



Presenta la Dirección General  
del CCH su Informe de Trabajo  
2019-2020

14-17



*Festival  
Navideño 2020,  
una convivencia  
memorable a  
distancia*

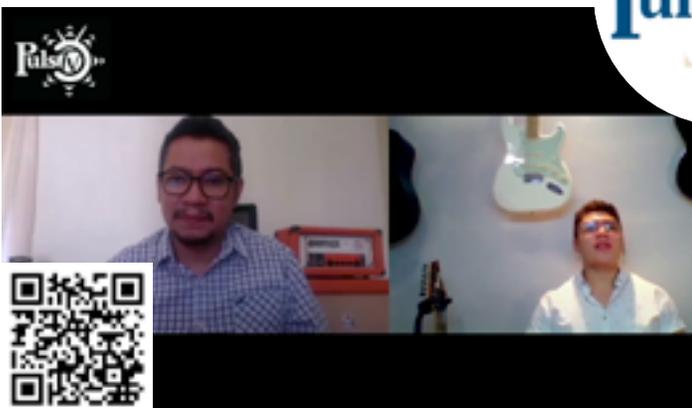
27-32



Órgano Informativo del CCH Naucalpan, número 255, 11 de enero de 2021

Secretaría General - Departamento de Comunicación

# Comunidad del CCH-N estrena PulsoTV



20-22



Fotografías: Miguel Ángel Muñoz

## DIRECTORIO

### UNAM

**Dr. Enrique L. Graue Wiechers**

Rector

**Dr. Leonardo Lomelí Vanegas**

Secretario General

**Dr. Luis Álvarez Icaza Longoria**

Secretario Administrativo

**Dr. Alberto Ken Oyama Nakagawa**

Secretario de Desarrollo Institucional

**Lic. Raúl Arcenio Aguilar Tamayo**

Secretario de Prevención, Atención  
y Seguridad Universitaria

**Dr. Alfredo Sánchez Castañeda**

Abogado General

**Mtro. Néstor Martínez Cristo**

Director General de Comunicación Social

### CCH

**Dr. Benjamín Barajas Sánchez**

Director General

### PLANTEL NAUCALPAN

**Mtro. Keshava R. Quintanar Cano**

Director

**Mtra. Verónica Berenice Ruiz Melgarejo**

Secretaria General

**Mtra. Teresa Sánchez Serrano**

Secretaria Administrativa

**Ing. Damián Feltrín Rodríguez**

Secretario Académico

**Mtra. Angélica Garcilazo Galnares**

Secretaria Docente

**Biól. Guadalupe Hurtado García**

Secretaria de Servicios Estudiantiles

**Lic. Mireya Adriana Cruz Reséndiz**

Secretaria de Atención a la Comunidad

**Mtra. Sylvia Alejandra González Mondragón**

Secretaria de Cómputo y Apoyo al Aprendizaje

**C.P. Ma. Guadalupe Sánchez Chávez**

Secretaria de Administración Escolar

**Ing. Carmen Tenorio Chávez**

Secretaria Técnica del Siladin

**Lic. Reyna I. Valencia López**

Coord. de Seguimiento y Planeación

**Mtra. María Guadalupe Peña Tapia**

Jefa de la Oficina Jurídica

### DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN

**Dra. Susana Rodríguez Aguilar**

Jefa del Depto. de Comunicación

**DCG. Miguel Ángel Muñoz Ramírez**

Diseñador Gráfico

**Mtra. Ana Lydia Valdés Moedano**

Reportera

**Lic. José Alberto Hernández Luna**

Corrector de Estilo

### DEPARTAMENTO DE MEDIOS DIGITALES Y PUBLICACIONES

**Lic. Marianna Carreón Cacho**

Coordinadora del Departamento

**Lic. Fernanda González Mejía**

Community Manager

**C. Mariela Samanta Padrón Ramírez**

Apoyo a Proyectos



## EDITORIAL

En este inicio de año, al calendario oficial del Colegio se agregó, como guía, lo que marcó el semáforo epidemiológico federal. Por ello, las clases siguen en la modalidad a distancia para reducir al mínimo los riesgos de contagio, ante la pandemia de la Covid-19. La comunidad universitaria ha reiniciado actividades, comprometida con su labor académica, formativa y de investigación.

*Pulso* da la bienvenida al cuerpo docente, al alumnado y a los trabajadores, así como a los nuevos proyectos, nuevas actividades, y a las nuevas propuestas para transmitir lo que ocurre día a día en el CCH Naucalpan, las cuales sin duda adquirirán un carácter especial en este año 2021, en el cual conmemoraremos el 50 Aniversario del Colegio y, por supuesto, medio siglo de actividad, también, de nuestro Plantel.

¡Enhorabuena al naciente año 2021!

¡Gooyaa, Universidad! ☺



Imagen: DGCCH



<http://www.cch-naucalpan.unam.mx/V2018/pulsop>



Pulso CCH Naucalpan



[pulsocchnaucalpan@gmail.com](mailto:pulsocchnaucalpan@gmail.com)



@pulsocchn



CCHNaucalpanTV



@pulsocchn

*Pulso* se reserva el derecho a publicar las colaboraciones recibidas en el número que considere adecuado. *Pulso* aparece todos los lunes publicado por el Departamento de Comunicación del Colegio de Ciencias y Humanidades Naucalpan, y sirve como medio de difusión. Los artículos e imágenes aquí contenidos son responsabilidad de sus autores. La impresión se realiza en los talleres del Colegio de Ciencias y Humanidades Naucalpan. Calzada de los Remedios número 10, colonia Los Remedios, Naucalpan, Estado de México, CP 53400.

# Víctor Martínez Gallardo: Los alumnos están al centro de nuestra atención

- El profesor debe fungir como tutor para motivar y hacer que los alumnos logren sus metas

Ana Lydia Valdés

La docencia es para muchos un estilo de vida, esa es la convicción de Víctor Martínez Gallardo al cumplir 41 años como maestro de Matemáticas en el Plantel Naucalpan.

En amena charla telefónica, el entrevistado compartió parte de las experiencias vividas en el aula a lo largo de cuatro décadas. “Estaba a punto de concluir la carrera cuando vi un anuncio en el que requerían profesores para el Colegio de Ciencias y Humanidades; me interesó, pasé el examen filtro y me quedé”.

Martínez Gallardo recordó que, para llegar al plantel, él y sus amigos tenían que tomar un camión en Tacuba y caminar mucho, ya que “no había transporte público directo. Entrábamos por la parte trasera de las canchas... Era pura terracería y no había barda”.

Así, desde 1979, el docente ha observado los cambios generacionales y es una de múltiples historias de vida que hoy conforman los cimientos del Colegio.

“Había cuatro turnos; la intención era que los que trabajaran también pudieran estudiar y seguir preparándose. La mayoría acudía en los turnos de tarde-noche”. De acuerdo con Víctor, al plantel llegaban alumnos casados, interesados en terminar su bachillerato, algunos de los cuales ya eran padres de familia. También, dijo, llegaban señores mayores con cargos gerenciales. “Había mucho respeto y compromiso. ‘Necesito el bachillerato para alcanzar un mejor puesto’, decían. Llegué a cargar un bebé mientras los padres estaban en clases”, recordó el entrevistado.

En aquellos tiempos, dijo, había mucha colaboración entre docentes. “Entre varios escribíamos libros, diseñábamos guías y compartíamos estrategias en la elaboración de material didáctico”. Aún existen materiales de aquella época. “A la fecha se utilizan mis apuntes y notas para dar clases en Matemáticas y Taller de Cómputo”.

### Pensar, analizar y resolver

“Los alumnos están al centro de nuestra atención”, asentó Martínez Gallardo, quien les hace ver que las Matemáticas no son difíciles, pero es necesario reforzar cada nuevo concepto varias veces.

En el marco de la pandemia, el docente eligió la plataforma *Teams* para impartir sus clases. “Lo importante es que los alumnos piensen y razonen cada concepto; sobre todo que analicen lo que se les pregunta y lo que hay que resolver”.



*La Universidad nos da la oportunidad de aprender bastante y adquirir mucho conocimiento. Gracias UNAM por permitirme seguir en tus aulas.*

*Maestro Víctor Martínez Gallardo.*

Continúa en la siguiente página...

Para Víctor, los números son claros, por ello la edad de una persona no puede ser negativa. “Analiza los planteamientos y discrimina, no todo es resolver ecuaciones de forma mecánica, es necesario observar si cumplen con la condición expuesta”, les dice a sus alumnos.

Martínez Gallardo está convencido de que el Modelo Educativo del Colegio sigue vigente: “El estudiante aún se cuestiona, medita sobre los conceptos que se están enseñando, busca información. Se fomentan los principios de aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a ser”.

Como todo docente, tuvo que adaptar su material didáctico para las sesiones en línea, incluso, dijo, trabaja con un pizarrón virtual que facilita la enseñanza-aprendizaje. No obstante, el rendimiento es menor que en sesiones presenciales. “Veo poco entusiasmo, los cuestiono y se quedan callados; todos se conectan, pero en realidad están desconectados”.

### **Mi tiempo para el Colegio**

Víctor Martínez Gallardo es Profesor de Carrera, Titular “C”, de Tiempo Completo. Tiene Maestría en Educación, con Especialidad en Matemáticas, por el Tecnológico de Monterrey. Fue miembro de la Comisión Dictaminadora



y jefe de sección del Área de Matemáticas, así como miembro de la Comisión para la Elaboración de los Programas de Estudio de Matemáticas I a IV. También fue Consejero Técnico, representando a los profesores del Plantel Naucalpan y organizador e impartidor de cursos y diplomados de su materia. Elaboró guías de estudio y evaluó exámenes del área de Matemáticas.

### **Gracias UNAM**

Emocionado, Martínez Gallardo dijo: “Fui tutor durante cinco años y fue muy gratificante”, actividad que le permitió canalizar a los alumnos a las diferentes instancias para ayudarlos a solucionar sus problemas y orientarlos en asuntos que le planteaban, tanto de índole personal, familiar, escolar o de servicios.

Los alumnos, dijo, son muy sinceros y realmente desean que alguien los apoye y el tutor tiene un papel importante cuando se interesa en sus problemas. Para el maestro, ser tutor fue y es una bonita experiencia y, al menos en CCH Naucalpan, todo profesor debería de fungir como tutor de sus alumnos, para motivarlos y hacer que logren sus metas.

“La Universidad nos da la oportunidad de aprender bastante y adquirir mucho conocimiento. Gracias UNAM por permitirme seguir en tus aulas”, finalizó Martínez Gallardo. ☺

# Contingencia ambiental atmosférica

M. en C. Isabel Enríquez Barajas

**T**odos hemos escuchado hablar sobre contingencia ambiental en los últimos días o años, pero ¿sabes lo que significa? Se trata de una serie de medidas que buscan disminuir los daños ocasionados por la presencia de una contaminación severa.

En México existe el Programa para Prevenir y Responder a Contingencias Ambientales Atmosféricas, a cargo del Gobierno. Dicho programa se aplica cuando se presenta un episodio de contaminación severa por ozono (O3), partículas menores a 10 y 2.5 micrómetros (PM10, PM2.5), que pone en riesgo la salud de la población en general y principalmente de los grupos sensibles y caracterizan a la fase 1 del programa mencionado<sup>1</sup>.



<sup>1</sup> Tomado de: <http://www.aire.cdmx.gob.mx/default.php?opc=%27YqBhnmU=%27>

NUEVO PROGRAMA PARA PREVENIR Y RESPONDER A CONTINGENCIAS AMBIENTALES ATMOSFÉRICAS (PCAA)						
FASES DEL PCAA	ACTIVACIÓN			SUSPENSIÓN		
	OZONO	PM <sub>10</sub>	PM <sub>2.5</sub>	OZONO	PM <sub>10</sub>	PM <sub>2.5</sub>
	Promedio horario	Promedio móvil 24 horas	Promedio móvil 24 horas	promedio horario	promedio móvil 24 horas	promedio móvil 24 horas
<b>PREVENTIVA*</b>	Pronóstico de ozono para el día siguiente mayor a 140 puntos, con una probabilidad del 70% de ocurrencia.	> 135 puntos	> 135 puntos	Al día siguiente	menor o igual a 135 puntos	menor o igual a 135 puntos
<b>FASE I</b>	> 150 puntos (> 154 ppb)	> 150 puntos (> 214 µg/m <sup>3</sup> )	> 150 puntos (> 97.4 µg/m <sup>3</sup> )	menor o igual a 150 puntos	menor o igual a 150 puntos	menor o igual a 150 puntos
<b>FASE II</b>	> 200 puntos (> 204 ppb)	> 200 puntos (> 354 µg/m <sup>3</sup> )	> 200 puntos (> 150.4 µg/m <sup>3</sup> )		menor o igual a 140 puntos dependiendo del contaminante	
<b>FASE II COMBINADA</b>	Ozono mayor a 150 puntos y PM <sub>2.5</sub> mayor a 140 puntos Ozono mayor a 140 puntos y PM <sub>2.5</sub> mayor a 150 puntos			menor o igual a 150 puntos y menor o igual a 140 puntos dependiendo del contaminante		

\* Se emitirá comunicado a las 14:00 horas.

Imagen de: <https://www.xataka.com.mx/investigacion/nuevo-plan-contingencias-ambientales-ciudad-mexico>

Continúa en la siguiente página...



La calidad del aire se evalúa mediante la medición de diferentes compuestos atmosféricos considerados como *contaminantes criterio*, entre ellos se encuentra el monóxido de carbono (CO), el dióxido de azufre (SO<sub>2</sub>), los óxidos de nitrógeno (NO<sub>x</sub>), las partículas suspendidas totales (PST), fracciones gruesa (PM10) y fina (PM2.5), el plomo y el ozono. Así mismo, se mide la concentración de contaminantes secundarios, tales como el ozono, el formaldehído y el glioxal. A nivel del suelo dependen de sus precursores como lo son los NO<sub>x</sub>, los compuestos orgánicos volátiles (COV), la radiación luminosa, condiciones meteorológicas y la topografía<sup>2</sup>.

La calidad del aire en una región depende principalmente de las emisiones industriales, vehiculares y de actividades humanas, además de las condiciones meteorológicas.

El Sistema de Monitoreo Atmosférico (SIMAT) realiza el seguimiento en tiempo real de las concentraciones de los principales contaminantes atmosféricos en la Ciudad de México y la zona conurbada. Cuando los niveles de contaminación del aire representan un riesgo para la salud de la población, se informa a la Comisión Ambiental de la Megalópolis (CAME), la cual es la responsable de la activación y seguimiento al Programa para Prevenir y Responder a Contingencias Ambientales Atmosféricas<sup>3</sup>.

Los efectos a la salud por este tipo de contaminantes, en especial por las partículas menores de micras, son de los más severos y mejor evidenciados que se tienen. Entre los que destacan<sup>4</sup>:

- Afectación sobre el aparato respiratorio y el sistema cardiovascular. Las partículas de menor diámetro, como las PM2.5 y menores, pueden dañar pulmones y sistema circulatorio.

- Los principales síntomas son: estornudos, tos y boca seca hasta la limitación de actividades por problemas de respiración.
- La exposición a largo plazo a partículas finas llega a incrementar la mortalidad cardiopulmonar y por cáncer de pulmón.
- Se puede originar el desarrollo de bronquitis asmática y Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC).
- El ozono es un oxidante potente que afecta el tracto respiratorio y membranas celulares. Al respirar ozono se presentan síntomas como dolor de pecho, tos, irritación de la garganta e inflamación de las vías respiratorias, también puede reducir la función pulmonar y dañar el tejido de los pulmones, así como agravar los casos de bronquitis, enfisema y asma.

Por lo anterior, el Gobierno y muchas instituciones, como la Universidad Nacional Autónoma de México, siempre han recomendado las siguientes medidas de protección:<sup>5</sup>

- Tomar mucha agua, en especial los niños y adultos mayores.
- Evitar las actividades deportivas y recreativas en exteriores. En el caso de deportistas, no realizar esfuerzos en exteriores.
- Mantenerse el mayor tiempo posible en ambientes cerrados.
- No fumar ni exponerse a humo de cigarro en espacios cerrados.
- Los altos niveles de concentración de ozono son particularmente dañinos para niños, adultos mayores, mujeres embarazadas y personas con problemas respiratorios, por lo que se aconseja que permanezcan en interiores durante las horas de mayor concentración.
- Para quienes padecen enfermedades crónicas, es importante que continúen tomando sus medicamentos. ☺

2 Tomado de: <https://www.gob.mx/inecc/es/articulos/estado-de-la-calidad-del-aire-en-mexico?idiom=es>

3 Tomado de: <http://www.aire.cdmx.gob.mx/default.php?opc=%27YqBhnmU=%27>

4 Tomado de: <https://www.gob.mx/inecc/es/articulos/estado-de-la-calidad-del-aire-en-mexico?idiom=es>

5 Tomado de: <https://www.fundacionunam.org.mx/ecopuma/sabes-que-hacer-en-caso-de-contingencia-ambiental/>

# Último eclipse de luna del año 2020

M. en C. Isabel Enríquez Barajas

El 30 de noviembre tuvimos el cuarto y último eclipse lunar del año de tipo penumbral. Estando la luna llena se pudo observar en su máximo esplendor a las 03:43 hora local de México.

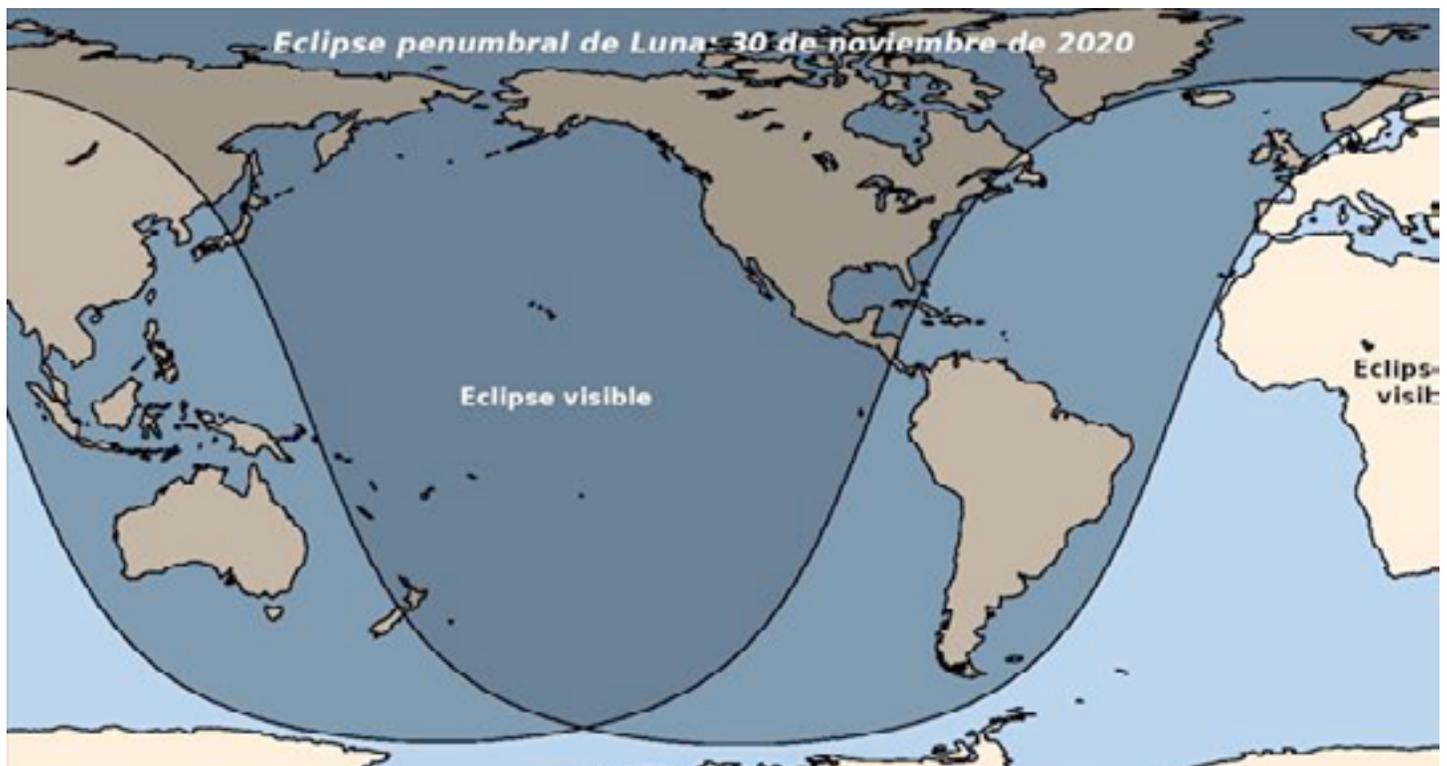
Un eclipse lunar sucede cuando entre el Sol y la Luna se atraviesa la Tierra; esta posición de los cuerpos celestes permite que nuestro planeta proyecte su sombra hacia la Luna.<sup>1</sup>

Existen tres tipos de eclipses lunares, dado que, durante su tránsito por la sombra de la Tierra, la Luna no pasará necesariamente por la umbra, o si lo hace, no tiene que ingresar totalmente; por lo que se dividen en:<sup>1</sup>

- Penumbral: la Luna ingresa total o parcialmente en la penumbra de la Tierra.
- Parcial: la Luna ingresa parcialmente en la umbra de la Tierra.
- Total: la Luna ingresa enteramente en la umbra de la Tierra. ☺



<sup>1</sup> Tomado de: <http://www.astroscu.unam.mx>



Imágenes de: <https://www.eitb.eus/es/noticias/sociedad/detalle/7629041/donde-es-ultimo-eclipse-penumbral-luna-2020/>

• PONENCIA EN LÍNEA

## Especies compañeras, ganadería y la responsabilidad de devenir con otros

Ana Lydia Valdés

Aunque el término “animal de compañía” hace que las personas piensen en sus pájaros, perros o gatos, esta condición no debe generar una acción de dominación sobre las mascotas; así lo refirió la investigadora Xóchitl Arteaga Villamil, en el marco de su ponencia: *Especies compañeras, ganadería y la responsabilidad de devenir con otros*.

El evento organizado por el Seminario Multidisciplinario de Actualización Docente, a cargo de la Maestra Elizabeth Hernández López, presentó la reflexión de una temática poco abordada, y que se relaciona con el maltrato animal: los vínculos afectivos. “Ningún organismo puede vivir aislado; las especies se hacen compañeras y hay que observar los procesos”, dijo Arteaga Villamil, quien también expuso que los animales se vinculan a través del juego, el amor y el afecto. No obstante, “existen las meggranjas con proyectos biopolíticos que controlan la vida y la muerte; en donde se considera que los animales son matables y desechables. ¿Cuántos kilos de seres humanos mueren al día?”, cuestionó la ponente. Detrás de la estadística, dijo, están las muertes de animales, muchas veces injustificadas. “Mientras se siga priorizando la ganancia y la acumulación de capital, el mundo seguirá perdiendo”.

### Cómplices del maltrato animal

Cristina Manjarrez Vargas, docente de la opción técnica de Recursos Humanos, opinó que, como sociedad, somos cómplices del maltrato y abandono en que viven muchos animalitos de todas las especies: perros, gatos, caballos o burros. “Hemos permitido que los exploten y, en particular en el Estado de México, no se aplican las sanciones de maltrato”. Agregó que el tema es tan importante, así como la equidad de género o los feminicidios, pero no se ha hecho nada al respecto.

Para muchos, dijo, el maltrato animal se ha vuelto una costumbre, por lo que es necesario exigir de buena forma a las autoridades que realicen su trabajo y se ejerza el presupuesto. “Al menos yo, durante mis clases en el CCH Naucalpan, abordé esta temática como parte de responsabilidad social y he tenido excelentes resultados”.



En contraste, Iriana González Mercado, docente de Taller de Lenguaje y Comunicación, destacó que la preocupación por los animales es algo muy complejo de atender, ya que los procesos de una sociedad capitalista condicionan el actuar de las comunidades y la sobrevivencia es el fundamento de muchas situaciones. Pensar en que todas las vidas, humanas o no, importan, es un reto que como humanidad debemos aprender, más en un país en donde las mujeres mueren día a día y no pasa nada. “No hay una agenda política que atienda esta lamentable situación, entonces pensar en una política de protección y cuidado animal es aún más utópico”, señaló la docente.

