



COMUNIDAD
VALLEJO

CCH Vallejo, comprometido con la diversidad



Consulta **Comunidad Vallejo** desde tu celular



CCH Vallejo Oficial



6 de septiembre de 2021
Número 392



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

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

Mtra. María Xóchitl Megchún Trejo
Secretaria Académica

Lic. Carlos Ortega Ambríz
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

Mtra. Paola Aviani Medina Lechuga
COORDINADORA EDITORIAL

Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera

Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo

Lic. Diana Fernanda Velázquez Ortiz

MESA DE REDACCIÓN

Lic. Jorge Flores Figueroa

DISEÑO EDITORIAL

Lic- Erika Margarita Rodríguez Sánchez

REDES SOCIALES

David Alejandro Melo Valencia

Laura Michelle Jaramillo Hevia

SERVICIO SOCIAL

C. Adrián Enriquez Rodríguez

JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

Algo que nos enorgullece en el CCH Vallejo es el compromiso de su comunidad por el respeto y la inclusión de todas, todos y todes así lo demostraron en la organización del Primer Foro de Diversidad Sexual, en donde se expusieron, durante 13 horas continuas, las inquietudes que tienen nuestros estudiantes respecto a este tema.

Esta actividad reunió a expertos y a más de 3 mil estudiantes interesados conectados en vivo en alguno de los temas que se abordaron como: la diversidad en la literatura, crímenes de odio, el cine LGBT+, lenguaje incluyente y seguridad en apps de citas, hasta experiencias dentro del arte drag y testimonios de las propias alumnas y alumnos sobre este tema.

Así es la UNAM y el CCH, un espacio de libertades para abordar, discutir y exponer los temas que son de interés para nuestras juventudes, fomentando la tolerancia por el pensamiento distinto.

En el plantel Vallejo, seguiremos trabajando en escuchar y atender las inquietudes que manifiesta nuestra comunidad, en dar espacios de discusión y solución a los distintos cambios sociales que se están dando, no solo en el contexto universitario o nacional, sino en todo el mundo.

¡Felicidades a la comunidad por su primer foro de Diversidad Sexual Cecehachera!

6 de septiembre de 2021 **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 392

Desmitificando el tabaco y el alcohol

Emociones y Adicción: No son una buena combinación

- Más de 4 mil sustancias, 250 de ellas nocivas y 50 cancerígenas contiene un cigarro

JORGE SAÚL BERNAL AREVALO.
comunidad.vallejo@cch.unam.mx

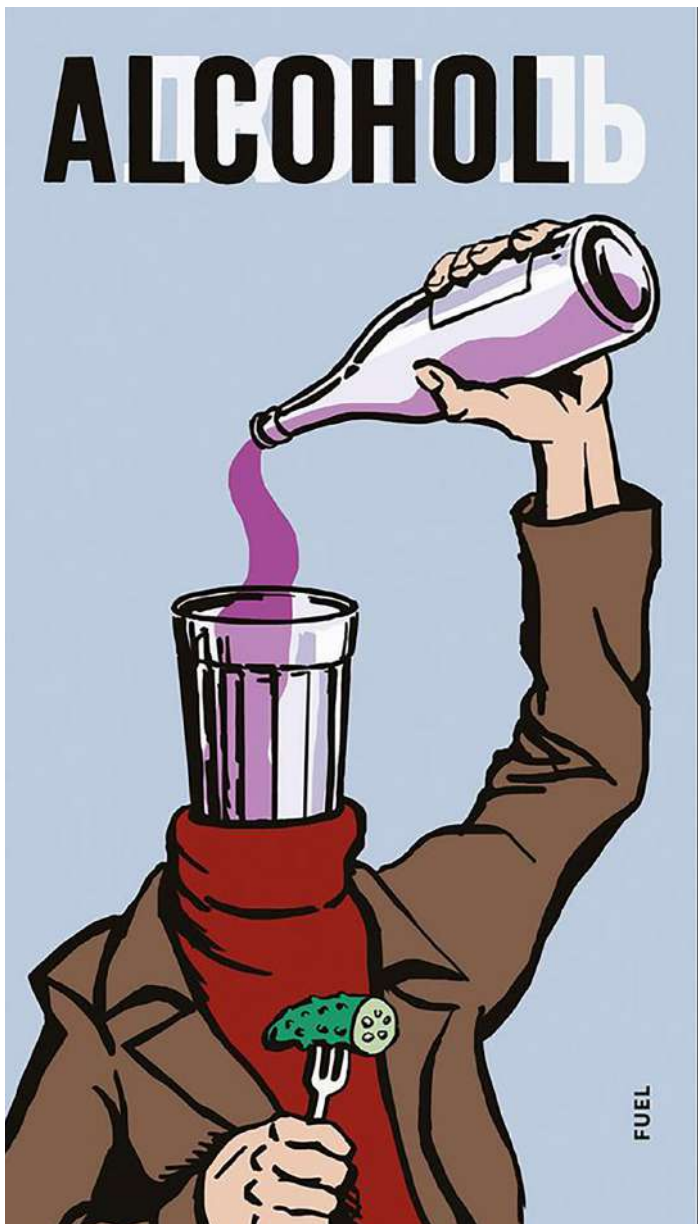


ILUSTRACIÓN: FREEPIK.COM.ES

En la Jornada Virtual de la Salud del CCH Vallejo; Georgina Radilla, trabajadora social del Centro de Integración Juvenil de la alcaldía Gustavo A. Madero de la Zona Norte, habló sobre las adicciones que definió como una enfermedad crónica, una necesidad compulsiva por consumir sustancias que oscilan desde el abuso, dependencia psicológica y física hasta la tolerancia, así como síndrome de abstinencia; “en el tema de las adicciones existen mitos y creencias como: “si bebes solo los fines de semana no te hace daño, beber mejora el ánimo y aumenta la potencia sexual; comer picante o beber un café cargado baja la cruda”, comentó.

Si bebes sólo los fines de semana no te hace daño, beber mejora el ánimo y aumenta la potencia sexual; comer picante o beber un café cargado baja la cruda, son mitos o creencias en el tema de las adicciones explicó Georgina Radilla.

Durante la charla la especialista definió a las adicciones como una enfermedad crónica, por la necesidad compulsiva de consumir sustancias resultando en el abuso, dependencia psicológica y física, así como síndrome de abstinencia. Las sustancias que causan más adicciones y que se consumen más son el tabaco y el alcohol.

No toda la sociedad consume alcohol de la misma manera, explicó la ponente; existe el abstinencia que lo toma en ocasiones como aperitivo y de modo responsable; el bebedor social o moderado no llega a la embriaguez, su objetivo es la convivencia, socializa con alcohol o sin él; el bebedor excesivo o problemático presenta tolerancia al alcohol, no ha desarrollado dependencia, ocasiona accidentes automovilísticos, problemas en la familia y sociedad.

