



# Hoja informativa

## Centrado en las cosas

Por Consuelo Velásquez Méndez,  
Departamento de Psicopedagogía

**A** veces vemos el mundo a través del cristal de las posesiones o "cosas". Vivimos en un mundo material que nos enseña que "el que muere con más juguetes es el que gana".

Debemos tener el coche más rápido, las ropas más bonitas, el último equipo de sonido, el mejor peinado y muchas otras cuestiones que supuestamente deben



darnos felicidad.

No hay nada de malo en lograr y gozar los bienes, pero nunca debemos centrar nuestras vidas en ellos, porque a fin de cuentas no tienen valor duradero.

Nuestra confianza necesita de nuestro interior, y no de fuera, o sea de la cualidad de nuestra persona y no de la cantidad de cosas que poseemos.

**¿EN QUÉ ESTÁ CENTRADO TU VALOR?**

## No te dejes intimidar y denuncia

**T**al vez hayas escuchado de que "por miedo a las represalias", tus compañeros o tú mismo desean mantenerse callados luego de haber sido víctimas de cualquier tipo de agresión: robo, golpes, insultos.

No te dejes intimidar y **DENUNCIA**. Es posible que tu silencio pueda ser aprovechado por los delincuentes y éstos puedan seguir haciendo más daño a nuestra comunidad.

En infinidad de ocasiones se ha comprobado que, una vez asentada la denuncia, los agresores jamás han procedido a cumplir sus amenazas, pues una vez que son sancionados como corresponde, asumen el compromiso de evitar participar en actos que contravengan los principios universitarios.

Aun cuando no seas tú el agredido, no dudes en denunciar, en la Unidad Jurídica del Plantel, cualquier hecho que atente contra la integridad de tus compañeros.



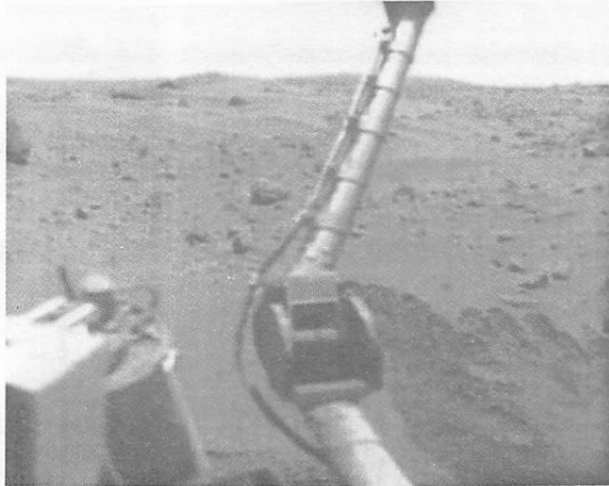
## La NASA cultivará plantas en Marte

**S**e establecerá una base "biorregenerativa" con invernaderos especiales que soportarán la vida de plantas y humanos.

Los primeros colonos de Marte no serán humanos sino plantas, y desde ahora se experimenta con algunas de ellas para que, en un futuro no muy lejano, sean cultivadas en el suelo del planeta rojo.

Como parte de una misión que la NASA planea realizar en el año 2007, investigadores de la Uni-

versidad de Florida trabajan para adaptar algunas variedades de vegetales capaces de sobrevivir en las condiciones presentes en el suelo y atmósfera de dicho planeta.



Una vez que se modifiquen genéticamente y sean plantadas, proveerán a Marte de oxígeno, comida y agua purificada, que sería imposible llevar desde la

Tierra. Para ello se establecerá una base "biorregenerativa" con invernaderos especiales que soportarán la vida de las plantas y de los seres humanos.

Actualmente se experimenta con algunos genes, obtenidos de una medusa, en la estación espacial internacional y que serán incorporados a las futuras plantas marcianas.

Fuente: <http://comunidades.infosel.com/cienciaytecnologia/articulos/ciencias/5604/>

(Pide informes e inscríbete en el cubículo de Opciones Técnicas de tu Plantel.)

