



CCH Azcapotzalco

Nº 157

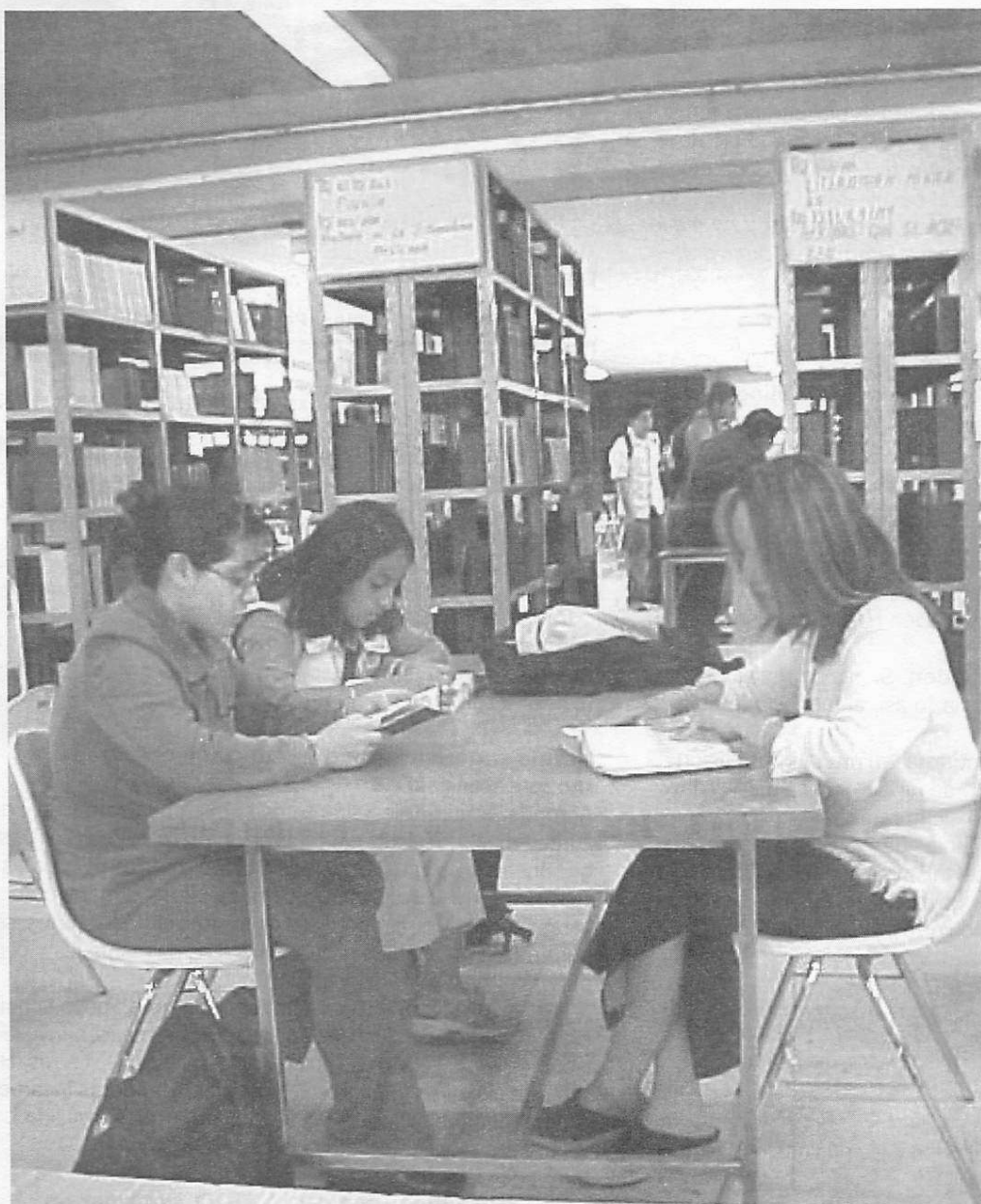
22 de abril de 2002

# Hoja informativa

En este número:

