

Comunidad Vallejo

Órgano Informativo del Plantel Vallejo



Vida en el CCH



Ciudad de México a 1 de junio de 2020

Número 350



<http://cch-vallejo.unam.mx/comunidad/>



@CCHVallejo_Ofi



cch_vallejo



comunidad.vallejo@cch.unam.mx

EDITORIAL

Un plantel que no se detiene

A lo largo de once semanas de trabajo a distancia, el plantel Vallejo sigue adelante con su tarea principal, educar a cientos de jóvenes universitarios, lo que significa la oportuna atención a nuestra comunidad: alumnos, profesores y trabajadores.

Así tenemos que, ante la preocupación de los alumnos de establecer contacto con sus profesores, se instrumentó y publicó en las redes sociales oficiales del plantel a partir del 28 de marzo, un formulario en donde los estudiantes señalaron los nombres de sus maestros. Se recibieron más de 600 solicitudes, algunos de ellos repetidos por el número de grupos que atienden. A todos se les habló y se les solicitó continuar con sus actividades a la distancia.

Por su parte, a través de la plataforma Microsoft TEAMS, a la cual tienen acceso alumnos y académicos por medio de su correo institucional, fueron cargados todos los grupos, para lograr que alumnos y profesores lograran estar comunicados por esa vía, siempre y cuando fuera la opción utilizada. Posteriormente, los tutores y asesores también fueron incorporados a esta plataforma.

Asimismo, en la primera semana de mayo se contactó nuevamente a los profesores vía telefónica, esta vez, para

conocer la situación con sus grupos y saber un número aproximado de alumnos que no habían establecido contacto con ellos. La semana pasada, se realizó una tercera ronda de llamadas telefónicas, tratando en todo momento conocer las particularidades por las que atraviesan académicos y estudiantes.

Pero no solo se han atendido a profesores y alumnos, también nuestras instalaciones requieren de atención y seguridad, de tal suerte que se sanitizaron áreas comunes para seguridad de quienes realizan guardias las 24 horas del día al interior, así como del personal académico y administrativo que acuden quincenalmente por su pago de nómina correspondiente.

Los más de 100 ejemplares que viven en nuestro acuario, requieren atención, alimento y limpieza, tareas que no se han dejado de hacer desde el inicio de la pandemia. Muestra de ello son las imágenes de nuestra portada.

Nuestro plantel sigue vivo, su comunidad sigue adelante con sus proyectos de enseñanza y aprendizaje, con su capacidad para reinventarse. Todas y todos son importantes para que este proyecto educativo siga siendo exitoso, en beneficio de todas y todos quienes lo conforman.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Dr. Enrique Luis Graue Wiechers
RECTOR
Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
SECRETARIO GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Dr. Benjamín Barajas Sánchez
DIRECTOR GENERAL
Mtra. Silvia Velasco Ruíz
SECRETARIO GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES VALLEJO

Maricela González Delgado
DIRECTORA
Manuel Odilón Gómez Castillo
SECRETARIO GENERAL
Rubén Juventino León Gómez
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
María Xóchitl Megchún Trejo
SECRETARIA ACADÉMICA
Carlos Ortega Ambríz
SECRETARIO DOCENTE
Armando Segura Morales
SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
Rocío Sánchez Sánchez
SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE
Roberto Escobar Saucedo
SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN



COMUNIDAD VALLEJO

Lic. César Alonso García Huitrón
JEFE DE INFORMACIÓN
Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera
Mtra. Elena Edith Hernández González
Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo
REPORTEROS Y FOTÓGRAFOS
Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada
DISEÑO Y MAQUETACIÓN
Adrián Enríquez
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

Comunidad Vallejo es publicada por el Departamento de Información del plantel Vallejo, planta alta de la Biblioteca.

Teléfono: 5097 . 2146. Av. Eje Central esquina Fortuna, Col. Magdalena de las Salinas Alcaldía Gustavo A. Madero.

Impresa en el Departamento de Impresiones del plantel Vallejo. Distribución gratuita. **Número 350.**

Más de 200 ejemplares son cuidados en esta cuarentena

Mariela Rosales, encargada del espacio mantiene una rutina de cuidado para los especímenes que alberga el acuario

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Acuario en contingencia

Mientras en el plantel las aulas y oficinas han quedado vacías, hay un espacio que ha seguido activo, el Acuario del plantel Vallejo que alberga casi 200 ejemplares de alrededor de 20 especies distintas entre tortugas de orejas rojas, tortugas casquito, ranas albinas, pejelagartos, tilapias, carpas, peces japoneses, peces espada, además de cultivos de tenebrio y lombriz de tierra que sirven de alimento para los casi 120 ajolotes que se

encuentran en custodia.

Todos estos animales, requieren de constante vigilancia, limpieza y alimentación; en condiciones normales los alumnos apoyan de forma voluntaria en algunas de estas actividades, sin embargo, ante la medida de quedarse en casa, esta labor ha sido tomada en su totalidad por la profesora Mariela Rosales Peña, quien es la responsable del acuario.

La profesora ha asistido sin falta por lo menos dos veces por semana “es



/ Foto: Jessica Abigail Hernández Rivera

una gran responsabilidad porque son organismos vivos, hemos trabajado mucho en esto, esta contingencia no nos puede parar mientras sigamos las indicaciones sanitarias”, “tengo el apoyo del Secretario Técnico del SILADIN, así como de los profesores al frente a los laboratorios CREA y LACE, quienes en el momento en el que yo no pueda ir al acuario están en toda la disposición de apoyarme”.

La labor no es sencilla pues es primordial verificar la calidad del agua de las 5 peceras de exhibición de los peces y de las ranas albinas; en el caso de los peces el cambio parcial de agua se realiza una vez por semana, además de poner químicos como el Pentabiocare que neutraliza los metales pesados, elimina el cloro y disminuye la concentración de amonio/amoniaco que se forma en el agua por efecto del metabolismo de los peces.