### Sobre la ponente

Xóchitl Arteaga Villamil es bióloga por la Universidad Autónoma de Puebla y Maestra en Filosofía de la Ciencia por la UNAM. Tiene estudios en Filosofía e Historia de la Biología desde la perspectiva de género. Su principal interés son algunas narrativas científicas considerando siempre su inseparable dimensión política. Entre sus temas de interés se encuentran la ecología evolutiva del desarrollo, la historia y diversos usos del concepto de epigenética, la historia de la Embriología y, más recientemente, las “relaciones” como patrones de análisis en Biología. ☺

Fotografías: Ana Lydia Valdés

• PONENCIA MAGISTRAL

# Herramientas Geogebra para la educación en línea

Ana Lydia Valdés

Con el objetivo de reforzar el aprendizaje virtual para distintas asignaturas, el plantel Naucalpan presentó el “Ciclo Tecnologías Educativas: Perspectivas en el Diseño de Entornos Virtuales”, organizado por Rosario Rodríguez García, jefe del área de Experimentales.

La ponencia magistral quedó a cargo del Maestro Sergio Rubio Pizzorno, con el tema: *Herramientas Geogebra para la educación en línea desde una perspectiva abierta*.

El especialista en investigación educativa relacionada con medios digitales asentó la necesidad de ofrecer al alumnado opciones tecnológicas que simplifiquen su aprendizaje en el aula virtual.

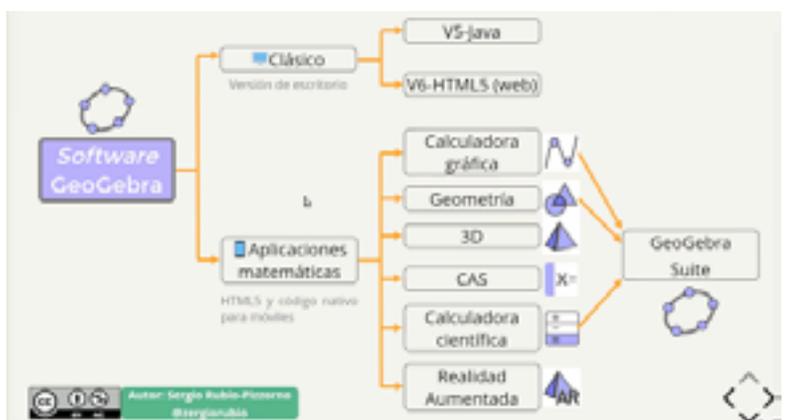
GeoGebra, explicó, es conocido principalmente por su *software* de matemáticas dinámicas, el cual corresponde a una potente plataforma para docentes y estudiantes en los procesos de enseñanza-aprendizaje de las matemáticas.

Lo que no muchas personas saben, es que GeoGebra también posee un conjunto de opciones para la educación en línea, mismas que permiten a los y las docentes de cualquier asignatura elaborar materiales educativos y cursos en línea, todo ello desde una perspectiva abierta, ya que se propicia el uso del *software* libre y la creación o gestión de recursos educativos abiertos.

## Algunos beneficios de GeoGebra

- Es un recurso para la docencia de las matemáticas basado en las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).
- Permite realizar acciones matemáticas, como demostraciones, supuestos, análisis, experimentaciones y deducciones.
- Combina geometría, álgebra y cálculo; también deriva e integra.
- Permite construir figuras con puntos, segmentos, rectas, vectores, cónicas y genera gráficas de funciones que pueden ser modificadas con el *mouse*.
- Reúne geometría, álgebra, estadística y cálculo en registros gráficos, de análisis y de organización en hojas de cálculo.

Rubio Pizzorno presentó ejemplos de uso del *software* libre de matemáticas dinámicas, la creación y gestión de recursos educativos abiertos con las actividades y los libros GeoGebra, así como cursos en línea con el más reciente lanzamiento: GeoGebra Classroom.



GeoGebra trabaja con objetos; cualquier modificación realizada dinámicamente sobre el objeto afecta a su expresión matemática y viceversa. Rubio Pizzorno recordó que GeoGebra es una aplicación de *software* libre, creada por Markus Hohenwarter desde el departamento de Didáctica de la Matemática de la Universidad de Salzburgo y que ha recibido varios premios o reconocimientos, entre ellos:

- *Tech Awards*, 2009 (Silicon Valley, EUA)
- *Les Trophées du Libre 2005*: Premio Internacional de Software Libre, categoría Educación (Soisson, Francia)

Alcance del evento: 4,275 personas, según información de Medios digitales CCHN.

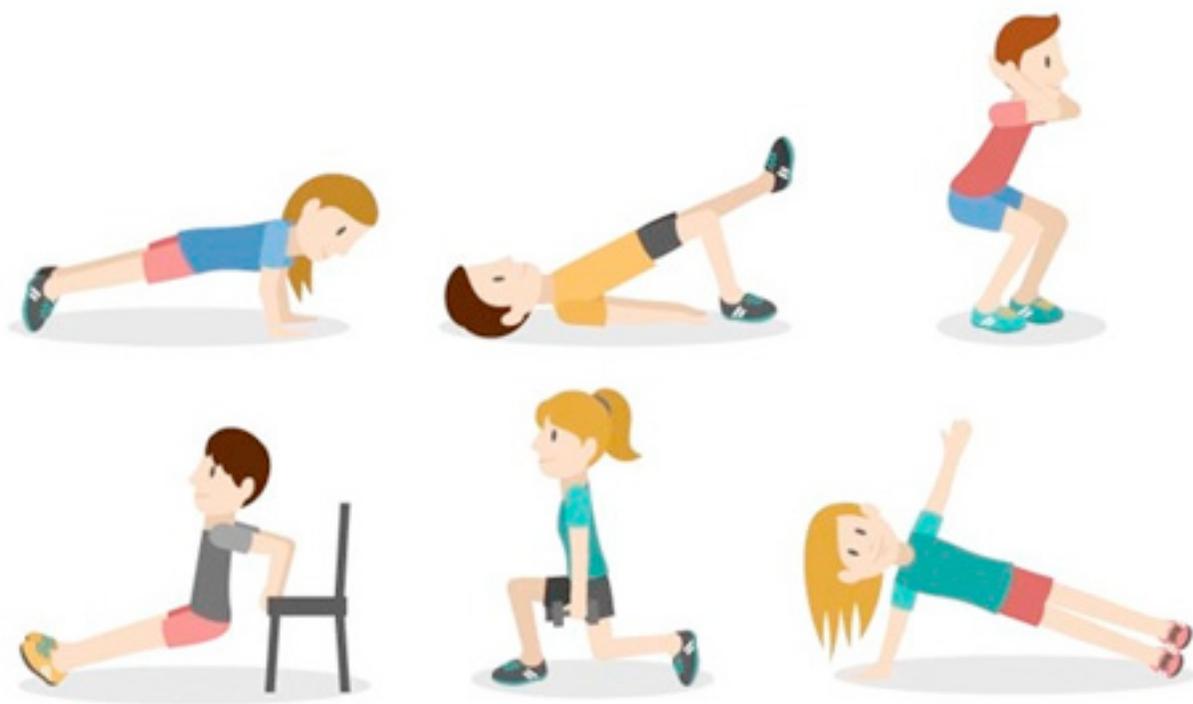
## Sobre el ponente

Sergio Rubio Pizzorno, profesor investigador y podcaster. Es socio de la Sociedad Mexicana para la Divulgación de la Ciencia y la Técnica (SOMEDICYT), miembro asociado del Comité Latinoamericano de Matemática Educativa (CLAME) y miembro del Instituto GeoGebra Internacional. Actualmente colabora con el Centro de Cultura Digital de la Secretaría de Cultura, conduciendo el podcast “Aula Abierta”, un espacio para explorar lo digital desde una perspectiva educativa. ☺

Fotografías: Ana Lydia Valdés



## ¡Muévete! Beneficios del ejercicio



**Dra. Ana I. Morales V.**  
**Servicio Médico CCH Naucalpan**

**H**emos llegado al último mes del año, diciembre, en donde encontramos los festejos de navidad y año nuevo, acompañados de posadas y reuniones. Habitualmente, rompemos nuestra rutina diaria: solemos salir más, tenemos numerosos encuentros y comidas con amigos y familiares, afectando en gran medida nuestro consumo de calorías y la práctica de ejercicio físico.

Lo anterior dado que solemos enfocarnos más en las fiestas. Sin embargo, comenzar o continuar con una rutina de ejercicio o deporte durante el fin y el inicio de año es un buen remedio para combatir los excesos típicos de estas fechas.

Las personas que no realizan ninguna actividad física tienen más riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión arterial, cáncer de colon, de mama, obesidad..., es decir, las patologías que más muerte producen



en el mundo. 30 ó 60 minutos diarios de ejercicio regular, 3 días a la semana, reducen drásticamente los peligros para la salud. Además, el ejercicio aporta ventajas, como: la autonomía, la memoria, la rapidez, perder peso, produce optimismo, euforia, flexibilidad mental, protege tu cerebro, concilia el sueño y reduce el estrés.

Haz ejercicio en casa: sentadillas, flexiones, burpees, abdominales...; atrévete con pilates o el yoga, para mejorar tanto tu salud física como tu salud mental; haz el ejercicio que

más te guste: lo importantes es que te muevas.

En esta época de confinamiento, mantente activo. Intenta caminar o salir en bicicleta, utiliza las escaleras en lugar del ascensor, juega con tus familiares. Ya lo sabes, para cuidarte esta navidad y mejorar tu salud: haz ejercicio... Nunca es tarde para empezar.

¿Tienes alguna duda sobre tu salud? Envía un correo a: [saludpreguntasypuestas@gmail.com](mailto:saludpreguntasypuestas@gmail.com) Tu pregunta será anónima. Recuerda: tu duda puede ser la duda de muchos. ☺

• PONENCIA VIRTUAL

# Acompañamiento con amor y asertividad: 10 consejos para madres y padres con hijos e hijas adolescentes



Ana Lydia Valdés

- El adolescente debe saber que puede contar con sus padres/madres a pesar de cualquier cosa.
- En el seno familiar es necesario que haya paciencia, tolerancia y autocontrol.
- Todas las acciones tienen consecuencias, escuchar es un acto de amor.
- Los hijos/as son seres extraordinarios, no los compares: cada uno tiene su propia personalidad y sus sueños.
- Es importante reconocer los esfuerzos y las habilidades de los hijos/hijas y afirmarlos.
- Los padres/madres deben enseñar a sus hijos/hijas a perseverar para lograr sus metas.

Rueda Medina señaló que el cerebro determina qué hacemos y qué somos, por eso se requiere del acompañamiento de los padres a lo largo de la vida. “Padres y madres, en estos momentos tenemos a nuestro cuidado la generación del mañana, por lo que debemos estar atentos al desarrollo de nuestros jóvenes”, finalizó la experta.

La conferencia fue del agrado de los padres y madres, quienes reconocieron que hay puntos importantes que pueden tomar para negociar con sus hijos/hijas, así como ciertos aspectos que deben mejorar, recordando que ellos fueron también adolescentes.

### Sobre la ponente

Belém Rueda Medina estudió Pedagogía en la Universidad de Cuautitlán Izcalli, así como la Maestría en Ciencias de la Educación, en la misma institución. Cuenta con un diplomado en Fundamentos de la Psicología Pedagógica-Terapéutica y ha tomado varios seminarios relacionados con la nutrición y las neurociencias.

Actualmente trabaja en Criantia, como Coordinadora del Área de Vinculación, y se desempeña también como Coach Educativa, impartiendo cursos a padres de familia, para brindarles herramientas que les permitan establecer límites sanos, firmes y con amor a sus hijas e hijos. ☺



Con el objetivo de reforzar el acompañamiento del estudiantado en su trayectoria escolar, el Plantel Naucalpan llevó a cabo la tercera sesión en línea del Programa Vinculación con la Familia, organizado por la Secretaría de Servicios Estudiantiles, en colaboración con la psicóloga Maribel García Villanueva, de Progénero.

En su ponencia Acompañando con amor y asertividad: 10 consejos para madres y padres con hijos e hijas adolescentes, Belém Rueda Medina destacó la importancia de la comunicación y las relaciones familiares en tiempos de pandemia: “No existe un manual para criar hijos; mamás y papás perfectos no existen y nunca terminamos de equivocarnos”, afirmó la coach especializada en Educación.

### Ser padres no es tarea fácil

A través de una amena charla con tutores y padres de familia, Rueda Medina enlistó algunos consejos para mantener una buena relación con los adolescentes, los cuales se enlistan a continuación:

- Las acciones hablan más que mil palabras. Los hijos e hijas responderán a lo que ven y lo que escuchan, por ello es necesario cuidar lo que se dice.
- Es necesario recordar que es el adulto el que está a cargo de las decisiones y la planificación, pero también debe cuidar el autocontrol.
- Un buen compañero/a de vida de los hijos e hijas requiere tener presencia constante, protegerlos, enseñarles y guiarlos.
- Los padres/madres deben preparar a los hijos/as para la vida y aceptarlos a pesar de sus equivocaciones.

Fotografía: Ana Lydia Valdés

• CONFERENCIA VIRTUAL

## La escritura autobiográfica

Ana Lydia Valdés

Como parte de las actividades del Seminario de Proyectos Académicos del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación se llevó a cabo la conferencia virtual *La escritura autobiográfica*, cuya ponente fue la escritora Raquel Castro Maldonado.

El evento tuvo entre los organizadores a los docentes Miguel Ángel Galván Panzi y Elizabeth Hernández López y contó con una asistencia de más de 80 académicos; entre sus objetivos estuvo el ofrecer una alternativa para ver nuestra vida y actividades cotidianas desde el punto de vista de la ficción literaria.

“La autobiografía es el placer de recordar, de relatar y cautivar a los otros; es desdoblarse el *yo* que nos permite revivir lo que hicimos”, expuso Castro Maldonado.

A lo largo de una amena charla, la invitada detalló que la autobiografía no consiste en narrar una historia ni en reconstruir un pasado: “Tu eres el protagonista de tu vida y no el personaje secundario de alguien más”. Como se basa en lo que alguien cuenta, puede tener un grado de realidad distinto a cuando la persona vivió los hechos, por tanto en la autobiografía el escritor expone quién es él o ella, sus expresiones aspiran a la veracidad pero no requieren prueba.

### Autobiografía y su relevancia

Castro Maldonado detalló características de la autobiografía que pocas veces aparecen en los textos académicos. A diferencia de una crónica o de un texto histórico, centrados en personajes importantes y hechos verificables, en la autobiografía encontramos datos que de otra manera no tendríamos. Por ejemplo, la descripción de la comida es preponderante: “Si en tiempos de pandemia las personas escribieran su diario,



el personaje principal bien podría ser la comida”. La ponente consideró que este ejercicio puede resultar didáctico y divertido si se pide a estudiantes que relaten lo que comían en su niñez, pues son recuerdos que llenan a la persona de emociones gratas y, de ahí, pueden derivarse otros ejercicios con especial interés para los docentes-tutores.

“En la actualidad lo que está de moda es la autoficción”, expuso la experta, la cual, dijo, consiste en que el autor, narrador y personaje principal se llaman igual y no hay aclaraciones a lo largo del texto; si bien no es autobiografía, resulta terapéutico en función de la búsqueda del yo y en el desarrollo de la escritura creativa.

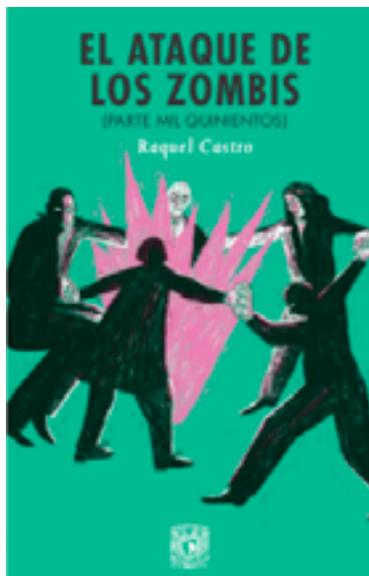
### Tras la pandemia

Castro Maldonado está convencida que el resguardo actual dejará una huella en la mente de los adolescentes que posiblemente los lleve a replanteamientos sobre la socialización, por lo cual “Vendrán autobiografías muy interesantes y nos tocará desentrañarlas; la vida no es la que uno vivió, sino la que recuerda y cómo la recuerda”.

### Sobre la ponente

*Raquel Castro Maldonado es guionista, escritora, traductora y periodista mexicana que ha publicado varias novelas de literatura infantil y juvenil, además de cuentos en diversas antologías. Su novela Ojos llenos de sombra*

*ganó el Premio Gran Angular 2012. En la actualidad labora en el Centro de Documentación Judío de México y su objetivo es documentar con testimonios la vida de los migrantes. Su más reciente publicación *El ataque de los zombis* está disponible en: <http://www.libros.unam.mx/el-ataque-de-los-zombis-parte-mil-qui-nientos-9786073030755-libro.html> ☞*



• CHARLA VIRTUAL

# Roles y estereotipos de género en las masculinidades

Ana Lydia Valdés

Las masculinidades son un subcampo de los estudios de género cuyo objetivo no son ni los hombres, ni las masculinidades por sí solas, sino los procesos socio-culturales y de poder androcéntrico y/o heterosexista. Así quedó asentado en la charla Roles y estereotipos de género en las masculinidades, a cargo del Doctor César Torres Cruz, investigador del Centro de Investigaciones y Estudios de Género (CIEG).

El evento fue organizado desde el programa Jóvenes Hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales (JHIHyCS) de la Dirección General del CCH, a petición del Programa local del plantel Naucalpan.

Ante un amplio público virtual, conformado por docentes y estudiantes, el especialista en temas de sexualidad reflexionó en torno a los estudios de género y cuestionó: “¿Los estereotipos de la masculinidad nos afectan o benefician a todas las personas? ¿Podemos cambiar los roles y estereotipos de las masculinidades?”. De acuerdo con el ponente, la sociedad se ha formado falsos estereotipos: “Las ideas, regularmente basadas en prejuicios, establecen lo que es ser hombre o ser mujer; son creencias socialmente aceptadas sobre los atributos o elementos que caracterizan a un grupo social, pero la realidad es otra”.

**Estereotipos, falsas imágenes**  
Los estereotipos de género han venido cambiando a partir de nuevas tendencias demográficas: reducción de la fecundidad, transformaciones en el mercado laboral y cambios en las concepciones de “ser mujer” y “ser hombre”. Los falsos juicios que las personas tienen sobre esto último también son imágenes y, por ende, se vuelven formas de ser y comportarse. “Los estereotipos de género se construyen de forma excluyente, es



decir, lo que se asocia a las mujeres no se le permite a los hombres, y viceversa”, dijo Torres Cruz, quien consideró que dichas ideas pueden terminar en represión de las emociones, como el ser sensibles y demostrar afecto. También se da la limitación de las opiniones, pues se considera que las mujeres no tienen nada que decir en temas como: política, economía o deportes, considerados espacios netamente masculinos.

## Estudios de género desmitifican conceptos

El experto detalló que el género permite comprender en qué consiste el proceso social y cultural que da sentido y significado a las diferencias sexuales entre mujeres y hombres; a partir de él podemos entender los valores, las reglas y las normas que las sociedades establecen como propios de cada quien. Torres Cruz señaló que los estudios de género muestran que los hombres y/o “personas masculinas” gozan de privilegios y mandatos sociales. Por un lado, el modelo hegemónico de masculinidad-dinámica cultural sostiene una posición de mando en la vida social: hombres fuertes, heterosexuales, blancos, rudos, arriesgados. En tanto, el modelo de masculinidades subordinadas muestra hombres que han sido culturalmente distintos porque se alejan del modelo dominante.

**Sobre César Torres Cruz**  
Es licenciado en Comunicación Social, Maestro en Ciencias Sociales y Humanidades por la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM); Doctor en Ciencias Políticas y Sociales, en el campo disciplinario de la Sociología, por la UNAM. Realizó una estancia posdoctoral en la Facultad de Ciencias de la UNAM. Forma parte del Sistema Nacional de Investigadores (SNI) del Conacyt. Líneas de investigación: género, salud y sexualidad. ☺



## Presenta la Dirección General del CCH su Informe de Trabajo 2019-2020

- Este informe refleja el trabajo de esta comunidad, tan importante, de nuestra Universidad, bajo el liderazgo y la conducción del Doctor Barajas: Leonardo Lomelí Vanegas, Secretario General de la UNAM



Dr. Leonardo Lomelí Vanegas, Secretario General de la UNAM



Dr. Benjamín Barajas Sánchez, Director General de la ENCCH



Raul Aguilar



JAVIER ROMERO Y...

### Susana Rodríguez Aguilar

Cerca de 300 integrantes de la UNAM se dieron cita, de forma virtual, durante la ceremonia de presentación del *Informe de Trabajo 2019-2020*, encabezada por el Director General de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades, Doctor Benjamín Barajas Sánchez, y que dirigió al Secretario General de la Universidad Nacional Autónoma de México, Doctor Leonardo Lomelí Vanegas, en representación del Rector de la Máxima Casa de Estudios.

Al evento del jueves 7 de enero del 2021, asistieron los integrantes del H. Consejo Técnico del CCH, los directores de los cinco planteles, los exdirectores generales del Colegio e invitados especiales: titulares de escuelas, facultades e institutos, así como profesores y administrativos.

El Doctor Barajas expresó su agradecimiento a todo el cuerpo docente y al alumnado

*...por todo el trabajo realizado durante este ciclo, que ha sido uno de los más complejos y difíciles en nuestra historia. Gracias a todo el esfuerzo de ellos podemos decir que el Colegio no se ha detenido, así como la Universidad. Quiero agradecer todo el apoyo que hemos recibido del Rector, Enrique I. Graue Wiechers, a lo largo de este periodo que me ha tocado conducir, honrosamente, al Colegio. Muchas gracias a todos por este esfuerzo conjunto.*

De forma breve, pero contundente, el Doctor Barajas presentó -durante 50 minutos- los logros y avances obtenidos por los integrantes de esta comunidad universitaria, “que no sacrificó calidad” durante un año distinto, diferente y de grandes retos. Tan sólo, el aprovechamiento escolar de la reciente



y saliente Generación 2018, alcanzó un promedio de 8.63, mismo que “confirmó la tendencia ascendente” de los años anteriores; mientras que la eficiencia terminal alcanzó el 73% (14, 058 alumnos), “el más alto que ha alcanzado el Colegio”.

Otros temas relevantes fueron: la participación del H. Consejo Técnico en las tareas sustantivas del Colegio, tras aprobar -de entre varios documentos- los Lineamientos de los programas de Asesoría y Tutoría, así como los Lineamientos generales del Examen Filtro para la contratación temporal de profesores de asignatura interinos del CCH y las modificaciones al Reglamento del Colegio; y, por parte de los Consejos Académicos, se mejoró la formación y actualización del profesorado.

En rubro aparte, se destacó la aprobación, por parte del H. Consejo Universitario, para la creación de los planes de estudio de 15 opciones técnicas, mismas que fueron reconocidas como Estudios Técnicos Especializados (ETE), acción que permitirá que sus egresados reciban una Cédula Profesional, avalada por la Secretaría de Educación Pública. Cabe hacer mención que, tan sólo en el ciclo escolar 2019-2020, se inscribieron 7,229 estudiantes a los ETE, y aprobaron su especialidad 5,669: el 78 por ciento.

En lo que corresponde a la formación y fortalecimiento de la planta docente, se destacó que, durante este ciclo escolar, el profesorado participó en 810 cursos (44% cursos de formación disciplinaria y 46% de innovación educativa); y se remarcó la ventaja de contar con un nuevo Centro de Formación Continua de Autogestión, y de dar seguimiento a la aplicación de los Programas de Estudio Actualizados.

Además, se logró la estabilidad de la planta docente, misma que permitió que se abrieran 194 concursos de oposición de plazas de carrera, la creación de 294 plazas de carrera de medio tiempo y el incrementó en 9% del número de profesores de carrera del Colegio; también se asignaron diversos estímulos dentro de los programas de Primas de Desempeño del Personal Académico de Tiempo Completo y de Estímulos a la Productividad, y en el rendimiento del Personal Académico de Asignatura; sin olvidar la Iniciativa para Fortalecer la Carrera Académica en el Bachillerato de la UNAM (Infocab),

como una forma de acceder a la investigación, y por la cual se aprobaron 40 proyectos diversos.