El alcohólico ya tiene dependencia física al igual que psicológica y síndrome de supresión, experimenta incapacidad para abstenerse; al consumir la primera copa se le genera una compulsión física y obsesión mental, pierde noción del tiempo y de su responsabilidad; presentan daños cerebrales como

mal procesamiento de la información, alteraciones de juicio, dificultad para recordar, así como realizar tareas de ejecución, disminución de atención, mal procesamiento viso-espacial, deterioro de la memoria y reflejos; falta de coordinación motora con marcha inestable y dificultad para mantenerse de pie; alteraciones del sueño, daños al aparato digestivo como reflujo gastro esofágico, diarreas, mala absorción intestinal, daño al hígado-páncreas y cáncer.

De igual forma mencionó que el tabaco es otra sustancia altamente adictiva, de gran consumo a nivel mundial; tiene químicos como la nicotina que es un estimulante adictivo como la heroína, por ello no alivia el estrés; daña la piel, dientes, intestinos, pulmones, corazón, sistema nervioso y todo el cuerpo. Lo elaboran con metano, cianuro de hidrógeno, nicotina, amoníaco, arsénico, alquitrán, plomo, uranio, butano, metanol, benceno, ácido cianhídrico, monóxido de carbono y más de 4000 sustancias, 250 de ellas nocivas y 50 cancerígenas como los hidrocarburos aromáticos policíclicos como el benceno, tolueno y las nitrosaminas; es tan grave el daño que ocasiona a la salud sobre todo cardiopulmonares que la OMS decretó al 31 de mayo como el día mundial sin tabaco.



ILUSTRACIÓN: FREEPIK.COM.ES



FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO

EL ALCOHOL EN SU FORMA DE PULQUE -OCTLI- SE VINCULA A RITUALES DE SACRIFICIO DESDE LA ÉPOCA PREHISPÁNICA. CONSIDERADO MEDICINAL POR SUS PROTEÍNAS, CARBOHIDRATOS Y VITAMINAS"

El consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, se ha utilizado para calmar emociones negativas, aunque la mejor manera es identificarlas y buscar alternativas saludables para su regulación, como puede ser una actividad artística, recreativa, juegos y deportes; enfatizó, "debes buscar hábitos saludables para influir en tu bienestar físico, mental, espiritual, así como social. Se recomienda organizar el tiempo libre, relajarnos con respiraciones profundas y dormir"

- Si bebes hazlo con responsabilidad y conocimiento sobre los efectos del alcohol
- Respeta, no presiones al abstemio
- Conoce tu vulnerabilidad
- Beber mucho no te hace más hombre
- No debes tener crudas o resacas
- Evita situaciones de riesgo
- Lo ideal es no consumir ninguna forma de alcohol debido a que el consumo es progresivo, incurable y mortal.



CONVOCATORIA

El Consejo Editorial de Mediaciones. Revista de Comunicación del Colegio de Ciencias y Humanidades convoca a la comunidad docente del Colegio de Ciencias y Humanidades y a los interesados en el campo de conocimiento de la comunicación y su enseñanza en la Educación Media Superior y Superior, a colaborar en el número cinco de Mediaciones. **Revista de Comunicación del Colegio de Ciencias y Humanidades** con la publicación de un artículo académico, ensayo, reseña o reporte de investigación acerca del tema:

ENSEÑAR Y APRENDER COMUNICACIÓN ¿PARA QUÉ?

- * Las colaboraciones deberán ser inéditas.
- * Los escritos deberán tener una extensión mínima de cinco cuartillas y máxima de ocho en el caso de artículos, ensayos y reportes de investigación.
- * Deben estar escritos en Arial de 12 puntos a 1.5 de interlineado.
- * Las referencias deberán integrarse en el cuerpo del documento con base en el sistema APA.
- * La lista de fuentes deberá indicarse al final del artículo con base en el sistema APA.
- * La lista de fuentes deberá indicarse al final del artículo con base en el sistema APA.



* Se debe agregar un archivo Word con los siguientes datos: síntesis curricular de 3 a 4 líneas, correo electrónico y entidad académica de adscripción.

* Se les notificará por correo electrónico el resultado de la evaluación de su escrito.

* La recepción de las colaboraciones no implica su aceptación para ser publicadas

* Los textos recibidos serán evaluados por pares.

* La fecha límite para recibir los textos será el próximo viernes 8 de enero de 2022 en nuestra página

<https://mediacionescch.com/>



El Comité Editorial:

CCH Azcapotzalco

Leslie Rondero Ramírez

CCH Naucalpan

Enrique Pimentel Bautista e

Liriana González Mercado

CCH Oriente

Ignacio Valle Buendía

CCH Sur

Carlos Alonso Alcántara

CCH Vallejo

Edmundo Gabirto Aguilar Sánchez;

Tanya Graciela Guerrero González;

IPN

Óscar Manuel Quezada

Coordinador de Literatura del IPN.

13 horas continuas de charlas, mesas, talleres y conferencias



FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO

Primer Foro por la Diversidad

- Estudiantes y autoridades buscan una comunidad incluyente y respetuosa

Por primera vez, el plantel Vallejo organizó el *Primer Foro por la Diversidad Cecehachera*, que por las condiciones de salud y seguridad se realizó a distancia. Fueron 13 horas continuas en que alumnos, autoridades y expertos convivieron para tratar temas de violencia por homofobia, pero también de inclusión en la cultura, en el lenguaje, en el cine, la música, así como con experiencias de la propia comunidad LGBTQ+ y de aquellos que se dedican al Drag.

Durante el acto inaugural, la directora del plantel CCH Vallejo, Maricela González Delgado recordó al público virtual: "Durante la década de los 90's; al inicio de la lucha contra el VIH, el plantel desarrolló actividades para sensibilizar a la comunidad cecehachera en la tolerancia, la sana convivencia y el respeto de todos, todas y todes".

En este sentido, el CCH Vallejo se ha caracterizado por visibilizar el respeto al otro y romper con

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO
comunidad.vallejo@cch.unam.mx

prejuicios como es su momento fue con el VIH, "que se estén dando este tipo de foros para la diversidad dentro del Plantel es muy alentador para la comunidad", reconoció la también académica.

El primer Foro por la Diversidad Cecehachera formó parte de la Semana del Orgullo LGBTQIII+ de la UNAM y se realizaron actividades como mesas, charlas, debates y más: "*Voces Diversas, Miradas a la Literatura*", "*ABC del LGBTQIII+*", "*Lenguaje Incluyente*", "*Aventura de una Drag*", "*Ciudad de los Odios*" (*Historia de víctimas de homofobia*), "*Representación y Creación de Identidades*" y para finalizar; "*Cierre con experiencias para enfrentar la homosexualidad, bisexualidad y el salir del closet*".

Miradas a la literatura LGBTQ

La primera mesa llamada *Voces diversas. Miradas a la literatura*

EL ORIGEN MAS REMOTO DEL MOVIMIENTO CONTRA LA VIOLENCIA Y LA PERSECUCIÓN HOMOFÓBICA, FUE EN LA NUEVA YORK EN 1969."



FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO

LGBT, fue presentada por Ernesto Reséndiz con estudios de Lengua y Literatura Hispánicas en la UNAM, es autor del capítulo de la *Memora y el Deseo de estudios Gay y Queer en México* publicado en 2014 entre otros títulos y Maai Ortiz maestro en Comunicación y Política por la UAM Xochimilco.

