



15 de febrero de 2021  
Número 376

# Segundo semestre en línea



Consulta Comunidad Vallejo

desde tu celular



CCH Vallejo Oficial





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  
SECRETARIA GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
VALLEJO

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



COMUNIDAD VALLEJO

Lic. César Alonso García Huitrón  
JEFE DE COMUNICACIÓN  
Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera  
Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo  
Lic. Diana Fernanda Velázquez Ortiz  
MESA DE REDACCIÓN  
Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada  
DISEÑO Y MAQUETACIÓN  
Ilan Quitzé Santamaría Martínez  
PORTADA E ILUSTRACIONES  
Adrián Enriquez Rodríguez  
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES  
Axel Bello Sánchez  
SERVICIO SOCIAL

Comunidad Vallejo es publicada por el  
Departamento de Información del plantel  
Vallejo, planta alta de la Biblioteca.  
Teléfono: 55-5097-2146. 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 376.

## EDITORIAL

# Segundo semestre a distancia

Iniciamos el segundo semestre a distancia, esta modalidad que en algunas y algunos estudiantes puede causar incertidumbre, por ello, es necesario reforzar la figura del tutor cuyo propósito es guiar, apoyar y dar seguimiento a la trayectoria escolar de los estudiantes. El departamento de tutores implementa acciones para prevenir el rezago escolar y la reprobación, así como fomentar la responsabilidad.

Hoy más que nunca es importante que el profesor-tutor acompañe a las alumnas y alumnos en su trayectoria escolar: orientándolos, motivándolos, impulsándolos, buscando alternativas junto con ellos, para que salgan adelante en el ámbito académico.

En la pasada Jornada de Balance Académico realizada en línea, se obtuvo mayor participación por parte de los tutores, en comparación con las presenciales. Esto ayudó a canalizar a estudiantes a los diferentes programas que los ayudarán en su formación académica, psicológica y social.

En este sentido, es necesaria la actualización tutorial en línea. En este sentido es importante destacar el trabajo que realiza la Coordinación Local de Tutoría del CCH Vallejo, y por supuesto de los profesores que trabajan en esta noble actividad en beneficio de nuestras y nuestros jóvenes.

✓ 2º Simposio de tecnologías de la información

# Modelo TPACK , la tecnología al servicio de la enseñanza

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

El modelo TPACK permite centrar y ajustar el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el ámbito educativo, a partir de relacionar aspectos pedagógicos y tecnológicos sustentados en un modelo situacional para la toma de decisiones, que favorezcan la enseñanza desde una perspectiva de investigación-acción, y discrimina a una práctica intuitiva o azarosa y al empleo de recursos tecnológicos por seguir una moda o tendencia. Explicaron los profesores del plantel Vallejo Roberto, Patricia y Mireya Monroy Carreño, durante el segundo Simposio de Tecnologías de la Información.

El equipo de trabajo, propuso a docentes de la asignatura de Física, el uso del TPACK como un apoyo a la enseñanza de los te-

mas: Movimiento Rectilíneo Uniforme (MRU) y Movimiento Rectilíneo Uniformemente Acelerado (MRUA).

Mireya Monroy establece; “el modelo TPACK busca reflexionar sobre los tres tipos de conocimientos que necesitan dominar los docentes para incorporar las TIC eficazmente en sus prácticas educativas, lograr aprendizajes significativos y relacionar el conocimiento tecnológico, pedagógico y disciplinar para analizar qué se enseña y cómo se enseña”

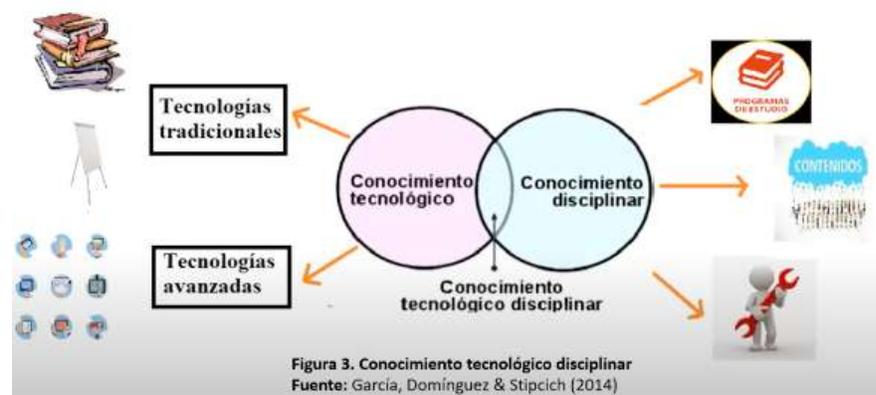
Debemos conocer los alcances, limitaciones y potencialidades que como docentes tenemos y considerar que todos estamos influenciados por variantes de contexto, como fallas de conexión o luz; carencia de materiales computacionales o falta de conocimiento para interactuar computacionalmente

en ambos extremos del proceso didáctico, por ello; es imprescindible contextualizar, dijo .

Los docentes expositores de Física, proponen actividades del MRU y MRUA para realizar de modo sincrónico y asincrónico, vinculando los temas con tecnologías comunicativas y constructivas pues el alumno participa de ellas , con conocimientos de su vida cotidiana, trascendentes y significativos. Los ponentes en su investigación usaron la plataforma TEAMS y ZOOM, publicaron las actividades, analizaron videos de you tube , hicieron videollamadas y trabajaron con un simulador que mostraba gráficas de los movimientos físicos estudiados y, posteriormente evaluaron con rúbricas, mostrando los resultados gráficos de su estudio en la ponencia. 

“

Aunque los jóvenes son nativos tecnológicos pueden llegar a tener problemas usando las tecnologías”



✓ Se capacitan docentes del Plantel Vallejo

# La educación física no es cuestión de género

El ejercicio puede ser un medio para el empoderamiento para que las mujeres recuperen su autoconfianza y seguridad en sí misma: Esther Izquierdo

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

• **Corres como niña!** Frase usada comúnmente para decir que alguien, generalmente un hombre, no puede realizar esta actividad de forma correcta o efectiva, pero ¿en verdad las niñas no saben correr?, ¿no pueden lanzar o patear como los niños? La realidad es que las habilidades físicas pueden ser desarrolladas sin que el género sea determinante, se trata más bien de condicionamientos socioculturales de los que somos influenciados en mayor o menor medida, en ocasiones de forma negativa.



Esto puede resultar evidente cuando vemos poca participación femenina en actividades deportivas y recreativas; en nuestro plantel, por ejemplo, en muchas ocasiones por cada disciplina en la que se tienen equipos representativos existen dos de chicos y sólo uno de chicas, comenta la profesora de Educación Física, Esther Izquierdo Alarcón; pero y en todo esto ¿qué papel juegan los profesores de Educación Física?

El pasado 15 de enero se impartió el curso: Atención a la equidad de género a través de la educación física en estudiantes del CCH por una educación integral; éste es el primero dirigido a los profesores de Educación Física, con la intención de iniciar “un proceso que deseamos despierte en los docentes el análisis de su quehacer docente, se motive

a diseñar alternativas que poco a poco disminuyan estas diferencias en el ámbito deportivo y recreativo en nuestro país, con ello garantizar que la practica física, deportiva y recreativa sea un medio de promoción para la salud sin estereotipo alguno” explican en su diseño de curso las profesoras Ma. Esther Izquierdo Alarcón y Azucena Barba Martínez quienes lo impartieron.

Los 22 profesores que participaron en el curso mostraron gran disposición a entender la importancia y repercusión de el propio comportamiento frente al alumnado “a veces creemos que todo va hacia el alumno, que cambie, que aprenda, a veces creo que en los cursos que se imparten a los docentes nos falta esta parte que tiene mucha relación con cómo enseñamos y cómo nos relacionamos con los chicos”

Durante las 20 horas de curso que se dividieron en dos sesiones sincrónicas y tres asincrónicas, se analizaron conceptos básicos de género para comprender la pro-

blemática de la inequidad y desigualdad de género en el ámbito social; se revisó la participación en la mujer, en la práctica deportiva y física en México y principalmente se generó un espacio para la reflexión y el análisis.

Las relaciones entre los géneros están modificándose y si nosotros no comprendemos eso como docentes corremos el riesgo de en lastimar y ofender y muchas veces hasta de ponernos en riesgo. La idea es sumar y atender la perspectiva de género desde todos los ámbitos. 



## ✓ Ciencia para estudiantes

# Robótica, educación y perspectiva en México

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

Los robots inventados después de 1945 para automatizar la industria automotriz, fueron creados para tareas específicas como: transportar, cargar, descargar, soldar y pintar. Hoy existen robots inteligentes que detectan modificaciones del ambiente e actúan en consecuencia cambiando de operaciones o descubriendo nuevos modos de interactuar.