Los ajolotes y las tortugas son las que más trabajo requieren, pues en el estanque de las tortugas es necesario hacer un cambio de agua que en muchas ocasiones tiene que repetirse hasta que esté clara y el olor se desvanezca, ya que al alimentarlas de charal vivo, croqueta y peces secos, se ensucia fácilmente.

En el caso de los ajolotes, la mayoría han sido colocados en finas que también requieren mantenimiento



/ Foto: Jessica Abigail Hernández Rivera



/ Foto: Jessica Abigail Hernández Rivera

en cada ocasión, "a pesar de que les colocamos un filtro de caja, hay que sacar y limpiar el filtro y hacer el recambio de agua parcial o total" cuenta la profesora.

Si bien gran parte del alimento que consumen las especies del acuario se compra, también se hace cultivo a pequeña escala de un insecto llamado Tenebrio que en su fase de larva sirve de alimento al ajolote, así como de lombriz con la misma finalidad, en ambos casos también necesitan ser vigilados; todo esto implica una jornada larga de trabajo, "los días que voy trato de hacer lo mejor posible me llevo prácticamente todo el día porque en oca-

siones primero voy a comprar el alimento y después llego al plantel alrededor del mediodía y me retiro después de las ocho de la noche".

Sin embargo, la parte académica tampoco para, pues tanto la profesora Mariela como el profesor Roberto Escobar, Secretario

Técnico del SILADIN siguen trabajando con alumnos a distancia en proyectos como la elaboración de un catálogo de fichas técnicas de los especímenes en el acuario que se detallará en próximos semestres, con la idea de cumplir con el compromiso de invitar a los jóvenes a este espacio para participar en investigaciones escolares, en las que "más allá de un reconocimiento los alumnos se lleven muchos aprendizajes de conocimiento teórico, de habilidades y de valores como: constancia, responsabilidad, pensamiento crítico y autonomía" ✓



/ Foto: Jessica Abigail Hernández Rivera

Pase Reglamentado



A los alumnos del CCH que concluyen el bachillerato, así como quienes ya concluyeron y aún no hayan ingresado a una licenciatura, se les informa que el registro del Pase Reglamentado para ingresar a la Licenciatura será por Internet desde el 3 de junio a las 12:00 horas, hasta el 14 de junio de 2020. Será conforme lo siguiente: "

Atender cada uno de los trámites establecidos, en las fechas que marca esta Convocatoria.



Realizar el registro de Pase Reglamentado solicitud de vía Internet en la página www.escolar.unam.mx, a partir de las 12:00 horas del 3 y hasta las 23:59 horas del 14 de junio de 2020.

En esta etapa del proceso, anotarás las carreras de tu preferencia, como tu primera y segunda opción.



Realizar el examen diagnóstico de inglés en línea, llenar la hoja de datos estadísticos y responder la pregunta sobre discapacidad.



Revisar tu diagnóstico académico del 2 al 6 de septiembre de 2020 en la página www.escolar.unam.mx y verificar que has concluido totalmente el bachillerato conforme al plan de estudios correspondiente.



Si registras una carrera con Prerrequisitos o de Ingreso Indirecto, deberás cumplir con los requisitos establecidos en el plan de estudios de la licenciatura.



Si en tu primera y/o segunda opción registras una carrera que se imparte en la modalidad a Distancia del Sistema Universidad Abierta y Educación a Distancia [SUAYED], deberás cursar y aprobar satisfactoriamente el Programa de Apoyo al Ingreso [PAI] diseñado ex-profeso por la Coordinación de Universidad Abierta y Educación a Distancia [CUAED] de la UNAM para las carreras que se imparten en la modalidad a Distancia, el cual se realizará vía Internet del 27 de julio al 23 de agosto de 2020, en: <https://pai.cuaed.unam.mx/> Los resultados del Programa de Apoyo al Ingreso [PAI] se publicarán en: <https://pai.cuaed.unam.mx/> el 28 de agosto de 2020.



Consultar el resultado de tu solicitud de Pase Reglamentado el 9 de septiembre de 2020 al acceder a TU SITIO en la página: www.escolar.unam.mx



Obtener tu documentación de ingreso del 9 al 13 de septiembre de 2020 al acceder a TU SITIO en la página: www.escolar.unam.mx



Para más información visita www.cch.unam.mx o en la siguiente liga <https://www.dgae.unam.mx/Pase2020/>



Entrevista con la profesora Delia Aguilar Gámez

“Tenemos la responsabilidad de tener cerca a los alumnos”



Yo los escucho sobre cómo anda su carga de trabajo, la idea es que todos nos conjuntemos y acordemos la hora y el día para vernos”

“No somos solo maestros de asignaturas, también somos maestros formadores de jóvenes, son seres humanos que debemos apoyar en esta etapa”

ELENA E. HERNÁNDEZ G.
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Durante este periodo de confinamiento, los profesores del plantel Vallejo no han parado de realizar las actividades propias de su profesión, para ello se han tenido que adecuar y utilizar las herramientas que el Colegio les ha ofrecido, sobre esta labor emergente, Delia Aguilar Gámez, quien imparte la asignatura de Química II señala que para ella es muy importante poder ver a los alumnos y

continuar con sus actividades a la distancia.

Para lograrlo, usa la plataforma Teams de Microsoft que el Colegio ha puesto a disposición de los profesores para utilizarla, así como la herramienta de videoconferencias Zoom, “yo los escucho sobre cómo anda su carga de trabajo, la idea es que todos nos

conjuntemos y acordemos la hora y el día para vernos”, explica la académica, quien atiende tres grupos en una o dos sesiones de una hora por semana, “al iniciar la clase yo doy una explicación, después les pongo una actividad, la idea es que rescatemos un poco el tema que les estoy comentando y

algunas adicionales para que busquen información”.