Los dos ponentes que participan en la librería *Voces en Tinta* y *Somos Voces* más importante de América Latina respecto a estos temas de diversidad sexual, coincidieron que tanto la literatura como el Arte que los activistas en su momento reflejaron las inquietudes respecto a sus gustos y sus cuerpos, son los primeros en visibilizar a estas minorías que exigían derechos. Así en los performances y en la escritura es importante para dar a conocer todas estas discusiones, problemáticas.



Carolina Torres Urquiza, busca la inclusión por medio del lenguaje, es vanguardista y activista.

- “El lenguaje nos permite conocer al mundo y que el mundo nos conozca”

¿Por qué utilizar el lenguaje inclusivo?

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO.
comunidad.vallejo@cch.unam.mx

La psicóloga, conferencista y docente universitaria, Carolina Torres Urquiza, expuso el tema La Construcción de Alternativas Incluyentes del Lenguaje en el Primer Foro de Diversidad Cecehachera desarrollado en Facebook del CCH Vallejo.

Torres Urquiza comentó: “me parece interesante abrir espacios en la academia para debatir en la polémica informada y desinformada, así como, cuestionar temas de activismo, preguntando “por qué” antes que “el cómo” se desarrolla la construcción de las alternativas incluyentes, aunque no domino el lenguaje de la “E” inclusiva, me parece una propuesta vanguardista y digna de estudio, que titulé: “y ahí viene la “E”, alzando los pies...”

Para ella, “el lenguaje nos permite conocer al mundo y que el mundo nos conozca, es una actividad comunicativa de función externa que permite ver más allá de las letras y la gramática; implica una función interna de manipulación egocéntrica de los pensamientos, permite referirnos a las personas como hombres o mujeres y en ocasiones de modo neutral como halago o reconocimiento y hasta de modo despectivo”.

Usamos palabras como “vieja”, “puta”, “güila”, “piruja” para la mujer; y para un hombre: “puto”, “mandilón”, “jodido”, agregó; “menospreciando al hombre por su capacidad de sentir y a la mujer por considerarla “un objeto bello y poco inteligente”, conforme a los estereotipos de género.

LA INCLUSIÓN DE LA “E” ME PARECE UNA IDEA VANGUARDISTA Y DIGNA DE ESTUDIO.”

TENEMOS QUE SABER ESCUCHAR, SER EMPÁTICOS, POR AHÍ SE EMPIEZA LA INCLUSIÓN.”

La psicóloga explicó, El Triángulo de la Violencia, formado por la violencia visible o directa y la invisible como la violencia cultural basada en estereotipos o constructos sociales y la estructural como la institucional “cuando se hablaba de la histeria clínica, exclusiva de mujeres según el psicoanálisis” y todo tipo de represión sexual femenina expresada por tradiciones, como la mutilación del himen en culturas africanas.

Torres Urquiza invitó a que se utilice la “E” alzando los pies, para evitar la discriminación, la desigualdad y respetar la diversidad; también agregó; “es necesario conocer que hay variaciones dentro de los cuerpos de las personas derivados de la genética intersexual y aprender, que no solamente existen dos sexos; debemos aceptar las preferencias, inclinaciones y formas de pensamiento que dan apertura a la diversidad sexual y de género para valorar las diferencias y poder expresarnos usando los artículos “los”, “las” para el masculino y femenino y “les” para la diversidad de género LGBTTIQ+, respetando la identidad como un constructo sociocultural al que tienen derecho todos, todas y todes.

Para finalizar compartió una de sus experiencias: “como terapeuta he asumido la neutralidad en los pacientes, algunos de los cuales comentan: me encuentro preocupado, o preocupada como gay o mujer o preocupado como hombre o lesbiana. Es necesario ser cauteloso y observar cómo se identifica así mismo el paciente” resaltó la necesidad de “saber escuchar y empatizar con ellos, dándoles el lugar que merecen”.

La comunidad LGBTTIQ+ presenta necesidades específicas.

¿Qué es la diversidad sexual?

- Por discriminación, integrantes de la comunidad atraviesan problemas

DHAMAR MIRELES
Comunidad.vallejo@cch.unam.mx

En el marco de las jornadas virtuales de salud emitidas desde el Facebook oficial del plantel Vallejo, se tocó el tema de *Diversidad Sexual y Salud*. La psicóloga Montserrat Estefanía Villegas Rodríguez, jefa de la unidad de género de Tlanepantla de Baz, se encargó de explicar en qué consiste la diversidad sexual y los principales problemas de desinformación acerca de la comunidad LGBTTTIQ+.

La diversidad sexual en palabras de la psicóloga es “la forma distinta en la que se manifiesta nuestra sexualidad”; el género, menciona, se refiere a una característica impuesta por la sociedad y la construcción, mientras que la expresión de género es lo que se percibe como lo que es propio del hombre o lo que es propio de la mujer, implica “el cómo vistes, actúas, te expresas y demás”. La identidad de género “es cómo te percibes, por lo general comienza a definirse hasta los 3 años de edad, cuando el infante comienza a adquirir conciencia y se identifica como niño o niña”. Mientras

www.facebook.com ahora está en modo de pantalla completa (Presiona [Esc] para salir del modo de pantalla completa)

H. AYUNTAMIENTO CONSTITUCIONAL DE TLANEPANTLA DE BAZ 2019-2021

Oficina de Atención a la Diversidad Sexual SMDIF Tlanepantla de Baz.

Montserrat VL...

Teléfonos:
55 3729 5545 y 55 7858 9072

Correo electrónico:
diversidad@difltlanepantla.gob.mx

Av. Convento de Santa Mónica s/n Esq.
Av. Convento de San Fernando C.P.
54050, Tlanepantla de Baz, Estado de México.

“Tener un hijo LGBTTIQ+ no significa que fallaste”

Atención psicológica especializada en
Diversidad Sexual para personas LGBTTIQ+
55 3729 5545 · 55 7858 9072
diversidad@difltlanepantla.gob.mx