Pedro Josué Lara Granados a través del Siladin del CCH Vallejo, platico a los jóvenes

de los robots y la inteligencia artificial; en la charla, el ingeniero definió al robot como una máquina estudiada por la robótica, controlada y programada por ordenador para moverse, manipular, interactuar con el entorno y trabajar. “La robótica crea seres artificiales para realizar tareas inteligentes simulando el comportamiento humano o animal; por ello, la inteligencia artificial se rodea de misticismo, teorías, creencias, promesas y esperanzas que unen ciencia y tecnología para lograr un génesis de clones y autómatas artificiales”, dijo.

Conforme avanza la robótica y la informática, los robots desarrollan habilida-

des para hacer tareas más complejas, peligrosas y desagradables para los humanos, por ejemplo; en los laboratorios médicos, manejan materiales de riesgo como muestras fecales, sanguíneas y de orina.

Según la historia, la fabricación de máquinas imitadoras del hombre es anterior al cristianismo, comentó Lara Granados; en el Siglo IV A.C, Aristóteles fundó la lógica silogística y Albertus Magnus en el siglo XIII creó una cabeza parlante, destruida por Tomás de Aquino, su discípulo al considerarla una abominación. En 1495, Leonardo Da Vinci, construyó un robot anatómico y kinestésico capaz de pararse, sentarse, caminar, abrir la boca, mover la cabeza y levantar los brazos; basado en que el cuerpo humano es maquina y de movimientos potencialmente imitativos. En 1642, Blaise Pascal crea una calculadora digital mecánica, para adición y sustracción y en 1671, el matemático alemán, Leibniz la rediseña al incluir multiplicaciones.

En los años 2000, aparecen versiones comerciales de mascotas robóticas interactivas, destacó el ingeniero Pedro Josué; Japón tiene una larga historia en la robótica. Entre los precursores del robot japonés más antiguo están los muñecos mecánicos Karakuri Ningyo; también de-

sarrollaron robots industriales y humanoides de entretenimiento; androides, perro robot comercial, robots sociales o de uso terapéutico, domésticos, de movilidad y rescate, entre otros.

En torno a México, hay alumnos que van al extranjero para avanzar en sus proyectos porque aquí no existen las condiciones presupuestales para ello, dijo; "hay humanos que se están automatizando para mezclar lo humano y la tecnología; el hombre nuclear es una integración de un ser vivo a la energía nuclear o biónica, porque se basa en el principio de robotizar a un humano, Hay personas con prótesis robótica que aceptan la tecnología abiertamente electrificándose para colocarse detectores de ondas alfa y mover cosas con el pensamiento".

Ya se están utilizando robots en el área educativa y actualmente; la domótica, tecnología aplicada al control y automatización inteligente de la vivienda nos permite gestionar un hogar al conectar el refrigerador a una computadora que con sensores crea planes alimenticios y de suministro; también el uso del celular es común y la tendencia es miniaturizar toda la tecnología convirtiéndose en nanotecnología aplicable a la salud como en los trasplantes de corazón y otros órganos. 

“

El ser humano siempre se ha apoyado de la ciencia y la tecnología para realizar sus tareas, si no existirá la mecatrónica necesitaríamos inventarla”.



Se convoca a las y los alumnos inscritos, docentes y personal administrativo del Plantel Vallejo, a participar con objetos representativos que demuestren cómo es el CCH Vallejo y los Cecehacheros en 2021.

Los objetos serán donados con la intención de colocarlos en una **cápsula generacional**, para eso se deberán seguir las siguientes

## BASES

-Realizar un video en formato mp4, en donde se muestre el objeto y se explique el motivo por el que debería de incluirse en la "Cápsula Generacional"; el video deberá tener una **duración máxima de un minuto** y ser enviado al correo [los50devallejo@cch.unam.mx](mailto:los50devallejo@cch.unam.mx).

-El jurado de **#Los50DeVallejo** hará la selección de hasta **10 objetos**, que cumplan con las características antes mencionadas y que se depositarán en la capsula del tiempo, así como una serie de memoria académica, cultural, deportiva y social de nuestro plantel.

-Los objetos seleccionados serán **anunciados** vía correo electrónico el 5 de abril de 2021. Asimismo, se indicará la forma de envío y recolección del objeto y las fechas a tomar en cuenta.

-A las personas seleccionadas se les emitirá un **reconocimiento de participación** en los 50 años del CCH Vallejo..

-El **límite de recepción de los videos** será el 26 de marzo de 2021.

-El objeto deberá medir entre **20 y 30 cm** como máximo, no deberá ser voluminoso, ni contener sustancias corrosivas y/o dañinas al medio ambiente

# CONVOCA CAPSULA GENERACIONAL CATORCATORIA





*El esfuerzo conjunto de alumnos, docentes y autoridades hizo posible tener resultados alentadores, pero también puso en evidencia que quedan cambios por realizar*

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

**E**stamos arrancando un nuevo semestre y es pertinente hacer un balance de este momento histórico pues por primera vez se impartió un semestre completo en la modalidad a distancia; en este periodo Vallejo atendió a 11 mil 622 alumnos inscritos lo que significó un reto logístico para la creación de al menos 2 mil 551 aulas para la impartición de clase a través de la plataforma Teams, más aquellas destinadas a

# De cara al semestre 2021-2 ¿qué nos dejó el ciclo anterior?

asesorías, tutoría y otros cursos extraordinarios como el PAE.

Tanto para los alumnos como para los 582 profesores que impartieron clase en este periodo las cosas tampoco fueron sencillas, hubo que romper paradigmas con los que la educación ha trabajado desde siempre, el esfuerzo para incorporar las TIC ha implicado un gran compromiso para el personal docente y un nuevo uso para los

alumnos que hasta hace muy poco las veían principalmente como fuente de entretenimiento.

Para todos hubo experiencias positivas y negativas algunos integrantes de la comunidad nos cuentan cómo vivieron este proceso.

Mauricio Gutiérrez alumno de quinto semestre comentó "Me funcionó mucho buscar herramientas, páginas, plataformas digitales y recursos multimedia para hacer más

dinámica la clase, eso facilitó mucho el trabajo porque pude mantener atentos a los chicos y con un contexto mucho más real y mucho más cercano”

Por su parte Cristina Vargas alumna de primer semestre dijo: “Algo muy útil es adaptar un espacio específico en casa para estudiar algún lugar donde no nos distraigan para saber qué ahí nos vamos a concentrar, de preferencia lejos de la cama porque a veces entre poner atención y quedarse dormido pues hay una línea delgada”

En realidad no se me complicó mucho y tener clases en línea pero no me fue muy agradable ya que se me hace necesario la convivencia con los compañeros, no es lo mismo estar en el plantel, las clases se

me facilitaban aunque algunos profesores son muy estrictos aquí, pero son muy agradable, concluyó la estudiante.

El profesor Jesús Castañeda de Cibernética relató los beneficios del trabajo a distancia: “algo bueno que me permitió este semestre fue la organización del material, ahorita con el uso de Teams puedes grabar la sesión, subir los materiales o los contenidos que se hicieron en la clase para que los puedan consultar después entonces creo que permitió un mayor control en ese en ese aspecto, también en la administración de tareas y el trabajo de forma síncrona y asíncrona, me gustaría seguirlo trabajando incluso cuando regresemos a clases presenciales”

Es cierto que existen también otros inconvenientes que responden principalmente a las limitaciones tecnológicas que pueden interrumpir el proceso de las clases o la comunicación directa entre alumnos y profesores, fallas en la conexión, el audio, la energía eléctrica; algunas otras que responden a los cambios en las dinámicas de espacios compartidos en el transcurso de las videollamadas y, otras que responden a la falta de contacto frente a frente.

Sin embargo, ninguna de estas circunstancias ha parado el deseo de nues-

tra comunidad por mantener al Colegio vivo:

La profesora Diana Castro invita a “seguir adaptándonos a las condiciones, seguir pensando que el trabajo tiene que ser más distribuido entre profesor y alumno. Crear material interactivo para este semestre, hay que seguir buscando esa parte dinámica, esa parte lúdica porque sí es muy importante no nada más ponerse enfrente de la computadora y hablar y hablar y hablar. Hay que seguir integrándolos al Colegio para que se sientan parte de él, para que sientan esa identidad universitaria porque no sabemos cuándo van a regresar y se sienten cececheros a la mitad eso también para mí es un reto”

Por último el alumno Mauricio Gutiérrez reconoce que efectivamente hubo muchas dificultades, “pero yo sí vi que todos hemos podido sobrellevarlas, me quedo con lo bueno, no es lo mismo que poder estar en el plantel, respirar el aire de la mañana, ir a la biblioteca, estar con los compañeros, con los profesores, no es lo mismo, pero esta es una situación extraordinaria, una situación que va a pasar si no seguimos cuidando, así que pues hay que llevarnos lo mejor de esta situación” 

## 2021-1

11 mil 622

alumnos

2 mil 551

aulas

582

profesores

## 2021-2

11 mil 603

alumnos

2537

aulas

562

profesores





Docentes participantes / Fuente: Cortesía

### ✓ Seminario busca actualizar a docentes

# Nuevas formas de ser tutor en línea

Se busca responder a las nuevas necesidades de la tutoría frente al reto del distanciamiento social

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

El Programa Institucional de Tutorías del Colegio siempre ha buscado dar acompañamiento a los alumnos para mejorar su calidad de formación de manera integral, sin

embargo, como cada uno de los aspectos de la vida de los alumnos, la tutoría debe adaptarse a las condiciones que el contexto actual ha impuesto. El trabajo que las profesoras Lucía Laura Muñoz Corona y Tania Guerrero González han realizado al coordinar la cuarta edición del Seminario de Formación de Tutores apunta al acompañamiento de los tutores para contar con las habilidades y herramientas que le permitan encontrar su propia manera de realizar una tutoría asertiva.