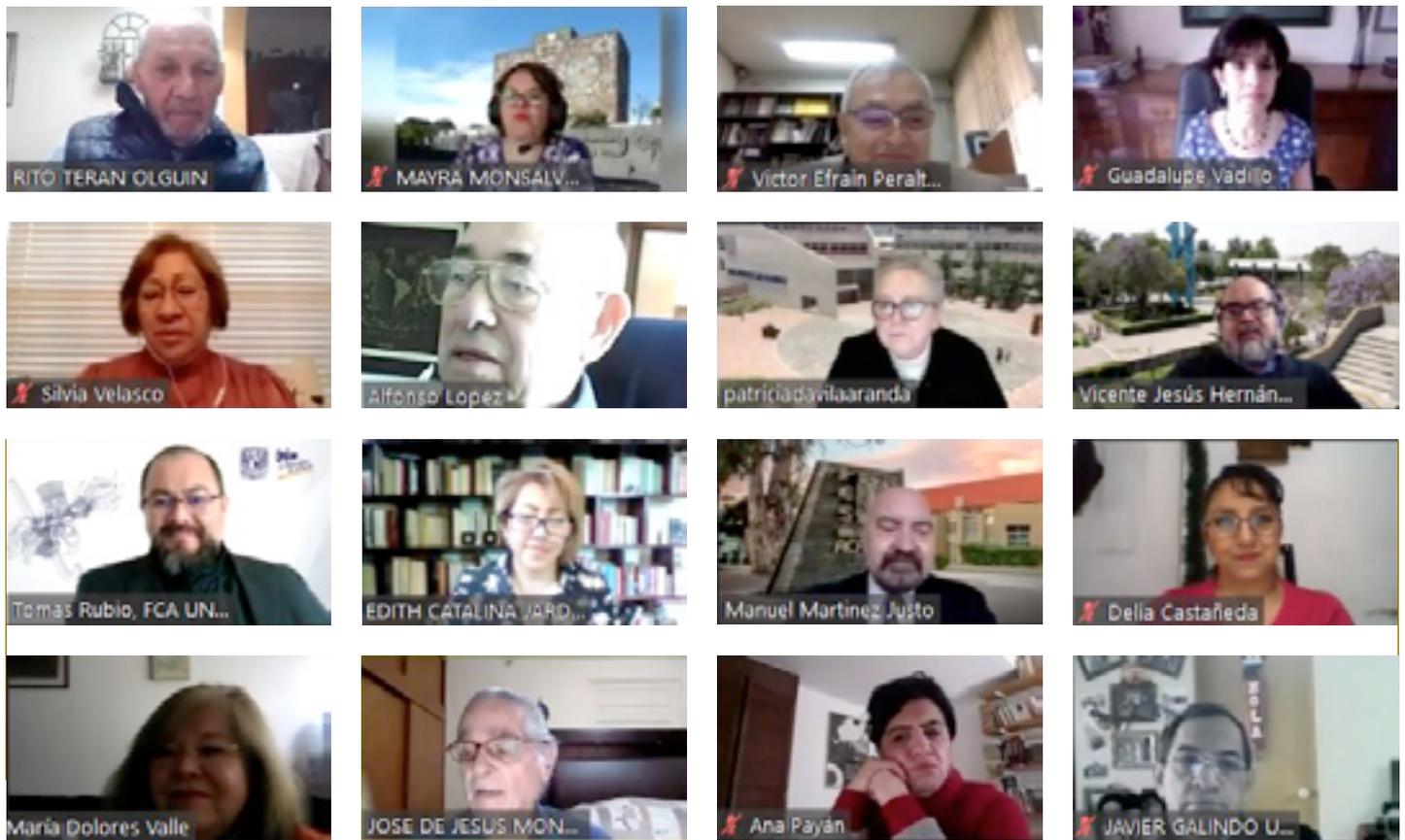
El Doctor Barajas también reconoció la importante labor realizada por los docentes en los programas institucionales de Asesorías, Tutorías, Asesoría en Línea y Recursamiento Inmediato, así como la atención docente-administrativa que se prestó, de forma distinta, a los temas de la deserción, la procuración y el seguimiento en la entrega de becas, y en las actividades de extensión académica que desarrolló el Sistema de Laboratorios para el Desarrollo y la Innovación (Siladin), la Olimpiada Universitaria del Conocimiento y en el Programa de Estaciones Meteorológicas del Bachillerato Universitario (PEMBU).

Dentro de los temas abordados, el titular del Colegio también remarcó el uso de los recursos y el cuidado de las diversas instalaciones, su conservación, seguridad y su mantenimiento, así como las acciones realizadas en materia de protección civil y en la conformación del nuevo protocolo sanitario.

En tiempos de actividad en línea, el Doctor Barajas puso especial énfasis en los temas de conectividad y medios sociodigitales, así como el papel relevante del Portal Académico, mismo que alcanzó 9,731,705 visitas, publicó 225 nuevos objetos de aprendizaje e integró 118 recursos digitales de la RUA CCH; y destacó el uso de *Microsoft Teams*, durante la pandemia, mismo que permitió atender a 43,219 alumnos, a través de 18,164 aulas virtuales. Y, por supuesto, también se puso especial énfasis en los avances obtenidos en el programa editorial del Colegio, mismo que editó cinco revistas, 52 Suplementos especiales, cinco colecciones de libros y 31 títulos de diversos libros.

En otros rubros, se mencionaron los convenidos obtenidos con la DGTIC, la Academia Mexicana de la Lengua, el Fondo de Cultura Económica, el Bachillerato en Línea, las universidades de Aguascalientes y la Autónoma Metropolitana, el Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas y de la Información, entre otros. Además, estableció el Director General del CCH, se tiene en puerta la participación del Colegio, en el año 2021, en el Tercer Congreso Metropolitano de Lectores y

Continúa en la siguiente página...



Lecturas, el XXI Coloquio Nacional de Formación Docente y en el Primer Encuentro Interinstitucional de Fortalecimiento e Innovación Educativa del Bachillerato.

El Doctor Barajas concluyó la presentación de su Informe Anual de Actividades, señalando las perspectivas a corto, mediano y largo plazo en las áreas de oportunidad: para reforzar el aprendizaje del alumnado, ajustar los Programas de estudio actualizados, actualizar el Modelo Educativo del Colegio, ajustar el Programa Integral de Formación Docente, lograr el 100% de conectividad en las aulas y laboratorios, impulsar la elaboración de los materiales didácticos para todas las asignaturas e incorporar todas las asignaturas del Plan de Estudios en Línea.

Por su parte, el Secretario General de la Universidad Nacional Autónoma de México, Doctor Leonardo Lomelí Vanegas, tras felicitar al Doctor Barajas por el informe presentado “sobre este año tan peculiar, en el

cual el Colegio pudo trabajar, a pesar de estas circunstancias en las cuales la Universidad, el país entero, prácticamente todo el mundo, ha tenido que paralizar buena parte de sus actividades presenciales y recurrir a las actividades a distancia para poderse mantener en funcionamiento”.

El economista e historiador, Lomelí Vanegas, felicitó a los integrantes del Colegio, “porque este informe refleja el trabajo de esta comunidad, tan importante, de nuestra Universidad, bajo el liderazgo y la conducción del Doctor Barajas”. Además, comentó que el Colegio logró avances significativos en la formación de los estudiantes, datos que, dijo, “nos sorprendieron mucho y, con ello, el Colegio consolidó su modelo académico”.

El Doctor Lomelí concluyó su comentario destacando el trabajo realizado por el Cuerpo Directivo, así como “el compromiso y dedicación” del personal académico; y envió una felicitación al estudiantado.

La ceremonia terminó con un sentido video, en el cual se recordó a profesores, estudiantes y trabajadores, integrantes del Colegio, quienes, lamentablemente, perdieron la vida durante esta pandemia. ☹

### APROVECHAMIENTO ESCOLAR

En el ciclo escolar 2019-2020, el promedio general de aprovechamiento fue de **8.63**; lo cual confirmó la tendencia ascendente:

Generación	Egreso	Promedio
2015	64%	8.55
2016	67%	8.59
2017	67%	8.60
2018	73%	8.63

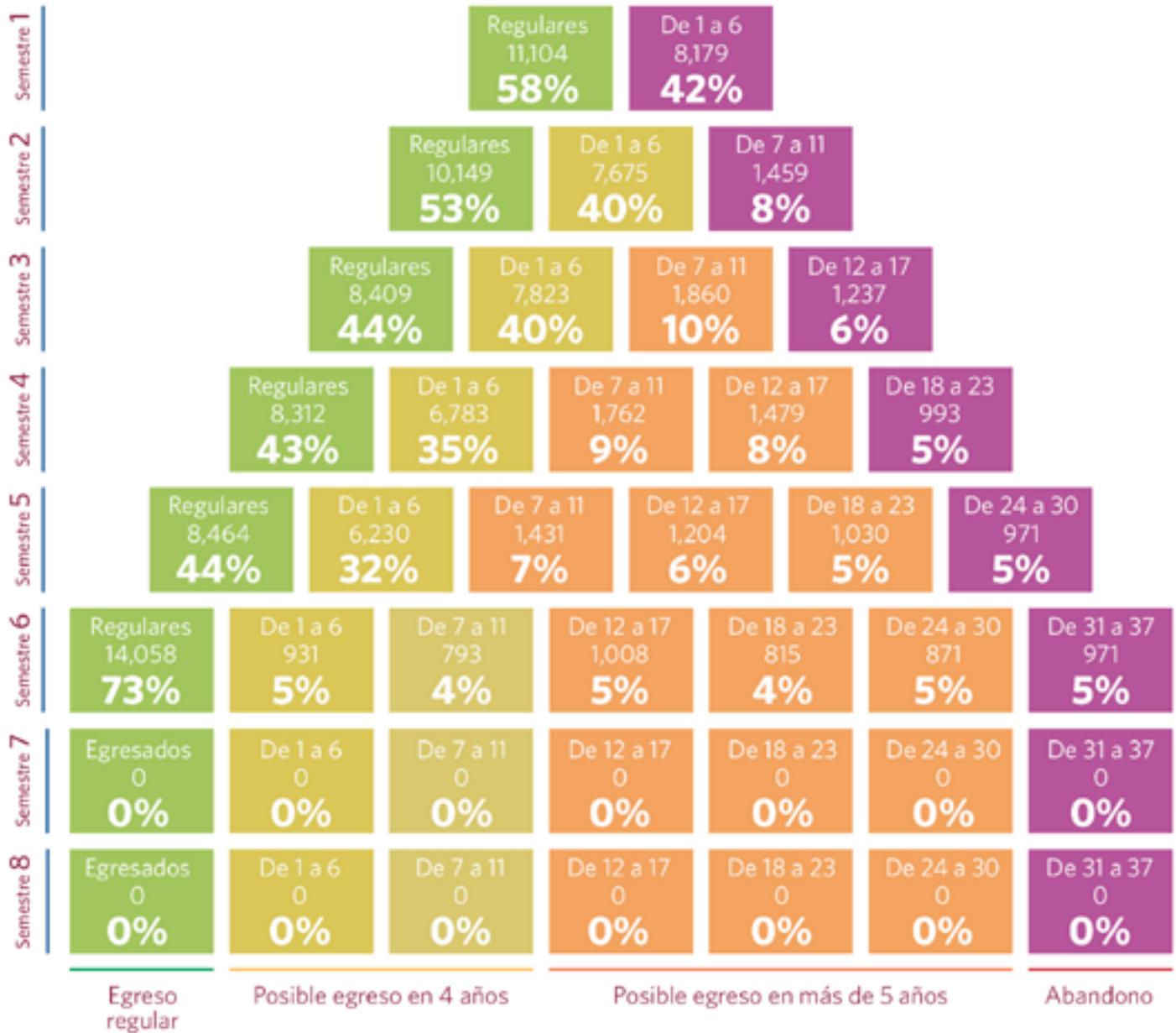
### EFICIENCIA TERMINAL

El porcentaje de egreso de la generación 2018 fue de **73%** (**14,058** alumnos), el más alto que ha alcanzado el Colegio, como se muestra en la siguiente tabla y después en la pirámide, que describe su Trayectoria escolar:

Generación	3 años	4 años
2015	64%	75%
2016	67%	77%
2017	67%	80%
2018	73%	

- Trayectoria Escolar

La generación 2018 obtuvo un porcentaje de egreso del 73%, el más alto a lo largo de la historia del Colegio, en sus 50 años de actividad académica.



## Educación a distancia

Ana Lydia Valdés

Tras la pandemia cambió nuestra forma de realizar la intervención docente; cambió la comunicación y la planificación de las actividades académicas. Estas y otras problemáticas fueron abordadas por la coordinadora de Tecnologías para la Educación de la Dirección General de Cómputo y de Tecnologías de Información y Comunicación (DGTIC) de la UNAM, doctora Marina Kriscautzky Laxague.

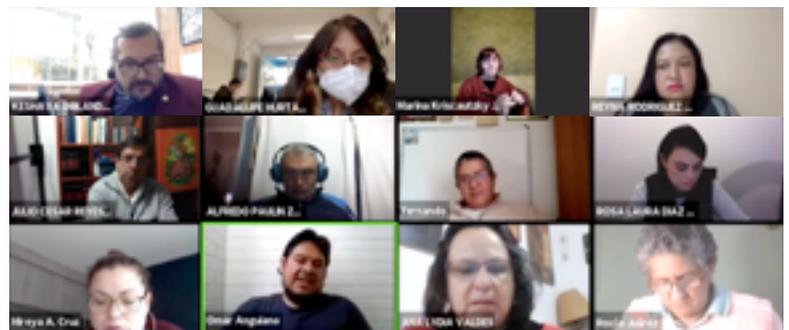
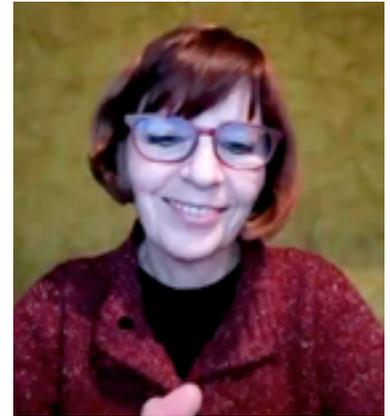
En el marco de la Jornada Virtual de Tutoría 2020, la experta en investigación educativa reflexionó con los tutores acerca de la nueva normalidad: “no estábamos preparados para esta situación, pero lo que hacíamos en forma presencial no puede trasladarse automáticamente a la situación no presencial”.

En su charla *Educación a Distancia*, la pedagoga expuso que la falta de cercanía física requiere encontrar otras formas de comunicarse entre docentes, con los estudiantes y las autoridades. “La tecnología es la herramienta que nos permite continuar realizando la labor docente, nos guste o no, por lo que tenemos que aprender cosas nuevas”.

### ¿Qué podemos hacer?

Kriscautzky Laxague dio algunas recomendaciones a los más 80 tutores participantes en el evento:

- Analizar el programa de la asignatura y dar prioridad a ciertos temas para no afectar el proceso de aprendizaje.
- Definir los medios tecnológicos que funcionen para nuestra materia, ya que el alumnado no puede estar bailando de una plataforma a otra.
- Diseñar actividades integradoras que permitan abordar varios contenidos sin fragmentar los temas en muchas actividades.
- Los tiempos para interactuar se reducen, por eso es necesario rediseñar los temas y presentarlos muy claros.
- Definir qué producciones vamos a retroalimentar y cuáles vamos a trabajar en revisión entre pares.
- Ser flexibles en los tiempos de entrega.
- Preferir la comunicación asincrónica.
- Repensar las formas de evaluación.



### Una nueva forma de planeación

La ponente alertó que la estrategia de enseñanza en línea debe tener sus propias características: “la educación no presencial exige diseño previo; lo ideal es que todo se exponga por escrito”, dijo, convencida que de esta manera habrá mayor retroalimentación en la enseñanza-aprendizaje.

Insistió en que no se puede improvisar; hay que aprender a escribir porque la mayor interacción se da por escrito. Sólo así se logra la retroalimentación tan necesaria. “El diseño de materiales es un trabajo titánico, por eso debemos trabajar en equipo”, asentó.

### Sobre Marina Kriscautzky Laxague

Es pedagoga por la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM; Maestra en Ciencias, con especialidad en investigación educativa en el área psicolingüística, y Doctora en Ciencias, con especialidad en investigación educativa en el área psicolingüística. Ha trabajado en diversos proyectos de alfabetización digital, investigación y desarrollo de materiales didácticos para la enseñanza de la lengua y de las matemáticas, así como en la formación de docentes en educación básica.

Desde 2011 está a cargo de la Coordinación de Tecnologías para la Educación h@bitat Puma (DGTIC-UNAM), donde desarrolla materiales, investigación y formación de docentes en el uso de tecnologías. ☺

Fotografías: Ana Lydia Valdés

• CONFERENCIA MAGISTRAL

# La creatividad en el aula virtual: algo nuevo

Ana Lydia Valdés

La enseñanza-aprendizaje en línea ha fortalecido nuestra posibilidad de creación; todos somos creativos y podemos serlo aún más. Así lo señaló Rosa María Guadalupe Vadillo Bueno, Directora de Bachillerato a Distancia y MOOC, en el marco de la Jornada de Balance Académico 2020.

Ante más de 80 tutores del plantel Naucalpan, la especialista en educación y psicología dictó la conferencia magistral *La creatividad en el aula virtual: algo nuevo*, en la que destacó que el encierro actual nos ha orillado a ser más creativos. “El uso de un nuevo medio nos abre posibilidades diferentes de creación. No hay que subir una montaña, pero sí conocer los atajos”, expuso.

“Contar historias o crear espacios visuales atractivos, podrían mejorar nuestra práctica docente”, dijo Vadillo Bueno, convencida de que hacer de la clase un teatro es una buena idea, ya que creatividad, innovación y motivación van de la mano. La ponente invitó a los participantes a responder el *test* de innovación, denominado ‘De bote pronto’, que muestra las fortalezas de las personas creativas, y el cual está disponible en: [www.bunam.unam.mx/test](http://www.bunam.unam.mx/test)



## ¿Qué tan creativos somos?

Tras realizar el *test*, los participantes descubrieron sus fortalezas y el potencial creativo. Entre las categorías donde podrían encajar sus habilidades se citan las siguientes

- **Colaboradores:** aquellas personas que son organizadoras. Aglutinan a la gente para lograr que se haga la tarea. Son proactivos en el proceso de reunir personas de diferentes disciplinas y áreas de la organización para enfocarse en el proyecto.
- **Directores:** aquellos con la habilidad para dar el papel protagónico a otros. Les encanta encontrar nuevos proyectos y consideran que la química entre los miembros del equipo es fundamental.
- **Experimentadores:** personas que pertenecen a la categoría de los aprendices. Son curiosos, trabajadores y están abiertos a lo que la *serendipia*<sup>1</sup> pueda traer. Disfrutan diseñando prototipos y saben que hay que hacerlos baratos y burdos al principio para no casarse con una idea específica.
- **Polinizadores:** personas con formación amplia que les permite tomar ideas o conceptos de diferentes entornos para aplicarlos en otros, con lo que promueven la innovación; ven patrones que otros no pueden apreciar y disfrutan de aprender través del contacto con expertos y de la lectura de revistas y libros de forma constante.

1 Circunstancia de encontrar por casualidad algo que no se buscaba.



- **Arquitecto de experiencias:** personas que tienen un olfato desarrollado para lo que es auténtico y lo utilizan en sus diseños. Con frecuencia apelan al espíritu de coleccionista de experiencias de los usuarios y crean la motivación en ellos para probar todos los ofrecimientos de la organización.

“La creatividad es un ejercicio diario”, señaló la experta, convenida de que cambiar de un contexto a otro nos hace crecer.

## Sobre Rosa María Vadillo Bueno

Es psicóloga con entrenamiento en terapia breve, tiene máster y doctorado en Educación. Fue parte del equipo de diseño del Bachillerato a Distancia de la UNAM. Es autora o coautora de 13 libros de psicología y educación. Recibió el Premio de la Asociación Mexicana de Educación Continua y a Distancia por su trayectoria. Realiza diagnóstico y asesora a niños y adolescentes talentosos. Sus áreas de interés son: creatividad, aprendizaje e inteligencia. ☺



## Comunidad del CCH-N estrena PulsoTV

- La programación incluye 27 temáticas en las que participan alumnos y docentes



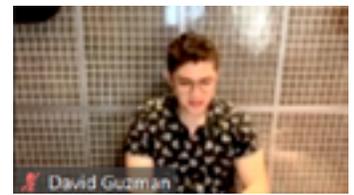
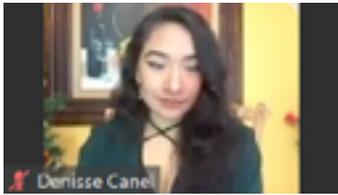
### Ana Lydia Valdés

En el marco de los festejos por el 50 Aniversario del CCH, el plantel Naucalpan lanzó su canal digital, Pulso TV, con el cual busca establecer una nueva vía de contacto para los integrantes de su comunidad, dada la actual situación de distanciamiento provocada por la contingencia sanitaria. Pulso TV ya había servido como plataforma para la transmisión de anteriores eventos, pero en esta ocasión llega con toda una plantilla de producción, dirección y ejecución e integra a los distintos departamentos del Plantel. En palabras de su Director, el Maestro Keshava Quinanar Cano,



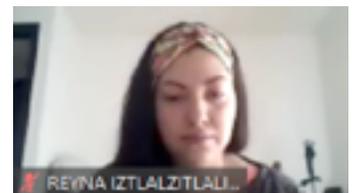
se trata de un “espacio abierto para todo el que quiera crear contenidos o participar como conductores, escribir guiones o editar videos. Es maravilloso que podamos potencializar todas nuestras habilidades y capacidades y compartirlas con toda la comunidad”, expresó, y agradeció el apoyo del Doctor Enrique Graue Wiechers, Rector de la UNAM, y del Doctor Benjamín Barajas Sánchez, Director General del CCH.

Al nuevo canal se subirán, incluso, clases magistrales sobre temas difíciles, por ejemplo, la exposición del maestro Francisco Cano sobre los números reales o simplemente cómo se despeja una ecuación. Tendrán cabida, además, programas de análisis político, deporte y arte.



## Memoria audiovisual de CCH Naucalpan

El evento en línea contó con la participación de docentes y estudiantes del Plantel que serán los primeros protagonistas del proyecto. “Es innovador, creativo, diverso e incluyente; en él tendrán cabida todas las expresiones académicas, artísticas, culturales, políticas, sociales, científicas y tecnológicas de forma integral. Será una memoria audiovisual del plantel Naucalpan”, asentó la Maestra Berenice Ruiz Melgarejo, Secretaria General del Plantel.



En tanto, Marianna Carrión Cacho, Coordinadora de Medios Digitales y Publicaciones, mencionó que el gran reto de Pulso TV es que los contenidos logren un alto alcance y crezca la comunidad cecehachera de YouTube. El nuevo canal abre sus puertas con 28 programas, cuyos contenidos son creaciones originales de alumnos y docentes.



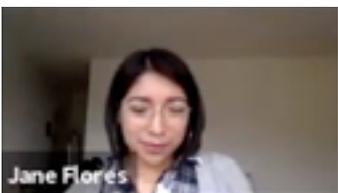
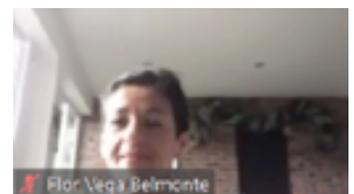
“Hacemos una invitación a docentes y alumnos a participar en este proyecto inclusivo”, destacó Carrión Cacho, luego de agradecer su preferencia a los más de 3,000 suscriptores que ya son seguidores del canal.



Por su parte, Isaac Hernández Hernández, Jefe de Difusión Cultural (DiCu), mencionó que el proyecto eficientizará la comunicación en el plantel mediante contenidos que fortalezcan la oferta educativa.



En el *staff* del canal participan Samantha Padrón Ramírez, como Coordinadora de Pulso TV, Fernanda González Mejía, como Community Manager y el maestro Andrés González Torres, como responsable de la producción audiovisual.