### Consejos de protección civil

#### *¿Qué son las zonas de seguridad?*

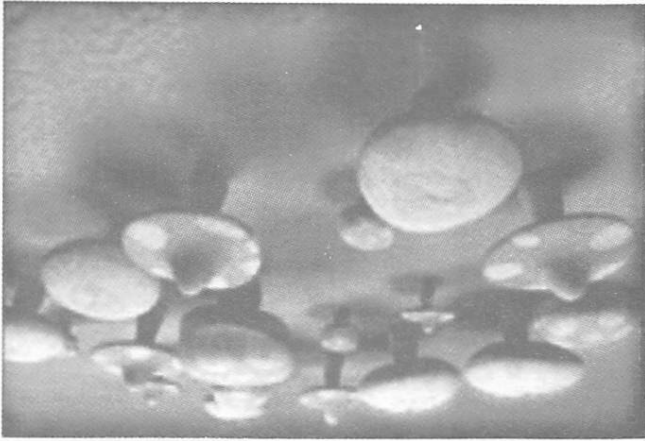
**S**e conocen como zonas de seguridad o repliegue las áreas amplias donde puedes protegerte en caso de que algún edificio u otro inmueble se derrumbe por el sismo. Cuando camines por el plantel, observa las posibles zonas de seguridad, no deben es-

tar cerca de árboles viejos que puedan caerse, ni cerca de cables de transmisión de energía eléctrica y, desde luego, deben estar lejos de edificios altos.

Ante todo, debes conservar la calma, porque el temor o el pánico, en caso de desastre, no te permitirá actuar adecuadamente.



La próxima vez hablaremos de cómo puedes elaborar un plan de emergencia familiar. Te esperamos.



## ¿Alucinógenos?

**S**on sustancias de origen natural o productos químicos, obtenidos artesanalmente o en laboratorios, que provocan alucinaciones, modificando la percepción de las emociones, el tiempo y el espacio, así como de sonidos, formas y colores.

Los alucinógenos afectan fuertemente las funciones mentales, distorsionando la manera en que tra-

bajan nuestros sentidos. Las reacciones percibidas al consumirlos difieren no sólo de acuerdo a la sustancia y dosis consumida, sino según

el estado emocional, la condición física del consumidor y, sobre todo, el ambiente o circunstancia en donde se encuentra. Esto hace que se puedan tener reacciones opuestas a las esperadas o ambivalentes: estados de relajación y de ansiedad o tensión; de felicidad y de tristeza.

Algunos consumidores pueden padecer reacciones de pánico intenso o conducirse como psicóticos, mientras que otros pueden percibir que

amplían su capacidad de conocerse a sí mismos o de creatividad.

Adicionalmente, las creencias y expectativas relacionadas con la experiencia pueden llegar a guiar la alucinación, conduciéndola a percibir las formas, sonidos, colores o reacciones emocionales que son compartidas cuando son utilizadas en grupo. (Continuará.)

Información proporcionada por el Departamento de Servicio Médico, turno matutino.

Para cualquier problema de adicciones, llamar a los siguientes teléfonos:

\*Consejo Nacional Contra las Adicciones (Tel. 01-800-911-2000).

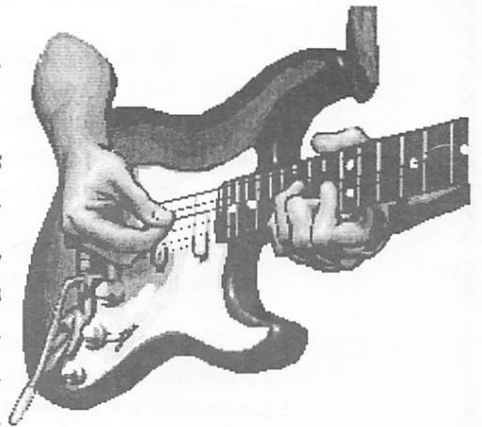
\*Centro de Integración Juvenil (Tel. 5212-1212).