Las formas de enseñanza- aprendizaje están cambiando, se están in-

sertando a todo un nuevo mundo, en este proceso histórico en el que estamos cambiando no sólo la forma de enseñar sino la forma de concebir la enseñanza y en el que en los alumnos están surgiendo nuevas necesidades debido al contexto, formar tutores más que un gran acierto es un desafío enorme. Continuar con una línea de formación de tutores preparados para este contexto es fundamental para consolidar este Programa dijo la profesora Tanya Guerrero.

Por su parte la profesora Lucía Laura apunta que existe un reto y un compromiso mayor con aquellos alumnos que este semestre entraron al Colegio; “el Programa de Tutorías en condiciones cotidianas tiene muchos retos pero en las condiciones en las que nos encontramos uno de los más importantes tiene que ver con la integración de los alumnos de reciente ingreso al Colegio, aquellos que ya han cursado otros semestres de alguna manera ya tienen un referente, pero Los tutores de primer año están viviendo una situación muy sui generis, acompañar alumnos que nunca han tenido clases en las aulas, los tutores debemos hacer que los alumnos sientan a la Universidad con ellos, debemos dar a los alumnos un acompañamiento universitario, reforzar con la tutoría esa sensación de que pertenecen a la UNAM que se identifiquen con su Universidad.

Cabe resaltar que el trabajo del Seminario ha recorrido un largo camino a

Creemos que es un proyecto innovador porque creemos que la tutoría en línea es una ventana de oportunidad que permite una creación de una conformación de ambientes virtuales donde se puede fecundar la comunicación entre alumnos y profesores de una manera distinta

través de varios años, desde el 2017 a la fecha y, en cada una de sus etapas a moldeado algún aspecto de la tutoría cómo le explican coordinadoras “desde el inicio se creó una ruta de formación general que se dividía en rutas de formación particulares que cada seminario atendió” en la primera etapa se concentraron en la consolidación del modelo de trayectoria escolar con la elaboración del diagnóstico académico a partir de las hojas d’álmata y la recuperación de la acción tutorial a partir de la metodología de atención segmentada.

En la segunda, se centraron en la elaboración de estrategias de manera presencial, en la tercera se centraron en la evaluación y para esta cuarta edición, que ahora ya tiene un antecedente histórico importante de formación, tiene la mirada puesta en la elaboración de estrategias de tutoría en línea para lo cual se ha creado un banco estrategias de tutoría que eventualmente va a funcionar para que los tutores puedan tomar estrategias aplicarlas a sus grupos, tomando en cuenta el papel que tiene tutor y de conocer cuáles son las necesidades de los alumnos a partir del trabajo que realizan con sus profesores en las clases ordinarias.

También se trabajará en la evaluación del impacto de este tipo de tutoría en la formación de los alumnos; así como en el desarrollo de habilidades ya que si bien “la necesidad de acompañamiento sigue siendo muy parecida a la que se tiene de forma presencial, al cambiar el medio es evidente que se

requiere un manejo más hábil profesional de las herramientas digitales” Por lo que una de las propuestas de este seminario es un curso taller que prepare a los tutores en el uso de herramientas digitales a la par de la línea de creación de estrategias en línea.

Una de las reflexiones que realizaron para este trabajo es que aunque se haya sido tutor anteriormente, se puede decir que todos en este momento carecemos de experiencia en la tutoría en línea y que “cuando eres un tutor nuevo en algún momento sientes que no cuentas con las herramientas necesarias, en ese sentido es el Seminario es muy importante porque le otorga al tutor el control de su propia acción, le otorga herramientas le da no solamente metodología para trabajar sino una mirada Filosófica sobre su propia labor”.

Las coordinadoras explican que hay muchas formas de hacer tutoría, que cada tutor debe y puede encontrar su propia voz al establecer las formas de acompañar a sus alumnos; el seminario busca dar acompañamiento a los tutores en este proceso.

Se espera que al finalizar esta cuarta edición los 16 profesores de distintas áreas y semestres que integran el Seminario realicen un producto en el que se dé cuenta de los aspectos más positivos, así como de las áreas de oportunidad Trabajo realizado, esto tomando en cuenta la inminente posibilidad de que aun cuando regresemos a las a los espacios físicos, esta modalidad se siga utilizando. 

Estamos abriéndole a los integrantes de nuestro seminario nuevas formas nuevas de ver la tutoría y centrándose en las necesidades del contexto de la tutoría en línea.



✓ Hacia una nueva forma de trabajar la tutoría

## Resultados de la Primera Jornada de Balance Académico a distancia

Existió una mayor participación de los tutores

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

La tutoría basada en el modelo de Trayectoria Escolar permite diagnosticar, planear, intervenir y evaluar acciones tutorales que brinden al alumno herramientas que permitan a los alumnos adaptarse al Modelo Educativo del Colegio y promuevan un alto desempeño académico; gracias a ejercicios como el de

la Jornada de Balance Académico (JBA) podemos medir la participación de profesores y tutores en ese proceso.

Para la JBA que corresponde al semestre 2021-1 acudieron más de la mitad de los tutores lo que como explica el profesor el profesor Julio Olvera Sánchez Coordinador local del Programa Institucional de Tutoría del CCH

Vallejo resulta positivo ya que hay que tomar en cuenta distintos aspectos como que en esta ocasión se realizó en un solo horario por semestre a través de la plataforma Zoom, situación que algunos profesores resintieron pues debido a premios compromisos no pudieron asistir, situación que será corregida para la próxima jornada donde se trabajará con los horarios matutino y vespertino.

Sin embargo, este dato contrasta con el hecho de que el registro de los resultados de las evaluaciones diagnósticas y parciales de los tutores en el Programa de Seguimiento Integral (PSI) son mayores, lo que indica que pese a no haber podido

estar durante las sesiones de la JBA se encuentran trabajado con los grupos tutorados.

Durante la jornada los tutores más activos fueron los del primer semestre ellos registraron un total de 437 canalizaciones principalmente al Programa Institucional de Aseesorías (PIA), al Departamento de Psicopedagogía y al Programa de Tutoría, también se detectaron estudiantes con algún interés en particular y fueron se canalizaron a otros programas como el SILADIN, el Programa de Jóvenes hacia la Investigación, el Departamento de Difusión Cultural entre otros.

Con los alumnos del tercer semestre se realizaron 323 canalizacio-

A DISTANCIA

## Jornada de Balance Académico 2021-1

PIT Vallejo



1724

chicos canalizados  
al PIA

437

canalizaciones de primer  
semestre psicopedagogía y  
tutores

323

canalizaciones de tercer  
semestre psicopedagogía  
y tutores

98

canalizaciones de quinto  
semestre psicopedagogía  
y tutores

nes y con los de quinto semestre el número llegó a 98 siendo, en todos los casos el Programa Institucional de Asesorías el que contó con mayor número de intervenciones.

Una de las limitaciones a las que se enfrenta este ejercicio es al hecho de que se depende mucho de que los profesores que imparten asignaturas frente a grupo realicen evaluaciones parciales y las registren en el PSI; la Coordinación de Tutorías del plantel, trabajó de manera constante para fomentar la participación de los profesores.

En este sentido el trabajo de la Coordinación se planteó a través de tres vías: la primera y principal que fue con la plataforma Teams, la segunda fue a través de redes sociales las redes institucionales del plantel Donde estuvo compartiendo información a través de carteles y como tercera vía se ocupó el correo electrónico al que se les hizo llegar información y una invitación a participar en la JBA.

Esto también dejó ver una “cons-

tante necesidad de los profesores de recibir asesoría en cuanto al manejo de la plataforma, misma que fue atendida en reuniones virtuales a través de Zoom para que conocieran cómo estaba organizada la información en Teams, en dónde podían encontrar las actividades que se tenían que realizar, etcétera, en términos generales el manejo de la plataforma”.

Como siempre el trabajo sigue evolucionando y es que en esta ocasión desde la Dirección General se tomó la medida de tomar directamente los datos de PSI que proporcionó cada profesor frente a grupo para realizar directamente las canalizaciones, sólo en el caso de las Asesorías.

