

Desde el Colegio



Atienden a estudiantes que han pedido ayuda

Existe una serie de apoyos para brindar atención psicológica a los estudiantes que lo han solicitado ante los problemas generados por el confinamiento. La jefa del Departamento de Psicopedagogía del plantel Sur, Olga Isabel Rodríguez, dijo que alrededor de 200 estudiantes han recibido este respaldo y han contado con un "espacio seguro, tranquilo y confiable, en el cual pueden hablar y ser escuchados acerca de sus problemas personales y reconocer sus emociones". Gracias a esto, se promueve el autoconocimiento, la autoestima y el cambio de actitudes ante las situaciones que los estresan y agobian, con ayuda de herramientas para enfrentarlas; además, promueve que se sientan mejor y mejoren sus relaciones interpersonales y familiares.

Entre los problemas que han llevado a los jóvenes a pedir apoyo están ansiedad, depresión, estrés por duelo o por haberse contagiado, tristeza y llanto frecuente, insomnio, angustia por el encierro, violencia intrafamiliar, anorexia, *cutting*, ideas suicidas, situaciones relacionadas con violencia de género, desinterés académico, cansancio extremo, bajo rendimiento escolar, desesperanza por el futuro, alteraciones perceptuales, visuales o auditivas, dependencia emocional, estrés posttraumático, falta de control de impulsos y consumo de sustancias. Por ello, añadió, "es necesario el apoyo psicológico para trabajar en una búsqueda que les ayude a entender cómo resolver sus dificultades y solventar sus necesidades", de ahí que se tienen diversos apoyos para atenderlos. Si algún estudiante requiere apoyo, puede enviar un correo a departamentopsicopedagogia.sur@cch.unam.mx, en donde puede exponer la situación que enfrenta.



Docentes opinan Sobre los 50 años del CCH

Irán Yazmín López Cortés
(profesora, plantel Oriente)

Me siento sumamente orgullosa desde la primera vez que pisé el Colegio como alumna; ahora, como profesora, mi compromiso está con las y los alumnos y con esta gran Universidad.

Armando Muñoz Muñoz
(profesor, plantel Oriente)

En los 50 años de vida del CCH, uno de los momentos que más se recuerda es que teníamos una edad muy semejante, cuando ingresamos, a la de las y los estudiantes actuales, razón de nuestro trabajo universitario.



Lo que hacemos en la UNAM

La pandemia aceleró el uso de la tecnología

La emergencia sanitaria nos permitió avanzar diez años en términos de habituarnos al uso de la tecnología; lo mismo ocurrió con las universidades, profesores y alumnos quienes tuvieron que adaptarse a las clases en línea, no fue opcional. "Debemos volvernos más alfabetizados en términos digitales para ser más proactivos", destacó Guillermo Rodríguez Abitia, director de Innovación y Desarrollo Tecnológico de la Dirección General de Cómputo y de Tecnologías de Información y Comunicación (DGTIC).

Si esa situación hubiera ocurrido una década atrás, no hubiera sido posible ejecutar lo que hoy hacemos con las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), la brecha digital habría sido mayor; porque, "a pesar de que la tecnología ya existía, no estaba lista", añade.

En el marco del Día Mundial de Internet, el 17 de mayo, señaló que en el año 2000 había 5.1 por ciento de penetración de las TIC; una década después pasó a 31 por ciento; en 2015, a 57.4 por ciento, y en este momento estamos en más de 70 por ciento. "Lo más probable es que en los próximos dos años tengamos una cobertura casi total".

Al referirse al lugar que México ocupa en el mundo en términos de acceso, Rodríguez Abitia menciona que de acuerdo con Networked Readiness Index, del Foro Económico Mundial, el cual mide, entre otros aspectos, el grado de preparación de un país para aprovechar las TIC en pro del desarrollo y de la mejora de la calidad de vida de la gente, nuestra nación se ubica en el sitio 57 de 121 economías. En América Latina ocupa el lugar número cuatro, después de Chile, Uruguay y Costa Rica.

Fuente: https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdoletin/2021_419.html

Historias en tiempos de pandemia



Inicia padrón celular biométrico, iniciativa que obligará a revelar datos personales

Crear el Padrón Nacional de Usuarios de Telefonía (Panaut) con datos biométricos de los titulares de las líneas, que sea seguro y confiable, tendrá un costo al erario de más de 500 millones de pesos, sin contar gastos por mantenimiento, alertaron expertos en ciberestrategia. Esta cifra es muy superior a los 109.8 millones solicitados por el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT).

En entrevista con *La Razón*, Adolfo Loera, presidente de la empresa mexicana Biometría Aplicada, admitió que se trata de un proyecto "retador" para cualquier empresa proveedora, debido a la magnitud de registros que deberá contener el Panaut que, por ley, empezó el lunes 18 de abril, luego de que los cambios a la Ley Federal de Telecomunicaciones y Radiodifusión se publicaron en el Diario Oficial de la Federación.

De acuerdo al directivo, es poco probable que la información pueda verse vulnerada, pues "las bases de datos que son construidas por una empresa especializada quedan cifradas y tienen vigilancia permanente por un equipo dedicado a salvaguardarlas en un esquema seguro". Sin embargo, en caso de robo, se construirán bases de datos que están cifradas como una especie de rompecabezas que no tiene indicios, es una disección de la información para que no pueda ser entendida aun cuando sea robada.