Lo anterior se dio gracias a que tuvo la oportunidad de tomar el curso de Teams, con lo cual “he podido hacer presentaciones y materiales didácticos en el Sway, (programa de la misma plataforma de Teams), desde ahí se puede



mandar la tarea con toda la presentación animada; puedo poner videos y modificar; a los alumnos les llega directamente a su correo donde me las regresan; puedo revisar una por una y devolver observaciones”.

Para Aguilar Gámez, trabajar con Teams ha sido una experiencia enriquecedora, “ha sido muy padre porque yo les he dado opciones de trabajo: cuestionarios, videos, audio, pueden hacerlo de la forma

que ellos quieran. De esta manera es interesante ver cómo se graban, o incluso utilizan podcast”. Además, comenta que la respuesta de los jóvenes ha sido muy buena, “están esperando el día de la clase.

A veces repito la clase para algunos que no pudieron estar”. Incluso comenta que en ocasiones les ha dado la clase a alumnos que no son suyos.

Delia Aguilar manifiesta estar contenta por esta respuesta: el

“

los maestros tenemos la responsabilidad de tenerlos cerca”

85 o 90 por ciento de sus alumnos tienen internet y sí se comunican, aunque a algunos les ha faltado entrenarlos en usar la herramienta y el correo institucional.

Al finalizar las sesiones, siempre busca motivarlos y alentarlos. Gracias a todo el trabajo que ha hecho, ha logrado organizar a los alumnos para que participen ordenadamente, se comprometan y trabajen, como resultado, alumnos que antes eran callados, ahora participan más en clase, relata la académica.

Por otro lado, reflexiona y señala que el trabajo virtual no va a reemplazar el presencial, por lo menos en su materia, “hay algo más que tenemos que reflexionar, los maestros tenemos la responsabilidad de tenerlos cerca, más allá de ser maestra de química, yo soy su profesora, su compañera que los acompaña en esta etapa para seguir aprendiendo a ser un buen ser humano, pensando en ellos y apoyándolos”.

Finalmente, Delia Aguilar, recomienda a los profesores que utilicen Teams y piensen en actividades para que los alumnos aprendan, que utilicen materiales caseros con medidas de seguridad, que ellos se graben para que puedan sentir lo más posible la presencia de todos y que puedan observar los fenómenos que suceden. ✓

The screenshot shows a Microsoft Word document titled "MEDICAMENTOS (2)" with the author "ELABORADO POR: CAMPOS MORENO JAZMIN DALAY 222A". The document contains a table with the following content:

Medicamento y forma farmacéutica	Clasificación	Función
Ejemplo: Ibuprofeno (Tabletas)	Antiinflamatorio Antipirético	Previene o disminuye la inflamación de los tejidos
1. ASPIRINA (tableta)	Analgésico	La aspirina se emplea para reducir el dolor, la inflamación (hinchazón) y la fiebre. Los médicos también pueden recetar aspirina a sus pacientes para tratar o prevenir la angina de pecho, los ataques cardíacos, los ataques isquémicos transitorios.
2. TYLENOL (cápsula)	Analgésico Antipirético	Aliviar dolor de cabeza, muscular, artritis y dolor articular.
3. DRAMAMINE (tabletas)	Antiemético	Se usa para tratar o prevenir náusea, vómitos, y mareo asociado con el mareo.



Capturas de pantalla / Cortesía de la profesora



Austria, Singapur, Turquía y Holanda han sido países a los que han viajado

El club de robótica, orgullo del CCH Vallejo

El plantel brinda ventaja a nativos digitales mediante la robótica educativa para desarrollar habilidades en distintas disciplinas.

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
 ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Contacto: Lic. Manuel Odilón Gómez Castillo
 robotica.vallejo@gmail.com,
 robotica.vallejo@cch.unam.mx

Si quieres aprender qué es un robot, cómo armarlo, diseñar tu propio prototipo, ponerlo a prueba, buscar mejoras, competir con tus compañeros, participar en concursos locales, nacionales y hasta internacionales: el club de robótica del plantel es para ti.

Está pensado para desarrollar el interés, la curiosidad y las habilidades de los jóvenes, solucionando problemas con el uso de la computadora, manejo de electrónica, modelación matemática y el uso de la física, entre otras disciplinas, a través del diseño y elaboración de