Así que, de manera directa, cada uno de los 1724 chicos canalizados al PIA fue puesto en contacto con alguno de los profesores que participan en este programa en nuestro plantel.

El profesor Olvera explica que tomar esta medida apunta a una nue-

va dirección para la tutoría pues al agilizar el proceso de canalización, el tutor “se puede enfocar al seguimiento, lo que es muy importante, saber si está asistiendo, si está entendiendo, y si está recuperándose en la materia o en caso de que sea remedial saber si le sirvió para presentar un extraordinario, por ejemplo, la idea es hacer un seguimiento más efectivo”.

Frente a la posibilidad de que el proceso en línea se incorpore de manera permanente a la tutoría el profesor julio Olvera parece optimista pues no es un camino nuevo y se sabe que ha dado buenos resultados, en este sentido comenta que es un ferviente creyente del PSI, es decir, “del espacio virtual donde se vinculan el Programa de Tutorías, el Programa de Asesorías, Psicopedagogía, en Difusión Cultural, el SILADIN... pero sobre todo los profesores, los alumnos y los padres de familia porque es un espacio para el seguimiento, es decir, para apoyar al alumno y acompañarlo”. 

✓ Programa Institucional de Asesorías

# Apoyo, charlas y retos para las nuevas generaciones

POR RODRIGO SALAS

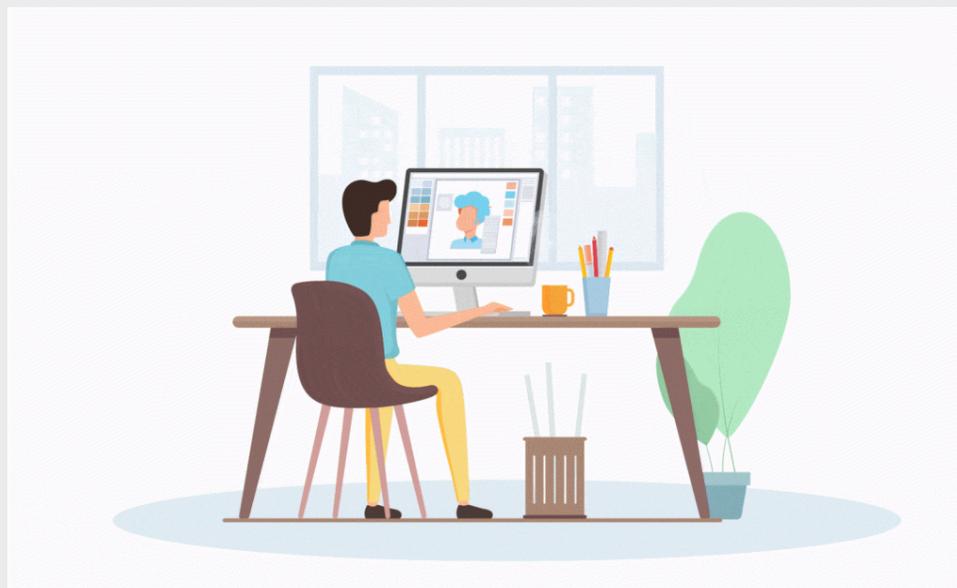
PROFESOR DE HISTORIA DE MÉXICO Y DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES DEL PLANTEL VALLEJO

*Los buenos frutos, la satisfacción, la superación que he notado en la gran mayoría de las y de los que han sido partícipes del programa; hacen necesario seguir sosteniendo con nuestro trabajo el Programa.*

**E**l programa está enfocado a prevenir el rezago educativo de nuestras y nuestros alumnos, y supone un beneficio para la comunidad académica del Colegio, así como para las y los estudiantes.

El hecho de que se trate de un programa con horarios bien delimitados, les da a las y los alumnos la certeza de saber que coincidirán con alguna o alguno de nosotros cada que requieran el apoyo y conozcan la planta de asesores, así como sus tiempos de trabajo dedicados a las asesorías. Además, a diferencia de lo que algunas o algunos puedan pensar, las asesorías no sólo están pensadas para el alumnado que busca apoyo para aprobar sus cursos de recursamiento o sus exámenes extraordinarios, sino para todas o todos aquellos que tienen dificultades con sus materias, para quienes desean prevenir dificultades frente a una materia que aún ni cursan, o para quienes tienen la intención de aprender más de lo que podemos ofrecerles en el aula.

El trabajo del asesor, supone una dinámica distinta a la del trabajo en el aula tradicional. Las dudas o solicitudes de apoyo que se suscitan en esta actividad por parte del estudiantado beneficiado suelen cambiar con respecto a la del resto de las y los alumnos con quienes se trabaja frente a grupo. Estos retos y situaciones nos ayudan a nosotras y nosotros como docentes a mejorar nuestra labor y a detectar los puntos que aún debemos mejorar, así como a darnos cuenta de nuestros aciertos, según los comentarios de las y los alumnos o de los resultados del programa. 



# CONVOCATORIA

# CCH VALLEJO A TRAVÉS DEL TIEMPO

Con motivo de la celebración de los 50 años de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Vallejo, se convoca a las y los alumnos, académicos, trabajadores y egresados a compartir el material fotográfico que muestre los cambios arquitectónicos, culturales y sociales del Colegio.



## BASES:

- Podrán participar con una o varias fotografías, las cuales deberán ser de su autoría, incluir una descripción de la imagen.

- Fotografía digital: deberán ser visibles en formato RAW o JPG con una resolución alta.

- Fotografía física: deberán ser escaneadas y enviadas en formato JPG con excelente resolución.

- El material deberá ser enviado al correo: [los50devallejo@cch.unam.mx](mailto:los50devallejo@cch.unam.mx) con el asunto: **A través del tiempo**. En el cuerpo del correo debe redactar: el nombre del autor, título de la foto, número de cuenta (si es alumno o exalumno), correo electrónico y teléfono de contacto.

Asimismo, incluir el año, lugar en el que fue tomada la fotografía, contexto y escribir brevemente una anécdota de ese momento.

- El jurado seleccionará las 50 mejores fotos que representen al CCH Vallejo a través del tiempo.

- Las fotografías seleccionadas serán anunciadas a los ganadores vía correo electrónico el 26 de febrero de 2021.

- Al ser seleccionadas se les pedirá la cesión de derechos para su difusión, en caso de negarla se prescindirá de ella para dar lugar a otra fotografía en competencia.

- A los autores seleccionados se les emitirá un reconocimiento de participación en los festejos de los 50 años del CCH Vallejo.

- El límite de recepción de materiales fotográficos será el 21 de febrero de 2021.

## PREMIOS:

Se realizará una votación de acuerdo a los criterios asignados por el Jurado de los festejos, para premiar a las tres mejores fotografías:

• Primer Lugar: Kit de iluminación

• Segundo Lugar: Aro de luz para streaming

• Tercer Lugar: Caja de luz portátil para fotografía

**#Los50DeVallejo**



# Viaje a la memoria, a 50 años del CCH

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

En un viaje a la memoria, al cumplir 50 años de iluminar consciencias de jóvenes mexicanos, festejando orgulloso el Colegio, destacados cecehacheros relataron recuerdos en un conversatorio desarrollado en el Facebook del Colegio.

Los invitados fueron Irma Eréndira Sandoval, Secretaria de la Función Pública del actual gobierno; Georgina Araceli Torres Vargas del Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas y de la Información y José Nabor Cruz Marcelo, del Instituto de Investigaciones Económicas de la UNAM.

Irma Eréndira Sandoval; ingresó al CCH en 1986, "en el periódico apareció mi admisión por número de cuenta, tenía 13 años, contrastada con la secundaria me gustó estar en una escuela gratuita con una lógica de libertad solo vista en un Colegio Montessori que es de paga; egresé del CCH Sur, viví movimientos políticos estudiantiles; de los profesores recuerdo a la maestra de Historia Universal y Moderna y

Nuestro colegio genera adición a la libertad, a la imaginación; adicción en la consciencia social para transformar a nuestra sociedad... Benjamin Barajas



Dra. Irma Eréndira Sandoval / Fuente: Cortesía



José Nabor Cruz Marcelo / Fuente: Cortesía



Valoren la oportunidad ; pocos pueden estudiar en un Colegio como éste, donde pueden crecer en lo académico, en lo social, en lo humano; ello va a impactar en su futuro, siéntanse afortunados, pero al mismo tiempo deben de estar muy comprometidos con su Colegio”

Contemporánea, estudié en el 1er. turno, de 7 a 11 y no nos íbamos a casa, desarrollábamos actividades como ajedrez, biblioteca, arte; entre otras. Aprendí del CCH a obedecer y también a aprender a aprender; a nivel personal y profesional determinó mi vocación por la lucha social, me dejó la idea que la gratuidad no está peleada con la calidad”.

