y lugares de las exposiciones son las siguientes:

FECHA	LUGAR
10 Y 11 DE MARZO	ENTRE LOS EDIFICIOS N Y O
25 Y 26 DE MARZO	ENTRE LOS EDIFICIOS N Y O
9 Y 10 DE ABRIL	EL 9 ENTRE LOS EDIFICIOS N Y O
	EL 10 EN LA EXPLANADA DEL PLANTEL
22 Y 23 DE ABRIL	EXPLANADA DEL PLANTEL
7 Y 8 DE MAYO	ENTRE LOS EDIFICIOS N Y O

Para las propuestas de la comunidad, cada editorial tendrá papeletas donde se tendrá que anotar el autor, título, editorial, área de estudio, la materia y el nombre del solicitante.

El horario de cada una de las exposiciones, será de 10:00 a 17:00 horas.

Para mayor información, acudir a la Coordinación de la Biblioteca.



PSICORIENTA

Julia Gaspar Martínez
Departamento de Psicopedagogía

¿Estrella de rock'n roll o presidente de la nación?*

¿Recuerdas aquella pregunta sobre "qué vas a hacer cuando seas grande"? ¿Te das cuenta que vuelve a ti en esta etapa de tu vida? Seguramente las sensaciones e ideas de hace años no son las mismas que ahora experimentas. Probablemente, en aquel entonces, tenías más respuestas que ahora, era fácil decir "quiero ser doctor (a), veterinaria, maestro, arquitecta, cantante" y la emoción ante tantas posibilidades te permitía "verte" convertido en ese profesional exitoso. ¿Qué sucede ahora?, ¿ya tienes la respuesta? ¿Qué te hace falta para definir tu vocación para los próximos años?



decidir esto o aquello, también es necesario actuar en consecuencia. Por ejemplo, si me decido por la carrera de Psicología, ahora tendré que conducir todas mis acciones para conseguir un buen promedio, aprobar las materias que adeudo, prepararme en ciertas habilidades, estudiar y adquirir algunos conocimientos a través de las materias básicas para la carrera. Estamos hablando de que es necesario elaborar un *plan de acción*, que me conduzca al logro de mi meta, derivada de mi decisión.

Una de las diferencias entre responder a los cinco años, que ahora a tus 16, 17 o 18, es que en esta ocasión sí asumirás la **responsabilidad** que implica "tomar una decisión", y decidir sobre tu futuro profesional no significa hacerlo hoy y ahora, así "en frío". Tomar este tipo de medidas requiere un proceso, en el que intervienen diferentes componentes, factores y etapas.

Este proceso atraviesa por varias etapas en las que se ven involucrados pensamientos, ideas, sentimientos y emociones. Primero, es necesario *conocer*, es decir, buscar información sobre las alternativas, *seleccionar* aquellas de mayor interés para ti, *comparar* sus ventajas y desventajas; *valorar y analizarlas* a partir de lo que esperas y quieres, de tus habilidades y posibilidades; *tomar la decisión* y evaluar los resultados o consecuencias de esa decisión.

Para elegir una decisión primero debes enterarte de las opciones. Por ejemplo, si elegirás carrera, te recomendamos conocer las opciones que se ofrecen a nivel superior dentro o fuera de la UNAM. (Actualmente la UNAM cuenta con 112 carreras). Si debes de decidir qué materias seleccionar para quinto y sexto semestres, es recomendable conocer las 23 materias que se ofrecen para elegir y cursarlas en 5° y 6° semestres.

No es lo mismo decidir sin elementos, lo cual te hará sentir inseguro, temeroso, inquieto ante el posible fracaso; que asumir una decisión cuando te has informado, has preguntado, comparado y analizado. Esta experiencia te permitirá estar más seguro y confiado de tu decisión (no siempre es posible tener la certeza de que será 100% exitoso).

Tomar decisiones nos llevará a conseguir metas y lograr objetivos de vida, por lo tanto no sólo se trata de

Como puedes darte cuenta, asumir un compromiso que definen tu vida, no es sencillo, sobre todo cuando eres tú quien asumirá las consecuencias de ello, y como todo aprendizaje en la vida, requiere de práctica y confianza. Este tipo de decisiones también forman parte de tu proceso de autonomía e independencia, así que valora tu tiempo, dale la importancia que tiene y ponte en acción.

Vuelvo a preguntar... ¿Nene, nene, qué vas a hacer, ahora que eres grande?

Si requieres orientación y apoyo para tomar decisiones en el área escolar, profesional o personal, te esperamos en el Departamento de Psicopedagogía. 

Material de curso:

Cabrera, G. 2014. Manual del curso para el facilitador. Habilidades para la toma de decisiones. UNAM-DGOSE

Canción:

*Mateos, Miguel. "Cuando seas grande". Solos en América. 1986.



Coloquio Regional Estudiantil Escritura Académica en el Bachillerato

Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Oriente
25 y 26 de mayo de 2015

Objetivo general

Propiciar un balance crítico y reflexivo sobre la enseñanza y aprendizaje de la escritura académica en el bachillerato para valorar las perspectivas de una formación integral que sustente las competencias comunicativas y cognitivas de los estudiantes.

Organizan los profesores:

- Miguel Ángel Pulido Martínez
- Jorge Galindo González
- Francisco Javier Gómez Castañeda
- Alfredo Enríquez Gutiérrez
- Eduardo Juan Escamilla

Inscripciones e informes:
coloquioescritura@hotmail.com

Cupo limitado

Ejes temáticos:

- Prácticas docente y escritura académica
- Proyectos para el apoyo de la escritura académica
- Estrategias para la enseñanza y aprendizaje de la escritura académica
- Productos escritos generados por los alumnos
- La escritura académica como apropiación de las retóricas disciplinarias.

Evento auspiciado por la DGAPA-UNAM, a través de Proyecto INFOCAB PB 403314
Intercambio Académico Estudiantil
Importancia de la Escritura Académica en el Bachillerato