2:08:34 / 2:15:41

FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO



ILUSTRACIÓN: FREEPIK.COM.ES

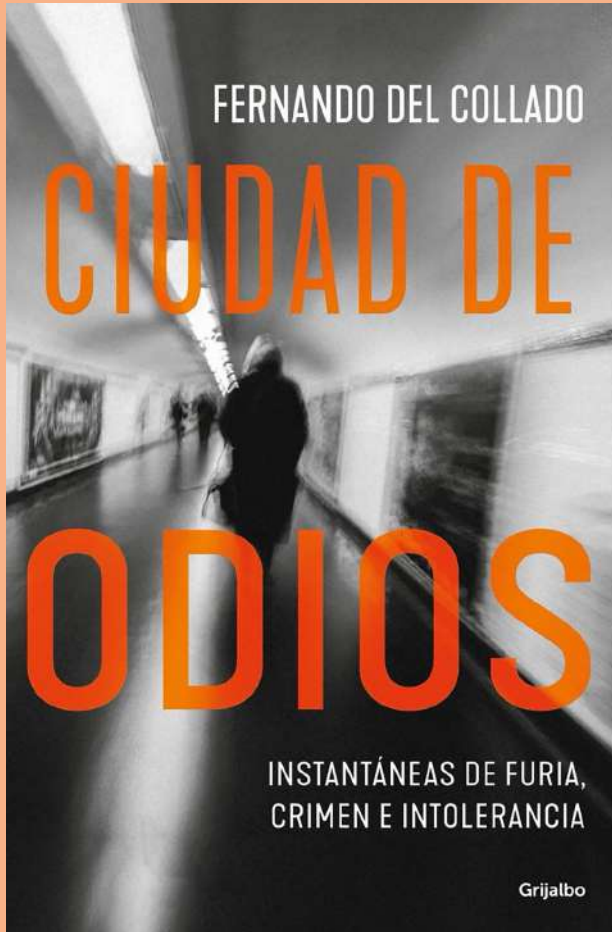
Para finalizar el conversatorio, invitó a la audiencia a acercarse a la Oficina de Atención a la Diversidad Sexual de la Unidad SMDIF Tlalnepantla de Baz, donde se ofrecen pláticas; conferencias; capacitaciones a servidoras y servidores públicos; acompañamiento psicoemocional a quien lo requiera como grupos de apoyo; consulta psicológica y consejerías disponibles en modalidad presencial o virtual.

que la orientación sexual se refiere hacia quién sientes atracción física, espiritual, y emocional, basado en el género.

Además, la licenciada en psicología expuso los principales problemas de prejuicios, estigmas y discriminación que viven las personas que se identifican dentro de la comunidad LGBTQ+ y que los llevan a tener importantes afecciones en su salud, algunas de estas son: el riesgo de consumo de sustancias, el cual se eleva de 10% a 20%; estrés, ansiedad y depresión, que son afecciones muy frecuentes; los casos de suicidio aumentan hasta cuatro veces en miembros de esta comunidad; y la falta de información sobre la comunidad.

No obstante, Montserrat Villegas apuntó que la comunidad LGBTQ+ presenta necesidades específicas. "Las mujeres lesbianas y bisexuales, han descrito una mayor prevalencia de osteoporosis, sobrepeso, así como obesidad, cáncer de mama, cáncer de cérvix, y mayor riesgo a no acceder a servicios de cribado de cáncer. Los hombres gays y bisexuales, registran mayores tasas de infección de VIH, hepatitis, cáncer anal, de próstata, testículos y colon, también trastornos de alimentación. Mientras que las personas trans tienen necesidades relacionadas con el proceso de transición y padecen de cáncer.





Un libro crudo, que refleja la impunidad existente en la CDMX

Ciudad de odios, el historial de víctimas de homofobia en la CdMx

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO.
comunidad.vallejo@cch.unam.mx

- “Si no te identificas con la comunidad LGBTTTIQ+, Identifícate con el amor, no con el odio a las personas”.

Durante el Primer Foro de la Diversidad Cecehachera, se desarrolló un conversatorio inspirado en el libro Ciudad de Odios, El Historial de Víctimas de Homofobia en la CDMX del periodista Fernando del Collado.

Iván Quezada, periodista y editor del periódico El economista y Cesar Alonso García Huitrón jefe de Comunicación del CCH Vallejo, expusieron sus ideas en torno al libro, que relata 157 casos de crímenes de odio, casos impunes, hechos lamentables que siguen ocurriendo.

Cesar Alonso García comentó, “el odio se cultiva en las familias disfuncionales y se expande en una sociedad conservadora que rechaza nuevas manifestaciones, carente de empatía y educación por el respeto y la tolerancia. Los familiares luctuosos involucrados son víctimas de la impunidad prevalente en la nación, en los relatos, se narra la crudeza de los asesinatos, porque así es la muerte por odio”.

Hablar de crímenes por homofobia, permite visibilizar a la víctima y al problema de odio, muchos se gestan por contacto en redes sociales, se desarrollan en antros, bares, hoteles o habitaciones, es un problema que debe ser visibilizado.

"157 CASOS DE CRÍMENES DE ODIOS, IMPUNES HASTA LA FECHA SE RELATAN EN EL LIBRO"

Iván Quezada, expresó que una de las cosas más interesantes que tiene el libro es su narrativa. Le transmite al lector esta “sed de hambre” por seguir investigando en cada uno de los casos, y pareciera que las investigaciones están “inconclusas” pero es tan brutal la narrativa, que sabemos que lo hace propósito para dejar en evidencia la torpeza de las autoridades.

En seguida, agregó; “necesitamos que las autoridades se involucren y declaren que los asesinatos son por homofobia, por odio. En periodismo estos delitos no deben verse como “pasionales”, necesitamos conocer los escenarios y no estancarnos en el machismo, debemos educar a la sociedad, desterrar ideologías religiosas contra la comunidad, porque se ataca lo desconocido como trasfondo del miedo.”

|| **HABLAR DE CRÍMENES POR HOMOFOBIA, PERMITE VISIBILIZAR A LAS VÍCTIMAS Y EL PROBLEMA DE ODIO TAN SEVERO QUE HAY EN LA SOCIEDAD, POR EL HECHO DE SER DIFERENTES."**

|| **¿POR QUÉ SE ATACA A LO DESCONOCIDO? POR MIEDO, POR IGNORANCIA."**



FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO

|| **LAS ORGANIZACIONES DEBEN OPTAR POR LA INCLUSIÓN, DEBEN CAMBIAR LAS LEYES PARA QUE SE TENGA JUSTICIA."**

El periodista cuenta que, las marchas buscan soluciones a los diversos problemas que tiene la comunidad, pero si la sociedad no participa en la aceptación, difícilmente veo que disminuya el odio hacia esas comunidades. Debemos tener cuidado a los que le damos «me gusta» o aceptamos en las redes, cualquier tipo de odio, simplemente no es aceptable.

“No seas cómplice al apoyar con like actitudes de menosprecio y burla contra la comunidad LGBTTTQ+, ni apoyes la misoginia o el machismo expresado en redes sociales; observamos que durante el Mes del Orgullo, se cambiaron los perfiles de Facebook en apoyo a la diversidad, pero el apoyo es todos los días, defiende lo que está bien, no te burles de la diversidad, ni participes del rechazo y el odio hacia la gente” concluyó César García.

Las apps pueden ser una gran opción en tiempos de pandemia, pero habrá que cuidar tú seguridad.

¿Te gusta ligar por apps?

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO.
comunidad.vallejo@cch.unam.mx

|| No SE TRATA DE SATANIZAR LAS APPS, SOLO DE TENER PRECAUCIÓN Y NO SER TAN CONFIADOS, PUEDES DIVERTIRTE SIN PONERTE EN RIESGO."

- "Todas las aplicaciones son susceptibles de hackeo, de robo de información o secuestro digital".

Hoy más que nunca se están usando las apps para poder conocer gente, se pensaría que no hay tanto riesgo, ya que la interacción se da entre una pantalla, sin embargo, eso no quita de que pueda ser peligroso, el tema de seguridad de estas aplicaciones lo abordó David Sánchez Romero, abogado y activista en el Primer Foro de Diversidad Cecehachera.