Continúa en la siguiente página...



## Protagonistas invitados

Padrón Ramírez presentó a algunos de los protagonistas de Puso TV e invitó a la comunidad cecehachera a suscribirse al canal y darle 'like' a los diferentes programas.

Flor Yanira Vega, impartidora del Taller de Yoga 'Namasté', subrayó la necesidad de adentrarse en una disciplina del bienestar físico y mental; el docente de Educación Física, Martín Pérez, expuso los beneficios de lograr el equilibrio entre mente y cuerpo. En tanto, Isabel Morales presentó "Zumba por Zoom", un taller para aprender a bailar y reducir el estrés.

El "Mundo Científico de Sofía", es otra opción de entretenimiento que ofrece entrevistas a docentes del área de Ciencias Experimentales. A su vez, docentes del Siladin, de las diferentes disciplinas, tendrán su segmento: un ejemplo es el del Maestro Luis Opengo, quien mostrará el desarrollo de las aves y su importancia en la cadena alimenticia.

Entre los espacios para el desarrollo de la creatividad, destaca el "Arte del maquillaje", con Denisse Canel, quien mostrará los procesos prácticos de la estética corporal.

Una opción para disfrutar de las grandes obras es "Arte en tu espacio", a cargo de Jane Flores, donde el espectador aprenderá sobre los orígenes y el contexto detrás de las grandes obras de la pintura y otras artes visuales.

## El banderazo de Flor Amargo

Como invitada especial estuvo presente la cantante y multiinstrumentista, Flor Amargo, exalumna del Colegio, y quien dijo haber aprovechado "todo lo que me dio el plantel Naucalpan para poder cumplir mis sueños como músico y compositora. El CCH Naucalpan es mi bandera y es cuna de muchísimos talentos". Le auguró mucho éxito al nuevo canal y dijo sentirse muy agradecida por la invitación a ser la madrina de la inauguración.

De acuerdo con la cantante, este proyecto es apenas el comienzo de una larga vida a toda esa imaginación, a toda esa buena vibra de muchos alumnos y alumnas. "Sólo es cuestión de que lo creamos y la acción lleva a resultados".

Flor Amargo invitó a la audiencia a su próximo concierto, en octubre, en el Auditorio Nacional, esperando que para entonces ya haya terminado la pandemia.



## Programas de la casa

Alejandro Valdés, experto en producción de cine y televisión, presentó su espacio "Efecto Kuleshov", en colaboración con



el maestro Nezahualcóyotl Soria Fuentes. Se trata de un programa que aborda el cine desde distintas perspectivas y géneros; se hace crítica y reseña, pero el objetivo es lograr el 'cine debate'.

Valdés detalló que en el programa se hablará de cómo hacer cine y cuáles son sus elementos constitutivos, "pero principalmente es un pretexto para que entre todos podamos mantener una conversación circular donde aprendamos de cine, pero también de nosotros mismos".

Por su parte, el maestro Alejandro González Villegas y el alumno David Guzmán presentaron su taller 'Backstage', que tratará sobre música, instrumentos y el contexto donde se crea.

Las maestras Guadalupe Hurtado García, Secretaria de Servicios Escolares y Mireya Cruz Reséndiz, Secretaria de Atención a la Comunidad, presentaron su espacio "Pulso de tu salud emocional", un espacio de contacto con el estudiantado, en respuesta a sus necesidades emocionales. A través de charlas y conferencias con expertos, el alumno aprenderá cómo estar bien con los demás, pero, sobre todo, consigo mismo.

Marianna Carrión Cacho destacó que el proyecto Pulso TV ha sido un éxito, ya que la convocatoria enviada a la comunidad cecehachera para encontrar participantes, como guionistas, conductores, investigadores y editores, tuvo amplia respuesta.

El evento terminó con el tradicional y emotivo 'goya virtual' a cargo de los asistentes. ☺

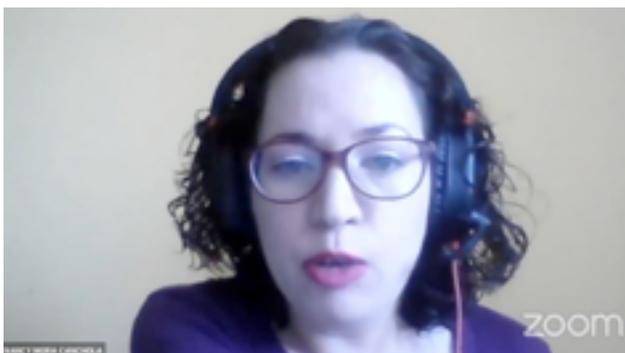


<https://www.youtube.com/c/CCHNaucalpanTV/videos>

## El Chicle en la Butaca, nueva revista sobre cine del CCH Naucalpan



Alberto Hernández

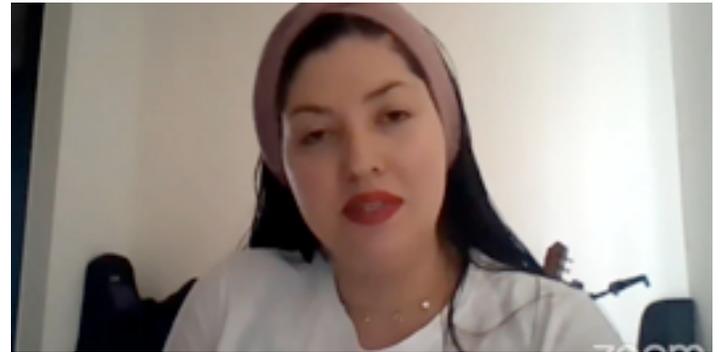


La actual situación de distanciamiento social que ha traído la contingencia sanitaria ha llevado a replantear muchas de las estrategias diseñada para un entorno presencial, tal ha sido el caso de algunas de las publicaciones de nuestro Plantel. *Pulso* mismo cuenta ya con varios números que ven la luz únicamente bajo la modalidad digital; después vino *Fanátika*, la revista musical, cuyo número 27 se distribuyó también a través de su página de Facebook y en la propia del Plantel; en esta ocasión llega *El Chicle en la Butaca*, publicación del Seminario de Cine del CCH Naucalpan, cuyo fin es el estudio de las producciones cinematográficas y de las emociones que nos provocan, y orientar los resultados a las estrategias de enseñanza-aprendizaje empleadas en el aula (o, en los tiempos que corren, a las interacciones en las distintas plataformas virtuales).

El sitio que alberga a la nueva revista ([elchicleenlabutaca.com](http://elchicleenlabutaca.com)) es totalmente interactivo y despliega los distintos artículos que componen cada número; además permite enviar comentarios a los colaboradores, así como un blog para que se puedan enviar algunas entradas que no necesariamente hayan sido incluidas en la publicación.

La presentación del primer número se llevó a cabo el pasado 4 de diciembre, en el Facebook de Difusión Cultural (DiCu) del Plantel; en el panel estuvieron las maestras Andrea Paola Melo, Reyna Rodríguez Roque, Rita Lilia García Cerezo, Nancy Mora Canchola y

Continúa en la siguiente página...



Reyna Valencia, todas ellas integrantes del Consejo Editorial de *El Chicle en la Butaca*. Contó también con la presencia de los maestros Isaac Hernández Hernández, quien estuvo a cargo de la conducción, y de Octavio Barreda, colaboradores e integrantes también de la revista. Como invitado especial para dar el banderazo de salida estuvo el Maestro Keshava Quintanar Cano, Director del CCH Naucalpan, quien felicitó al equipo editorial por añadir una nueva oferta de reflexión y de convivencia. También agradeció que el primer número esté dedicado a quien fuera otro gran impulsor de revistas, de la poesía y apasionado del cine, el Maestro Édgar Mena. Las y los docentes recordaron con cariño a quien fuera uno de los artífices del antecedente de esta revista: *FanCine*, que llegó a ver cuatro números en forma física.

La maestra Andrea Paola Melo recordó que para el Maestro Mena el cine era una herramienta didáctica que gustaba utilizar en sus clases. “Mientras sigamos esforzándonos por cultivar el arte en sus diferentes maneras, tendremos una oportunidad para celebrar la vida y para honrar la memoria de Édgar”. Para Rita Lilia “Él es una piedra fundadora de este edificio”, y recordó los encuentros entre docentes para idear los ejemplares, en los cuales el profesor Mena compartía sus apreciaciones. De acuerdo con Reyna Rodríguez, el maestro solía lucir serio por fuera, “pero entre amigos era tierno, divertido”. El maestro Keshava Quintanar confesó haber estado dando seguimiento a los distintos artículos que Édgar Mena publicó en la revista *Pulso Académico*, bajo la columna “El abrigo del guardafaros”, título que llegó a fascinarle y que él interpreta como una

prenda que es “promesa de refugio para el hombre que soporta el clima inclemente mientras vigila el viaje de los marineros, procurando brindarles una luz en medio de la noche”.

El profesor Isaac Hernández agradeció el apoyo de la Dirección General del CCH, al plantel Naucalpan y a la DGAPA (quien apoya la revista a través de un proyecto INFOCAB), para la realización de *El Chicle en la Butaca*. Comentó que en el primer número se aborda a los modernos superhéroes, y en él escriben profesores del área de talleres y de las diferentes áreas del plantel, tanto docentes como estudiantes.

Entre las temáticas que se pueden leer, encontramos: El Joker y su desarrollo como villano, el caso de Iron Man y Wonder Woman, la cercanía de los filmes de superhéroes con la teoría del camino del héroe de Joseph Campbell, sobre “Santo, el héroe chicho de la película gacha”, cuya autora, Rita Lilia García, dijo este personaje: “Me encantaba ver cómo enfrentaba a los monstruos; bajo el enigma de su máscara era fascinante; aparte podías verlo a ver luchar en la arena México. A partir de él surgió mi inclinación por el cine de cosas sobrenaturales. Para mí era el más grande superhéroe porque existía, porque podía ir a verlo”. También el profesor Guillermo Solís Mendoza da cuenta de lo que para él es: “El top ten de los Superhéroes en la pantalla grande”.

La revista tiene en mente trabajar los siguientes temas en los números venideros: leyendas y mitologías en el cine; el arte en el cine; sociedades distópicas; animación, entre otros. Nos invita a estar atentos a sus convocatorias para ir preparando nuestras colaboraciones. ☺

• EXCECEHACHERA EXITOSA

## Mi trabajo tiene valor aquí y en el extranjero: Daniela Carreño Arias



Ana Lydia Valdés

Desde hace 50 años el plantel Naucalpan ha formado estudiantes seguros de sí mismos, capaces de convivir en una sociedad multicultural. Es el caso de Claudia Daniela Carreño Arias, egresada de la Generación 2011. Estudió la licenciatura en Enfermería, en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, Generación 2017, y siempre tuvo claro que lo suyo era servir a los demás.

Su paso por el Colegio fue con intervalos, ya que por el trabajo de su familia se fue a vivir unos meses a la ciudad de Aguascalientes. Al volver, sus padres le preguntaron: “¿Quieres regresar a CCH?”. Ella respondió: “¡Sí! El CCH es mi vida, mi pasión; además deseo ser egresada de la UNAM”.

En entrevista vía Zoom, la hoy enfermera excecehachera detalló cómo concibió sus planes. “Recuerdo mucho a mis amigos, que hoy son todos profesionistas; también recuerdo a mi profesor Jorge Andrés González Torres, quien me ayudó a sacar adelante la materia de Cibernética y siempre me escuchó”.

Si bien la Facultad de Medicina le dejó huella como profesionista, el Colegio marcó su vida: “el CCH Naucalpan siempre ha estado conmigo y si pudiera regresar el tiempo volvería a estudiar en sus aulas”.

En 2017, tras finalizar la licenciatura en Enfermería, Daniela ingresó a trabajar al Hospital ABC, en tanto conseguía su título. “Entré como enfermera general en el área de ginecología, donde estuve un año. Atendí todo tipo de pacientes: ingleses, indios, argentinos, brasileños y estadounidenses, entre otras

nacionalidades, y fue ahí donde me di cuenta que disfrutaba mucho trabajar en un ambiente multicultural”. En el último año de carrera, la entrevistada se enteró de la convocatoria para médicos y enfermeros en Alemania, por lo que se propuso sacar el título en un año y lo consiguió. “A los alemanes les encanta la cultura latina, por lo que hice todo lo que estuvo en mis manos para aplicar al programa y lo logré”, dijo, convencida de que su esfuerzo había valido la pena.

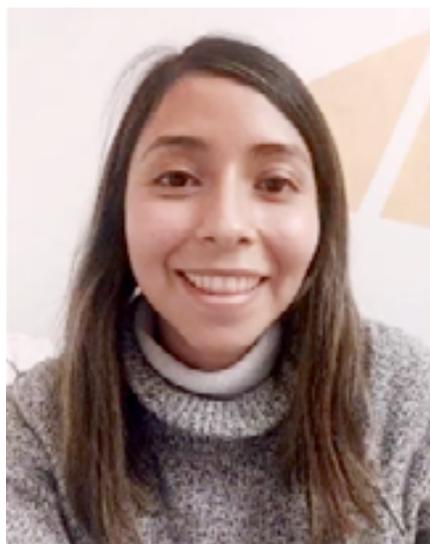
En 2020 Daniela fue aceptada para trabajar y estudiar en el *Charité Campus Virchow Klinikum*, ubicado en Berlín. Se trata de uno de los hospitales más importantes de Europa y de los pocos que lograron sobrevivir a la Segunda Guerra Mundial.

### Llegar donde estoy se dice fácil, pero no fue así

El 18 de noviembre de un año atípico marca el comienzo de una nueva etapa en la vida de Daniela. En plena pandemia, la exalumna cumplió su sueño: trabajar y convivir en un país europeo. “Ser diferente no es malo, te permite conocer a nuevas personas y te deja mucha experiencia”.

¿Privilegiada? “No”, acota Daniela. Su llegada a Berlín tardó casi tres años. “Se dice fácil, pero no fue así, y menos en tiempos de pandemia en que el Coronavirus ha cobrado tantas vidas”. Un factor a su favor fue la generación de empleo en Alemania una vez que la pandemia parecía ceder; sin embargo, ha tenido que pasar por una larga lista de trámites burocráticos: “Lo bueno es que el personal del *Charité Krankenhaus* (hospital) nos ha acompañado a los mexicanos en el cumplimiento de los trámites.”

Continúa en la siguiente página...



En casi siete meses, Daniela aprendió alemán básico. “Cuando entré al ABC ya tenía idea de aprender alemán, por lo que me metí al *Goethe Institut Mexiko* y logré certificarme en el idioma acorde con los estándares del marco europeo.

“No fue complicado socializar, hablo español, inglés y alemán básico y me gusta interactuar con todo tipo de personas”, dijo Daniela, quien, a casi un mes de haber llegado a tierras germanas, trae bien puesta la camiseta del hospital. Trabaja en el área de servicio de ginecología y obstetricia, donde, a decir de la entrevistada, los partos son algo muy novedoso.

“Me siento orgullosa de trabajar aquí, pues uno de los virólogos con mayor influencia en el desarrollo de la vacuna contra el coronavirus trabaja en el *Charité*”.



### El secreto está en uno mismo

Convencida de que no hay secretos, sino esfuerzos para triunfar, la exalumna se dirigió a sus excompañeros: “La clave es seguir tus sueños, siempre y cuando te hagan sentir feliz”, expuso emocionada.

“Aquí en Alemania me siento feliz porque le dan valor a mi trabajo, me respetan como enfermera y reconocen lo que hago”, precisó Daniela. No busca sustituir a los doctores, cada quién lo suyo, pero si es muy satisfactorio saber que las personas con las que trabajas valoran lo que eres. Admiro a mis colegas porque a pesar de las situaciones difíciles siguen adelante; es muy triste reconocer que en México no les dan el valor que merecen.

Lejos de sus familias, Daniela y sus compañeros mexicanos luchan todos los días por demostrar lo que son, para que su profesión sea tomada en serio. “Estoy en el área de ginecología y

tengo un sueldo de 900 euros mientras termina el procedimiento de homologación como enfermera”. Es un sueldo que se incrementa según el grado obtenido, y para lograrlo “tengo que pasar todas las pruebas burocráticas, porque los conocimientos ya los traigo”.

La motivación de Daniela es aprender cada día. En el *Charité*, toma clases teóricas y prácticas. Todas las dudas se las aclaran y nadie puede hacer ningún procedimiento si no está certificado. “Las vidas humanas son mi responsabilidad y por tanto siempre trato de hacer lo mejor para salvarlas; si no estás supervisado no puedes trabajar”. La escuela es muy complicada y no cualquiera entra. Pero si te aplicas, encuentras muchas especialidades y posgrados para enfermeras.

### En CCH- Naucalpan pasé los mejores años de mi vida

De acuerdo con Daniela, el primer día que llegó al CCH no entendía lo que significa ‘aprender a aprender’:

*¿Cómo que aprender a aprender? La frase no tenía sentido. Sin embargo, cuando egresé entendí el significado. CCH te facilita la vida con conocimientos, desde lo básico hasta lo extenso. Los profesores te enseñan que con el estudio puedes llegar lejos si te lo propones. No te lo dan todo, te orientan. Ninguno te obliga a aprender, por eso yo aprendí alemán de forma casi autónoma. En CCH conoces gente de muchas culturas. Tuve compañeros muy diferentes y a la vez tan unidos. Este bagaje me permitió adaptarme de inmediato cuando llegué al Charité, donde la población viene de todas partes del mundo. La apertura para aprender cosas nuevas está en tu mente. CCH me dejó todo. Mi hermana también estudió ahí y juntas recordamos la escuela como un lugar muy especial. Si regreso a México y me piden dar clases de alemán, lo haría con mucho gusto. ☺*

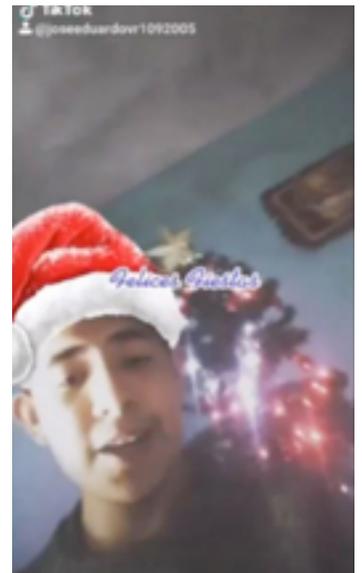
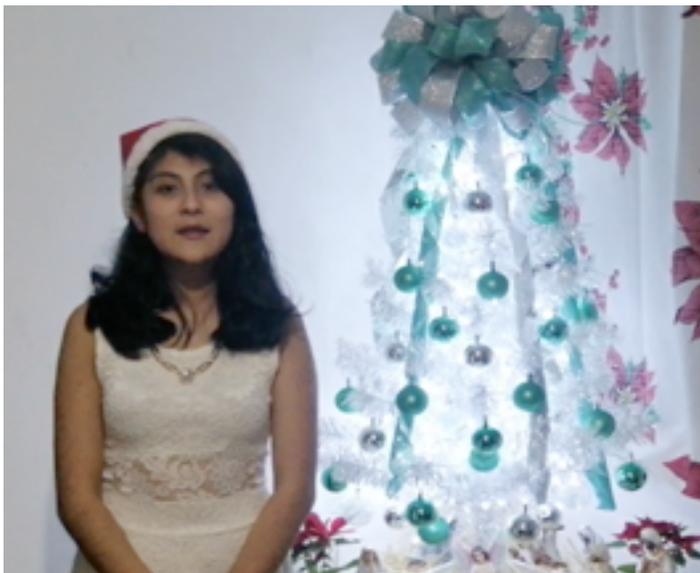
Fotografías: Ana Lydia Valdés

## *Festival Navideño 2020,* una convivencia memorable a distancia

Alberto Hernández

El plantel Naucalpan desarrolló el 23 de diciembre su *Festival Navideño CCH Naucalpan 2020*, en el cual, tanto su Cuerpo Directivo, profesores y alumnos compartieron con la comunidad cecehachera una serie de actividades previamente diseñadas, mismas que pueden agruparse en las siguientes áreas: videos musicales, montajes fotográficos (los cuales tuvieron como común denominador alguna temática navideña), elaboración de origamis, lectura e ilustración de una serie de microrrelatos, o donde compartieron alguna coreografía dancística, entre otros. La actividad de cierre se enfocó en el Encendido del ya tradicional árbol navideño del plantel, la cual concentró a una gran cantidad de espectadores.

El escenario principal, del que su montaje organizado y dedicado año con año por los trabajadores del Plantel, y que con el tiempo se ha convertido en un esfuerzo colaborativo donde participan docentes y diferentes miembros de la comunidad cecehachera de Naucalpan, uniéndose también para la cooperación de esferas, luces, adornos y elementos decorativos para el árbol navideño, y a quienes agradecemos su gran esfuerzo y dedicación. La difusión del *Festival Navideño 2020* fue hecha por el recién inaugurado canal digital: Pulso TV, el cual ya había difundido ciertos eventos en el pasado, pero que arrancó de lleno con la transmisión de este Festival, el cual empezó al medio día y concluyó cerca de las 8 de la noche.



Continúa en la siguiente página...

Pulso TV cuenta a la fecha con 2930 suscriptores en la plataforma YouTube. Cabe decir que este 6 de enero fue inaugurado oficialmente, con la presencia de la cantautora Flor Amargo. La conducción del *Festival Navideño 2020* estuvo a cargo del profesor Roberto Wong Salas, quien con gran profesionalismo fue dando la pauta para la aparición de las distintas propuestas.

## Inauguración

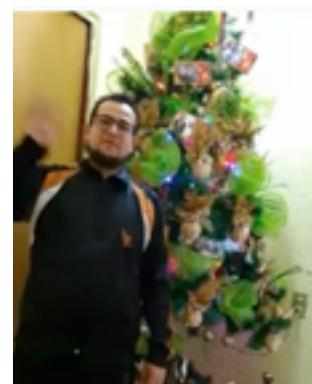
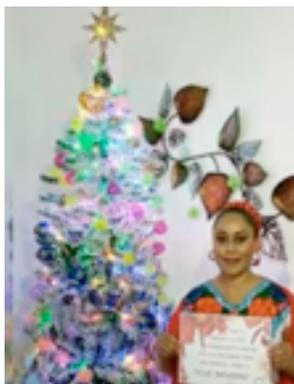
Todo empezó a las 12:00 horas, cuando la Maestra Berenice Ruiz Melgarejo, Secretaria General del CCH Naucalpan, apareció en pantalla para celebrar la propuesta y dar la bienvenida a los diferentes participantes del evento, a quienes solicitó presentaran y explicaran un poco sobre de qué irían las actividades que se ofrecerían a lo largo del día. De este modo, el profesor Andrés Torres explicó un poco el video musical que previamente había grabado The Chavorrucos Rock and Roll Band; el profesor Roberto Wong Salas explicó cómo se recabaron los videos de los diferentes integrantes de la comunidad cecehachera que habrían de compartirse a lo largo del día; el Siladin estuvo representado por su Secretaria Técnica, la maestra Carmen Tenorio Chávez, quien organizó el Primer concurso de piñatas científico navideñas, con 29 participantes de todos los semestres. Por parte de la Secretaría de Atención a la Comunidad, que dirige la maestra Mireya Cruz Reséndiz, se organizaron videos de Tik Toks, donde se solicitó al alumnado que compartiera algo bonito en alusión a la navidad; entre otras actividades.

El corte de listón virtual corrió a cargo del Maestro Keshava Quintanar Cano, Director del Plantel, quien celebró el trabajo de su equipo de colaboradores para la realización del que es el primer *Festival Navideño 2020* en línea, mismo que se pudo organizar dada la situación del trabajo desde casa. Quintanar Cano recordó que la tradición del árbol de navidad lleva ya tres años, por ello agradeció a algunas personas que han participado de ella, como los profesores Elizabeth González, su esposo, Selene Cruz, Édgar Sierra, Mireya Cruz, Berenice Ruiz, entre otros. También invitó a la comunidad cecehachera a cuidarse mucho y hacer uso de las plataformas digitales en estas fechas de reuniones, todo con el fin de “vernors pronto en el plantel”, pues “el CCH es nuestra segunda familia”. Siendo las 12:33 se declaró inaugurado el *Festival Navideño CCH Naucalpan 2020*.