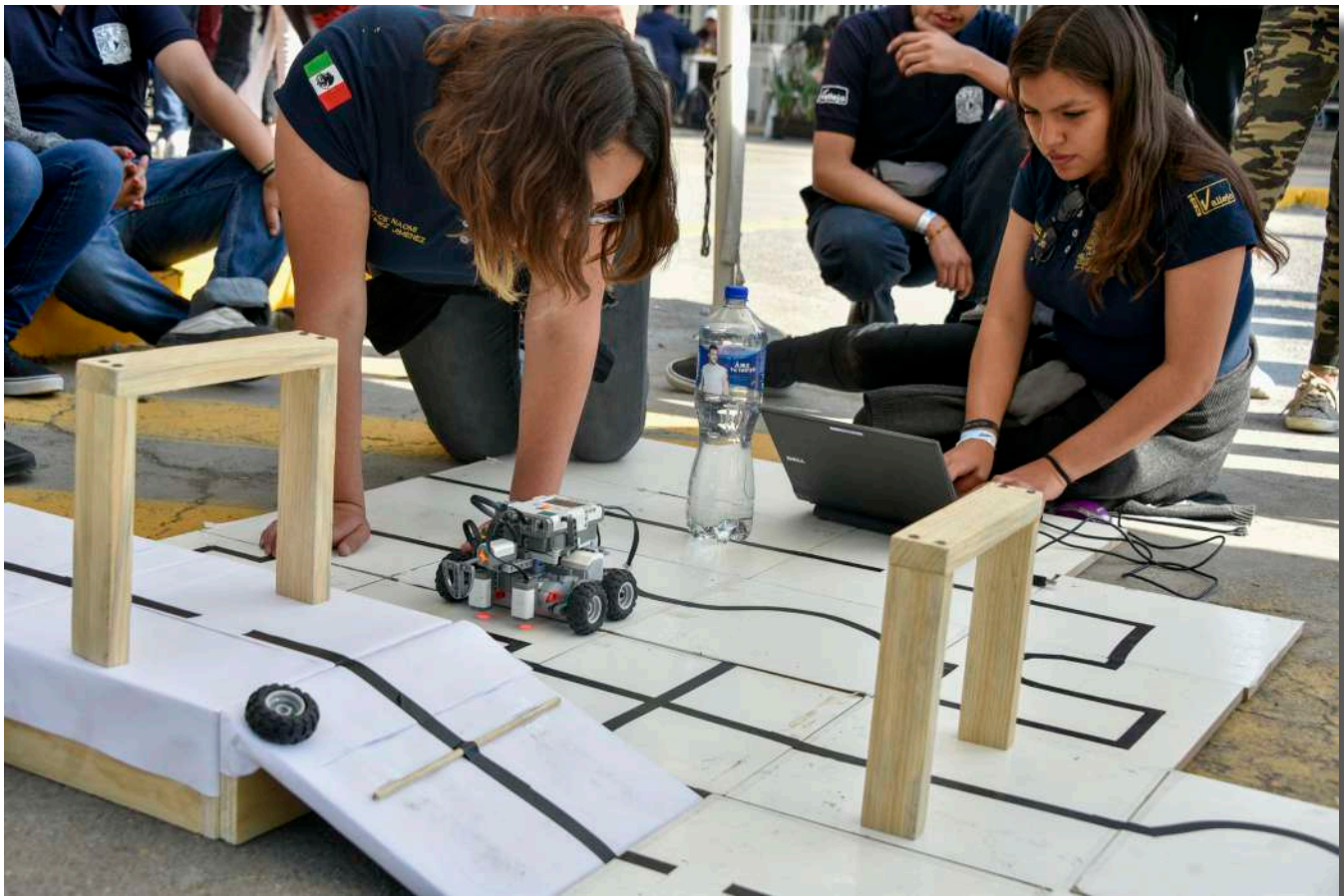
robots en distintas plataformas con propósitos definidos.

El club de Robótica realiza un trabajo gradual, es decir, que aún sin experiencia puedes unirte. Paulatinamente se trabajan habilidades para desarrollar por si mismos dispositivos

con propósitos específicos. Así los alumnos son capaces de resolver una problemática dada a través de un robot creado por ellos; el alumno estudia el problema, ve las posibles soluciones, analiza los materiales que tiene a la mano para de-



Fotos: Cortesía Gaceta CCH



sarrollar el dispositivo que permita resolver el problema de forma autónoma, lo diseña y construye, para al final darle funcionalidad.

El equipo de trabajo lo conforma un grupo de profesores que tienen el objetivo de impulsar la creatividad de los jóvenes a través de diversas actividades como: el estudio de simuladores de robots y robots virtuales, el manejo de plataformas educativas como LEGO y Hi technics, Arduino

y Raspberry Pi, el estudio de electrónica básica, el diseño y creación de dispositivos nuevos con diversos materiales a través del uso de una CNC y una impresora 3D y próximamente la programación con drones y domótica.

Con la finalidad de que los alumnos puedan poner a prueba su trabajo y además de difundir los logros realizados, el club de robótica participa en la organización de pláticas, conferencias y muestras locales, también en eventos como el Simposio de Robótica Educativa o el Pumatron Jr. que es la competencia de robótica del bachillerato de la UNAM.

Los integrantes del club, participan en torneos a nivel nacional e internacional como: el Torneo Mexicano de Robótica (TMR) un evento anual a nivel nacional, organizado por la Federación Mexicana de Robótica, donde compiten Universidades de todo el país. Los ganadores del Torneo Mexicano de Robótica tienen la oportunidad de participar representando a México en el Torneo de Robótica más grande a nivel mundial "Robocup".

En este sentido, Vallejo ha participado en varias ocasiones en este gran evento. Algunos de los torneos internacionales en los que se ha tenido presencia son: Graz, Austria en 2009; Singapur 2010; Estambul, Turquía 2011; México 2012, Eindhoven y en Holanda 2013. ✓

Áreas de conocimiento histórico

- Subárea 1: Historia Universal, antigua y medieval.
- Subárea 2: Historia Universal, moderna y contemporánea.
- Subárea 3: Historia de México, antiguo y colonial.
- Subárea 4: Historia de México, moderno y contemporáneo.



Escolar

- Docencia
- Producción de material didáctico
- Diseño Curricular.
- Capacitación docente.
- Orientación



Comunicación

- Orientación pedagógica en programas educativos de TV y radio.
- Diseño de entornos virtuales de



Cultural

- Diseño e implementación de programas educativos
- ✓ Museos
- ✓ Bibliotecas
- ✓ Teatros
- ✓ Parques
- ✓ Centros



Educación Especial

- Producción de materiales didácticos.
- Terapia de problemas de aprendizaje



ECONOMÍA

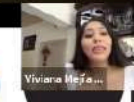
"el estudio del modo en que la sociedad gestiona sus recursos" **Gregory Mankiw**

Enfocada al estudio de la producción, distribución, intercambio y consumo de **bienes y servicios** que satisfacen las necesidades de la sociedad.