## Trovadores con guitarra eléctrica

**P**or bocinas con alientos que traspasan la piel, cuyas voces sacuden, aprisionan y estiran el ritmo del corazón, canto "para la banda", células de "cuates" que se organizan frente a la Catedral y los "oye uey, a qué hora empieza el concierto" mientras la pasarela de modas desfila ante nuestros ojos: barrocos atuendos de un siglo lejano que ahora prefiere el negro y los encajes sintéticos, imitaciones de Gorilaz, personajes de caricatura japonesa hechos realidad, Dragon Ball con todo y semillas de poder, versiones estilizadas de los Punk, Yu Gi Ho con colectivo imaginario

de criaturas egipcias actualizadas, Che Guevara comercializado y el movimiento incansable de una multitud que no sabe sino hablar a chiflidos.

Cuadro de una típica imagen de concierto, textu-

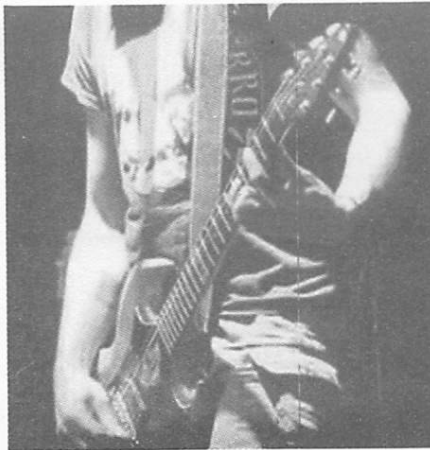


*Continúa en la página 4*

## Trovadores...

Viene de la página 3

ras que no serían posible sin la permanente fiereza de una juventud siempre a contracorriente y un mercado que ha sabido aprovechar su voluntad. Pero ¿cuál de nosotros, chavos del 2003, acaso imagina que hubo un tiempo en que no se podía escuchar rock en tu casa, grabar en casete era todo un invento, y desde luego no existían los conciertos y cuando existieron muchos no estaban permitidos?



Hoy pensamos que antes de eso la música no tenía esa clase de sonido, ni existían grupos que provocaran tal excitación. Escuchamos lo más reciente, según nosotros, aunque Botellita de Jerez surgió

en 1983 y se convertiría en el papá que influenció a bandas como La Cuca, Maldita Vecindad, Víctimas del Doctor Cerebro, Los Estrambóticos, etcétera. La Cuca misma se desintegró en un lejano 1999, Björk nació en los sesenta y ahora tiene 38 años de edad, el TRI es uno de los ancestros del rock en México y Pink Floyd es ya un clásico.

Por ello te invitamos a buscar las notas de **rockacheros**, que aparecerán en tu *Hoja Informativa*, y esperamos sean interesantes para ti.

### Oda a Silvia (VII Virtud)

Caminando por las calles del vulgo,  
sin pretender, me topé contigo;  
nuestros mundos paralelos, al encontrarse,  
formaron algo más allá de la amistad.

El viento Silba tu nombre,  
el León sobre su dorso lleva tu apellido  
y la Cabra se oculta por detrás de tu segundo apellido;  
¡más el Georgina, os detestas, pues epiceno es ya  
entre el mar de humanos!

¡Os dedico a mi gran Musa esta Oda,  
a mi virtud, a mi existencia..., a mi droga!

Tú fuiste, eres y serás el ángel rojo  
que me lleva de la mano por los valles  
a contemplar los infiernos, atenúas mis miedos,  
y yo, para agradecértelo, besaré tus labios,  
y te daré fuerzas y te ayudaré a cruzar el devenir.

Autor: Antonio MarOrt

### No expongas tu estancia en la UNAM

*Tratándose de casos de indisciplina de los alumnos, el Rector y los directores de las entidades académicas podrán sancionarlos de manera inmediata con amonestación, asimismo podrán suspenderlos y expulsarlos provisionalmente con la finalidad de salvaguardar el orden y la disciplina universitaria.*

Estatuto General de la UNAM. Título sexto.  
Artículo 93.  
Segundo párrafo.

*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.