Fuente: <https://bit.ly/32vVEat>

DIRECTORIO
Coordinación:
 Héctor Baca
 Marcos Daniel Aguilar Ojeda
Revisión:
 Benjamín Barajas Sánchez
Contenido:
 Hilda Villegas González
 Yolanda García Linares
 Porfirio Carrillo
 Ana Lydia Valdés Moedano
Diseño:
 Ivan Cruz
Corrección:
 Alberto Otoniel Pavón Velázquez
Difusión:
 Luis Antonio Tiscareño Ybarra

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

@CCH.UNAM.Oficial
 @CCHUNAM

Salud y cuidados

Desarrollan chicle con probióticos para combatir enfermedades bucales

Con el fin de combatir problemas de salud bucal como caries, mal aliento, coloración amarillenta en los dientes y sarro, un estudiante y varios egresados del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO) desarrollaron un chicle con probióticos que, a diferencia de los que tiene el yogur, comienzan a hacer efecto desde que están en la boca. El líquido de la goma de mascar contiene el probiótico, lo que ayuda a actuar desde la flora bucal.



Los probióticos regulares como los que tiene el yogur actúan cuando están en contacto con la flora intestinal, pero éste funciona desde que toca la flora bucal, ahí ya hace efecto y recorre todo el sistema intestinal. El ITESO informó que ya se ha tramitado una patente a escala internacional del chicle con probióticos bajo el nombre de Sict Gum, denominación que los egresados de Ingeniería en Biotecnología del ITESO y representantes de Sict Biotek dieron al proyecto regional.

Fuente: <https://bit.ly/3efLLDq>



Frente al Covid-19 Equinoterapia para personal de salud

"Me conmovió tanto ser testigo de lo que médicos, enfermeras y demás personal médico estaban haciendo, incluso arriesgando sus vidas, que pensé en una forma de devolver un poquito de lo mucho que estos héroes nos están dando todos los días. Están salvando a la humanidad y no basta con los abrazos", señaló Luis Llaguno, jinete profesional, así como dueño y director de la Escuela de Equinoterapia Miguel Hidalgo, donde da asistencia al personal de salud de primera línea en la atención de la pandemia.

Desde hace 18 años ofrece esta opción de rehabilitación a niños con diversas discapacidades. Cuenta con un equipo de psicólogos y terapeutas certificado; con las aportaciones de donantes ofrece esta alternativa terapéutica a familias de bajos recursos.

A raíz de la pandemia, pensó en la manera de poder ayudar: "Médicos que curan el cuerpo, caballos que salvan el alma". Atiende actualmente, con una mínima cuota de recuperación de 350 pesos, a 45 trabajadores de la salud que tratan directamente a pacientes con Covid-19. Tiene capacidad para ampliar el servicio a 200 personas. Y no sólo "para médicos o enfermeras, es para todos: camilleros, personal de limpieza, paramédicos, con la condición de que estén en la primera línea. Y sus familias, porque ellos también viven esta crisis".

Los "primeros en la primera línea", coinciden Llaguno y Ramiro Tapia, administrador del voluntariado de la Cruz Roja, "son los paramédicos y trabajadores de las ambulancias, un sector generalmente relegado cuando se habla de los héroes de la pandemia".

Fuente: <https://www.jornada.com.mx/notas/2021/05/17/politica/acion-con-equinoterapia-a-personal-medico-covid/>

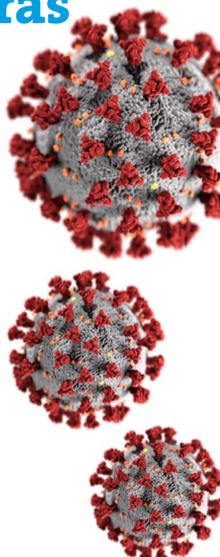
El Covid-19 en cifras al 20 de mayo

Se han reportado casos en **192 países**, los cuales se han notificado en las seis regiones de la OMS (América, Europa, Asia Sudoriental, Mediterráneo Oriental, Pacífico Occidental y África).

Ningún nuevo país, reportó casos en las últimas 24 horas

A nivel mundial	
Casos totales	165 millones 091 mil 142
Decesos	3 millones 421 mil 514
A nivel nacional	
Casos estimados	2 millones 576 mil 693
Activos estimados	17 mil 763
Decesos	221 mil 080

Fuente: Secretaría de Salud Universidad Johns Hopkins



Un p(r)o(bl)ema de amor

Amor amor amanecí muy mal
 No puedo levantarme
 Soñé que un camaleón me seguía a todas partes
 que no tenía parientes ni amistades
 que me quedaban sólo una hoja de afeitar las venas el paisaje
 Amor creí que al despertar besaría tus pechos como siempre
 pero no reconozco las cosas de este cuarto
 no huelo la canela de tu pubis
 Amor amor tengo que destrozarle al animal su baúl de disfraces
 Una noche es bastante para esos carnavales
 Déjame un rato más en esta cama tan alta como un puente
 aguardando que pase para lanzarlo al río en una limpia llave
 No quiero averiguar cómo vine a parar en un hotel como éste
 Sólo quiero cazar al camaleón
 El resto se endereza con su muerte

Rafael Torres Sánchez

Qué ver

Danzario CCH Film presenta: Sueño de una noche de verano

Puesta en escena de la Compañía Nacional de Danza del INBA. Montaje de danza neoclásica inspirado en la famosa novela de William Shakespeare; comedia de enredos, de amor y desamor, con personajes de la vida real y personajes fantásticos, elfos y hadas, adaptado a un lenguaje dancístico, bajo la Dirección del coreógrafo James Kelly y la música incidental de Félix Mendelssohn. Interpretación del Maestro Gerardo Kleinburg.

El 28 de mayo, a las 20:00 horas, por la página de Facebook: <https://www.facebook.com/danza.cch>



Qué hacer

Curso de apreciación de la poesía mexicana

Sesión dedicada a José Emilio Pacheco y Octavio Paz. En el marco del Homenaje Nacional a Dolores Castro

Imparte: Mariana Ortiz.

El viernes 21 de mayo a las 13:00 horas.