QUÍMICA FARMACÉUTICO-BIOLÓGICA

VIVIANA MEJÍA RAMÍREZ
10º semestre



Ciencias de la Comunicación

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, CU



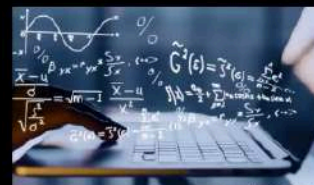
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

SARAI BAÑUELOS, SANDRA BALDERAS



¿QUÉ ES LA INGENIERÍA?

ES LA ACTIVIDAD HUMANA CUYO INTERES ES EL DESARROLLO DE PRODUCTOS TECNOLÓGICOS APLICANDO EL CONOCIMIENTO CIENTÍFICO PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA Y EL BIENESTAR DE LA SOCIEDAD



Ciencia que estudia la estructura de los seres vivos y sus procesos vitales.

Biología



Casi mil alumnos en vivo

Orientación vocacional ¡En Línea!

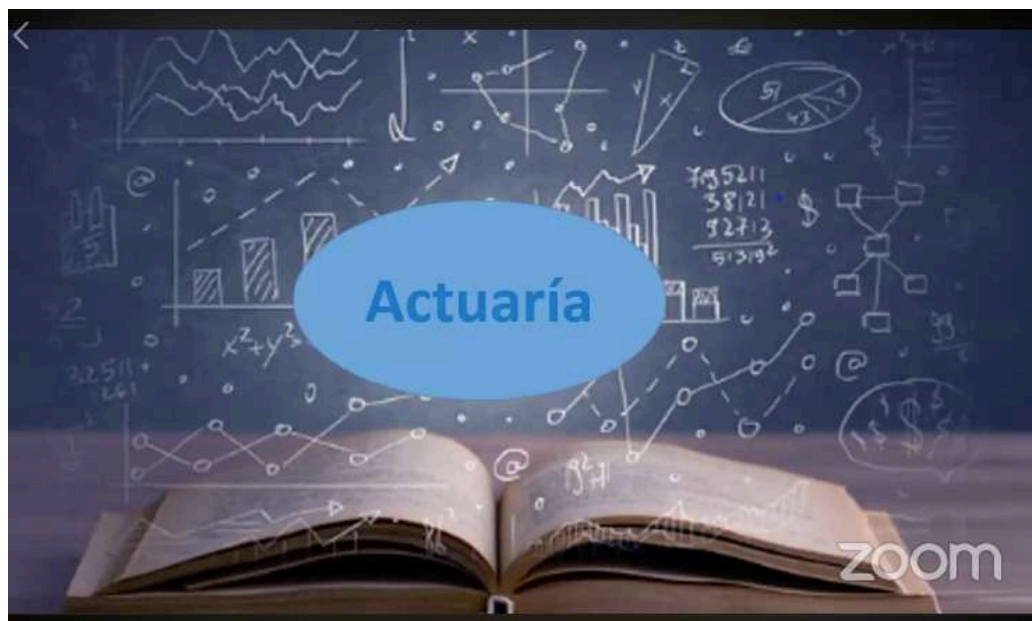
El primer ejercicio totalmente en línea, en donde los alumnos pudieron conocer más sobre las diferentes opciones de licenciaturas que ofrece la Universidad.

ELENA E. HERNÁNDEZ G.
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

de su futuro, se organizó este primer ejercicio totalmente en línea, en donde los alumnos pudieron conocer más sobre las diferentes opciones de licenciaturas que ofrece la Universidad.

“Esta actividad trata de cubrir una de las necesidades de los estudiantes que próximamente tramitarán su Pase Reglamentado y quienes por la contingencia no tuvieron la oportunidad de interactuar con estudiantes de licenciatura en eventos como la jornada El Estudiante Orienta al Estudiante y las Jornadas Universitarias, actividades coordinadas por la Dirección General de Orientación y Atención Educativa DGOAE”, explicó Marisela Calzada Romo, jefa del departamento de Psicopedagogía quien en conjunto con el departamento de Información organizaron esta actividad.

Por medio de transmisiones en Facebook Live, en la cuenta CCH Vallejo OFICIAL; 18 jóvenes egresados del



A través de 18 charlas, desarrolladas en cuatro sesiones durante dos semanas, alumnos de diferentes licenciaturas de la UNAM y egresados del plantel Vallejo, en su mayoría, contaron su experiencia en el nivel superior a través de Facebook Live, pri-

mera jornada de este tipo que se realiza en el plantel Vallejo.

Durante los cuatro días de la Jornada de Orientación Vocacional, Hablemos sobre licenciaturas, 986 alumnos estuvieron siguiendo la transmisión en vivo, y hasta el 28 de mayo, los videos con-

taban con más de 21 mil reproducciones y poco más de 88 mil minutos reproducidos de los mismos.

Debido a la suspensión de actividades presenciales en el plantel, y con el objetivo de no abandonar a los alumnos de sexto semestre en la decisión

Colegio, hablaron de las carreras que cursan: Actuaría, Ciencias de la Computación, Medicina Veterinaria y Zootecnia, entre otras, en donde proporcionaron información como: descripción de la carrera, perfil de ingreso (conocimientos, habilidades e intereses), con qué servicios cuenta el estudiante, principales obstáculos, así como recomendaciones

para favorecer la integración y adaptación a la carrera.

Los estudiantes que siguieron la transmisión expresaron inquietudes entorno a: perfil de ingreso, diferencias entre uno y otro campus en donde se imparten las carreras, el nivel de idioma que requiere la carrera, las diferencias entre unas y otras, por ejemplo, Negocios Internacionales y Relaciones

Internacionales, principales dificultades o retos al iniciar la carrera, promedio que se solicita, especialidades, movilidad estudiantil, material de consulta e introducción a la carrera, posibilidad para hacer una segunda carrera y campo laboral.