"El tema lo debe abordar el Estado y las universidades" categórico afirmó. La pandemia ha acentuado el uso de estas aplicaciones como Tinder, Pof, Happn, Grindr, Badoo, Meetic, Mach.com, Okcupid que permiten comunicarnos con todo el mundo. Y eso es increíble, pero qué pasa con nuestros derechos, cómo podemos saber si estamos agrediendo o nos están agrediendo, en este tipo de aplicaciones estas líneas

son tan delgadas casi imperceptibles que podemos perdernos en ello.

“Es derecho de las personas tener relaciones sexuales informadas y seguras; placenteras, libres de coacción, discriminación y violencia”. Dijo. La sexualidad es amplia y abarca el aspecto físico, mental, social y emocional, “no solo es para procrear,” implica el derecho a la privacidad. Manifestar públicamente los afectos, la identidad sexual y de género, así como, el derecho a servicios de salud preventiva y correctiva de las ETS, a planificar la familia si se desea, a elegir cuándo, cómo y con quién casarse.

La edad promedio de la primera relación sexual en México, oscila entre quince y dieciocho años, aclaró; “tomando como referencia la escolaridad, el medio rural o urbano, es más temprana la edad; entre más baja es la escolaridad. Pocas personas usan la anticoncepción por desconocimiento, falta de recursos y coacción, la edad del primer embarazo es baja, sobre todo en medios rurales; de las 35 ETS son más frecuentes la sífilis, gonorrea, clamidiasis, tricomoniasis, herpes B, hepatitis, VPH y VIH.

México ocupa el segundo lugar mundial de trans-femicidios (después de Brasil); 30% de las adolescentes entre 15 y 19 años están casadas y 47 mil mujeres mueren al año por abortos mal practicados. Existen 5 mil casos de SIDA (25 a 44 años en 2020), 35 años es la esperanza de vida de un trans, según lo reporta la Comisión Interamericana de los Derechos Humanos (CIDH).



IUSTRACIÓN: FREEPIK.COM.ES

“Promover la interacción personal es el objetivo de las apps, por eso es importante hablar de ellas por su cotidianidad, debemos usarlas con seguridad y con consentimiento de información porque piden datos dudosos de compartir, como ubicación domiciliar o escolar, reconocimiento facial o fotos”.

Al usarlas, aconsejó; lee los “términos y condiciones”, usa tu nombre sin apellidos y evita el “sexting” (puede ser usado para perjudicarte), cuida tu forma de comunicar, manda tu ubicación a una persona de confianza con contexto relativo del posible “amigo, amiga o amigo” a contactar, y busca siempre el primer encuentro en espacios abiertos y horarios seguros; recuerda que “todas las aplicaciones son susceptibles de hackeo, de robo de información o secuestro digital”.

No se trata de satanizar las apps solo de tener precaución y no ser tan confiados, puedes divertirte sin ponerte en riesgo.

Si tienes dolor al orinar, flujo vaginal amarillento, olores desagradables, probablemente tienes una infección de transmisión sexual.

Las infecciones de transmisión sexual se pueden evitar

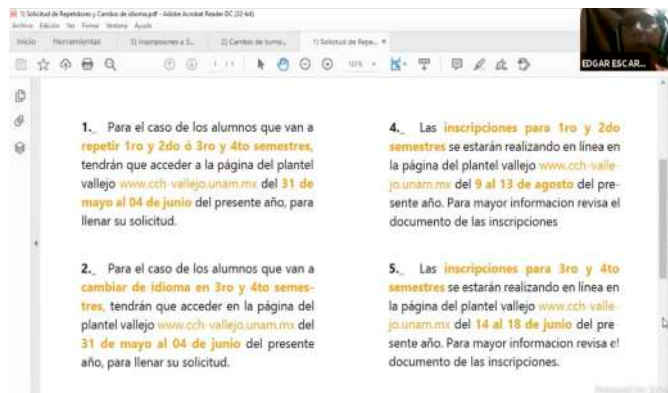
La Psicóloga de la FES Iztaacala Elvia Daniela Cruz, presentó el tema Infecciones de Transmisión sexual como situación de Salud, en la Jornada de virtual de la Salud, a cargo del departamento de Psicopedagogía del Plantel CCH Vallejo, la transmisión se llevó a cabo en la página oficial de Facebook.

Elvia Daniela Cruz definió el concepto de enfermedad de transmisión sexual como una patología donde interviene una relación sexual que da como resultado una transmisión epidemiológica.

Los agentes etiológicos de las ITS pueden ser causadas por bacterias como gonorrea, clamidiasis, sífilis, gardnerella, vaginosis, por virus como el VPH y VIH y por hongos; comentó, Cruz, todas tienen como único reservorio a las personas, su manifestación puede ser aguda, crónica y asintomática; en el sistema genitourinario y con extensión a otros órganos; las que cursan con úlceras inflamatorias del tracto urinario favorecen la trasmisión de infecciones como el VIH y hepatitis; cuando la infección produce manifestaciones clínicas, un médico puede identificar la infección a partir de estudios de orina y sangre para diagnosticarlas.

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO.
Jorge.bernal@cch.unam.mx

La psicóloga mostró un video de enfermedades como sífilis, gonorrea, clamidiasis, verrugas y herpes genital; se mencionaron síntomas comunes en todas las ITS como dolor, irritación, inflamación, ardor al orinar, flujos anormales, olores desagradables, sangrado e hipersensibilidad genital.



De la **Gonorrea**; agregó, tiene una incubación de 2 a 7 días, puede haber reinfección, a veces es asintomática en las mujeres, puede generar uretritis, epididimitis, orquitis, infertilidad en el hombre, cervicitis, endometritis, salpingitis, rotura de membranas, perihepatitis, en ambos sexos faringitis, meningitis, endocarditis, también son afectados con neumonía y conjuntivitis.

La **Clamidia** con incubación de 7 a 21 días, puede ser asintomática en ambos sexos; modifica el flujo vaginal, sangrados intermenstruales, dolor testicular y en la micción con sangrados rectales en ambos sexos; acompañados de cervicitis, salpingitis, rotura de membranas, faringitis y uretritis, epididimitis, orquitis e infertilidad en el hombre.


La **Sífilis** con incubación de 20 a 40 días, se re infecta, no sólo se transmite por relaciones sexuales sino también por transfusión; aparece un chancro genital o bucal y erupciones cutáneas, inflamación genital y de ganglios, alopecia, sordera, problemas oculares, hepáticos, renales o neurológicos con síntomas oculares que se detectan con análisis sanguíneos.

Jornada de la salud control y Publicado por CCH Vallejo O 795 reproducciones

www.facebook.com ahora está en modo de pantalla completa (Presiona Esc para salir del modo de pantalla completa)

Sexo seguro y sexo protegido

- **Sexo seguro:** prácticas en la que no hay intercambio de fluidos (caricias, abrazos, besos, autoerotización, etc.)
- **Sexo protegido:** prácticas sexuales en las que existe un método de barrera que impide el intercambio de fluidos (condón masculino o femenino, diques, barreras, laminillas o mantas de látex, dedos o guantes de látex)



Fuente: Benar

Vaginosis Bacteriana, con reinfección y asintomática en los hombres, incubación de 4 a 21 días; en la mujer sustituye la flora vaginal normal, aumentando el ph con cambios de la secreción, genera flujo maloliente, desarrolla vaginosis y parto prematuro.