**Tecno tips:**  
Cómo elaborar fichas bibliográficas.

**Exposición de dinosaurios en origami,** en el Museo de la Luz, como parte del Festival del Centro Histórico.

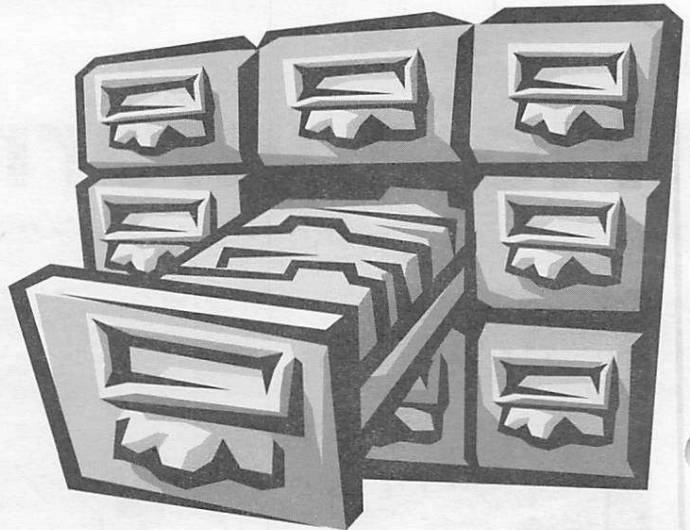


**El tabaquismo:** una peligrosa adicción cada vez más frecuente entre los jóvenes. ¿Tú podrías dejar de fumar en cuanto te lo propongas?

**¡Acude a la Biblioteca!**

# Mi fichero bibliográfico

\* Lic. Manuel Ávila Guerrero, profesor de la Opción Técnica de Servicios Bibliotecarios y Recursos de Información



**C**uando compilamos información bibliográfica, en ocasiones sólo la registramos al final, o al pie de cada una de las páginas de nuestro trabajo. Y pasado el tiempo, después de terminado el bachillerato, recuerdas que el ensayo que realizaste, "lo entregué al profesor y no me lo regresó. Me quedé sin trabajo y sin información bibliográfica".

## Qué hacer

Por ello, ahora te sugiero o festejo lo que ya has estado construyendo: **tu fichero de información bibliográfica**, ya que en él almacenas la información que utilizas en la elaboración de cada trabajo.

## Cómo hacerlo

Necesitarás dos elementos para elaborar tu fichero:

- La información y la forma en que la registres.
- Tarjetas y una caja para almacenarlas.

Para el **registro** de la información haz las siguientes indicaciones:

- Usa siempre el **mismo orden**. Si has de registrar primero el autor, siempre hazlo así, al menos que no exista, y
- Registra siempre de la **misma forma** la información. Si has de iniciar el registro de un autor por su apellido y subrayar el título, hazlo siempre así.

En cuanto a las **tarjetas** úsalas de 7.5 x 12.5 cm, o simplemente utiliza papeletas del mismo tamaño; éstas pueden ser rayadas o lisas. También puedes fotocopiarlas hasta cinco veces en una hoja tamaño carta y recórtalas.

## Elementos que registrarás:

- Autor
- Título.
- Lugar de publicación.
- Editorial.
- Año de publicación.
- Lista de los temas consultados y las páginas donde los encuentres.
- Biblioteca y clasificación.

## Ejemplo:

<b>Autor</b>	Süskind, Patrick
<b>Título</b>	<i>El perfume. Historia de un asesino.</i>
<b>Publicación</b>	Lugar: México, Editorial: Planeta, Año: 1986
<b>Descripción</b>	237 páginas
<b>Notas</b>	Traducción del alemán: Pilar Giralt Gorina
<b>Clasificación</b>	PT2681.U74 P3718 (Biblioteca del Plantel Azcapotzalco)

En el margen superior de la tarjeta deja un espacio de aproximadamente 1 cm; Ahora bien, la caja para ordenar tus tarjetas podrás hacerla de cartón "cascarón" y pegarla con resistol o comprarla según tus posibilidades.

## Última sugerencia: una vez iniciado este trabajo, ¡no lo detengas!

Aprender a utilizar las diferentes fuentes bibliográficas y documentales te facilitará la realización de tus tareas e investigaciones, la Opción Técnica de **Servicios Bibliotecarios y Recursos de Información** te capacita en el manejo de estas fuentes y te proporciona la formación técnica necesaria para auxiliar a los usuarios en los servicios manuales y computarizados que ofrecen las bibliotecas.