En cada sesión se les remitió a la página de la DGOAE, para conocer la oferta académica <http://www.oferta.unam.mx/> de las 129 carreras que imparte la UNAM, además de invitarlos a enviar sus dudas al correo del Departamento de Psicopedagogía del plantel Vallejo psicopedagogia.vallejo@cch.unam.mx, en donde se les puede proporcionar seguimiento e información más personalizada.

Finalmente, Marisela Calzada, señaló que hubo buena recepción del evento, pues profesores y padres de familia también participaron, “mediante el chat se veía que estaban siguiendo la transmisión”, indicó. Asimismo, señaló que gracias a la respuesta obtenida, ocho alumnos de otras carreras se propusieron para participar posteriormente en una segunda jornada. ✓

183 interacciones

ÁREA I. CIENCIAS FÍSICO MATEMÁTICAS Y LAS INGENIERÍAS.		
Ocampo Nava María Fernanda	Actuaría	238 espectadores en vivo 5 mil 100 reproducciones 205 interacciones 16 mil 383 minutos reproducidos
Calzada Martín Yael Antonio	Ciencias de la Computación	
García Adame Oscar Antonio	Ingeniería Eléctrica y Electrónica	
Arreguin Rogel Ángel Mariano	Ingeniería en Computación	
ÁREA II. CIENCIAS BIOLÓGICAS, QUÍMICAS Y DE LA SALUD.		
Rivas Vega Wendy Azeneth	Medicina Veterinaria y Zootecnia	390 espectadores en vivo 6 mil 200 reproducciones 383 interacciones 41 mil 094 minutos reproducidos
Mejía Ramírez Viviana	Química Farmacéutico Biológica	
Calvillo Aguilar Mariana	Biología	
Sapien Morato David	Médico Cirujano	
Balderas Ramos Sandra Arely	Psicología	
ÁREA III. CIENCIAS SOCIALES.		
Romero Montiel Nallely	Administración	256 espectadores en vivo 5 mil 900 reproducciones 183 interacciones 24 mil 816 minutos reproducidos
Otáñez Martínez Carlos	Relaciones Internacionales	
Huerta Vidal José Alberto	Derecho	
Vela Rico Luisa Danae	Ciencia Política y AP	
Flores Delgado Kiara Isabel	Ciencias de la Comunicación	
López Hernández Karina	Economía	
ÁREA IV. HUMANIDADES Y LAS ARTES.		
Terrones Fuentes Pamela	Historia	102 espectadores en vivo 3 mil 800 reproducciones 85 interacciones 6 mil 125 minutos reproducidos
Sánchez Sánchez Denise Karen	Pedagogía	
Romero Tapia Viviana Belén	Lengua y Literaturas Hispánicas	
Rodolfo Zamorano Soberanis	Moderador	

986
espectadores en vivo

21 mil
reproducciones

856
interacciones

88 mil 418
minutos reproducidos



El Programa Emergente de Recuperación de los Cursos Ordinarios

Busca atender a todos aquellos alumnos que no hayan podido realizar sus actividades académicas durante el periodo de cuarentena



Identificación, elegibilidad y solicitud de ingreso al programa

- Serán elegibles aquellos estudiantes que les fue **imposible participar en las actividades académicas a distancia** o por alguna razón no fueron evaluados por el docente.
- En primera instancia serán los docentes **quienes señalen qué estudiantes deberían ser considerados para integrarse.**
- Los estudiantes deberán dar información para conocer acerca de **su actividad académica antes y durante la contingencia sanitaria.** En ese momento, si así lo deciden, **podrán solicitar su incorporación al programa y esperar la resolución a través de las páginas de sus planteles y también en la de la DGCCH.**

Si cumples con los requisitos, puedes solicitar tu registro en el siguiente enlace: psi.cch.unam.mx/login.php



El Programa Emergente de Recuperación de los Cursos Ordinarios



Busca atender a todos aquellos alumnos que no hayan podido realizar sus actividades académicas durante el periodo de cuarentena

Identificación, elegibilidad de docentes participantes

- Serán elegibles aquellos docentes que **de forma expresa y voluntaria manifiesten su interés por participar activamente hasta su terminación en el programa.**
- Existen diferentes modalidades de participación:
 - A) Impartición de **cursos en línea Moodle, MOOC, Teams y/o actividades de aprendizaje con base en alguna otra tecnología, que sean de diseño propio.**
 - B) Impartición de **cursos en línea diseñados por un tercero para plataformas Moodle, MOOC o Teams.**
 - C) Impartición de **cursos o realización de actividades de aprendizaje que no requieran el uso intensivo ni exclusivo de una computadora con Internet, por ejemplo: teléfonos inteligentes.**
 - D) **Acompañamiento y asesoría académica en línea para estudiantes.**
 - E) Los docentes participantes **serán reconocidos con una constancia emitida por la Dirección General, acorde con las actividades desempeñadas y el glosario de términos.**

Si cumples con los requisitos, puedes solicitar tu registro en el siguiente enlace: <https://bit.ly/3cNrza5>



El Programa Emergente de Recuperación de los Cursos Ordinarios



Busca atender a todos aquellos alumnos que no hayan podido realizar sus actividades académicas durante el periodo de cuarentena



Formación de los grupos

- La participación del estudiante **está sujeta al envío de solicitud expresa a través del sitio web del PSI o por las preinscripciones de las Direcciones de los Planteles.**
- Después, a la **resolución emitida por el profesor de cada grupo.** Al momento de que el profesor proponga a uno de sus alumnos, será cambiado a un grupo de curso ordinario; lo aneterior no afectará de ninguna forma la inscripción de los alumnos.
- Si el estudiante confirma su participación, **se compromete a realizar y terminar en tiempo y forma.**



El Programa Emergente de Recuperación de los Cursos Ordinarios



Busca atender a todos aquellos alumnos que no hayan podido realizar sus actividades académicas durante el periodo de cuarentena