Candidiasis con incubación de 2 a 5 días, no es totalmente una ITS por que la cándida es parte de la flora vaginal, al cambiar el PH, los síntomas son dolor, ardor, picazón en área ano genital, produce balanitis y vaginitis.

Trichomona Vaginalis puede ser asintomática, se incuba de 3 a 28 días, genera secreción vaginal maloliente, comezón, ardor al orinar, inflamación de ganglios e ingle, uretritis y vaginitis.

De las **ITS virales**, comentó; el herpes tipo 1 afecta labios y zonas próximas; el 2 afecta área genital y se trasmite a partir de lesiones cutáneo mucosas; su incubación es de 2 a 20 días con reactivación de infección, fiebre, malestar general e inflamación de ganglios, sangrado intermenstrual, dolor y ardor al orinar.

El **VPH**, ya tiene vacuna; casi siempre asintomático, con variantes del virus que desarrollan cáncer, los síntomas aparecen de 1 a 20 meses con verrugas ano-genitales, papiloma en la laringe, cáncer de cérvix, ano, vagina y vulva.

El **VIH** ataca a las células defensoras del cuerpo y las enfermedades se desarrollen fácilmente, se adquiere por intercambio de fluidos, a las dos semanas aparece un cuadro de gripe, evoluciona de 2 a 15 años, solo es infectante a través de sangre, fluidos sexuales y leche materna; se manifiesta con inflamación de ganglios linfáticos, pérdida de peso, fiebre, diarrea, tos, tuberculosis, meningitis, infecciones bacterianas y cancerígenas.

Para finalizar dijo que es importante tener sexo seguro para prevenir este tipo de enfermedades y que al primer síntoma es recomendable ir al médico para que pueda empezar un tratamiento adecuado y no empeore la enfermedad que podamos tener.

EL transformismo es algo real, es difícil ser drag y trans aún en esta época.

¿Qué es el arte drag?

- Enyel es como la musa de Francisco

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO.
comunidad.vallejo@cch.unam.mx



FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO

LO MÁS DIFÍCIL DE SER TRANS ES LO QUE DICE TU FAMILIA"

Francisco Díaz, exalumno del CCH Vallejo y transformista, respondió diversas preguntas durante el *Primer Foro de Diversidad Ceceñachera*, esto mientras se caracterizaba como *Enyel*, su Drag queen.

Explicó que el movimiento drag del arte transformista surgió desde el teatro griego cuando la mujer no actuaba y los actores al hacer papeles femeninos debían maquillarse y transformarse. Reveló que diversas actividades realizadas en el CCH Vallejo, lo llevaron a realizar este arte "Los eventos del 14 de febrero y día de muertos en Vallejo impulsaron mi inquietud por maquillarme, quiero estudiar diseño de modas y me gusta el maquillaje" mencionó.

"Empecé a maquillar a los quince años, practicaba con mi madre, fue difícil explicar a mi familia mi homosexualidad, pero me apoyaron, encontré apoyo también en personas externas, incluso en maestros; el ambiente

en mi casa fue tenso. Aprendí que hay personas no binarias y no me identifico como hombre o mujer, busco ser diferente así que, compro ropa diferente; cuando no sabes, crees que vestirse como mujer es el principio. Me gusta la sensualidad y el cambio de maquillaje, pero trato de no exagerar."

El nombre de *Enyel*, el cual usa para su personaje lo adopta por una canción de Madonna, definiéndose como *baby drag*, porque no tiene la suficiente experiencia.

"En mi rutina lo primero que hago es preparar la piel con agua de rosas, me tapo las cejas en un proceso tardado para crear nuevas cejas y a abro más el parpado; el maquillaje completo me lleva aproximadamente tres horas; los ojos son la parte favorita del proceso; lo más difícil de ser trans es la opinión de la familia, pues supone ser tu principal apoyo, además de que se gasta mucho dinero."

Una de las preguntas fue el manejo de los insultos por parte de las personas a lo que ella contestó "las redes sociales y la homofobia las he manejado bien, nunca he tenido rechazos o faltas de respeto como otras personas drag comentan."

Enyel, en tres palabras se definió como bonita, fashionista europea y trasgresora; con su actitud busca que las personas vean en el transformismo como algo real, válido y respetable.



FOTOGRAFÍA: ARCHIVO HISTÓRICO PLANTEL VALLEJO

La diferencia entre *Enyel* y Francisco es que Francisco es conservador y Enyel atrevida, los shows que presento son de teatro; la diferencia entre un travestí y un drag es que "el travestí solo se viste sin exagerar" y un drag es extremo, extraño, exagerado y poco natural; mientras el imitador busca interpretar igual a un personaje, "el drag crea el personaje como externando su alter ego o la mejor versión de sí mismo"; en mi caso, *Enyel* es como "la musa de Francisco".

EL MAQUILLAJE COMPLETO ME LLEVA APROXIMADAMENTE TRES HORAS"

DEBEMOS GENERAR CONSCIENCIA DE LA DIVERSIDAD DEL MUNDO Y BUSCAR QUE PREVALEZCA EL RESPETO DESTERRANDO EL MACHISMO Y LA MISOGINIA."

Heterosexualidad obligatoria y binarismo de género

“Es un privilegio manifestar el afecto a quien quieres”. -Rubén Hernández-

JORGE SAÚL BERNAL AREVALO.
jorge.bernal@cch.unam.mx

Rubén Hernández Duarte, director de Inclusión y Prácticas Comunitarias de la Coordinación Para la Igualdad de Género de la UNAM se refirió a la Universidad como “un espacio de encuentro y diversidad sexual en donde existe la apertura y espacios para la aceptación e inclusión”. Destacó su desarrollo subjetivo y personal en esa apertura para ser un disidente y activista de la sexualidad, en pro de los derechos de género. “¿Cuál hubiera sido mi devenir si no estuviera en la UNAM?” reflexionó en el último programa serial jueves para la Igualdad.

Rubén se autodefine como “no binario y en constante transformación”; considera a la UNAM “como un espacio habitable para ese cambio”; luego agregó, “como seres determinados por un sexo al nacer, estamos obligados por los constructos sociales a actuar de cierto modo, pero podemos vincularnos afectiva, emocional y eróticamente para desafiar esos constructos, así elegir libremente entre la diversidad sexual, sin ajustarnos a la complementariedad binaria.

“Existimos” fue palabra clave de su ponencia, reclamando el derecho legítimo a la aceptación del ser humano más allá de sus gustos y preferencias.

En la universidad convive la comunidad LGBTQ+; “existimos, somos sujetos reales,” en seguida afirmó; según estudios en México, 3.2% de adultos y 10% de bachilleres se declaran “no heterosexuales,” pero el miedo limita la certeza de las cifras. “Pese a la apertura humanista universitaria, así como a la defensa de los derechos humanos, hay tendencias homofóbicas” en académicos, administrativos y estudiantes, puntualizó, generando un contraste y necesidad de aceptación e inclusión - aunque este problema no es exclusivamente escolar, sino mundial- aclaró.