El CCH apuesta por el desarrollo, no se conformen, busquen el dialogo y las soluciones.

Por su parte, Georgina Araceli Torres; comentó, “mi examen de admisión fue en el estadio azteca, fue alumna de Azcapotzalco y Vallejo, me enteré por correo de la admisión; en Literatura nos hablaban de política, desarrollando en nosotros consciencia de clase, nos influían historiadores con temáticas sociales en un contexto de estudiantes con escasos recursos; la lectura de periódicos fomentaba un espíritu crítico, leíamos y debatíamos con la maestra de Historia, en Ciencias de la Salud se hablaba de sexualidad en los 80’s; siendo tabú el tema; en Lectura y Redacción aprendí a escribir, se fomentó en mí el uso de bibliotecas; pasar de secundaria al CCH fue cambiar la educación controlada por la libertad de expresar y comunicar ideas, opiniones y puntos de vista; el CCH me desarrolló la tolerancia, me formó como critico en la vida y fundamentó mi curiosidad por el conocimiento para buscar respuestas, gracias al CCH he tenido un ascenso profesional, personal y humano”

En su turno, José Nabor Cruz; comentó, “fui alumno de Oriente, había huelga en defensa de la gratuidad institucional; hacíamos asambleas los estudiantes; junto a la libertad vivíamos el autodidactismo, llegué con 14 años y ya conocía el modelo educativo por mis hermanos, el tamaño de la escuela me impactó, el estilo de aprendizaje me transformó; no era igual a secundaria, desarrollé un pensamiento críti-

co; el profesor de Física nos enseñó a ser autogestivos y a investigar, analizábamos problemas con pocos datos, recuerdo al profesor de Historia y Cálculo Diferencial e Integral, y al de economía quien definió mi vocación por esta última. El CCH desarrolló mi capacidad de análisis crítico y propositivo, elevó mi consciencia social y me desarrolló en lo profesional y personal” 



Georgina Araceli Torres / Fuente: Cortesía



Para más información  
escanea el código:



Profesora Maharba Anel Gonzalez Garcia y Mario Alfredo Hernández / Fuente: Cortesía

# Pandemia y discriminación a poblaciones históricamente discriminadas

La llamada “sana distancia” es privilegio de unos cuantos que pueden darse el lujo de “quedarse en casa”: experto

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

// La pandemia del COVID 19 se manifestó en la sociedad mexicana que históricamen-

te ha estado dividida por la desigualdad y la discriminación”, afirmó Mario Alfredo Hernández Sánchez investigador nacional quien participó en el ciclo Jueves para la Igualdad, que organiza la Comisión Interna para la Igualdad de Género

El experto, definió a la discriminación como una idea que implica separación, segregación y distinción de personas, circunstancias o cosas; se discrimina entre lo que sirve y no sirve. La discriminación es una palabra de impacto social, se discrimina por apariencia, por contexto socioeconómico, por

prejuicios o estigmas vinculados a la expresión de género o preferencia y orientación sexual; por condición de migrante, por edad, en torno a derechos fundamentales de salud (asegurado o no asegurado), discriminando en igualdad de oportunidades laborales a jóvenes pidiéndoles experiencia, a mujeres embarazadas o con hijos y a adultos mayores que se consideran ya no aptos; se discrimina a partir de ideas preconcebidas como religión, lateralidad (la mano izquierda es mano del demonio), por trastornos psicosociales, por etnia al no hablar español o discriminación lin-



güística e institucional al no otorgar grados académicos si no dominan un idioma, entre otras formas.

Los grupos vulnerables y susceptibles a la discriminación comúnmente suman su vulnerabilidad, es decir; los pobres también son indígenas, analfabetos, discapacitados, mujeres, o con diversidad sexual, discapacidad psicosocial, carentes de servicios de salud, entre otras; lo que hace al problema de la discriminación muy complejo y de difícil solución.

Con la llegada del COVID 19, resaltó más este problema de estructura social, porque se atribuye, la propagación del virus a la economía informal, a quienes no pueden que-

darse en casa. En un principio se creía que la pandemia sólo afectaría a un tipo de población, generando discriminación, además de que la población de alto riesgo; obesos, diabéticos, hipertensos y ancianos; adquirieron las tres primeras condiciones asociada a una mala alimentación que entraña comúnmente factores vinculados a la pobreza.

En su ponencia, Marió citó; la marginación social y la llamada "sana distancia" es privilegio de unos cuantos que pueden darse el lujo de "quedarse en casa"; ello implica estancamiento económico y falta de movilidad laboral que no todas las clases sociales pueden absorber; generando un fuerte impac-

to en la salud emocional de la población mexicana, alta dosis de estrés, depresión y enfermedades psicosomáticas; mencionó que algunas empresas amenazaron con disminuir salarios o despedir al personal que faltara a sus labores, ignorando las advertencias del sector salud de establecer cuidados si se tienen síntomas o sospechas; también se discrimina a madres con hijos pequeños para acceder a lugares y solicitar venta o servicios determinados y a las personas institucionalizadas como presos, enfermos de larga estancia (mentales o de asilos) para quienes es imposible mantener "sana distancia" y la comprensión del concepto mismo.



La comunidad del **CCH VALLEJO**  
lamenta profundamente el fallecimiento de

**JOSE ROSALINO BELLO ZARATE**  
**1958-2021**

Padre de **Omar Bello Sánchez**, Jefe de Sistemas del Plantel Vallejo. Nos unimos a la pena que embarga a la familia y deseamos pronta resignación.

Descanse en paz





# La escuela, el feminismo y la pandemia

REBECA ÁNGELES LÓPEZ  
MANUEL ODILÓN GÓMEZ CASTILLO  
INTEGRANTES DE LA CINIG VALLEJO

**E**sta breve publicación pretende plantear algunos puntos de reflexión sobre lo que hemos vivido en el pasado año que terminó, donde los jóvenes bachilleres han perdido temporalmente un espacio de convivencia física el cual transforma significativamente su actuar y sentir, más aún cuando se trata de una etapa definitoria en la vida de todos, la adolescencia.

En el bachillerato los jóvenes se encuentran en una etapa de vida con muchos cambios, como por ejemplo, la definición de su identidad sexual. De alguna forma u otra ellos buscan expresarse para tener una aceptación social, que muchas veces no tienen en el núcleo familiar, por lo que la escuela se convierte en un espacio abierto y fundamental en su libertad de expresión, misma que se ha visto minada y transformada a una forma totalmente virtual, con las restricciones y limitaciones que esta forma implica.

Así mismo el movimiento feminista que se venía gestando de forma importante a principios del año pasado, pujando fuerte en la búsqueda de derechos y oportunidades igualitarias de toda persona en la sociedad, en especial de la mujer, se ha tenido que adaptar y transformar a las condiciones actuales de convivencia establecidas, situación que ha venido a transformar el movimiento en un actuar de ideales a distancia y de forma virtual el cual busca integrar una nueva normalidad igualitaria. El movimiento feminista, siendo un movimiento a nivel mundial que busca realizar transformaciones profundas, solo pudo ser transformado por un movimiento a nivel mundial más fuerte, aunque de proporciones diminutas: El virus que nos transformó como humanidad.

Nadie a principios del año pasado podría vaticinar lo que se viviría en meses posteriores, un microorganismo diminuto e invisible a simple vista llamado SARS COV 2, el cual nos hizo reflexionar nuestro papel en el mundo, nuestros valores y nuestro rol como individuos de una sociedad, este virus es un ejemplo

de igualdad ya que no discrimina raza, sexo, género o posición social y realmente nos hace ver el rol que jugamos como un miembro de una comunidad global. El actuar de un individuo afecta su entorno nuclear, local y global, es así como el esfuerzo comunitario de todos los individuos en el planeta es lo que nos puede llevar a ganar la lucha de una enfermedad que es caprichosa, la cual afecta a diferentes personas de forma que no siempre logramos entender.

Es así como desde este pequeño espacio hacemos un homenaje a todas las personas que se han visto afectadas por esta enfermedad, las cuales han visto truncados sus sueños y perspectivas futuras, en especial a nuestras compañeras y compañeros de la comunidad Ceceachera.

Cerramos esta reflexión con la firme esperanza de que este 2021 seamos capaces de unirnos como sociedad global y vencer así el reto enorme que tenemos enfrente, para poder regresar a una nueva normalidad la cuál goce de salud y sea más igualitaria. 



# JORNADA DE LAS ANDANZAS DEL AMOR

INSPIRATE Y COMPARTE

## LETRAS DE AMOR

¡ENVÍANOS TUS POEMAS, CARTAS, CUENTOS, CANCIONES O HISTORIAS CORTAS!



Recepción de textos:

15- 17 DE FEBRERO  
DE 11 A 18 HRS.



Serán leídos vía Zoom el día 18 de febrero.