## Videos musicales

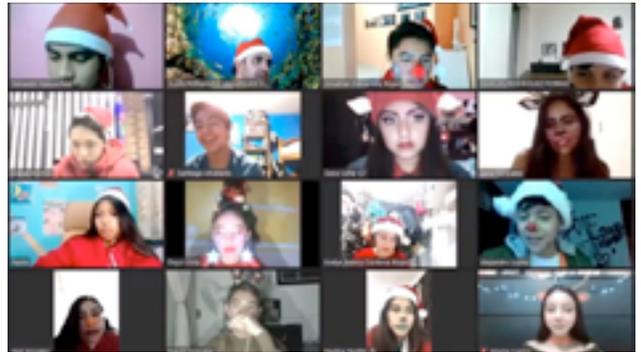
A lo largo de la transmisión se fueron presentando las siguientes propuestas:

- La alumna Mariana Lome compartió un video donde interpretó la canción “The Show”, de la cantante Lenka. Se acompañó de su ukelele y a través del video fueron desfilando escenas memorables vividas en el Plantel, tales como el baile en la biblioteca o la última partida de rosca del día de reyes. Al final apareció una frase de Demócrito: “La vida es un tránsito; el mundo es una sala de espectáculos: el hombre entra en ella, mira y sale”. Su propuesta cuenta con 825 reproducciones.
- La reconocida banda The Chavorrucos Rock and Roll Band, compuesta por docentes del Plantel, interpretó “El profe del tambor”, y tuvo como escenario la azotea de una casa, desde



la cual podía apreciarse los alrededores. Los integrantes aparecieron con sus cubre bocas y guardando la sana distancia. Cuentan con 733 reproducciones.

- El Taller de Coro, que dirige el profesor Édgar Sierra, interpretó la pieza “Joy to the World”. Los alumnos integrantes fueron: Alitzel Hernández Chabolla, Ángela Tamara Mena Cruz, Ángel Aguilar, Elizabeth Porfirio Méndez, Jazmín San Juan Moreno, María José Olmedo Rangel, Luis Antonio Guevara Hernández, Diana Jazmín Mejía Corona y Leilani Olvera. Todos cantaron desde sus respectivos hogares. Cuenta con 243 reproducciones.
- El Taller de Canto, que dirige Viridiana Estudillo, interpretó la canción “Have yourself a Merry Little christmas”, de Frank Sinatra. Este grupo está integrado por David González, Loani Gutiérrez, Dana Martínez, Mariana Ruiz y Xadanic Morales. Cuentan con 106 reproducciones.
- En otro video, otro grupo de alumnas, también dirigidas por Estudillo, interpretaron “Last Christmas”. Los integrantes fueron: Ángel Sánchez, David Garduño, Metzli Guzmán, Alitzel Hernández y Mara Godínez. Cuentan con 178 reproducciones.
- El grupo 174 A, con el profesor Fernando Velázquez Gallo al frente, interpretó la pieza “Do they know it’s Christmas?”, de Band Aid 30, con música de fondo y caracterizados con algún atuendo navideño: gorro, maquillaje o luces. Cuentan con 124 reproducciones.
- El alumno Alan David Arroyo Guerrero interpretó “Campana sobre campana”. Gelasio Mendiola Acevedo interpretó “Cantemos aleluya”, del compositor Carlos Rico, y el profesor Taurino Marroquín Cristóbal, interpretó “My darling may love”.
- La alumna Yuliana Marisol Reyes Reyes, quien en compañía de su violín, y en un lapso de dos minutos, interpretó la canción “Jingle Bell Rock”. Cuenta con 98 reproducciones. Esta misma pieza fue interpretada, acompañado de su guitarra eléctrica, por el alumno Alan David Garduño Martínez.
- Las alumnas Laura Fernanda Toto, Stephany Alejandra Silva Chávez y Claudia Miguel, del Taller de Piano, que imparte el profesor Uziel Guzmán, realizaron un ensamble de un tema navideño, acompañadas de sus teclados y desde sus respectivos hogares. Cabe decir que en el video se aprecia que las alumnas utilizan alguna aplicación que les permite convertir el teclado de sus computadoras en un teclado de piano.
- Por su parte, los integrantes del Taller de Piano, de la maestra Diana Fuentes León, presentaron un video donde ejecutaron una pieza navideña a cinco pianos, desde sus respectivos hogares.
- Cabe decir que el maestro Wong Salas, quien estuvo a cargo de la conducción del evento (y quien también forma parte de The Chavorrucos Rock and Roll Band), interpretó la pieza: “Santa Claus llegó a la ciudad”, acompañado de su teclado eléctrico.



Continúa en la siguiente página...



## Fotografía

El punto fuerte en este rubro lo tuvieron los integrantes del Taller de Fotografía “Manuel Álvarez Bravo”, que dirige el maestro Fernando Velázquez Gallo, quienes montaron la Exposición de Fotoestampa Navideña, en la cual desfilaron los fotomontajes de Ana Luisa Guerrero (*Ausencias que duelen*), Andrea Aquino (*Pino Cálido*), Angie Moreno (*Cálida Navidad*), Ariadna Mota (*El Muñeco*), Brenda Álvarez (*El nacimiento de Jesús*), Ximena Méndez (*La casa de los abuelos*), Daniela Romina (*Copito de nieve*), Elsa Rodríguez (*Entre nubes y algodón de azúcar*), Mariana Olivares (*Christmas on family*), entre otros. Todos con elementos alusivos a la navidad, como nochebuenas, nacimientos, esferas, pinos, mascotas engalanadas con algún moño o atuendo navideño. Lograron 277 reproducciones. Al fondo del video que iba dando cuenta de los fotomontajes se escuchaba “Blanca navidad”, en versión mariachi y en la voz de Natalia Jiménez.

Los mismos integrantes del Taller de Fotografía “Manuel Álvarez Bravo”, prepararon un par de villancicos y una muestra de fotografía, donde se pudo ver cómo prepararon sus casas para la navidad.



## Tarjetas y arreglos navideños en origami

En este rubro, el alumnado dio algunas muestras de su talento para crear figuras en papel, y el proceso creativo se compartió a través de Tik Toks. Mariana Obispo (3° semestre) realizó estrellas de papel; Carole Granados (1° semestre) construyó un Santa Claus; Camila Vargas (3° semestre) y Ana Colula y Alondra Montes realizaron tarjetas navideñas, donde las decoraciones adquirieron volumen.



## Videos varios:

Microrrelatos: Itzayana Sebastián Cid leyó el texto “Notas de navidad”, con el que participó en el Concurso de Microrrelato de Navidad; mientras que Alejandro Azanza Carmona hizo lo propio con su cuento.

Doblaje: Cabe decir que Viridiana Estudillo no sólo dirige talleres de canto, también está al frente del Taller de Doblaje y, en un video, los alumnos integrantes presentaron sus resultados, donde dieron voz a los más icónicos personajes de películas, como Pennywise, el payaso (Eso); el muñeco diabólico; Señor Burns, Liza o Ralph de *Los Simpsons*; algunas de la película *Mulan*, entre otros. Cuentan con 211 reproducciones.

El Taller de Danza Folklórica Mexicana del Plantel, que dirige la maestra Beatriz Tejeda, presentó un video sobre el significado del árbol de navidad y toda su tradición. En él, los integrantes de este conjunto dancístico compartieron algunas imágenes de sus respectivos arreglos navideños, al tiempo que una voz en *off* señalaba las características del árbol de navidad a lo largo del tiempo. Cabe decir que, en un segundo video, también se expuso la historia de los nacimientos, los cuales se habrían surgido cuando Francisco de Asís, en 1223, construye una casa de paja y un pesebre para que se pudiera participar en un evento en vivo de la navidad. En el video también se observan imágenes de los nacimientos de los respectivos hogares de los integrantes del Taller.

Danza: Aurora Quetzalli Estudillo Sortibrán presentó un video donde ejecuta un fragmento de “El Cascanueces”, de Tchaikovsky, con gran dominio de las técnicas del ballet.





### Clausura

La tarde-noche del 23 de diciembre se llevó a cabo la actividad de cierre del *Festival Navideño CCH Naucalpan 2020*, la cual consistió en el encendido del árbol navideño del plantel. En la conducción del evento estuvieron los docentes Mireya Cruz Reséndiz (Secretaria de Atención a la Comunidad) y Édgar Sierra (profesor de Música).

La iluminación no fue inmediata, sino que los conductores solicitaron a los internautas que participaran con algún comentario positivo, primero como requisito previo para dar a conocer a los ganadores del Concurso de piñatas científicas, organizado por el Siladin. Para ello, ya algunos integrantes de la comunidad cecehachera habían preparado sus buenos deseos navideños en pequeños videos. El primero fue de @joseeduardovr, quien deseó feliz navidad y felices fiestas; a éste siguió @jeniferdelcarmen16, quien se presentó como Yukari Mercado y agradeció a la comunidad universitaria el empeño

puesto en todas las actividades. Siguieron las maestras Teresa Campos y Anabel, deseando feliz navidad y un gran año 2021.

Para dar a conocer a los ganadores del Concurso de adornos del árbol navideño en casa también se solicitó un número determinado de interacciones, las cuales fueran cumplidas en un tiempo mínimo, pues el evento congregó a una gran cantidad de cecehacheros. La ganadora del mencionado concurso fue la alumna Sherlyn de Cervantes Arciniega.

Como último paso, previo al encendido del Árbol, se dieron a conocer los ganadores de los concursos de microrrelatos de Difusión Cultural. El 3° lugar fue para “Christmas Love”, de Vane; el 2° fue para “Un día en la vida”, de Rey lagarto; el 1° lugar fue para “Notas de navidad”, de You.

Finalmente, la cuenta regresiva partió de 10, 9, 8... 0 ¡y se hizo la luz! El equipo participante se despidió cantando la canción “Feliz navidad”, y bailando al pie del árbol. ☺



Continúa en la siguiente página...



Fotografías: Fernando Velázquez y Berenice Ruiz

# Tradiciones Navideñas: *Christingle*

María Alejandra Reséndiz Bernal



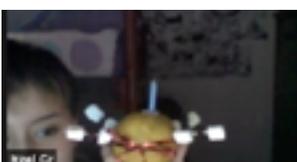
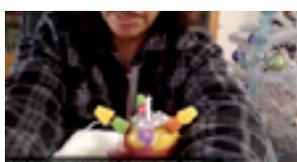
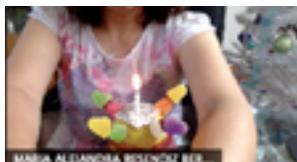
Aprender un idioma significa también entender la cultura y las tradiciones de otros países. Alrededor del mundo, la Navidad se celebra de distintas maneras. En el caso de Inglaterra, existe la tradición de las celebraciones de *Christingle*. Por ello, en la clase de Inglés III, los alumnos de los grupos 309 A, 311 A, 314 A, 323 A, 325 A 329 A y 342 B, elaboraron un *Christingle*. Se trata de un objeto simbólico utilizado en tiempo de Adviento, en la Epifanía y la Navidad, que significa la celebración de Jesús como “Luz del mundo”. Es una tradición inglesa cuyo origen proviene de Alemania, desde 1747.

Esta tradición se popularizó en el Reino Unido a partir de 1968, por John Pensom, quien reunía fondos para *The Children's Society*, organización que actualmente tiene como principales objetivos mejorar la vida de niños y jóvenes, además de crear un cambio positivo en actitudes sociales para mejorar su situación. Cada año, la celebración de *Christingle* reúne aproximadamente 1.2 millones de libras para ayudar a los jóvenes en condiciones vulnerables.

Los *Christingles*, naranjas con listones rojos alrededor, decoradas con dulces y con una vela en la parte superior, son prendidos durante las ceremonias de la época. Estas celebraciones se llevan a cabo desde inicios de diciembre y hasta Navidad. Pueden ser desde grandes reuniones en iglesias, hasta eventos pequeños *online* o en algún lugar al aire libre. Los asistentes cantan villancicos, rezan y se divierten con diversas actividades.

## Elementos de un *Christingle* y su significado

- Una naranja, que representa el mundo.
- Listón rojo alrededor de la naranja, significa la muerte de Jesús.
- Cuatro palillos, que representan las cuatro estaciones del año.
- Dulces o fruta seca, que representan los regalos que Jesús nos otorga como la bondad y el amor.
- Y por último una vela encendida, que representa la luz del mundo. ☺



Fotografías: álbum de Alejandra Reséndiz y de Internet

## Sobre una novela *cyberpunk* mexicana

Alberto Hernández

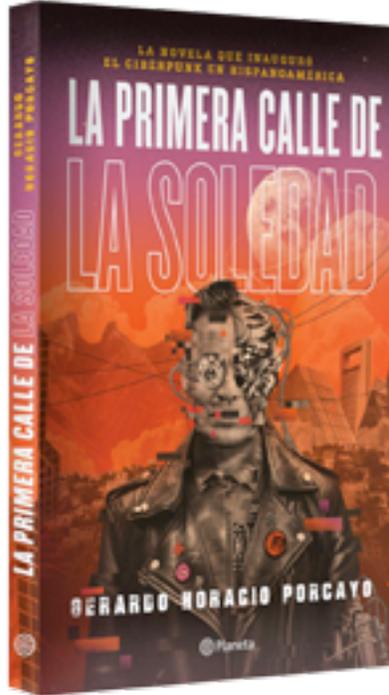
**L**a primera calle de la soledad, de Gerardo Horacio Porcayo, apareció en 1992. Se la considera una novela pionera del género *cyberpunk* mexicano, el cual se ha detectado desde la década de los 80 en otros países con una tradición fuerte en la ciencia ficción y en dicho género en particular.

Al parecer, el término obedece a una mezcla entre lo *punk* y la cibernética; del primero por su carácter contestatario y nihilista con respecto al status quo de una sociedad; y de lo segundo por el imperio de la tecnología y de algunos corporativos sobre la vida de los individuos.

En este libro, el héroe es Óscar Martínez, especie de *cyborg* con reminiscencias humanas y con grandes conocimientos de cibernética. Al inicio, aparece regresando a su lugar de origen, Monterrey, que se ha convertido en la gran urbe de la tecnología, destronando al Distrito Federal. El tiempo que lleva fuera son 6 años, y ya eso lo lleva a dibujar una duda, misma que caracteriza la novela y que la acerca a lo fantástico: en qué medida ha pasado ese tiempo, y en qué medida sus recuerdos fueron reales y no un mero sueño inducido desde algún programa electrónico.

El elemento erótico no está ausente de esta obra, aparece como ese reducto que ancla a los humanos a cierta especie de realidad, misma que cada vez resulta más ilusoria en un mundo dominado por la tecnología. De hecho, el motivo por el que regresa a su ciudad natal obedece a un contrato para infiltrarse en un programa que una empresa de la competencia ha desarrollado con el fin de vender sueños eléctricos a los individuos. Su empresa termina a medias, y sus captores no se deshacen de él, sino que lo utilizarán para sus fines, los cuales son vender dicho programa en la Luna, con el fin de fundar una nueva religión, la cual tiene todos los elementos de la tradición cristiana.

Asfódelo, como se llama dicho *software*, tendrá por misión vender sueños eléctricos en la luna, de provocar



en sus habitantes el olvido de su vida diaria y sus pesares (asfódelo parece remitir a olvido); pero no contento con eso, el mismo Asfódelo (la máquina) se sentirá obligado en lo sucesivo a darles la felicidad a sus seguidores (su religión se llamará Criptorecepcionistas), de ese modo, el programa se olvidará de sus creadores y lanzará a sus seguidores contra todos los que se le opongan.

Ya en la luna se desata una guerra, pues los primeros pobladores, los Pleyadianos, no aceptan la nueva religión, a la cual ven como una hidra cuyo fin es acabar con sus antiguas tradiciones, y lo mismo Los Hijos de Armagedon, un poco distintos de los Criptorecepcionistas, pero iguales en su sentido apocalíptico. Además de ellos, están las religiones tradicionales: como el catolicismo, los testigos de jeohvá, los musulmanes, etc. Todas esas guerras y tribus están marcadas por el uso de trajes mecánicos, de prótesis maquinaicas, de *cyborgs* y, en general, para acceder a sus principales líderes se precisa acudir a algún *software* especializado, de ahí que El Zorro (apodo de Óscar Martínez, el protagonista) destaque por ser un hacker reconocido.

En fin, los empleadores del Zorro, Laboratorios Mariano, lo llevan a la Luna con el fin de recuperar a Asfódelo, que se ha independizado, pero al parecer serán combatidos por sus seguidores y por los Pleyadianos, oriundos de la luna. En esas batallas, el Zorro se enamora de Nayely, otra mujer *cyborg*. Ellos lograrán traer de regreso a la tierra a Asfódelo, pero lo traiciona en el último momento, queriendo volver a la Luna a continuar con su misión de llevar a la felicidad a los humanos a través de los sueños eléctricos.

Al final la nave no logra alunizar y el Zorro puede volver a la tierra. Sin saber cómo, aparece de nuevo en Monterrey, y se pregunta si lo pasado fue real o todo no es más que una cinta de Moebius en la cual el ser humano puede simular que se mueve en el tiempo, pero que en modo alguno es real. Sin duda un libro que recupera los principales elementos de la ciencia ficción y del *cyberpunk*, incluso del género fantástico al cuestionar la realidad de nuestros recuerdos e imaginaciones. ☺

Fotografías: de Internet

## Los sórdidos aleteos de la Cigarra. El encanto de los microrrelatos

Aimée Danae Hernández Serrano

En la literatura podemos encontrar los más exquisitos escritos: historias bordadas en papel que deben ser agregadas a nuestra colección. En esta ocasión me refiero a un libro de ligeras alas; sus 131 páginas se convierten en esa clase de lectura que abres al azar y, de inmediato, la tinta te atrapa hasta ahogarte en ironía, sentido del humor, melancolía, muerte, inocencia, perversión y ternura.

Por supuesto, cada uno de los relatos tiene un sabor diferente, gracias a la diversidad de tramas y de sentidos, y todos erizan por completo el corazón, obligándonos a que, una vez abierto el libro, estemos atrapados entre el mundo de la narración y, en paralelo, en algunos rasgos de la vida cotidiana.

Los 58 microrrelatos (algunos más cortos que otros, al igual que las estrofas de un poema libre) hacen honor al cántico de la hábil cigarra, la cual da título al libro y que a veces se lleva en su aleteo la imaginación y los sueños. Aquí, el talentoso escritor logró encerrarla en una jaula de papel, y la mantiene viva gracias a exquisitas palabras entintadas.

Ahora podría decirle al lector o lectora cuáles son los mejores relatos para leer primero, pero eso sería discriminatorio para estos textos maravillosos, así que mejor procedo a seducirle con pequeños fragmentos, para despertar su curiosidad literaria. Empecemos: “Caminaba sobre el agua y, mientras sus pasos se extendían por los surcos que hacían en la superficie, por debajo



veía destellos azules y amarillos, como si aquél extraño y pequeño río tuviera millones de velas encendidas en el fondo”.

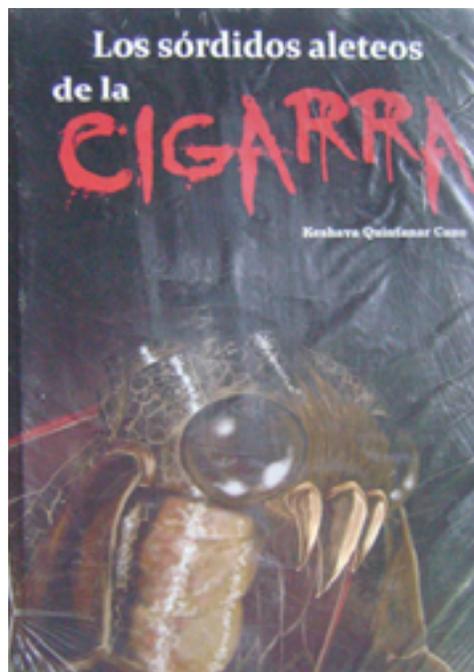
(Quintanar Cano, 2013)

O este, donde destella la chispa de la ironía:

*A José Luis le encantaba jotear, eso sí, en lo más reservado de su soledad. De día era el más duro e intransigente homofóbico. A todos en la oficina hacía creer, cual macho beligerante, que era de lo más divertido burlarse de maricas. Pero cuando estaba solo, en su habitación, José Luis loqueaba de lo lindo.* (Quintanar Cano, 2013)

O, si lo suyo son los mitos y personajes antiguos:

*Laberinto, sol y polvo. No veo otra cosa. Las piedras y las sandalias son la guía sonora de mis ojos. De pronto, frente a mí, el Minotauro, enorme, fantástico, corto el aire con un mortal marro y un poderoso cuerno desdentado. El polvo regresa de donde nació y junto al admirable gigante, un pequeño e insignificante guerrero, arremete contra él.* (Quintanar Cano, 2013)



El coqueteo entre el lenguaje, la estética y la trama hace que al instante haya amor a primera vista a estas narraciones.

Para mi gusto personal, recuerdo los tiempos en que el ser humano se sentaba a contar historias frente a un danzante fuego; dichas historias se transmitían de una generación a otra. Si esa tradición pudiera volver al presente, los relatos de Quintanar Cano serían la clase de lectura que se compartiría alrededor de una fogata, con el cielo oscuro, cual cobija de nocturna ternura, y las cigarras acompañando el compás de las palabras. ☺

Quintanar Cano, K. (2013). *Los sórdidos aleteos de la Cigarra*. México D.F.: Ediciones Liberia.

Fotografías: de Internet

## Hablemos de Teatro: *El enemigo del pueblo*



Olivia Barrera  
(¡Brava! Compañía de Teatro)

Hace un año aproximadamente se anunciaban en los periódicos mexicanos las últimas funciones de *El enemigo del pueblo* de Henrik Ibsen, que se presentaba en el teatro Julio Castillo del Centro Cultural del Bosque. Esta producción de la Compañía Nacional de Teatro, bajo la dirección de David Gaitán y con escenografía del maestro Alejandro Luna, se me antojaba muchísimo, entre otras cosas, porque Ibsen es uno de mis dramaturgos favoritos y esta obra no suele producirse con mucha frecuencia; por lo menos, no tanto como sus otros clásicos *Casa de muñecas*, *Hedda Gabler* e incluso *Espectros*. Sin embargo, como por aquellos entonces no vivía yo en México, me resigné a no verla.

Ahora, al enterarme que algunos teatros ya han abierto, decidí buscar en la cartelera del Centro Cultural del Bosque las nuevas ofertas teatrales y descubrí que están proyectando gratuitamente una grabación de dicha producción. Me emocionó mucho y este fin de semana me dispuse a verla. A pesar de que la proyecté en la pantalla más grande que tengo, con la idea de sentirme un poco más cerca a la experiencia teatral, la producción apuesta por una continua interacción con el público que no pude recrear. Sin embargo, la pasé muy bien, porque esta producción me reveló algo del texto que nunca había identificado previamente: esta obra puede ser muy divertida.