Formación de los grupos

Los grupos serán conformados por las **Secretarías Estudiantiles de los Planteles.** Para esto, deberá apegarse a lo siguiente:

1. La cantidad de estudiantes por grupo **no deberá rebasar la capacidad de atención del docente responsable, se sugiere entre 15 y 20 alumnos.**
2. Los estudiantes serán incorporados a un grupo **considerando los recursos tecnológicos de que disponen.**
3. El docente asignado tendrá que estar adscrito preferentemente **al mismo plantel de pertenencia del grupo que atenderá.**
4. Las Secretarías Estudiantiles de los Planteles **generarán los listados de estudiantes aceptados en el Programa y serán cada uno de los planteles quienes los asignen a los grupos resultantes.**



Se promueve en los alumnos del CCH la actividad física a través de una coreografía

ELENA E. HERNÁNDEZ G.
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Atención a la equidad de género a través de la educación física y el diseño coreográfico por alumna@s del CCH, una educación integral, es el programa que tiene como objetivo incorporar a las alumnas a un mayor número de actividades físicas “nos hemos dado cuenta que existe una menor actividad física en mujeres en comparación con los hombres; por ejemplo, es más fácil que se abran torneos de fútbol para hombres, por lo que se propone una actividad que les interese a las chicas y a partir de ésta ejercitarse y estar en sintonía con su autocuidado”, comentó María Esther Izquierdo Alarcón, profesora de Educación Física y líder del proyecto.

Asimismo, se ha visto que las alumnas no son motrizmente expresivas en el ámbito deportivo, esto derivado de construcciones sociales, “cuando al hombre le das un balón se mueve a donde este se dirija y la mujer no. Esto es una construcción sociocultural que limita la vida, por lo que en educación física y en el ámbito deportivo fal-



Proyecto de equidad de género de Educación Física

Las niñas ya juegan fútbol y los niños bailan



Foto: Cortesía del departamento de educación física

ta mucho por hacer”, argumentó la doctora en pedagogía por la UNAM.

El proyecto consiste en promover en los alumnos del CCH la activación física a través de una coreografía, en la que se incorpora la creatividad, la expresión corporal y el trabajo en equipo, en este sentido, los estudiantes realizan de forma voluntarias coreografías en donde expresan sus emociones y sentimientos.

Gracias al impacto y al apoyo que se obtuvo



María Esther Izquierdo Alarcón Es profesora de Educación Física desde hace 19 años en el plantel Vallejo, ha sido jefa del Departamento de Educación Física y Secretaria Académica en la Dirección General del CCH. Además, tiene el Doctorado y la Maestría en Pedagogía por la UNAM y cuenta con un Diploma de Género en el PUEG, Diplomas del Seminario de Juventud en la UNAM (SJU).

de un proyecto INFO-CAB y de la Dirección General del CCH, se pudo replicar el modelo en los cinco planteles del Colegio, el cual concluyó con el Primer Encuentro Coreográfico IntraCCH.

A la par con el desarrollo de las coreografías, las profesoras Izquierdo Alarcón y Azucena Barba Martínez, realizaron una serie de conferencias y pláticas informativas sobre equidad de género para los alumnos de la asignatura de Educación Física, incluyendo los planteles Naucalpan, Oriente y Sur, “lo que se quería era empezar con un trabajo de reflexión, pues el género está implícito en lo motriz y lo físico, llegar a las chicas para que su período menstrual o cólicos, no fueran una

limitante en su actividad física o deportiva”, explicó.

Actividades como estas, además de promover una escuela sana, actividad física e inclusión y equidad, motiva a los alumnos a apropiarse de los espacios de su plantel para un bien, “a los muchachos se les ve bailando en las jardineras y los pasillos. El resultado está en lo individual”, comentó y explicó lo importante que se vuelve para su autoestima, “es impresionante cómo se transforman las chicas de tímidas al ensayar los pasos, lo mismo sucede con los chicos, tuvimos muy buenos resultados dentro de cuestiones actitudinales”, finalizó la docente, experta en temas de Equidad de Género. ✓



Fotos: Cortesía del departamento de educación física

Ciclo 2019-2020

SE REALIZARON **8**
ENCUENTROS
EN **5** PLANTELES
2 MIL 524
ALUMNAS

MIL 854
ALUMNOS
4 MIL 378
CECEHACHEROS

Uno de cada tres mexicanos padece una enfermedad neurótica

La conducta suicida en México

Todo lo que nos acontece en la vida es temporal ...

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

En México el incremento del suicidio es notorio, así lo aseguró la doctora Faryde Lara, con formación académica en Sociología. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud el suicidio es un problema de salud pública prevenible, en donde el actuante deliberadamente atenta contra su vida, generando una tragedia para la familia y la sociedad.

Como parte del curso ¿Cómo ser un embajador de la salud emocional? se dieron a conocer los riesgos que implican un posible suicidio, para saber cómo reaccionar ante el hecho, así como saber analizar todos los contextos, para profundizar en las razones que nos hacen actuar de una determinada manera.

El suicidio, después de los accidentes, está a la cabeza en las estadísticas de muerte y son los hombres los que más

recurren a él, principalmente entre 20 a 44 años de edad, de los cuales, el 16 por ciento se ubica entre los 20 y 24 años, de acuerdo con datos de OMS.

Por su parte, la especialista comentó que muchos accidentes son suicidios simulados y que 9 de cada 10 suicidas tienen una enfermedad mental de base, ya que uno de cada tres mexicanos padece una enfermedad neurótica, como pueden ser: depresión, ansiedad, celos, tristeza, angustia y otros trastornos mentales neuróticos potencializadores.