CÓDIGO DE ACCESO:  
516 269 2164

MANDA TU  
CREACIÓN VIA FB,  
ENCUENTRANOS  
COMO "PSICOLOGÍA  
IZTACALA EN  
VALLEJO"



TE ESPERAMOS DE 13 A 15 HRS.

# El consumo de marihuana y sus efectos sobre la salud del cerebro

DIANA FERNANDA VELÁZQUEZ ORTIZ  
DIANA.VELAZQUEZ@CCH.UNAM.MX

**D**e acuerdo con la Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) la marihuana es la droga más utilizada en México al igual que en el resto del mundo. La marihuana (cannabis) es una sustancia que causa adicción al ser consumida e induce a la pérdida del control interno y al deterioro cognitivo, destacando en áreas como el aprendizaje y la memoria.

Una persona que consume marihuana de manera recurrente tiene alteraciones en los sistemas ejecutivos, lo que provoca que haya una dificultad para sostener su

atención, así como una reducción en la capacidad de aprendizaje. Si bien es una realidad que los consumidores únicamente se centran en el refuerzo inmediato que experimentan ante el consumo, dejan del lado las consecuencias negativas que a futuro que experimentarán.

El consumo de marihuana es particularmente popular en la población de jóvenes, mismos que de acuerdo con

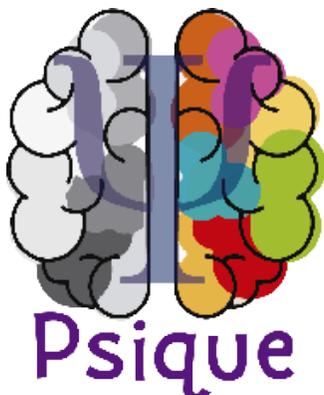
diversos estudios presentan déficit en su memoria visual, su memoria lógica, así como alteraciones en la abstracción y en la expresión verbal.

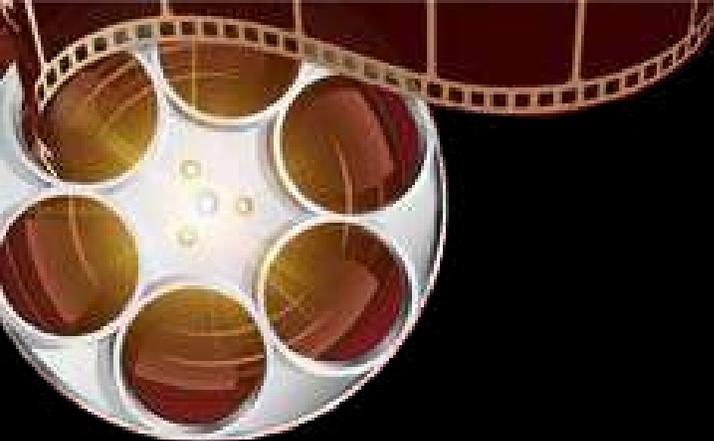
Dichas anomalías en la ejecución pueden deberse a un mal funcionamiento de las regiones prefrontales del cerebro, además de funcionamiento anormal de la corteza orbitofrontal por exceso de consumo de marihuana (COR) lo que provoca una mayor satisfacción inmediata ante el consumo.

Las deficiencias neuropsicológicas son mayores en personas con un largo tiempo y cantidad de consumo, aquellos que podríamos considerar dependientes al consumo de la marihuana.

La importancia de recalcar los efectos nocivos del consumo de la marihuana sobre la salud radica en que nuestra comunidad académica está compuesta por jóvenes en edad de riesgo y debemos hacerlos conscientes sobre los efectos nocivos que puede acarrear el consumo de esta droga.

Por otra parte, es fundamental desarrollar programas de prevención y tratamiento que aborden las anomalías observadas en las poblaciones de, así como programas que favorezcan el entrenamiento de habilidades y autocuidado en la prevención de las adicciones. ¡Por un Vallejo libre de adicciones cuídate!





MARGARITA ISABEL MORALES BONILLA  
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX



Veneno para las hadas / Fuente: Cortesía

# El cine de "Terror" mexicano

El cine de terror en México sabe contar historias con ayuda de la literatura universal, mitos y leyendas mexicanas, sin embargo, la mezcla de diferentes géneros es causa de que este no se tome en serio como debería ser. A pesar de ello existen grandes cintas que son imposibles no destacarlas por su seriedad y compromiso con el terror.

Comienza desde que aparece por primera vez en 1933 con *La Llorona*, dirigida por el cubano Ramón Peón en donde, claro está, se utilizan elementos diferentes a los de ahora, y el propósito de la película se apega más a contar una leyenda típica mexicana que atemorizar al espectador.

Esta idea fue transformándose, ya que a finales de los años 50 ya no solo serían fantasmas, demonios, ni científicos locos quienes protagonizarían las películas, tales como las del director Chano Ureta con *La Bruja* (1954) o *El jinete sin cabeza* (1957). Ahora los monstruos, vampiros, zombies y extraterrestres serían la nueva atracción común para entretener con *El vampiro sangriento* (1962) y *Doctor Satán* (1966) ambas dirigidas por Miguel Morayta Martínez, y *La maldición de la Llorona* (1963, Dir, Rafael Baledon).

Más tarde se da un toque de drama, acción y comedia al incluir elementos como los luchadores contra fuerzas malignas y dejando atrás el propósito de provocar miedo para hacer algo más



Hasta el viento tiene miedo / Fuente: Cortesía

heroico y amistoso, *La sombra del murciélago* (1966) y *Enigma de muerte* (1969) de Federico Curiel, las películas de Santos, Blue Demon, Capulina, Manuel "El loco Valdés", Pepito y Chabelo no se quedan fuera, pues son un gran ejemplo de que el cine de terror mexicano optó por unas buenas risas en lugar de espantar.

Cualquier persona puede ser testigo de esta evolución al ver una película de los años 40 o 50 y luego ver una actual, debido a que el uso de cámaras, efectos de sonido e imagen, la musicalización y atmósfera se han ido sustituyendo por elementos más atractivos y de mucha ayuda para los cineastas que realmente quieren cumplir con el objetivo del cine de terror.

Sería erróneo decir que el cine de terror en México no ha tenido un auge en todos estos años, pero la prueba correcta está con la tetralogía del director Carlos Enrique Taboada, quien supo educar a su público con hechos fantásticos y técnicas bien ejecutadas sin el uso excesivo de efectos especiales, de igual manera, al establecer un estilo propio pero arriesgado ganó respeto y admiración por directores que terminaron inspirándose en él.

La influencia de Taboada con *Hasta el viento tiene miedo* (1968), *El libro de piedra* (1968), *Más negro que la noche* (1975) y *Veneno para las hadas* (1984) ha sido tan fuerte que sus películas siguen teniendo una gran aceptación en México y el extranjero, por eso es necesario mencionarlo, al ser uno de los máximos exponentes del cine de terror en el país.

Sin olvidar a Fernando Méndez (*El vampiro*, 1957), Servando González (*El escapulario*, 1966), Juan López Moctezuma (*Alucarda, la hija de las tinieblas*, 1978), Arturo Ripstein (*La tía Alejandra*, 1979), Guillermo del Toro (*Cronos*, 1992) son un gran ejemplo que no pasan desapercibidos.

El cine de terror mexicano sigue modificándose y a pesar de que no siempre nos ha sacado un susto, la imaginación siempre ha sido parte de este género que difícilmente volverá a tener un toque renovador y atractivo para el público, pero tampoco olvidemos que cada vez hay personas interesadas con nuevas propuestas que podrían llegar a sorprender. 

# Secuelas de la COVID-19, sufrimiento y calidad de vida afectada

No existe propiamente una prueba de laboratorio para diagnosticar el síndrome Post COVID e incluso se le ha equiparado con el Síndrome Post Terapia Intensiva

KARINA CANSECO

[HTTPS://UNAMGLOBAL.UNAM.MX/](https://unamglobal.unam.mx/)

A un año del inicio de la pandemia las consecuencias de la enfermedad a mediano y largo plazo impactan en la salud de quienes la han padecido y en los sistemas de salud pública del país.

Otro de los daños que la pandemia ha causado es el Síndrome Post COVID, padecimiento que tiene una repercusión orgánica, que puede durar meses y que afecta a entre un 10 al 60 por ciento de los pacientes recuperados, más grave en aquellos que tuvieron un alto grado de COVID-19, pero que también está presente en los que cursaron la enfermedad sin agravarse e incluso en los que no presentaron síntomas (casos asintomáticos), advirtió el doctor Alejandro Macías, de la Comisión Universitaria para la Atención de la Emergencia del Coronavirus de la UNAM.

Las secuelas más comunes del Síndrome Post COVID son: fatiga, dolor “más que muscular en las articulaciones”, disnea o falta de aire, tos persistente y molesta “que no es grave pero que tampoco se alcanza a curar”, obnubilación o estado mental de distracción, depresión, pérdida del ol-

fato, del gusto en mayor o menor grado o disgeusia un trastorno del gusto que provoca un cambio en el sabor; insomnio pero también somnolencia que se pueden englobar en “sueño no reparador”, explicó el especialista.