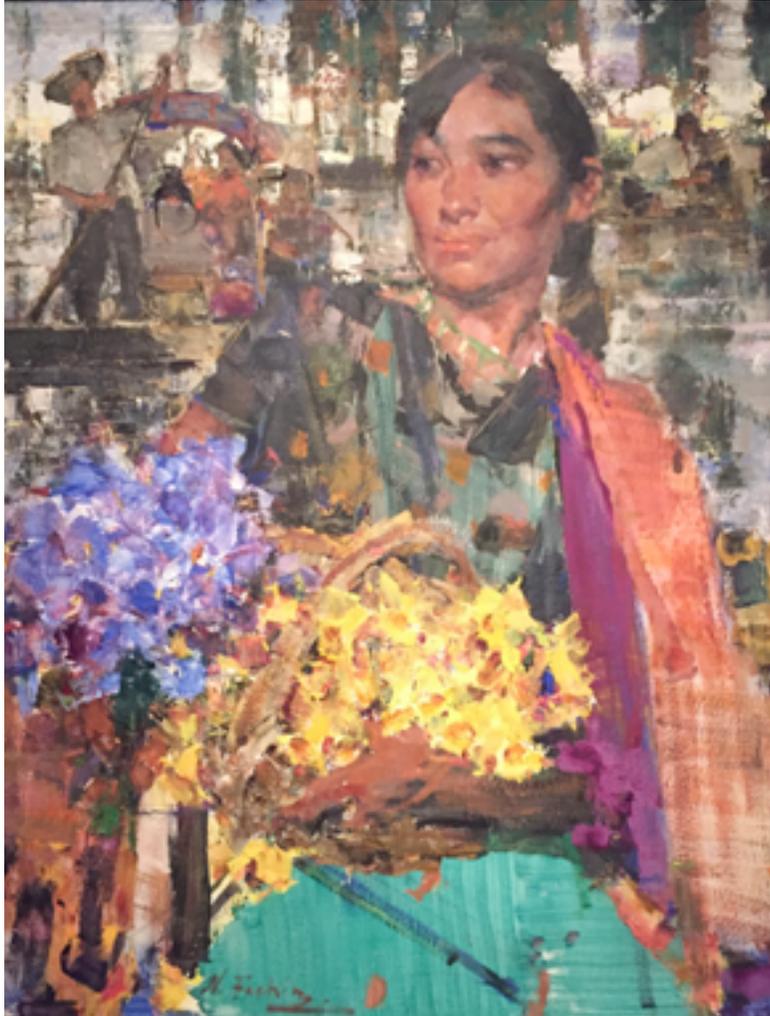
*El enemigo del pueblo* plantea el dilema entre el bien individual y el bien común. Asimismo, habla del papel de la prensa en la toma de decisiones colectivas. Tradicionalmente, yo había leído ambos conflictos desde el punto de vista ético y me parecía que la obra tiende a la seriedad. Sin embargo, la propuesta de Gaitán consistió en indagar en las posibilidades lúdicas de este texto (cosa que, de por sí, ya parece anti-ibseniana), con un resultado muy disfrutable para el público. En palabras de Luis Rábago, miembro permanente de la Compañía Nacional de Teatro y quien da vida al Doctor Stockmann, protagonista de la obra:

*Es una obra muy accesible, con sentido del humor, bien lograda en el manejo de la escritura. El público interactúa con ella, juega y se involucra todo el tiempo, porque en realidad el protagonista es el público, que se enfrenta con la respuesta furibunda del doctor Stockmann. Es una puesta en escena que encanta, ya lo hemos probado dos años seguidos con espectadores de diversas regiones en las que hemos estado.*

Si bien es cierto que a través de la pantalla nos quedamos con las ganas de tener una “pistola de burbujas” para ser parte de la acción, también lo es que vale mucho la pena ver esta producción. Mi recomendación es que la encuentren en YouTube <https://youtu.be/Og7HPZxKO7U> y que la disfruten con la familia. Así, al finalizar, por lo menos tendrán a ese otro público doméstico y cómplice para hablar de la experiencia. Y después, espero que la compartan conmigo en nuestro twitter ¡Brava! Compañía de Teatro @de\_teatro para hablar de teatro. ☺



## Nicolai Fechin



Nicolai Fechin (Rusia, 1881-  
Estados Unidos, 1955)  
*La muchacha de las flores*  
ca. 1925  
Óleo sobre tela  
Museos de Bellas Artes de  
San Francisco (The de Young  
Museum)

### Netzahualcóyotl Soria

Conocido como “el Tártaro”, Nicolai Fechin es considerado el gran pintor de los pueblos nativos de los Estados Unidos. Empezó su carrera en Rusia (Kazán, capital de Tartaristán, de ahí el apodo), pero emigró a los Estados Unidos después de la revolución bolchevique. De inmediato se unió al círculo artístico neoyorquino, pero la tuberculosis lo hizo emigrar a Taos, Nuevo México, donde se enamoró del paisaje agreste, que le recordaba su pasado tártaro, y de su gente, pues a partir de entonces sus retratos se centraron en nativos americanos y mexicanos.

En 1936 vino a México. Quedó fascinado por Teotihuacán, y viajó a Oaxaca, donde pasó varios días con Diego Rivera, aunque nunca se entendieron bien porque el inglés de ambos era bastante rudimentario. La fecha aproximada del cuadro que presentamos (1925) no coincide con la de ese viaje, el único documentado. Quizás quien lo fechó no conocía Xochimilco. Se sospecha que Fechin paseó en trajinera, comió mole, bebió pulque, y se enamoró de una bella muchacha que vendía flores. <sup>29</sup>

Fuente: <https://www.hisour.com/nicolai-fechin-15606/>

Fotografía: maestro Netzahualcóyotl Soria



## Nada es lo que parece



Alejandro Valdés Barrientos

### ¿Estúpido o genial?

Son los extremos que abarca el espectro de los adjetivos que suelen aderezar el trabajo de Sacha Baron Cohen, creador de los icónicos personajes Ali G (un rapero idiota y drogadicto), Brüno (un *fashionista* vano y superficial) y Borat (un reportero ignorante y subnormal).

No deja de llamar la atención la selección de las dianas a las que apunta la creación de los personajes de este comediante: el medio del entretenimiento, el mundo de la moda (y por extensión las RRSS) y el ámbito de la comunicación masiva. Tres de los círculos temáticos que, en nombre de las libertades de expresión y de empresa, dominan la cultura pop y ocupan el grueso de las horas del ocio a nivel mundial, siempre con el lucro al centro de sus empeños.

En un ambiente universitario, seguramente no faltará quién levante la ceja con escepticismo al ver que se le dedica una página de la revista *Pulso* al mismo individuo que secuestró en una aparición pública a la actriz Pamela Anderson. Un ser repugnante (Sacha, no Pamela) que se burla de manera grotesca y grosera de la obesidad, un tipo que “promueve” el machismo, que eleva al nivel de arte el odio a los judíos y que defeca sobre el prestigio de la gloriosa nación de Kazajstán.

Y, sin embargo, si investigas un poco sobre el perfil de Sacha Baron Cohen, descubrirás que estamos hablando de un judío inglés que habla hebreo a la perfección, egresado de la



prestigiosa universidad de Cambridge y que recibió el premio Charlie Chaplin de la BAFTA a mejor actor de comedia.

Como sabemos, nada es lo que parece. O, dicho de otro modo: las apariencias engañan... y, si en alguien aplican estos dichos, es –sin duda– en este espléndido *troll* que, descendiendo de su pedestal en el mundo de la academia, se dignó a bajar al sótano de la chabacanería para divulgar su potente y doloroso cuestionamiento planetario a los cuatro vientos: ¿no les parece que nos hemos convertido en una bola de imbéciles?

La respuesta depende de cada uno de nosotros y en ello reside la pertinencia de la recomendación semanal de este artículo, que obedece al estreno (en Amazon Prime video) de la nueva película del genial Sacha Baron Cohen: *Borat 2...* ¡imperdible! ☺

## La mejor foto, ¿analógica o digital?

Fernando Velázquez Gallo

“Lo más importante no es la cámara,  
sino el ojo”.  
Alfred Eisenstaedt

Esta pregunta ha sido repetida una y otra vez, tanto entre los fotógrafos experimentados como entre los principiantes. ¿Qué formato es mejor?, ¿qué ventajas y desventajas tiene uno sobre el otro?, ¿cuál de los dos se debo emplear? El presente artículo aborda dichas interrogantes, esperando que lo dicho ayude al lector a tomar la mejor decisión.

Aunque podemos decir que hoy en día solamente los “románticos de la fotografía” siguen pensando en captar imágenes de manera análoga y que los nuevos usuarios solo buscan una gran cantidad de megapíxeles para obtener fotos con la *mayor calidad*, también podemos afirmar que ambas afirmaciones caen en el terreno de lo simplista.

Cuando se desea obtener fotos con una cámara análoga, hay que seguir varios pasos, entre los que están: comprar un rollo de película (dependiendo de las necesidades y/o situaciones de luz, escoger entre los diferentes ISOs: 100, 200, 400 u 800), una vez terminado de exponer, pagar por el revelado y, después, por la impresión de las fotografías.

Por su parte, el fotógrafo con cámara digital, sólo tendrá que preocuparse por tener una memoria insertada en el dispositivo, no importa el ISO, ya que lo podrá definir directamente desde la cámara, no tendrá que revelar y solamente tendrá que pagar por la impresión si así lo



desea; de no ser el caso, podrá ver la foto en la cámara o en la computadora.

Aunque en un primer momento podemos pensar que toda la discusión se centra sobre el tema económico, no es así, también existen otros aspectos de índole creativo en la foto análoga, como por ejemplo: la experiencia del revelado en el cuarto oscuro, el manejo de la ampliadora y el uso de químicos para lograr una imagen impresa en papel fotográfico. Por su parte, la foto digital tiene también su *cuarto oscuro digital*, con los programas que han sido creados para tal efecto, como el famoso Photoshop, Illustrator, RAW therapee, etc., los cuales permiten al usuario lograr una edición completamente profesional de las imágenes.

Una de las diferencias fundamentales entre ambos sistemas de fotografía es la forma en que la cámara captura la imagen. Del lado de la fotografía digital se emplea un sensor que puede ser micro  $\frac{3}{4}$ , APS-C o *full frame*. Estos sensores transforman en impulsos eléctricos lo captado por las cámaras, para posteriormente guardarlos en una memoria a manera de un arreglo de números binarios compatibles con programas de lectura y edición de imágenes.

Con respecto a la cámara analógica, la imagen es preservada a través del quemado de una placa foto sensible, la cual sólo puede ser impresionada en una ocasión a través de la acción de la luz, hecho que le provee a este tipo de fotografía una clara ventaja sobre la digital, ya que el rango dinámico<sup>1</sup> es mayor al soportar una sobreexposición de hasta cuatro pasos. De hecho, un negativo análogo puede llegar a tener unos 30 megapíxeles de resolución.

De modo que, estimado lector, que tienes aquí algunos elementos para decidir qué es mejor para ti: la fotografía análoga o la digital; o quizás la combinación de ambas. ☺

1 Diferencia existente entre el tono más claro y el más oscuro de una imagen.

## Viridiana Cortés Ramírez

**Viridiana Cortés Ramírez**  
(alumna de quinto semestre)



**M**is amigos me dicen “Viri”. Tengo 18 años y soy de ascendencia náhuatl, que quiere decir “lengua suave o dulce”. Mi familia es de San Benito Chicontepec, un municipio en la Huasteca Baja del estado de Veracruz, pero a mí me criaron en San Martín Atexcal, un pueblo ubicado al sur de Puebla.

Me enteré del CCH porque uno de mis primos estudiaba en el plantel Naucalpan y otro en el plantel Azcapotzalco. Ellos me hablaron de todos los beneficios y becas que da la UNAM y lo que yo no sabía es que era la mejor universidad del país.

Ellos me convencieron de hacer el examen. Fue algo que tuve que pensar mucho, pues yo ya estaba cursando el primer año en un bachillerato de mi localidad, y nunca había hecho un examen de ingreso. No estaba segura de pasarlo. Siempre viví bajo la sombra de mis otras compañeras y eso me hacía pensar que no alcanzaría el puntaje. De hecho, vivía engañada, una de mis compañeras decía que la UNAM era súper cara, lo bueno es que hoy sé que es mentira.

### ¡Me quedé en la UNAM!

Mientras llegaba la fecha del examen para la UNAM, yo seguía estudiando en el bachillerato cerca de mi casa. Fueron meses de mucha ansiedad porque temía no pasarlo y, si pasaba, no sabía si mi papá me apoyaría. Él no quería dejarme ir a estudiar fuera del pueblo, pues yo dependía de él económicamente. Cuando mis primos me dijeron que había sido aceptada fue lo más bonito. En mi pueblo no hay internet, pero sí señal para hablar por teléfono. Me llamaron el 26 de julio de 2018, justo a las 10 de la mañana. Mi tía no se contuvo y cuando me dijo que me había quedado en CCH corrí por toda mi casa gritando de alegría porque lo había logrado. Me puse aún más feliz porque obtuve 103 aciertos. Lloré mucho, no sólo de felicidad, sino también de tristeza, porque al día siguiente tenía que viajar al Estado de México para empezar mi nueva etapa.

### Plantel Naucalpan o nada

Debo aclarar que yo sólo me arriesgaba por el plantel donde ahora estudio, no puse ninguna otra opción: era el plantel Naucalpan o nada. No olvidaré las dificultades que pasé en el proceso del examen. Viajé sola a la Ciudad de México, hice de tres a cuatro horas sin compañía, porque a mi mamá no le alcanzaba el dinero para venir las dos. Obvio me daba miedo, en particular en el Metro. Mi mamá trabajó un tiempo en la Ciudad de México y me contaba que en el Metro te bolsean; además, tampoco sabía dónde bajarme. Me daba miedo que me robaran y me estresa ir con tanta gente y todos amontonados. Antes mi tía me llevaba a todos lados, a ella y a mis primos les debo estar en la UNAM.

### Mis miedos

Cuando entré al Plantel, durante los primeros días, tuve miedo a la discriminación. Temía que se burlaran de mí por venir de un pueblo, porque aquí todo es diferente: desde la gente, sus calles y la manera de hablar. También le tengo mucho miedo a las calificaciones; aunque soy una chica con promedio de nueve, me da mucha ansiedad perderlo, porque siento que soy inútil y mis papás estarían decepcionados de mí. También me causa temor caminar sola en la Ciudad, con miedo de regresar o no. En mi pueblo puedes andar como si nada, pero aquí no puedes confiar en las personas.

Aún no he logrado hacer algo grande en CCH. En primer semestre participé en dos concursos de Matemáticas y en ambos pasé hasta la tercera ronda; recuerdo que nos llevaron a CCH Azcapotzalco para el examen. En tercer semestre participé en un proyecto relacionado con la biósfera y un terrario a escala para saber cómo sería la vida fuera del planeta; aprendí mucho. Después, mi amiga Andrea me invitó al grupo de alumnos indígenas, a cargo del profesor Víctor Martínez Cruz y la maestra Xóchitl Pérez Ovando. Son chicos y chicas de diferentes comunidades, cada uno tiene su historia y la verdad los admiro muchísimo. Con ellos fui al plantel Azcapotzalco a un primer conversatorio y la verdad estuve muy nerviosa.



Fotografías: álbum de Viridiana Cortés  
Docente asesora: Ana Lydia Valdés

### Claudia y mis amigos

CCH Naucalpan me ha dado la oportunidad de tener amistades muy bonitas. Conocí a Nadia, mi mejor amiga y a una de las mejores maestras del Plantel: Claudia Pérez Argüello. La *teacher* "Clau" fue mi profesora de Inglés del primer año y siempre me animó a seguir adelante; se preocupa por mí, fue como mi mamá. Es de las pocas maestras que se interesan por que aprendas. Ella me inspiró a seguir mis sueños y no sentirme menos frente a los demás. También he tenido momentos felices en el Colegio, entre otros los festejos del Día de Muertos y mi participación en la presentación de aeróbics y todo lo que organiza la escuela.

Primero venía para estudiar una licenciatura en Idiomas, pero no estaba 100% segura; hoy decidí estudiar Medicina. Cuando tomé la opción técnica de Servicios Médicos nivel básico, me gustó mucho. Y claro, al terminar la carrera pienso volver a mi comunidad y ayudar a los pequeños pueblos alrededor, ya que las personas tienen que viajar horas para llegar a un doctor.

### Chicos y chicas de otras etnias

Mis compañeros de otras etnias son personas increíbles, aprendo mucho de ellos. Sus costumbres y su manera de ver el mundo me han sorprendido, cada uno tiene una historia y se han esforzado por seguir con sus sueños a pesar de los obstáculos. Los admiro y les tengo un aprecio enorme. Casi siempre hablamos de las cosas que hacen, por ejemplo: cómo hacen las bodas; en el pueblo de mi familia hacen fiesta de elote y lavado de manos. También compartimos sobre la comida: en 2019 hicimos una ofrenda y juntamos nuestras comunidades; todos llevaron un platillo típico de su etnia. Algunas de mis compañeras hablan su lengua natal, pero mi mamá no me enseñó a hablar náhuatl. También hablamos sobre la organización en el pueblo, de carencias en el sector salud y algunos intercambian palabras en sus dialectos y lo hablan con fluidez. Una de ella dio cursos de náhuatl y la verdad la admiro mucho.

### La pandemia nos detuvo

Cuando llegó la pandemia dejé de ver a mis amigos y me dio muchísima tristeza. En un entorno donde convives con personas todos los días no sientes estrés y estás relajado. Encerrado es otra cosa. Teníamos muchos planes: como participar en las ofrendas, disfrazarnos y asistir a todos los eventos que la escuela organiza. Los extraño y me da tristeza saber que quizá no los volveré a ver hasta dentro de seis meses o un año. Antes de iniciar quinto semestre hacíamos videollamadas, pero ahora me dejan mucha tarea y sólo de vez en cuando los saludo. ☺



## *Trabajador de la semana* **Rocío Martínez González**

*“La UNAM nos permite trabajar en distintos puestos,  
nada que no pueda hacer una mujer.”*

**Ana Lydia Valdés**

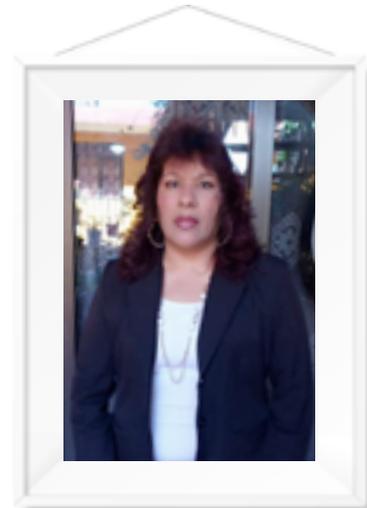
Por su trato cordial y la disposición para dar solución inmediata a los requerimientos del alumnado y docentes, Rocío Martínez González fue elegida como la trabajadora de la semana.

Rosi, como le dicen sus colegas y amistades, entró al plantel Naucalpan el 12 de mayo de 2014, para cubrir una plaza como secretaria en la Sala de Cómputo y Aprendizaje para Profesores, recomendada por Matilde Vázquez Hernández, laboratorista del Plantel. Posteriormente, pasó a Intendencia como secretaria del departamento, donde ya cumplió seis años.

“Me gusta mi trabajo. Entre otras actividades paso lista al personal de intendencia y vigilancia, preparo las hojas de servicio, atiendo la instalación de carpas, reparto la correspondencia que llega de Ciudad Universitaria, doy respuesta a limpiezas especiales y reviso el registro de entradas y salidas”, comentó la entrevistada vía telefónica.

“Me halaga que los docentes comenten que tengo carisma y una sonrisa para todo”, expuso Rocío, convencida de que el afecto y muestras de cariño que recibe del profesorado es una recompensa para su trabajo. “Me han solicitado de otros departamentos, pero aquí estoy bien”, añadió.

Martínez González es una persona con actitud positiva y siempre está dispuesta a ayudar a las personas en cualquier momento; a ella recurre el alumnado cuando busca cosas perdidas, así como los visitantes cuando requieren información. “Los alumnos me tratan bien y me han llevado calaveritas de chocolate porque los trato con amor”, compartió Rocío, quien reconoce que frases como “¿Corazón, se te ofrece algo?”, siempre hacen sentir bien a los y las jóvenes. A todos hay que tratarlos



con respeto, dijo, pero, sobre todo, “hay que tener mucha humildad para tratar a la gente”.

### **Primero el Plantel**

Rocío disfruta capacitarse en cada periodo intersemestral para poder hacer su trabajo cada vez mejor. Ha tomado cursos de Word, Excel, archivo y documentación y está abierta a aprender más cada día. No obstante, cuando se necesita, ella está dispuesta a barrer o limpiar las instalaciones aunque no le corresponda, ya que lo primero es el lugar donde labora. “El hecho de ser secretaria no impide colaborar en otras áreas. El Plantel es como mi segunda casa y hay que mantenerlo limpio”.

Para Rocío, trabajar en CCH Naucalpan es lo mejor que le ha podido pasar, por ello se siente orgullosa de portar la playera negra oficial que la identifica como integrante de la comunidad cecehachera. A lo largo del tiempo, dijo, ha formado amistad con sus compañeros de trabajo “y puedo decir que son buenas personas, que trabajan mucho y son respetuosos; con todos me llevo bien”.

### **La UNAM me unió con mis hijos**

Rocío ha sido secretaria desde los 18 años, donde la carga de trabajo le ha exigido jornadas muy largas; sin embargo, ha encontrado la manera de convivir con sus hijos. “La UNAM nos permite trabajar en distintos puestos, nada que no pueda hacer una mujer; además, tenemos prestaciones y privilegios que en otros trabajos no hay”, señaló.

Al igual que muchas de sus compañeras secretarias, Martínez González desearía regresar pronto a su lugar de trabajo, sin embargo, dijo, primero está su familia: “Soy mamá de dos menores de edad y tengo que estar con ellos por salud. Gracias por este trabajo, bendita UNAM”, finalizó Rocío. ☺

Fotografías: álbum de Rocío Martínez



**Rafael Rico González**  
1964-2020

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia de nuestro compañero Rafael Rico González, por su sensible fallecimiento. Que en paz descanse.

Atentamente:  
La Dirección



**Josefina María de Lourdes Pirod Posada**  
1942-2020

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia de nuestra compañera Josefina María de Lourdes Pirod Posada, profesora del área Histórica - Social por su sensible fallecimiento. Que en paz descanse.

Atentamente:  
La Dirección



**Héctor José Romero Ortiz**  
1958-2020

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia de nuestro compañero Héctor José Romero Ortiz, profesor del área Histórica - Social, por su sensible fallecimiento. Que en paz descanse.

Atentamente:  
La Dirección



**Basilio Luis Ríos Ramírez**  
1949-2020

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia de nuestro compañero Basilio Luis Ríos Ramírez, profesor del área de Ciencias Experimentales y padre de nuestro compañero Hugo A. Ríos Pérez, también profesor de nuestro plantel, por su sensible fallecimiento. Que en paz descanse.

Atentamente:  
La Dirección



**Luis Alberto Ávila Martínez**  
2003-2020

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia Ávila Martínez, por el sensible fallecimiento de nuestro alumno, del grupo 166. Enviamos nuestro más sentido pésame. Que en Paz Descanse

Atentamente:  
La Dirección



**Alejandro González Frutes**  
1970-2021

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia González Gómez, por el sensible fallecimiento de Alejandro González Frutes, esposo de la maestra Patricia Gómez Pedraza, del Área de Matemáticas. Enviamos nuestro más sentido pésame. Que en Paz Descanse

Atentamente:  
La Dirección



**Lic. Raúl Ordúñez Pérez**  
1959-2021

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia del Lic. Raúl Ordúñez Pérez, profesor del Área de Matemáticas, por su sensible fallecimiento. Enviamos nuestro más sentido pésame. Que en Paz Descanse

Atentamente:  
La Dirección



"Victor, extrañamos tu presencia, tu generosidad al compartir tu conocimiento y la profunda amistad que nos brindaste. Siempre dispuesto a aportar ideas, siempre con proyectos y dedicación en tus clases y como funcionario. Tu entrega a la UNAM, al CCH y tu calidad de trabajo serán un ejemplo a seguir. Hasta siempre, Víctor."

Profesoras y profesores del plantel Naucalpan

**Mtro. Víctor Manuel Sandoval González**  
1963-2021

La Comunidad del CCH Naucalpan se une a la pena que embarga a la familia del Mtro. Víctor Manuel Sandoval González, profesor del Colegio de Historia, por su sensible fallecimiento. Enviamos nuestro más sentido pésame. Que en Paz Descanse

Atentamente:  
La Dirección



## AGENDA DE ACTIVIDADES

Recomendaciones de Proyecciones con Ciencia SILADIN

**4**

Lunes 4  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
09:00 h.

Videocápsula: "Pajareando con Luis Opengo"

**12**

Martes 12 y 26  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
11:00 h.

¿Qué es eso de la masculinidad?

Jueves 14  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
13:00 h.

Coffee Underground con Edred Caneda

Viernes 15 y 29  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
21:00 h.

PIA Sesión SEFORPRIA

Lunes 4  
A través de Facebook  
@siladincchn  
09:00 h.

Videocápsula: "Tips para tu acuario"

Martes 12 y 26  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
15:00 h.

El efecto Kuleshov

Jueves 14 y 28  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
21:00 h.