Por ello, recomendó estar alerta y ser conscientes de que todo lo que nos acontece en

la vida es temporal, dijo que los factores precipitantes provocan un estrés intenso en el individuo potencialmente suicida lo que genera el lanzamiento de señales a su entorno como pérdida o ganancia de peso repentino, cambios de humor violentos, agresividad, cambios de horario en los hábitos, indiferencia, acciones temerarias, falta de concentración, apatía social, desesperanza, auto maltrato físico, auto rechazo, sentimiento de fracaso, descuido de la imagen o apariencia, auto queja, agravamiento de trastornos mentales, auto humillación pérdida de sueño, aumento o aparición del consumo de drogas y alcohol.

Faryde Lara, aseguró que el suicidio siempre es multifactorial, son elementos que influyen y que se presentan como componentes clave para crear estrategias de prevención, "esto nos ayuda a determinar la naturaleza de intervenciones re-

queridas para evitarlo" y explicó que puede ser de tipo biológicos como: edad, sexo o genética; así como alguna herencia: el VIH, cáncer, malformaciones; de tipo psico-emocionales como: crisis neuróticas, esquizofrenia, TDAH y trastorno límite de personalidad; económicos como: pérdida del empleo, de un bien inmueble, pobreza; o también de salud como: discapacidades o pérdida de funcionalidad de una extremidad o miembro; dependencias a drogas o ambientales de entorno como pueden ser: la violencia intrafamiliar, el bullying escolar entre otros.

De ahí, la importancia que las instituciones capacite al personal para saber cómo canalizar o manejar una situación como esta. En las escuelas; el Bullying es una forma de violencia que afecta a los jóvenes en una etapa de la vida donde es importante sentirse aceptado, ser parte de un grupo; y otra es el acoso sexual, la discriminación y los problemas de índole personal que viven los estudiantes como la separación de padres o violencia intrafamiliar y es frecuente en el contexto del potencial suicida el manejo de alcohol o drogas en exceso o cantidad suficiente para adquirir el valor requerido para dar ese triste paso. ✓





resiste una presión tan fuerte



y ¡Se recupera!

Cómo ser resiliente en tiempos de la COVID-19

FABIOLA MÉNDEZ/DAMIÁN MENDOZA
UNAM GLOBAL
WWW.UNAMGLOBAL.UNAM.MX

Después de setenta días de haber iniciado la Jornada Nacional de Sana Distancia, el levantamiento de este confinamiento representará para muchas personas empezar otra vez, empezar de cero.

Durante todos estos días hubo quien experimentó miedo, incertidumbre, desesperación, aburrimiento, desinformación, vulnerabilidad. “Ya vamos de salida de la cuarentena y estos sentimientos no van a desaparecer, pero tenemos que aprender a vivir con el reconocimiento de que so-

mos seres vulnerables y a partir de esto reestructurar nuestros proyectos de vida”, aseguró Karla Salazar Serna, Doctora en Filosofía del Trabajo Social con Orientación en Políticas Comparadas de Bienestar Social del Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias (CRIM) de la UNAM.

Para la especialista, esta nueva cepa del coronavirus es una oportunidad para replantearnos qué estamos dejando de lado como sociedad, de regresar a los planteamientos éticos, a su relación con la naturaleza, la vida y otras personas, de ser resilientes. “Tenemos que hablar de resiliencia, pero desde una postura ética, cuestionarnos cómo la humanidad interacciona con la naturaleza”.

De acuerdo con Salazar Serna, la resiliencia no es fácil pues implica tiempo, profundas reflexiones, cambios cognitivos, actitudinales y emocionales, pero generará una transformación de nuestro mundo interior que impactará en nuestro mundo exterior inmediato.

Karla Salazar mencionó que el miedo que se pueda sentir en esta crisis sanitaria no debe verse como algo negativo, ya que permite tener un balance sobre la situación, ni tampoco permitir que una condición de extrema vulnerabilidad o pobreza nos haga entrar en pánico.

En ese contexto, explicó que la resiliencia es un proceso que se da a través del tejido relacional, la posibilidad que permite a una persona volver a ser después de un proceso traumático, bajo una esperanza realista. "Tenemos dos opciones, sobreponernos o someternos, para sobreponernos es importante conocer los principales retos y obstáculos, cuáles son los problemas reales, la actitud que desarrollemos frente a la adversidad va a determinar si nos sometemos o nos sobreponemos".

Reiteró que debemos dejar de fomentar la cultura del sufrimiento, "se condenó mucho la situación de las personas que vivían solas, las de la

tercera edad, los enfermos de diabetes e hipertensión, y si bien, sí son vulnerables, los condenaron a un sufrimiento. Los adultos mayores tuvieron una carga más por ser viejos o por tener alguna enfermedad".

Esta pandemia es una oportunidad para relacionarnos como personas y construirnos nuevamente como sociedad, con sentido de comunidad resiliente, analizando el problema de frente y poniendo distancia emocional, con habilidad para generar estrategias y sin victimizarse.

La resiliencia requiere de flexibilidad para procesar cambios y encarar nuevos retos, es un proceso de altas y bajas, no es lineal ni homogénea, sucede de manera diferenciada dependiendo de la edad, historia personal y el significado de la experiencia a superar.

A partir de un proceso relacional, una persona se puede reconstruirse de los procesos más horrosos y en estos tiempos de adversidad mundial debemos de generar una mirada crítica a la situación, evitar que la pandemia nos arrebate más de lo que ya lo ha hecho, es necesario dar paso a la escucha y que la unidad nos permita valorar nuestro presente. ✓





DGAE
UNAM.

UnAm
La Universidad
de la Nación

¿Qué onda con el PASE Reglamentado?

COLEGIO DE CIENCIAS
Y HUMANIDADES (CCH)

2020/2021

**Mañana 3 de junio arranca el
Pase Reglamentado**

**Para conocer más sobre el Pase Reglamentado
y aclarar tus dudas, consulta esta liga**

<https://sway.office.com/GGRVcNFVD1GRfBtJ?ref=Link>