¿Cuál es la causa?

No se sabe bien, pero está demostrado que en una alta proporción de los pacientes el virus (SARS-CoV-2) entra al sistema nervioso central (SNC) por el nervio olfatorio, y lo infecta causando problemas como la hipoxemia feliz —pacientes infectados con niveles de oxígeno en sangre extraordinariamente bajos que pueden realizar actividades como desplazarse y mantener conversaciones—.

“El virus puede entrar al sistema nervioso central y puede desencadenar una inflamación cerebral o inclusive espinal que el sistema puede interpretar como algo periférico, en los músculos, articulaciones o pulmones. Esa infección del SNC explica la hipoxemia feliz y también pudiera explicar el Síndrome Post COVID”, subrayó el infectólogo.

La importancia de un oxímetro

“Por eso hemos insistido en que la gente tenga un oxímetro en su casa, porque la gente que se pone grave frecuentemente no se da cuenta porque no siente que le falta el aire, puede tener una neumonía y sin embargo no siente que le está faltando el aire, el valor de oxigenación normal es generalmente arriba de 92, dependiendo de la altura sobre el nivel del mar”, refirió Macías Hernández.

“Más que al síndrome post terapia intensiva, el Síndrome Post

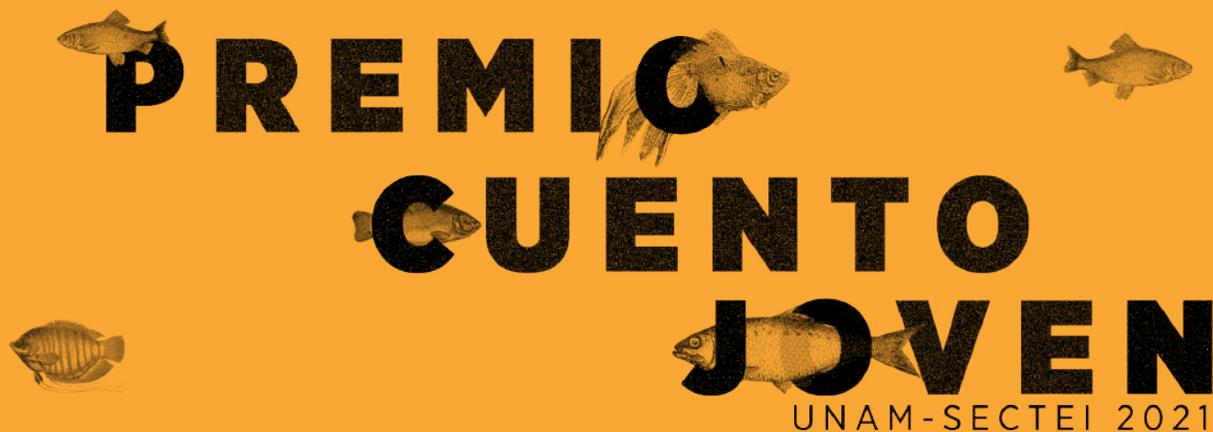


COVID podría parecerse a lo que se conoce como el síndrome de fatiga crónica o fibromialgia, en donde la gente no se siente bien, todo le duele, pero no encontramos nada en laboratorio. Estudios recientes han revelado que en los casos de fibromialgia hay alteraciones en el sistema nervioso”.



Para más información escanea el código:





# PREMIO CUENTO JOVEN

UNAM-SECTEI 2021

La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), a través de la Coordinación de Difusión Cultural (CDC) y la Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial (DGPFE); y la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación (SECTEI) de la Ciudad de México, por medio de la Dirección de Acervo Bibliohemerográfico (DAB), convocan a la población estudiantil inscrita tanto en el bachillerato de escuelas propias o incorporadas a la UNAM, como en el Instituto de Educación Media Superior (IEMS) y el Bachillerato a Distancia de la SECTEI, a publicar una selección de cuentos en una antología auspiciada por dichas Universidad y Secretaría, con apego a las siguientes

## BASES

**Primera.** Podrán participar estudiantes de nivel medio superior, residentes en México, sin distinción de nacionalidad, con un mínimo de dos y un máximo de cinco cuentos de su autoría, originales e inéditos escritos en castellano o en cualquiera de las lenguas originarias de los pueblos indígenas de México. En el segundo caso, será necesario incluir la traducción al castellano en formato de espejo, es decir: el texto traducido se encontrará en las páginas pares para facilitar una lectura simultánea.

**Segunda.** Las autoras o los autores de las obras ganadoras suscribirán un contrato con la UNAM y la SECTEI en el que cederán en exclusiva los derechos de su obra, de cuya publicación impresa recibirán como contraprestación 20 ejemplares y 33% de los ingresos netos que genere la comercialización de la obra en formato electrónico. La cesión tendrá un plazo de tres años e incluirá la publicación en formato impreso y digital.

**Tercera.** Los cuentos, de tema libre, deberán contar con un mínimo de 6 y un máximo de 15 cuartillas (máximo 28 líneas por página). Cada cuento iniciará en página distinta. El cuento, en la lengua en que esté escrito, deberá apegarse al rango mencionado, mientras que su traducción puede variar y ser más extensa o breve (según lo amerite).

**Cuarta.** El manuscrito será firmado con un seudónimo y enviado como archivo adjunto a la dirección electrónica:

[premiocuentojuven@libros.unam.mx](mailto:premiocuentojuven@libros.unam.mx)

**Quinta.** En correo aparte se enviarán a la dirección [plicas@libros.unam.mx](mailto:plicas@libros.unam.mx) la información y la documentación confidenciales que complementarán la postulación. Se deberán incluir el título de la obra y el seudónimo de la persona participante, así como sus datos (nombre completo, dirección, teléfono de contacto y correo electrónico). Asimismo, deberá adjuntarse la imagen escaneada del acta de nacimiento o del certificado de naturalización de la persona participante; la imagen escaneada de su credencial de elector, pasaporte o prueba de

residencia legal en México; la imagen escaneada del documento que la acredite como estudiante; y una breve semblanza (de 600 a 800 caracteres con espacios). Finalmente, se deberá adjuntar una declaración firmada en la que el o la participante manifieste que la obra es de su autoría, inédita y original, y que la misma no se encuentra sujeta a contrato alguno que restrinja su publicación.

**Sexta.** El plazo de presentación de manuscritos y plicas finalizará el 3 de mayo de 2021 a las 15:00 horas.

**Séptima.** La UNAM y la SECTEI, a través de la CDC, la DGPFE y la DAB, designarán un Jurado Calificador constituido por especialistas, quienes seleccionarán las obras ganadoras. Si en la deliberación se considera, por mayoría, que ninguno de los manuscritos presentados posee calidad suficiente para su publicación, esta convocatoria podrá declararse desierta.

**Octava.** El fallo del jurado será inapelable y se hará público a más tardar en agosto de 2021 a través de las redes sociales de Libros UNAM y de la Dirección de Acervo Bibliohemerográfico.

**Novena.** Se designarán tres primeros lugares y menciones honoríficas, cuya selección de cuentos será publicada en coedición por la UNAM y la SECTEI en 2022. Las personas ganadoras serán invitadas a presentar la antología, con gastos pagados por las y los organizadores, en la Feria Internacional del Libro de Minería 2022, siempre que la situación sanitaria lo permita.

**Décima.** No se devolverán los materiales recibidos.

**Décima primera.** Los cuentos ganadores que se publiquen después del término de la vigencia del contrato deberán incluir la leyenda "Premio Cuento Joven UNAM-SECTEI 2021".

**Décima segunda.** El jurado podrá declarar desierto el premio o la suspensión del otorgamiento del mismo cuando surjan situaciones no previstas durante la selección o después de emitido el fallo o cuando así lo considere conveniente, en cuyo caso se deberán asentar en un documento resolutorio las razones de dicha determinación misma que deberá considerar, entre otros, la trayectoria artística y ética de las y los participantes.

Cualquier caso no previsto en esta convocatoria y en aquellas situaciones que surjan después de emitido el fallo será resueltas por la (s) institución(es) convocante(s) de acuerdo al código de ética de la UNAM, a los lineamientos universitarios relativos a los derechos de autor y demás normatividad aplicable, así como a la trayectoria artística y ética de las y los participantes. La facultad de resolución podrá ser transferida al Jurado.

Ciudad Universitaria, 2 de febrero de 2021.