Psicopedagogía. Interpretación de resultados PRONAM-INVOCa

**18**

Lunes 18  
A través de Facebook  
Psicopedagogía cchn  
Todo el día

PIA Grupos de estudio para extraordinario

**5**

Martes 5 y 15  
<https://youtu.be/UprB4nTHbx0>  
08:00 a 18:00 h.

Las Letras Conectan con Isaac Hernández

Martes 12  
Vía Facebook y Youtube  
@dicucchn y PulsoTV  
17:00 h.

5º Sesión Seminario local de tutoría. Mindfulness para la vida diaria

**15**

Viernes 15  
Vía Zoom  
12:00 h.

Videocápsulas ganadoras del 1er Concurso "Sabías que...De la Historia?"

Lunes 18  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
15:00 h.

Videocápsula: ¡S.O.S! De la Extinción al peligro de extinción

**6**

Miércoles 6 y 27  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
09:00 h.

El Arte del maquillaje con Denisse Canel

Martes 12  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
18:00 h.

Curso para alumnos: Aprende a graficar con Excel y Wolfram

Viernes 15, 22 y 29  
Vía Zoom  
08:00 h.

Taller sobre el Duelo

**19**

Martes 19  
Vía Zoom  
13:00 a 14:00 h.

Curso Taller Especial para Alumnos "Química fisiológica, Bioquímica y Metabolismo Celular, Fisiología humana, la Salud y enfermedad"

Miércoles 6  
A través de Plataforma Teams  
12:30 a 14:30 h.

El Pulso de tu Salud Emocional

Martes 12  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
19:00 h.

Namasté Yoga con Flor Vega

Viernes 15 y 29  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
08:00 h.

Charla sobre Acoso Sexual

**20**

Miércoles 20 y 27  
A través de Facebook  
@pulsocchn  
20:00 h.

Infografía Científica SILADIN

**8**

Viernes 8  
A través de Facebook  
@siladincchn  
09:00 h.

Videocápsulas: "Temas astronómicos"

Martes 12 y 26  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
15:00 h.

Videocápsula: "Carpa de la Ciencia SILADIN"

Viernes 15 y 29  
Vía Facebook y Youtube  
@siladincchn y PulsoTV  
11:00 h.

Presentación Revista Delfos #5

**21**

Jueves 21  
Vía Facebook y Youtube  
@pulsocchn y PulsoTV  
13:00 h.



Pulso CCH Naucalpan



<http://www.cch-naucalpan.unam.mx/V2018/>



<https://www.youtube.com/channel/UCutGAhSnBwnJC8OT023xqBA>



**Curso Taller Especial para Alumnos** "Química fisiológica, Bioquímica y Metabolismo Celular, Fisiología humana, la Salud y enfermedad"

**Viernes 8 y 29**  
A través de Facebook @siladincchn  
12:00 14:00 h.



**Videocápsula** "S.O.S. de la extinción al peligro de extinción"

**Lunes 11 y 25**  
A través de Facebook @siladincchn  
09:00 h.



**Mente y cuerpo en equilibrio con Martín Pérez**

**Lunes 11**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
08:00 h.



**Videocápsulas:** "Se lo debemos a ellas"

**Lunes 11**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
11:00 h.



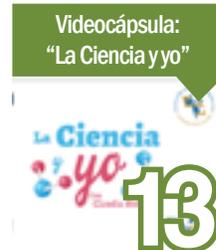
**Noticias Pulso TV**

**Lunes 11**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
13:00 h.



**Videocápsulas:** "Sabías qué... de la Historia?"

**Lunes 11 y 25**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
15:00 h.



**Videocápsula:** "La Ciencia y yo"

**Miércoles 13 y 27**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
11:00 h.



**Zoomba por ZOOM**

**Miércoles 13**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
08:00 h.



**Microconcertos con Isaac Hernández**

**Miércoles 13**  
Vía Facebook y Youtube @dicucchn y PulsoTV  
13:00 h.



**Videocápsula:** "Actividades de los laboratorios a distancia"

**Miércoles 13 y 27**  
A través de Facebook @siladincchn  
15:00 h.



**Videocápsula:** "Desde los laboratorios"

**Jueves 14 y 28**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
15:00 h.



**Videocápsula:** "Manejo y cuidado de los materiales y equipos de laboratorio"

**Jueves 14 y 28**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
11:00 h.



**7a Feria de la genética SILADIN**

**Viernes 15**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
11:00 a 16:00 h.



**La ciencia de los Súper Héroes con Roberto Wong**

**Viernes 15 y 29**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
12:00 h.



**Arte en tu espacio con Jane Flores**

**Viernes 15 y 29**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
13:00 h.



**Taller: Edición de edición fotográfica en línea**

**Viernes 15 y 29**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
14:00 h.



**Videocápsula:** "Videografía científica"

**Viernes 15 y 29**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
15:00 h.



**Videocápsula:** "El sistema solar" con Jeffrey Barcenás

**Viernes 15 y 29**  
Vía Facebook y Youtube @siladincchn y PulsoTV  
20:00 h.



**Exhibición fotográfica virtual**

**Lunes 25 Ene - 25 Feb**  
Vía Facebook y Youtube @pulsocchn y PulsoTV  
Todo el día



Únete a la transmisión en Youtube por **Pulso TV**



# ¡Conéctate, te esperamos!

# Agenda Siladin

Enero 2021



Lunes 4

**Recomendaciones de Proyecciones con Ciencia SILADIN**

Organiza: Secretaría Técnica Siladin  
Hora: 9:00  
Lugar: Facebook Siladin y Facebook Pelco

Miércoles 6 y 27

**Curso-taller para alumnos "Curso Taller Especial para Alumnos "Química fisiológica, Bioquímica y Metabolismo Celular, Fisiología humana, la Salud y enfermedad"**

Organiza: T. Académicos en Biología  
Horario: 12:30 a 14:30 h  
Lugar: Plataforma Teams

Viernes 8

**Infografía Científica SILADIN**

Organiza: Secretaría Técnica Siladin  
Hora: 9:00  
Lugar: Facebook Siladin y Facebook Pelco

Viernes 8 y 29

**Curso-taller para alumnos "Curso Taller Especial para Alumnos "Química fisiológica, Bioquímica y Metabolismo Celular, Fisiología humana, la Salud y enfermedad"**

Organiza: T. Académicos en Biología  
Horario: 12:00 a 14:00 h  
Lugar: Plataforma Teams

Lunes 11 y 25

**Vídeo cápsula "Se lo debemos a ellas"**

Organiza: Jefa Inra Crea  
Hora: 11:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Miércoles 13 y 27

**Vídeo cápsula: "La Ciencia y yo"**

Organiza: Programa JIICyM  
Hora: 11:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Miércoles 13 y 27

**Vídeo cápsulas "Actividades de los laboratorios a distancia"**

Organiza: T. Académicos en Biología y Química  
Horario: 15:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Jueves 14 y 28

**Vídeo cápsulas: "Desde los laboratorios"**

Organiza: Jefa Inra de Laboratorios Científicos  
Hora: 15:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Jueves 14 y 28

**Vídeo cápsulas "Manejo y cuidado de los materiales y equipos de laboratorio"**

Organiza: T. Académicos en Biología y Química  
Hora: 11:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Lunes 11 y 25

**Vídeo cápsula "S.B.S. de la extinción al peligro de extinción"**

Organiza: Jefa Inra Crea  
Hora: 9:00 h  
Lugar: Facebook Siladin y Facebook Pelco

Lunes 11 y 25

**Vídeo cápsulas: "Sabías que... de la Historia?"**

Organiza: Programa de JIICyM  
Hora: 15:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Martes 12 y 26

**Vídeo cápsula: "Pajarramos con Luis Ospina"**

Organiza: Jefa Inra de Laboratorios Científicos  
Hora: 11:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Martes 12 y 26

**Vídeo cápsula: "Temas astronómicos"**

Organiza: Taller de óptica y astronomía  
Hora: 20:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Martes 12 y 26

**Vídeo cápsula "Tips para tu evento"**

Organiza: T. Académicos en Computo  
Hora: 15:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Viernes 15 y 29

**Vídeo cápsula "El sistema solar"**

Organiza: Taller de óptica y astronomía  
Hora: 20:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Viernes 15 y 29

**Vídeo cápsula "Carga de la Ciencia SILADIN"**

Organiza: Secretaría Técnica Siladin  
Horario: 11:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Viernes 15 y 29

**Videografía científica**

Organiza: Jefa Inra de Laboratorios Científicos  
Horario: 15:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

Lunes 18

**Vídeo cápsulas ganadoras del 1er Concurso "Sabías que... De la Historia?"**

Organiza: Programa JIICyM  
Hora: 15:00 h  
Lugar: Facebook Siladin, Facebook Pelco y Pelco TV (YouTube)

¡Te esperamos!

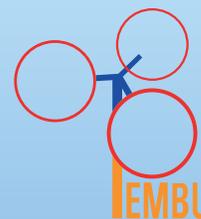


# Programación

**Semana 11 al 15 de enero**

Horario/ Día	Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
08:00-09:00	"Mente y cuerpo en equilibrio" Matín Pérez		"Zumba por zoom" Isabel		"Namaste" Flor Vega
11:00-12:00	"Se lo debemos a ellas" Gabriela Govantes	"Pajareando con Luis Opengo" Luis Opengo	"La ciencia y yo" Claudio Molina	"Manejo y cuidado de los materiales y del equipo del laboratorio" José Lizarde/ Eduardo Lozano	"Carpa de la Ciencia SILADIN" Carmen Tenorio
12:00-13:00					"La ciencia de los súper héroes" Roberto Wong
13:00-14:00	"Noticias Pulso TV" Andrés Torres		"Microconciertos" Isaac Hernández		"Arte en tu Espacio" Jane Flores
15:00-18:00	"¿Sabías que...de la Historia" Marcela Rojas	"Tips para tu Acuario" Andrés Torres	"Actividades de los Laboratorios a la Distancia" José Lizarde/ Eduardo Lozano	"Desde los laboratorios" Gustavo Corona	"Videografías científicas" Pedro Laguna
17:00-18:00		"Las letras Conectan" Isaac Hernández			
18:00-19:00		"El arte del maquillaje con Denisse" Denisse Canel			
19:00-20:00		"El Pulso de tu salud emocional" SSE y SAC			
20:00-21:00		"Video Cápsulas temas astronómicos" Jeffrey Barcenás			"Videos Cápsulas del Sistema Solar" Jeffrey Barcenás
21:00-22:00				"El efecto Kuleshov" Alejandro Valdés	"Underground Coffee" Edred Caneda

## Pronóstico del Tiempo Atmosférico Naucalpan de Juárez, México, del 11 al 15 de enero de 2021



<b>Día</b>	<b>Pronóstico</b>	<b>Viento</b>	<b>Humedad</b>	<b>Probabilidad de precipitación</b>	<b>Índice U.V.</b>
Lunes 11	Sol/Nublados Máx.: 21° Mín.: 5°	15 km/h SO	21%	5%	10 (Muy alto)
Martes 12	Sol/Nublados Máx.: 21° Mín.: 2°	13 km/h SO	20%	10%	10 (Muy alto)
Miércoles 13	Sol/Nublados Máx.: 18° Mín.: 6°	12 km/h O	38%	5%	10 (Muy alto)
Jueves 14	Sol/Nublados Máx.: 13° Mín.: 5°	6 km/h SE	76%	15%	10 (Muy alto)
Viernes 15	Sol/Nublados Máx.: 15° Mín.: 7°	13 km/h S	68%	10%	10 (Muy alto)

**M. en C. Isabel Enríquez B.**

Estación Meteorológica de CCH, Naucalpan – PEMBU

Fuente: [www.aspasia.igeofcu.unam.mx](http://www.aspasia.igeofcu.unam.mx) y [www.smn.cna.gob.mx](http://www.smn.cna.gob.mx)

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES, PLANTEL NAUCALPAN  
SECRETARÍA DE ATENCIÓN A LA COMUNIDAD

## El autocuidado

La OMS expresa que "el autocuidado, se refiere a las prácticas cotidianas y a las decisiones sobre ellas, que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud, estas prácticas son de uso continuo y se emplean por libre decisión, con el propósito de fortalecer o restablecer la salud y prevenir las enfermedades".

¿Y tú como cuidas tu salud?

*¡vida sana, mente sana!*

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES, PLANTEL NAUCALPAN  
SECRETARÍA DE ATENCIÓN A LA COMUNIDAD

## ¿Qué es la Salud Mental?

La Organización Mundial de la Salud define a la salud mental como: "Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades".

Si necesitas ayuda puedes contactar a la línea UNAM 5550250855, la línea de la vida 8009112000 o Psicólogos sin fronteras 5547388448.

*¡vida sana, mente sana!*



## Atenta invitación

La Secretaría de Atención a la Comunidad te invita a responder el siguiente formulario para conocer tus inquietudes, detectar necesidades e impulsar el desarrollo de habilidades en nuestra comunidad estudiantil, esto nos ayudará a preparar y seleccionar los cursos, talleres y conferencias del periodo 2021-2.

Ingresa a la siguiente liga:

<https://forms.gle/neitUs3aiVc77Fuy9>

Tienes del 11 de enero al 18 de enero del 2021 a las 20 h para enviar el formulario.

¡Gracias por apoyarnos!



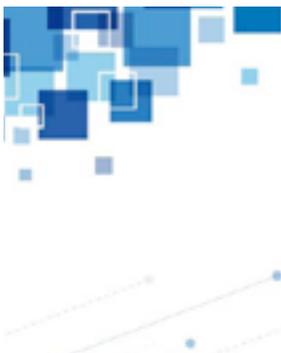
### ATENCIÓN ALUMNOS:

## Solicitud de Revisión de Extraordinario EA- 2021

Si deseas solicitar la revisión de tus extraordinarios del periodo **EA-2021**, se pondrá a disposición un formulario en la página del Plantel **del 25 de enero; a las 8:00 h. y hasta el 29 de enero; a las 12:00 h.** para que puedas ingresar tus datos.

El proceso de revisión lo realizará el Área Académica correspondiente, mismas que entregarán los **resultados** a partir del **8 de febrero del 2021.**

Atentamente  
Secretaría de Administración Escolar y Secretaría Académica.



**PC PUMA**  
CENTRO DE ACCESO  
CCH NAUCALPAN





**PROGÉNERO**

Programa de Género, Equidad, Diversidad e Inclusión

Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Naucalpan  
Secretaría de Atención a la Comunidad  
Programa de Género, Equidad, Diversidad e Inclusión

La Secretaría de Atención a la Comunidad, PROGÉNERO y el Seminario de Género, Inclusión y Diversidad, convocan a las maestras y los maestros del CCH a la:

**Videoconferencia**

# ¿Qué es eso de la masculinidad?

Ponente:

**Jorge Arturo Jiménez Soria**

**Jueves 14**  
Enero de 2021

**13:00 h.**



Se impartirá vía  **zoom**  
Cupo limitado.

Unirse a la reunión:

<https://cuaed-unam.zoom.us/j/88214692679>

ID de reunión: 882 1469 2679



Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Naucalpan  
Seminario de Estrategias para el Aprendizaje en Biología (SEPABI)

Se invita a toda la Comunidad del CCH Naucalpan a seguir la transmisión de la:

# 7<sup>a</sup> Feria de la genética

del Seminario de Estrategias para el Aprendizaje en Biología (SEPABI)

**Viernes 15**  
de enero 2021

**HORARIOS**

- 11:00 a 12:00 hrs.
- 12:00 a 13:00 hrs.
- 14:00 a 15:00 hrs.
- 15:00 a 16:00 hrs.



**¡Asiste virtualmente, escucha y concursa!**



**LIVE**

**Pulso CCH Naucalpan**



**PONTE PUMA**



**PONTE EL CUBREBOCAS**



Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Naucalpan  
Secretaría Docente

## INVITACIÓN PARA IMPARTIR CURSOS EN LÍNEA PARA ALUMNOS EN EL MARCO DE LA ESCUELA DE INVIERNO



Profesoras y profesores del Plantel Naucalpan, la Secretaría Docente les hace una atenta invitación para impartir cursos en línea para alumnas y alumnos en el marco de la **Escuela de Invierno**.

Interesadas o interesados, deberán solicitar el formato de registro de cursos a la dirección de correo electrónico **angelica.garcilazo@gmail.com**, posteriormente, enviarán el formato debidamente llenado a la misma dirección de correo electrónico, a más tardar el **8 de enero de 2021**.

**Las fechas de impartición serán del 1 al 5 de febrero de 2021.**

Atentamente  
Secretaría Docente



Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Naucalpan  
Secretaría Docente

## INVITACIÓN PARA IMPARTIR CURSOS EN LÍNEA LOCALES PARA PROFESORES



Profesoras y profesores del Plantel Naucalpan, la Secretaría Docente les hace una atenta invitación para impartir cursos en línea para profesores durante el **periodo Intersemestral 2021 - 1**.

Interesadas o interesados, deberán solicitar el formato de registro de cursos a la dirección de correo electrónico **angelica.garcilazo@gmail.com**, posteriormente, enviarán el formato debidamente llenado a la misma dirección de correo electrónico, a más tardar el **8 de enero de 2021**.

**Las fechas de impartición serán del 1 al 5 de febrero de 2021.**

Atentamente  
Secretaría Docente





HERE WE GO

Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades  
Plantel Naucalpan

Secretaría de Servicios Estudiantiles  
Departamento de Educación Física

Mantente en forma, cuida tu salud y diviértete  
con las rutinas que los docentes de Educación Física  
del turno vespertino te proponen:

# ¡Actívate en casa!

## A toda la comunidad del CCH Naucalpan



### Baile Fitness

[https://youtu.be/\\_SH6a-7xhUk](https://youtu.be/_SH6a-7xhUk)



### “Calentamiento”

<https://youtu.be/Fw3A6lQUoM4>



### Volleyball

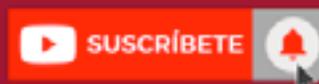
<https://youtu.be/U6EoRahmP0Q>



### Basketball

<https://youtu.be/kIdNZMO76Z4>

Enero 2021



Pulso TV





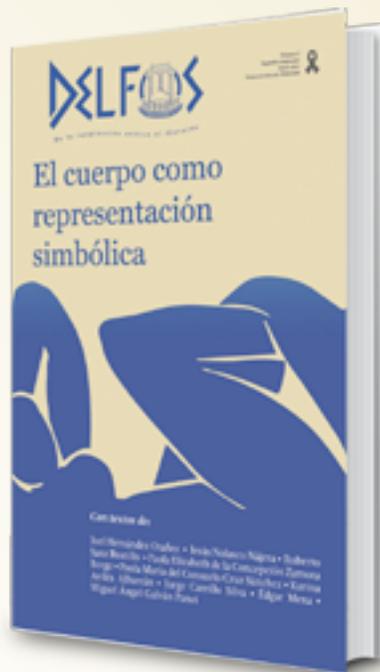
Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades  
Plantel Naucalpan

Invitan a la presentación del número 5 de la revista:



De la imaginación crítica al discurso

# El cuerpo como representación simbólica



Presentan:

**Coordinadores y  
colaboradores**

en Homenaje al Mtro. Edgar Mena.

**Jueves 21 | 13:00 h.**  
de enero 2021

**Sigue la transmisión  
en vivo por:**



**Pulso TV**



**suscríbete**  
y activa las notificaciones





## Calendario, registro e inscripción a CURSOS EN LÍNEA Periodo Intersemestral 2021 - 1



No.	ACTIVIDAD	FECHAS	OBSERVACIONES
1	Registro de Cursos o Talleres Locales para profesores	Del 27 de noviembre de 2020 al 8 de enero de 2021	Solicitar el formato de registro en la Secretaría Docente al correo <a href="mailto:angelica.garcilazo@gmail.com">angelica.garcilazo@gmail.com</a> Enviar el formato de registro de Curso o Taller debidamente llenado, así como el diseño y materiales correspondientes al mismo correo.
2	Registro de Cursos de Invierno para alumnos	Del 27 de noviembre de 2020 al 8 de enero de 2021	Solicitar el formato de registro en la Secretaría Docente al correo <a href="mailto:angelica.garcilazo@gmail.com">angelica.garcilazo@gmail.com</a> Enviar el formato de registro de Curso o Taller debidamente llenado, así como el diseño y materiales correspondientes al mismo correo.
3	Inscripción de profesores asistentes a Cursos o Talleres Locales	A partir del 15 de enero de 2021	Los profesores interesados en asistir a alguno de los Cursos o Talleres Locales deberán inscribirse desde la página del Plantel a partir del 15 de enero y hasta el viernes anterior al inicio del curso.
4	Inscripción de alumnos asistentes a Cursos de Invierno	Del 15 al 22 de enero de 2021	Los alumnos interesados en asistir a alguno de los Cursos de Invierno deberán inscribirse desde la página del Plantel, en la sección de alumnos, del 15 al 22 de enero de 2021.
5	Impartición de Cursos y Talleres Locales	Del 1 al 5 de febrero de 2021	Del 8 al 12 de febrero de 2021 se llevarán a cabo los cursos organizados por la Dirección General del CCH.
6	Impartición de Cursos de Invierno para alumnos	Del 1 al 5 de febrero de 2021	Estos cursos estarán disponibles para todos alumnos sin importar el semestre.
7	Llenado de Informe y Ficha de Evaluación por parte de los impartidores de Cursos o Talleres Locales	Del 8 al 26 de febrero de 2021	Los impartidores deberán realizar el llenado de Informe y Ficha de evaluación a más tardar el 26 de febrero de 2021, posteriormente, deberán enviar dichos documentos al correo <a href="mailto:angelica.garcilazo@gmail.com">angelica.garcilazo@gmail.com</a>
8	Elaboración y entrega de informe por parte de impartidores de Cursos de Invierno	Del 8 al 26 de febrero de 2021	Los impartidores deberán enviar el informe y la lista de alumnos acreditados a más tardar el 26 de febrero de 2021 al correo <a href="mailto:angelica.garcilazo@gmail.com">angelica.garcilazo@gmail.com</a>
9	Evaluación de Cursos Locales por parte de los asistentes	Del 8 al 26 de febrero de 2021	Realizar la evaluación correspondiente al término del curso y hasta el 26 de febrero de 2021, desde la página del Plantel, en la sección de profesores.