Cursar esta Opción Técnica te será de gran apoyo si quieres estudiar cualquier carrera en la que se realicen investigaciones bibliográficas, especialmente en Filosofía, Letras, Historia, Sociología y Bibliotecología; además, podrás incorporarte al campo laboral como técnico en esta especialidad.

Para resolver cualquier duda escríbeme a:  
[mavilag@netscape.net](mailto:mavilag@netscape.net)

## ¡Opciones Técnicas tiene un lugar para ti!

Pide informes en el cubículo de Opciones Técnicas, con la **CP Mercedes Espinosa Blancas**, Edificio M, planta alta

## El cigarro:

# "Puedo dejarlo cuando quiera"

**D**el mismo modo en que hay formas de cuidar tu cuerpo, también hay formas de destruirlo. Usar sustancias adictivas como alcohol, drogas y tabaco es una forma excelente de hacerlo. El alcohol, por ejemplo, con frecuencia está asociado con las principales causas de muerte entre adolescentes: accidentes automovilísticos, suicidio y homicidio. Y se demostró que fumar enturbia la vista, envejece prematuramente la piel, hace más amarillos los dientes, produce mal aliento, triplica la caries, causa contracción de las encías, decolora la piel y las yemas de los dedos, produce cansancio y provoca cáncer. (Es sorprendente que alguien se atreva a fumar.) Además, no es popular.

Desde luego, nadie planea ser adicto. Todo comienza de forma inocente. Pero muchas veces, jugar con "drogas limítrofes" como alcohol o tabaco finalmente conduce a la marihuana, y luego otras drogas mortales como cocaína, opiáceos y heroína. Muchos comienzan a beber, fumar o usar drogas para **demostrar su libertad**, sólo para descubrir que, al cabo del tiempo, desarrollan una adicción que **destruye su libertad. Créeme, hay mejores formas de demostrar tu individualidad.**

Tal vez lo peor de tener una adicción es lo siguiente: tú ya no controlas tu vida, sin tu adicción. Cuando dice salta, tú saltas. Reaccionas.

Siempre pensamos que la adicción es algo que sucede a los demás, y que podemos nosotros terminarla cuando queramos. ¿Cierto? En realidad es muy difícil.

Alejarse de las drogas de todo tipo es algo que es más difícil de decir que de hacer. A continuación te presentamos los pasos de la capacidad de rehusar que podrías considerar la próxima vez que te sientas presionado a beber, fumar o usar drogas, cuando en realidad no quieres hacerlo.

1. **Pregunta.** Hazte preguntas difíciles que realmente te hagan pensar lo que estás haciendo.  
¿Para qué querría fumar?

¿Qué sucederá si me pongo en onda esta noche?

2. **Nombra el problema.** Trata de ponerle un rostro a lo que estás haciendo.  
Fumar marihuana es ilegal. Fumar me dará mal aliento.
3. **Plantea las consecuencias:** Piensa en las consecuencias de tus actos.  
Me podrían detener si me sorprenden con drogas. Si me pongo en onda, alguien podría aprovecharse de mí.
4. **Sugiere una alternativa.** Prepara tu propia lista de opciones para divertirte cada vez que alguien intente atraerte.



## CCH Azcapotzalco

Hoja informativa es una publicación dirigida a los estudiantes del CCH Azcapotzalco. Es editada en el Departamento de Información en colaboración con el Departamento de Psicopedagogía.



**UNIVERSUM**

Museo de las Ciencias

# ¡Acércate a la ciencia!



**Visita Universum  
Museo de las  
Ciencias de la  
UNAM**

**Lunes a viernes:  
De 9:00 a 18:00  
horas**

**Sábados, domin-  
gos y días festi-  
vos:  
De 10:00 a 18:00  
horas**

# Dinosaurios

## en el Museo de la Luz

Fernando Villarruel da vida a estos gigantes reptiles que poblaron la Tierra hace millones de años utilizando el ancestral arte oriental del origami.

La muestra no sólo presenta la técnica mencionada sino que aporta datos interesantes acerca de los dinosaurios, su clasificación y datos particulares sobre las diferentes especies representadas en la exposición.

**MUSEO DE LA LUZ  
Centro Histórico**

**Del 11 de abril al 30 de junio de 2002**