ESTAMOS LIMITADOS A EXPRESAR NUESTROS AFECTOS, ORIENTACIÓN O IDENTIDAD SEXUAL, TAMBIÉN ASISTIR A LUGARES O EVENTOS POR TEMOR A LA DISCRIMINACIÓN”.

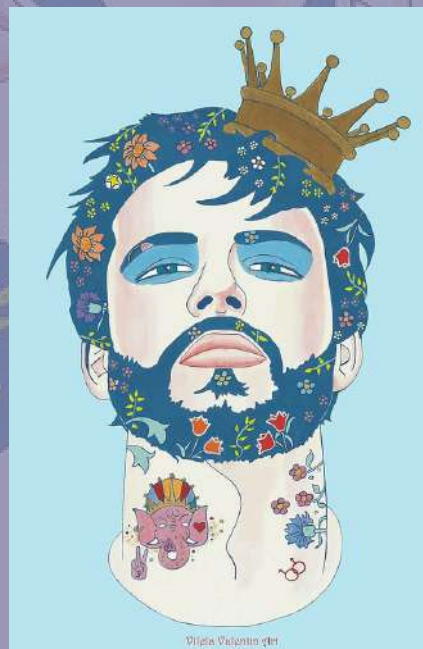


ILUSTRACIÓN: VILELA VALENTIN

LA HETEROSEXUALIDAD OBLIGATORIA ESTABLECE UNA HEGEMONÍA SEXUAL DONDE ESTA ES "NORMA" Y LO CONTRARIO DESOBEDIENCIA Y OPOSICIÓN"



ILUSTRACIÓN: VILELA VALENTÍN

En seguida agregó, "en universidades de Estados Unidos estudiaron "la violencia sexual con fuerza", se observó que mujeres y comunidad LBTTTQI+ son los más violentados"; la heterosexualidad obligatoria, establece una hegemonía sexual donde esta es "norma" y lo contrario "desobediencia y oposición". El binarismo de género; continuó, divide al mundo en opuestos-complementarios cerrándose para que la comunidad LBTTTQI+ no se ubique en ese mundo, sin espacio a la diversidad.

En seguida comentó, nos discriminan; si no respetan nuestros nombres, apariencia, vestimenta o cómo caminamos, saludamos o hablamos; si se burlan de nuestros afectos, modos de ser, actuar y sentir o si enfrentamos dificultades al cambiar de nombre cuando lo decidimos. Necesitamos

representación en los discursos, en la toma de decisiones reconstruyendo cómo entendemos el concepto "universidad".

Para concluir, Rubén agregó; en México celebramos la diversidad biológica, étnica y cultural; deberíamos celebrar la diversidad sexual; la universidad es un espacio tenso, aunque permite desarrollarnos; es importante trabajar para que nos respeten y reconozcan que "existimos", aunque "habitamos en la contradicción".

"Así como vencimos la gravedad que nos atrae y obliga a estar en tierra; debemos vencer el binarismo y la heterosexualidad que impide aceptar la diversidad; no hay mujer u hombre con 100% de feminidad o masculinidad; existen muchas maneras de ser y de sentir."



ILUSTRACIÓN: VILELA VALENTÍN

EL BINARISMO DE GÉNERO ES COMPLEJO, DENTRO DE LA COMUNIDAD HAY DISTINTAS IDEAS Y SE SIGUE ESTUDIANDO DENTRO Y FUERA DE ELLA".

Falta que el cine mexicano tome en serio los temas de la comunidad LGBTTTIQ+

El cine como expresión de identidades

- “En los castings buscan modelos caucásicos para representar los papeles que no corresponden con la realidad latina, mexicana y chilanga”
- “Los creadores e intérpretes de personajes de la comunidad nos desconocen y nos describen acorde a sus moldes y concepciones.”

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO.
jorge.bernal@cch.unam.mx



Este evento analiza cómo se construyen la identidad LGBTTTIQ+ en el cine, sin ver películas gay con morbo, analicemos qué consumimos, qué queremos decir a través del séptimo arte; partiendo de preguntas detonantes, compartamos experiencias de cómo percibimos las identidades.” Expresó Rodrigo Martínez, director artístico del Festival Cehacero Film Fest, quien junto con el coordinador de vinculación Alan Montalvo, hablan con los estudiantes los cambios que ha tenido el cine en temas de identidad sexual.

Las preguntas que lanzó para poder abrir el debate fueron ¿Por qué me presentan ciertos cuerpos y estereotipos en las películas?, ¿Conocen películas donde hablen del adulto mayor LGBTTTIQ+?

¿Qué aspiramos ser de modo individual para triunfar como parte de la comunidad y como individuos?

Luego de estas preguntas, comentó “en torno a la supuesta “inclusión” de la comunidad en las temáticas explotadas en el cine. En los castings buscan modelos caucásicos para representar los papeles que no corresponden con la realidad latina, mexicana y chilanga. Condicionan los cuerpos adaptándolos



“**TODOS LOS CUERPOS SON VÁLIDOS, NO DEBEMOS MENOSPRECIARNOS, SOMOS MARAVILLOSOS AL SER TAN DISTINTOS; SI NOS QUIERAN REPRESENTAR, ANALICEMOS QUÉ NOS APORTA ESO; CÓMO PODEMOS CAMBIAR PARA RECONSTRUIR NUESTRA REALIDAD A TRAVÉS DE LA SERIES O PELÍCULAS; NO SOMOS MINORÍA, PERO NUESTRO PAPEL ES SER VISIBLES, QUEREMOS SALIR ADELANTE Y TRIUNFAR, COMO PERSONAS Y COMO MOVIMIENTO.**

ALAN MONTALVO

a un molde para ser visibles y rentables.” Continuó el director, “considero que el papel de una transexual debe interpretarlo un transexual, necesitamos generar narrativas para dar espacio al talento de la comunidad para interpretar papeles apegados a nuestras reales vivencias, como consumidores podemos decir, qué papeles queremos ver, queremos historias responsables que nos lleven hacia una ruta crítica y nos enamoren, que logren la identidad de la comunidad con el personaje, que se hable del amor universal y no sólo del romántico”.