Atentamente  
Secretaría Docente



# Cursos Locales

Intersemestrales en línea 2021-1

## para profesores



La Secretaría Docente hace una cordial invitación a los profesores del Colegio de Ciencias y Humanidades a inscribirse a los cursos interanuales que se impartirán en línea en el plantel Naucalpan. **Las inscripciones se realizarán en la página del plantel a partir del 19 de enero:** <http://www.cch-naucalpan.unam.mx/>. **Posterior al registro se deberá enviar un correo electrónico al contacto proporcionado indicando al impartidor que se ha realizado la inscripción y agregando nombre completo y RFC.**

No.	Nombre del curso	Dirigido	Eje	Impartidores	Fechas y horario	Correo de contacto
1	Química orgánica usando como herramienta el software ChemSketch como herramienta en la asignatura de química IV	Ciencias Experimentales	Actualización en la disciplina y la didáctica	Limhi Eduardo Lozano Valencia Juan Manuel Ignacio Álvarez	2 al 5 de febrero de 2021 De 9:00 a 14:00 horas	<a href="mailto:limhi.lozano@cch.unam.mx">limhi.lozano@cch.unam.mx</a> <a href="mailto:limhilozano@gmail.com">limhilozano@gmail.com</a> <a href="mailto:limhilozano@yahoo.com.mx">limhilozano@yahoo.com.mx</a>
2	Construcciones con regla y compás, elaboración de materiales	Matemáticas	Actualización en la Disciplina y la Didáctica	Antonio Rozano Crisóstomo	2 al 5 de febrero de 2021 De 9:00 a 14:00 horas	<a href="mailto:antorozano321@gmail.com">antorozano321@gmail.com</a>
3	Curso en línea: Análisis de resultados del curso de Taller de Comunicación I a través de Moodle	Talleres de Lenguaje y Comunicación	Plan y Programas de Estudio	Eduardo Juan Escamilla	2 al 5 de febrero de 2021 De 9:00 a 14:00 horas	<a href="mailto:eduardojuanescamilla@gmail.com">eduardojuanescamilla@gmail.com</a>
4	Análisis de los aprendizajes de la unidad 1 y 2 del programa actualizado de Química III	Ciencias Experimentales	Plan y Programas de estudio	Adriana Jaramillo Alcantar	2 al 5 de febrero de 2021 De 9:00 a 14:00 horas	<a href="mailto:jaadriana123@gmail.com">jaadriana123@gmail.com</a>
5	Manejo de Microsoft Teams y elaboración de exámenes en Forms	Todas las áreas	Investigación e Innovación Educativa	Adriana Vera Rodríguez	2 al 5 de febrero de 2021 De 9:00 a 14:00 horas	<a href="mailto:adriana.vera@cch.unam.mx">adriana.vera@cch.unam.mx</a>
6	Elaboración de composta y lombricomposta	Ciencias Experimentales	Actualización en la disciplina y la didáctica	Alfonso Martínez Flores	2 al 5 de febrero de 2021 De 9 a 14 horas	<a href="mailto:roble.amf.rajio@gmail.com">roble.amf.rajio@gmail.com</a>
7	ChemSketch para apoyar los temas de Química Orgánica	Ciencias Experimentales	Actualización en la disciplina y la didáctica	Roberto Francisco Wong Salas	2 al 5 de febrero de 2021 De 9:00 a 14:00 horas	<a href="mailto:profewongcch@gmail.com">profewongcch@gmail.com</a>
8	Ludicidad en la Tutoría Virtual Docente	Todas las áreas	Investigación e Innovación Educativa	Lourdes Mireya Téllez Flores Ana Lydia Valdés Moedano	2 al 5 de febrero de 2021 De 10:00 a 15:00 horas	<a href="mailto:mireyahueso@yahoo.com.mx">mireyahueso@yahoo.com.mx</a>
9	Metabolismo Celular y General del cuerpo humano, los nutrientes, vitaminas y minerales en las condiciones de salud y enfermedad	Ciencias Experimentales	Actualización en la disciplina y la didáctica	José Lizardo Sandoval	2 al 5 de febrero de 2021 De 10:00 a 15:00 horas	<a href="mailto:lizard_san@hotmail.com">lizard_san@hotmail.com</a>
10	Introducción al Lenguaje de la Música	Todas las áreas	Habilidades cognitivas, socioculturales y afectivas	Edgar Ramiro Sierra Zamora	2 al 5 de febrero de 2021 De 10:00 a 15:00 horas	<a href="mailto:edgarssierra@gmail.com">edgarssierra@gmail.com</a>
11	Uso de manual camera en teléfono celular	Todas las áreas	Investigación e Innovación Educativa	Juan Fernando Velázquez Gallo	2 al 5 de febrero de 2021 De 10:00 a 15:00 horas	<a href="mailto:conferencianaucalpan@gmail.com">conferencianaucalpan@gmail.com</a>

## Cursos Locales

Intersemestrales en línea 2021-1

## para profesores



La Secretaría Docente hace una cordial invitación a los profesores del Colegio de Ciencias y Humanidades a inscribirse a los cursos interanuales que se impartirán en línea en el plantel Naucalpan. **Las inscripciones se realizarán en la página del plantel a partir del 19 de enero:** <http://www.cch-naucalpan.unam.mx/>. **Posterior al registro se deberá enviar un correo electrónico al contacto proporcionado indicando al impartidor que se ha realizado la inscripción y agregando nombre completo y RFC.**

12	Escritura de un artículo académico	Todas las áreas	Investigación e Innovación Educativa	Iriana González Mercado Nadia López Casas	2 al 5 de febrero de 2021 De 11:00 a 13:00 horas (el resto asíncrono)	<a href="mailto:iriana.gonzalez@cch.unam.mx">iriana.gonzalez@cch.unam.mx</a> <a href="mailto:nodiaverdeolivo@gmail.com">nodiaverdeolivo@gmail.com</a>
13	Uso del software Itegan y Forms para la validación de reactivos	Ciencias Experimentales	Actualización en la disciplina y la didáctica	Ivonne Retama Gallardo Hueman Jaimes Díaz	2 al 5 de febrero de 2021 De 14:00 a 19:00 horas	<a href="mailto:ivonne_retama@yahoo.com.mx">ivonne_retama@yahoo.com.mx</a>
14	Investigar, Indagar y crear: cursos en línea vs curso a distancia	Matemáticas y Ciencias Experimentales	Actualización en la disciplina y la didáctica	Yancuictonal Méndez Picasso Victor Manuel Fabian Farías	2 al 5 de febrero de 2021 De 14:00 a 19:00 horas	<a href="mailto:victor_fabian2003@yahoo.com.mx">victor_fabian2003@yahoo.com.mx</a>
15	Edición básica de imágenes con Gimp	Matemáticas	Actualización en la disciplina y la didáctica	María del Carmen Calderón Villa	2 al 5 de febrero de 2021 De 14:00 a 19:00 horas	<a href="mailto:vccmmx@yahoo.com.mx">vccmmx@yahoo.com.mx</a>
16	Circuitos lógicos con simulador en línea	Matemáticas	Actualización en la disciplina y la didáctica	Salvador Gómez Moya	2 al 5 de febrero de 2021 De 14:00 a 19:00 horas	<a href="mailto:sgomez_moya@hotmail.com">sgomez_moya@hotmail.com</a>
17	Literacidad visual para la lectoescritura digital	Todas las áreas	Investigación e innovación educativa	Pablo Jesús Sánchez Sánchez	2 al 5 de febrero de 2021 De 15:00 a 20:00 horas	<a href="mailto:pablojes@hotmail.com">pablojes@hotmail.com</a>
18	Análisis de los aprendizajes de la unidad 1 del programa actualizado de Química I	Ciencias Experimentales	Plan y Programas de Estudio	Dulce Parrales Vargas	2 al 5 de febrero de 2021 De 15:00 a 20:00 horas	<a href="mailto:dulce_parrales@gmail.com">dulce_parrales@gmail.com</a>
19	Remote Learning with Microsoft Teams II	Idiomas	Gestión Académico - Administrativa	Rosa Laura Díaz Serrano José Raúl Salazar Santiago	2 al 5 de febrero de 2021 De 15:00 a 20:00 horas	<a href="mailto:rosalaura.diaz@cch.unam.mx">rosalaura.diaz@cch.unam.mx</a>
20	Curso-Taller de Estadística para la Investigación Experimental	Ciencias Experimentales	Actualización en la Disciplina y la Didáctica	Gustavo Ayala Robledo	2 al 12 de febrero de 2021 De 15:00 a 19:00 horas	<a href="mailto:gustavo.ayala@cch.unam.mx">gustavo.ayala@cch.unam.mx</a>
21	Análisis de los aprendizajes de la unidad 1 del programa actualizado de Química IV	Ciencias Experimentales	Plan y Programas de estudio	Omar Martínez Díaz	8 al 12 de febrero de 2021 8:00 a 12:00 horas	<a href="mailto:vivazinho@gmail.com">vivazinho@gmail.com</a>
22	La planeación didáctica desde el Modelo Educativo con la utilización de las TIC	Todas las áreas	Comprensión del Modelo Educativo	Mariana Mercenario Ortega Rebeca Rosado Rostro	2 al 12 de febrero de 2021 De 16:00 a 20:00 horas	<a href="mailto:rebeca.rosado@cch.unam.mx">rebeca.rosado@cch.unam.mx</a>

# AVISO URGENTE

Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Naucalpan  
Secretaría Docente



## REVISIÓN DE CALIFICACIÓN PAE 2021 – 1 DEL 19 AL 22 DE ENERO DE 2021

Alumno (a) si deseas solicitar una revisión de PAE para el periodo 2021 - 1 favor de enviar al correo [sdocente.naucalpan@cch.unam.mx](mailto:sdocente.naucalpan@cch.unam.mx) la siguiente información **COMPLETA** (no se dará seguimiento a solicitudes incompletas), respetando el orden, escribir en el **ASUNTO** del correo **NOMBRE COMPLETO DEL ALUMNO, NÚMERO DE CUENTA, SOLICITUD DE REVISIÓN PAE 2021 - 1.**

1. Nombre completo del alumno
2. Número de cuenta
3. Correo de contacto
4. Teléfono de contacto
5. Asignatura inscrita en PAE
6. Grupo de PAE
7. Nombre del profesor que impartió la asignatura
8. Motivos por los que solicita la revisión
9. Historial académico



Además, deberás llenar el formulario disponible en la dirección:  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdoO3N1HlcRyS3uC3VRMC0hq-Y32xOCEF6Xppb3tXHZ0wSaA/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdoO3N1HlcRyS3uC3VRMC0hq-Y32xOCEF6Xppb3tXHZ0wSaA/viewform?usp=sf_link)  
(guardar captura de pantalla una vez realizado el formulario, **es tu comprobante de solicitud**).



**NOTA: Si deseas realizar solicitud de revisión para las dos asignaturas inscritas, deberás repetir el procedimiento para cada una.**





## Generación 2020

## Departamento de Psicopedagogía

### Interpretación de resultados Prueba PROUNAM II e INVOCA Prueba de Aptitudes Académico-Vocacionales

Si eres alumno de la **generación 2020** y realizaste esta prueba, lo siguiente es que **obtengas tus resultados y realices su interpretación.**



**1**

Infórmate sobre lo que es **PROUNAM II e INVOCA** y su utilidad.

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

**2**

Obtén el resultado de tu prueba.

<https://plataforma.cch.unam.mx/estudiantil/index.php>

**3**

Ingresa a partir del **19 de enero de 2021**, al Facebook del Departamento de Psicopedagogía; donde encontrarás apoyo para que puedas realizar la interpretación de tus resultados.

<https://www.facebook.com/Psicopedagogia-cchn-103169061390025>

**4**

Si sigues teniendo dudas sobre la interpretación del resultado comunícate al Depto. de Psicopedagogía a través de su Facebook.

Sigue la página y activa las notificaciones



Psicopedagogia cchn





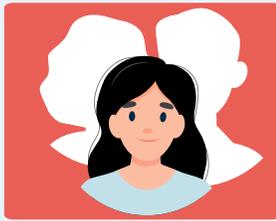
Secretaría General



# ATENCIÓN



# DGOAE Te Orienta



**cerca de TI**

DGOAE te abraza y te acompaña a la distancia a través del Centro de Orientación Educativa

**OFERTA educativa**



cursos, talleres y webinar en línea



**ORIENTACIÓN a distancia**

regístrate, uno de nuestros orientadores te espera

**DUDAS o comentarios**

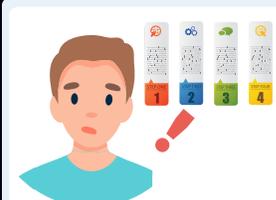


cuenta con nosotros



**SITIO DGOAE te orienta**

integramos lo mejor de nosotros para TI



**INSTRUMENTOS de orientación**

apoyarán tu decisión profesional y personal




Wow!! 😲

**Oferta UNAM**




OK 😊

**seivoc**



## Estamos atentos a tus necesidades de orientación

### [www.orienta.unam.mx/COE/](http://www.orienta.unam.mx/COE/)



# 3er.

## Encuentro estudiantil de iniciación a la investigación



La Universidad Nacional Autónoma de México, por medio de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades, a través de la Secretaría de Servicios de Apoyo al Aprendizaje **CONVOCAN**

Que se realizará de forma virtual los días 22 y 23 de abril de 2021, de conformidad con las siguientes bases:

### PROPÓSITO

Promover en los alumnos la realización de proyectos de investigación y conjuntar en un evento académico interdisciplinario los trabajos que los alumnos realizan en diferentes áreas del conocimiento en el Colegio.

### PRIMERA. DE LOS PARTICIPANTES

1. Podrán participar todos los alumnos inscritos en el Colegio de Ciencias y Humanidades, de forma individual o en equipo, de dos a cinco integrantes.
2. Los alumnos deberán ser asesorados por un máximo de dos asesores, cada uno de distinta área del conocimiento, quien o quienes tendrán la responsabilidad de apoyar, guiar, revisar y corregir a los estudiantes durante el desarrollo y la presentación de los trabajos en el evento.
3. Se podrá registrar un máximo de cinco trabajos por asesor.
4. Podrán participar las cuatro áreas: Matemáticas, Ciencias Experimentales, Histórico-Social y Talleres de Lenguaje y Comunicación.
5. Los trabajos de investigación deberán realizarse durante el ciclo escolar 2020-2021 y no podrán haber sido presentados en otro evento.

### SEGUNDA. DE LAS CARACTERÍSTICAS DEL TRABAJO

6. Los trabajos pueden ser de investigación experimental\*, de campo\* o documental. Debido a la contingencia sanitaria, se sugiere a los asesores que promuevan el desarrollo de investigaciones documentales.
7. Los trabajos escritos deberán presentarse en formato PDF con las siguientes especificaciones:
  - a) Fuente Arial a 12 puntos
  - b) Interlineado de 1.5
  - c) El título del trabajo como encabezado en cada página del documento
  - d) Páginas numeradas
 c) Fuentes de consulta en formato APA  
 Un ejemplo del formato podrá consultarse en: [www.cch.unam.mx/aprendizaje](http://www.cch.unam.mx/aprendizaje)
8. Los trabajos participantes podrán presentarse en la modalidad de ponencia, apoyados con presentaciones audiovisuales.
9. Se dispondrá de 10 minutos para la exposición y cinco minutos para contestar las preguntas.

### TERCERA DE LAS FECHAS

10. Los trabajos deberán registrarse a partir del 23 de noviembre de 2020 y hasta el 16 de marzo de 2021, en la dirección electrónica: [www.eventos.cch.unam.mx/ssaa/iniciacionalainvestigacion](http://www.eventos.cch.unam.mx/ssaa/iniciacionalainvestigacion)
11. Los trabajos se podrán enviar por Internet a partir de haber completado su registro y hasta el miércoles 7 de abril de 2021. Deberán enviarse en un archivo PDF mediante el sistema de registro a la dirección electrónica: [www.eventos.cch.unam.mx/ssaa/iniciacionalainvestigacion](http://www.eventos.cch.unam.mx/ssaa/iniciacionalainvestigacion) para su evaluación.
12. Adicionalmente al envío del trabajo, deberá enviarse una copia de la hoja de registro al representante del Comité Organizador de su plantel. Esta copia se utilizará para que se acuse de recibido el trabajo. El Comité Organizador sólo se hará responsable de los trabajos previamente registrados, cuyo acuse se haya recibido en las fechas, correos electrónicos y con los integrantes del comité organizador de cada plantel.
13. Los trabajos serán evaluados por un jurado integrado por profesoras y profesores del área correspondiente de los cinco planteles del Colegio. Los trabajos aceptados que hayan cumplido con las bases estipuladas en esta convocatoria y cuya calificación sea la mínima aprobatoria de 8 (ocho) puntos serán presentados los días los días 22 y 23 de abril en la plataforma Cisco Webex y el evento se transmitirá por las redes sociales del CCH y de sus cinco planteles.
14. Los autores de cuyos trabajos que resulten seleccionados recibirán un aviso vía correo electrónico el 15 y 16 de abril de 2021.
15. Los casos no previstos serán resueltos por el comité organizador.

\* La realización de investigaciones de tipo experimental y de campo no deben de exponer la salud de profesores y de estudiantes. Si se elige alguno de estos tipos de investigación, el desarrollo de los métodos debe aplicarse desde el confinamiento, garantizando que el procedimiento, instrumentos, técnicas, diseño experimental y manejo de variables sean pertinentes para la elaboración de un informe de investigación que pueda ser evaluado en el Encuentro Estudiantil (consultar lineamientos).

ATENTAMENTE  
"Por mi raza hablará el espíritu"  
Ciudad Universitaria, enero de 2021  
Comité organizador





SECRETARÍA  
GENERAL  
UNAM



DGTIC

DGOAE

## CONVOCATORIA

# BECA TU TABLET PARA ESTUDIAR UNAM

CICLO ESCOLAR 2020-2021



La Universidad Nacional Autónoma de México a través de la Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE), convoca al alumnado de **Iniciación Universitaria, Bachillerato y Licenciatura** a participar en la Convocatoria de asignación de tabletas electrónicas con tarjeta SIM, para estudiantes en situación vulnerable y de escasos recursos que no cuenten con una herramienta de cómputo para desarrollar sus actividades académicas con conectividad móvil en línea derivado de la emergencia sanitaria mundial provocada por el coronavirus SARS-CoV2, para el ciclo escolar 2020-2021; conforme a las siguientes:

### B A S E S

#### I. Requisitos

- Estar inscrito en algún plantel de la **UNAM**, cursando estudios de **Iniciación Universitaria, Bachillerato o Licenciatura**, durante el período de vigencia de la presente convocatoria.
- Contar con un promedio general mínimo de 8.0 (excepto alumnos de nuevo ingreso).
- Provenir de un hogar cuyo ingreso mensual per cápita sea menor o igual a cuatro salarios mínimos mensuales.
- Contar con correo electrónico vigente y personal, con Clave Única de Registro de Población (CURP) y un número telefónico donde pueda ser localizado.
- Contar con identificación oficial vigente o credencial de la UNAM.
- Registrar la solicitud de ingreso a la beca a través del Sistema **INTEGRA** (<https://www.integra.unam.mx>).
- No haber concluido estudios del nivel educativo al que aplica, ni contar con un certificado o título previo de dicho nivel educativo.
- No contar con otro beneficio económico o en especie para el mismo fin otorgado por alguna dependencia de la Administración Pública Federal centralizada, privada y/o por la UNAM.
- No haber sido sancionado por faltas a la Legislación Universitaria.

La presentación de la solicitud de beca en los términos de esta Convocatoria implica la aceptación expresa de sus bases y demás normatividad aplicable.

#### II. Características de la Beca

El apoyo consiste en el préstamo de una **tableta electrónica** con una tarjeta SIM asociada para el acceso a un servicio de conectividad móvil limitado de **8.5 GB mensuales** con el compromiso de usar el equipo móvil para cumplir con el objeto de la presente convocatoria, así como el **cuidado** de dicho aparato electrónico, ya que es patrimonio de la Universidad, y regresarla al concluir el período de la beca.

El apoyo será entregado en la fecha que determine cada facultad, escuela o unidad multidisciplinaria, lo cual será comunicado a los beneficiarios por el Enlace de Becas.

#### III. Criterios de Compatibilidad y Restricciones

Esta beca es incompatible con la Beca de Conectividad UNAM, con las becas/apoyos que hayan otorgado las facultades y planteles con el mismo propósito y con cualquier otra beca económica o en especie que sea para el mismo fin.

#### IV. Criterios de Priorización

En caso de que el número de tabletas electrónicas móviles no sean suficientes para cubrir todas las solicitudes, se realizará la asignación considerando los siguientes criterios:

- Mayor necesidad económica de acuerdo al Sistema de Ingresos Familiares (SEIF).
- Alumnas y alumnos que no cuenten con ningún beneficio o apoyo económico o en especie.
- Mejor desempeño académico.



"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"

Ciudad Universitaria, CDMX, 01 de diciembre de 2020  
Dr. Germán Álvarez Díaz de León.- Director General de Orientación y Atención Educativa

"Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa"

#### V. Procedimiento

- Las(os) interesadas(os) en participar deberán ingresar a la página de la **DGOAE** (<http://www.dgoae.unam.mx>) o Portal del Becario en la página: (<https://www.becarios.unam.mx>) para leer la convocatoria y realizar su registro en el Sistema INTEGRAL (<https://www.integra.unam.mx>), proporcionar usuario y contraseña, y llenar la solicitud de ingreso a la beca, con el cuestionario socioeconómico que se indica. Una vez que haya sido debidamente contestada, deberán conservar el comprobante que emite el Sistema INTEGRAL con estatus finalizada, el cual servirá como acuse de recibo.

•El período de recepción de solicitudes se llevará a cabo del **01 al 11 de diciembre de 2020. Este período es improrrogable.**

•Las facultades, escuelas, planteles, centros e institutos de la **UNAM**, deberán **"postular"**, a través del módulo **"validar la postulación"**, en el **Sistema INTEGRAL**, aquellas solicitudes que no cuenten con un apoyo para el mismo fin, que el indicado en la presente convocatoria. Lo anterior, con la finalidad de evitar duplicidad de apoyos, así como emitir el visto bueno del cumplimiento de los requisitos de los aspirantes. Lo anterior, del **01 de diciembre de 2020 al 05 de enero de 2021.**

•El Comité Técnico Institucional de Becas dará a conocer los resultados del proceso de selección de las(os) beneficiarias(os) el día **11 de enero de 2021.**

•Para la Consulta de Resultados deberá ingresar al **Sistema INTEGRAL** (<https://www.integra.unam.mx>) proporcionando usuario y contraseña.

•Las(os) alumnas(os) que hayan sido seleccionadas(os) como beneficiarias(os) del programa, deberán realizar los siguientes trámites en las fechas señaladas en el aviso de publicación de resultados, en caso contrario el apoyo será cancelado:

•Consultar *vía internet* y conservar la documentación que las(os) acredita como becarias(os).

•Declarar *a través del formato electrónico, bajo protesta de decir verdad, que la información proporcionada en la solicitud es verídica, que los ingresos mensuales per cápita del hogar son iguales o menores a cuatro salarios mínimos, que no cuentan con otro beneficio similar o en especie, que no han concluido otros estudios de educación media superior o superior y que conocen los derechos y obligaciones que adquieren como becarias(os) del programa.*

•Recoger *en tiempo y forma* la tableta electrónica móvil, de acuerdo con el procedimiento y fechas que los Enlaces de Becas de sus las facultades escuelas, centros e institutos les indiquen, a través del correo electrónico, mensajes de INTEGRAL, redes sociales y páginas oficiales de cada facultad escuela, centros e instituto.

•Al momento de recoger la tableta, deberá presentar y entregar el formato firmado que se anexa en la presente convocatoria, así como los documentos adicionales que las facultades o planteles les soliciten.

**Las tabletas y los servicios de conectividad móvil se entregarán a través de las facultades escuelas, centros e institutos, en coordinación con la Dirección General de Cómputo y de Tecnologías de Información y Comunicación (DGTIC).**

#### VI. Vigencia y Duración de la Beca

El apoyo se entregará para el **uso adecuado del mismo**, durante el mes de enero y concluirá al término del semestre 2021-2. La persona beneficiaria se compromete a **regresar la tableta electrónica móvil en buen estado**, al término oficial del semestre, en la fecha y lugar que se le indicarán.

En caso de que se detecte falsedad en los datos proporcionados por la persona beneficiaria **la beca será cancelada**, aún cuando ya haya sido asignada, por lo que, en su caso, la o el alumno **se obliga a regresar la tableta electrónica móvil, en buen estado, en la fecha y lugar que le indique.**



[www.dgoae.unam.mx](http://www.dgoae.unam.mx)



/BecariosUNAM



@BecariosUNAM



BECARIOS UNAM



Escuela Nacional  
Colegio de Ciencias y Humanidades  
Dirección General  
Secretaría Estudiantil  
Calendario Escolar 2020- 2021



**Febrero**

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

**Enero**

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

**Marzo**

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

**Abril**

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

**Mayo**

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

**Junio**

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

**Julio**

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**Inicio Ciclo Escolar 2021-2022**

**Agosto**

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

	Inicio de Clases		Fin de Clases
	Exámenes		Días inhábiles
	Período Intersemestral o Interanual		Asueto académico
	Vacaciones Académicas Administrativas		

Aprobado por Consejo Técnico el 12 de mayo de 2020

# BILLETE 5 CCH CONMEMORATIVO 1971-2021



**La Lotería Nacional  
se une a la celebración del Colegio  
de Ciencias y Humanidades.**

**Compra tu *cachito* a partir del 14 de enero,  
de manera impresa o electrónica, a través de  
los siguientes portales:**

[web.tulotero.mx](http://web.tulotero.mx) y [www.cmillonario.com](http://www.cmillonario.com)

**El sorteo se realizará el 24 de enero de 2021.**

# ¡PARTICIPA!



**SESIÓN SOLEMNE  
DEL H. CONSEJO TÉCNICO**

para conmemorar el

**50 ANIVERSARIO  
DEL COLEGIO DE  
CIENCIAS Y HUMANIDADES**

**MARTES 26 DE ENERO DE 2021 ~ 10:00 HORAS**

TRANSMISIÓN  VÍA ZOOM

<https://cuaed-unam.zoom.us/j/81570945008>