# PREMIO POESÍA JOVEN

UNAM-SECTEI 2021

La Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), a través de la Coordinación de Difusión Cultural (CDC) y la Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial (DGPFE); y la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación (SECTEI) de la Ciudad de México, por medio de la Dirección de Acervo Bibliohemerográfico (DAB), convocan a la población estudiantil inscrita tanto en el bachillerato, licenciatura o posgrado de escuelas propias o incorporadas a la UNAM, como en el Instituto de Educación Media Superior (IEMS) y el Bachillerato a Distancia de la SECTEI, a publicar un libro de poemas auspiciado por dichas Universidad y Secretaría, con apego a las siguientes

## BASES

**Primera.** Podrán participar alumnas y alumnos menores de 30 años (al 3 de mayo de 2021), residentes en México, sin distinción de nacionalidad, con una o más obras de su autoría, originales e inéditas escritas en castellano o en cualquiera de las lenguas originarias de los pueblos indígenas de México. En el segundo caso, será necesario incluir la traducción al castellano en formato de espejo, es decir: el texto traducido se encontrará en las páginas pares para facilitar una lectura simultánea.

**Segunda.** Las autoras o los autores de las obras ganadoras suscribirán un contrato con la UNAM y la SECTEI en el que cederán en exclusiva los derechos de su obra, de cuya publicación impresa recibirán como contraprestación 20 ejemplares y 33% de los ingresos netos que genere la comercialización de la obra en formato electrónico. La cesión tendrá un plazo de tres años e incluirá la publicación en formato impreso y digital.

**Tercera.** Los poemarios, de tema libre, deberán contar con un mínimo de 56 y un máximo de 104 cuartillas (máximo 28 líneas por página). Cada poema iniciará en una página distinta. El poemario, en la lengua en que esté escrito, deberá apegarse al rango mencionado, mientras que su traducción puede variar y ser más extensa o breve (según lo amerite).

**Cuarta.** El manuscrito será firmado con un seudónimo y enviado como archivo adjunto a la dirección electrónica:

[premiopoesiajoven@libros.unam.mx](mailto:premiopoesiajoven@libros.unam.mx)

**Quinta.** En correo aparte se enviarán a la dirección [plicas@libros.unam.mx](mailto:plicas@libros.unam.mx) la información y la documentación confidenciales que complementarán la postulación. Se deberán incluir el título de la obra y el seudónimo de la persona participante, así como sus datos (nombre completo, dirección, teléfono de contacto y correo electrónico). Asimismo, deberán adjuntarse la imagen escaneada del acta de nacimiento o del certificado de naturalización de la persona participante; la imagen escaneada de su credencial de elector, pasaporte o prueba de

residencia legal en México; la imagen escaneada del documento que la acredite como estudiante; y una breve semblanza (de 600 a 800 caracteres con espacios). Finalmente, se deberá adjuntar una declaración firmada donde el o la participante manifieste que la obra es de su autoría, inédita y original, y que la misma no se encuentra sujeta a contrato alguno que restrinja su publicación.

**Sexta.** El plazo de presentación de manuscritos y plicas finalizará el 3 de mayo de 2021 a las 15:00 horas.

**Séptima.** La UNAM y la SECTEI, a través de la CDC, la DGPFE y la DAB, designarán un Jurado Calificador constituido por especialistas, quienes seleccionarán las obras ganadoras. Si en la deliberación se considera, por mayoría, que ninguno de los manuscritos presentados posee calidad suficiente para su publicación, esta convocatoria podrá declararse desierta.

**Octava.** El fallo del jurado será inapelable y se hará público a más tardar en agosto de 2021 a través de las redes sociales de Libros Unam y de la Dirección de Acervo Bibliohemerográfico.

**Novena.** Se elegirán entre una y tres obras para ser publicadas en coedición por la UNAM y la SECTEI en 2022. Las personas ganadoras serán invitadas a presentar sus libros, con gastos pagados por las y los organizadores, en la Feria Internacional del Libro de Minería 2022, siempre que la situación sanitaria lo permita.

**Décima.** No se devolverán los materiales recibidos.

**Décima primera.** Las obras ganadoras que se publiquen después del término de la vigencia del contrato deberán incluir la leyenda "Premio Poesía Joven UNAM-SECTEI 2021".

**Décima segunda.** El jurado podrá declarar desierto el premio o la suspensión del otorgamiento del mismo cuando surjan situaciones no previstas durante la selección o después de emitido el fallo o cuando así lo considere conveniente, en cuyo caso se deberán asentar en un documento resolutorio las razones de dicha determinación misma que deberá considerar, entre otros, la trayectoria artística y ética de las y los participantes.

Cualquier caso no previsto en esta convocatoria y en aquellas situaciones que surjan después de emitido el fallo será resueltas por la(s) institución(es) convocante(s) de acuerdo al código de ética de la UNAM, a los lineamientos universitarios relativos a los derechos de autor y demás normatividad aplicable, así como a la trayectoria artística y ética de las y los participantes. La facultad de resolución podrá ser transferida al Jurado.

Ciudad Universitaria, 2 de febrero de 2021.

## PREINSCRIPCIÓN PROGRAMA DE APOYO AL EGRESO PAE-ES periodo 2021-2

El Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Vallejo, convoca a las alumnas y alumnos de la generación 2019 y anteriores a participar en el Programa de Apoyo al Egreso, (PAE-ES) periodo 2021-2, bajo las siguientes.

### BASES:

1. Ser estudiante de la **generación 2019 o anteriores**.
2. **Adeudar** hasta **siete asignaturas** al momento de tramitar la solicitud de preinscripción.
3. Las fechas de solicitud de preinscripción, serán **del 19 al 23 de febrero del 2021** en la página electrónica del plantel: <http://www.cch-vallejo.unam.mx> recuerda hacer la solicitud con tu **correo institucional**.

4. Los **resultados** se publicarán en la página del plantel Vallejo el **viernes 26 de febrero**.
5. En el transcurso del día viernes se habilitará tu Aula Virtual en Microsoft Teams o bien tu profesor se pondrá en contacto contigo por correo electrónico.
6. El **inicio** del PAE será el **sábado 27 de febrero en línea**.

Turno matutino	Turno Vespertino
7:00 a 11:00 hrs.	11:00 a 15:00 hrs.

7. Recuerda que debes de cumplir con el **100% de asistencia** y respetar el **reglamento del programa**. Incumplir con alguno de los puntos anteriores implica baja definitiva del PAE.
8. No habrá cambio de horarios ni prórroga para la preinscripción.
9. La apertura de grupos estará sujeta a:
  - a. Disponibilidad de recursos para el pago de profesores.
  - b. La existencia de profesores que impartan los cursos.
  - c. Que se reúna el mínimo de alumnos con derecho a inscripción para la apertura del grupo.

Atentamente  
"Por mi raza hablará el espíritu"  
ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



# EXAMEN EXTRAORDINARIO

Periodo EC 2021-2  
PRE- REGISTRO 19 AL 23 DE FEBRERO

1. Alumnos y alumnas de cualquier generación que deban materias.

2. Realiza el pre-registro en la página del Plantel Vallejo [www.cch-vallejo.unam.mx](http://www.cch-vallejo.unam.mx) del 19 al 23 de febrero de 2021. Recuerda utilizar tu correo institucional.

3. Podrías pre-registrar hasta tres materias de cualquier semestre.

4. No puedes pre-registrar materias con calificación aprobatoria.

5. Es tu responsabilidad verificar tus datos y asignaturas al momento del pre-registro.

6. Es tu responsabilidad verificar las asignaturas inscritas antes y después del pre-registro en:

<https://plataforma.cch.unam.mx/estudiantil/>  
(Deberás estar al pendiente en redes sociales de cuándo tienes que realizar esta acción)

7. Es importante que estés al pendiente del día y hora de tu aplicación en las páginas:

<https://www.cch.unam.mx/>

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

8. El examen se realizará en la página:  
[exámenes.cch.unam.mx](http://exámenes.cch.unam.mx)

9. Si tienes algún problema o duda escribe a: [extras.vallejo@cch.unam.mx](mailto:extras.vallejo@cch.unam.mx)

10. Para preparar tus extraordinarios, te invitamos a acercarte al Programa Institucional de Asesorías mediante el Grupo de Facebook: Asesorías CCH Vallejo Oficial o al correo electrónico [pia.vallejo@cch.unam.mx](mailto:pia.vallejo@cch.unam.mx)



Atentamente

“Por mi raza hablará el espíritu”  
ADMINISTRACIÓN ESCOLAR





UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
 COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES  
 DIRECCIÓN GENERAL  
 SECRETARÍA ACADÉMICA  
 SECRETARÍA AUXILIAR DE MATEMÁTICAS  
 JEFATURAS DE SECCIÓN DE LOS PLANTELES

# Día de $\pi$

## Festejo de las Matemáticas

### 12 de marzo de 2021

**Kahoot!**

**Ajedrez**

**Escape Rooms**

**Acertijos**

**Recorridos virtuales**

**Conferencias**

**Cubos Rubik**

**Geometría**

**Problemas**

¡Te invitamos a festejar el día de las Matemáticas de **forma virtual participando en las actividades** de los cinco planteles del CCH de **10:00 a 20:00 horas!**