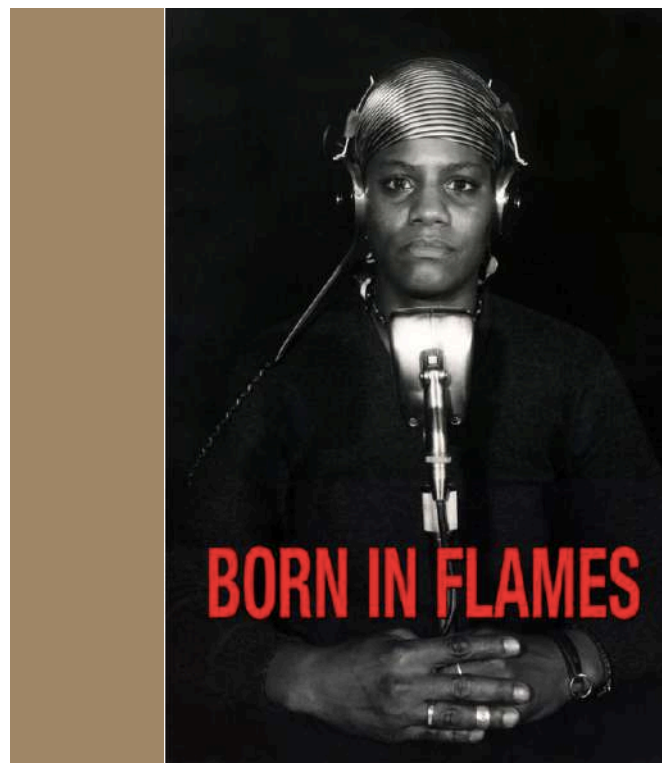
Alan Montalvo, comentó, “buscamos analizar la visión del cine contrastada con la realidad que vive la comunidad LGBTTTIQ+, qué me identifica, porque me identifico con lo planteado en las películas”, en seguida agregó; “lo que pasa en las películas es diferente a la realidad que vive un gay, los cuerpos son estereotipados por que el cine nos impone imágenes”; ¿Cuánto les afecta en su proceso de identificación los personajes de las películas?

“Tendemos a replicar personajes, pero la tez blanca predominante no corresponde con el cuerpo que tenemos; la belleza física es condicionante para creer que la realidad de la comunidad es esa, nos condicionan a cambiar sin vivir esos contextos”. Comentó.

Hizo una crítica de cómo representan a las comunidades diversas “los creadores e intérpretes de personajes de la comunidad, nos desconocen y nos describen acorde a sus moldes y concepciones, imponen arquetipos o modas por eso pasamos del desconocimiento de nuestro ser a un

total condicionamiento, además, casi nunca tocan nuestras problemáticas o lo hacen con personajes secundarios.”

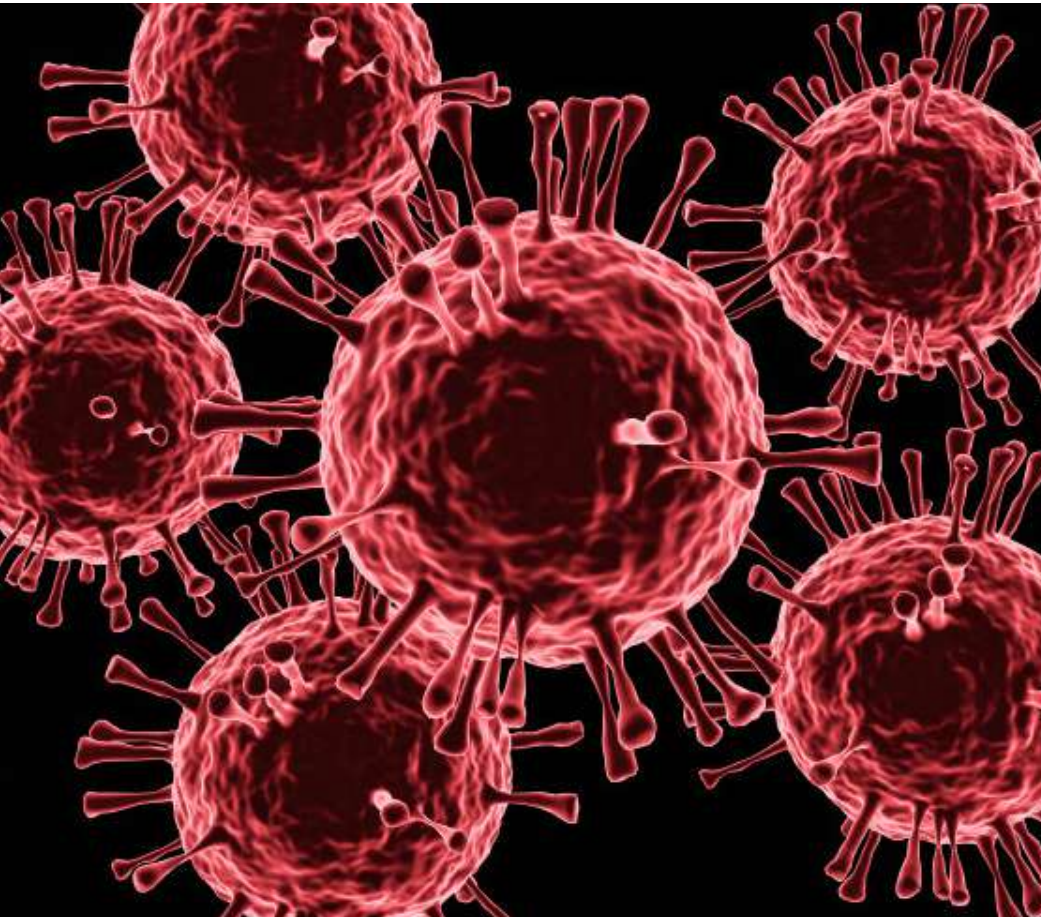
Al final agregó; “todos los cuerpos son válidos, no debemos menospreciarnos, somos maravillosos al ser tan distintos; si nos quieren representar, analicemos qué nos aporta eso; cómo podemos cambiar para reconstruir nuestra realidad a través de la series o películas; no somos minoría, pero nuestro papel es ser visibles, queremos salir adelante y triunfar, como personas y como movimiento.



¿Puedo tomar alcohol después de vacunarme contra la COVID-19?

Los efectos del alcohol pueden enmascarar o potenciar los efectos secundarios de la vacuna

FABIOLA MÉNDEZ
FRANCISCO MEDINA



Al inicio de la campaña de vacunación de la Sputnik V en Rusia se lanzaron las primeras recomendaciones sobre su aplicación y se acotó que no se debía ingerir alcohol, pero fue porque la población rusa tiene la costumbre de ingerir mucho alcohol. Este exceso puede interferir en la respuesta inmunológica, pero con una o dos copas no pasa nada, señaló la doctora Rosa María Wong, del Laboratorio de Investigación en Enfermedades Infecciosas de la Facultad de Medicina de la UNAM.

La doctora Wong detalló que los efectos del alcohol pueden enmascarar o potenciar los efectos secundarios de la vacuna, por ello se recomienda no tomar en 72 horas, que es el periodo en que las vacunas causan algún efecto. “El mismo alcohol puede causar mareos o dolor de cabeza”.

Comentó que se recomienda ir desayunado a la cita y después en caso de tener fiebre o dolor de cabeza tomar paracetamol, un descanso y tener hidratación adecuada.

Estas recomendaciones son en general para todas las vacunas pues son los efectos que cualquiera puede provocar en las primeras 72 horas, “todo lo demás de no ingerir ciertos alimentos o bañarse son mitos”.

Recordó que las personas que se vacunan no alcanzan la máxima protección hasta 15 días después de haber recibido la última dosis, en el caso de Pfizer, o la única, en el caso de CanSino.



ILUSTRACIÓN: FREEPIK.COM.ES

Exhortó a la población a seguir con las medidas de cuidado, ya que a pesar de estar vacunados existen variantes que empiezan a circular en varios países del mundo, por lo cual, a pesar de tener 2 dosis, hay que seguir utilizando el cubre bocas.



ILUSTRACIÓN: FREEPIK.COM.ES

