

Hoja informativa

Centrado en el novio(a)

*Por Consuelo Velásquez Méndez,
Departamento de Psicopedagogía*

Lo irónico es que mientras más centres tu vida en alguien, menos atractivo eres para esa persona. ¿Cómo es esto? Primero que nada, si estás centrado en alguien, ya no es difícil obtenerte. Segundo, es molesto que alguien forme toda su vida personal alrededor de ti. Puesto que la seguridad proviene de ti y no de su interior, siempre necesitan tener esas molestas pláticas de "qué hacemos ahora".

Generalmente puedes saber que un novio o novia está centrada el uno en la otra porque están siempre rompiendo y volviéndose a juntar. Aunque su relación se deteriora, sus vidas emocionales e identidades es-



tán tan entrelazadas que nunca pueden desprenderse el uno de la otra.

Créeme, serás un mejor novio o novia si no estás centrado en él o ella. La independencia es más atractiva. ¿Esta situación te quita energía para estudiar?

Tú decides hasta dónde quieres llegar

Hemos comenzado un nuevo semestre y a partir de ahora y de nueva cuenta tienes en tus manos la oportunidad de seguir avanzando rumbo al camino que desde el inicio seguramente te trazaste junto con tus padres:

concluir tu bachillerato y con un buen promedio.

Tú tienes la capacidad suficiente para vencer el ocio o los vicios, que sólo conducen a la mediocridad.

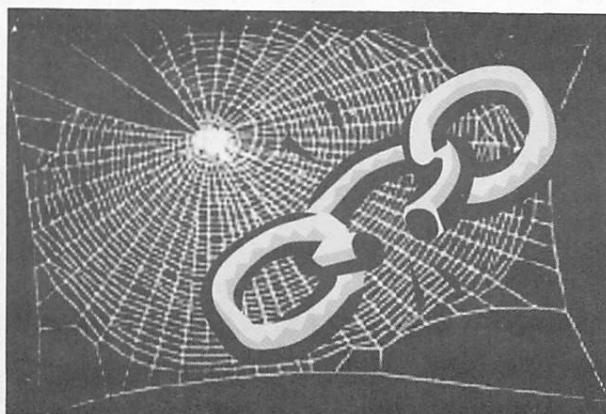
Igualmente tienes la capacidad de *jalar* a tus compañeros a las

clases. Si en cierto momento alguno de tus amigos se está desviando del camino indicado, invítalo a reconsiderar las cosas, porque un buen *cuate* es aquel que comparte no sólo la amistad y los buenos momentos, sino también el conocimiento.

Tecnomanía

¿Sabías que la tela de araña es más fuerte que el acero?

Según un estudio publicado por la Academia Nacional de Ciencias estadounidense, un equipo de expertos de la Universidad de California, en Santa Bárbara, y del Ejército de EU, están investigando la solidez de la tela de araña como base para confeccionar tejidos de alta resistencia y durabilidad. Los investigadores están especialmente interesados en la proteína que permite a las arañas tender su tela y atrapar sus presas, integrada por moléculas que le confieren una increíble flexibilidad y resistencia.



De hecho, la tela puede ser extendida entre el 30 y el 50 por ciento de su longitud antes de romperse. Además, proporcionalmente, es más resistente que el acero y se aproxima en fortaleza al kevlar, el tejido con el que se confeccionan, entre otras cosas, los

trajes espaciales de los astronautas.

"Debido a estas sorprendentes propiedades, el ejército de EU ha centrado su interés en la tela de araña, principalmente para confeccionar prendas antibalas y otro tipo de vestimentas protectoras", ha

indicado el investigador y primer firmante del estudio Emin Oroudjev, de la Universidad de California.

*El Departamento de Opciones Técnicas te ofrece cursos-talleres cortos (máximo 40 horas), con los que podrás adquirir en poco tiempo conocimientos y habilidades que te facilitarán la realización

de actividades académicas, laborales y familiares, al mismo tiempo que adquirirás herramientas que apoyarán tu formación como futuro profesionalista.

Pide informes e inscríbete en el cubículo de Opciones Técnicas del Plantel.

Consejos de protección civil

Recientemente hemos padecido las olas de frío que llegan a esta ciudad. Si vives cerca de un lugar donde las temperaturas sean bajas, te recomendamos lo siguiente:

Usa ropa y calzado adecuados; evita la entrada de aire extrema-



damente frío en los pulmones, protege tu rostro y cabeza; en las horas de frío más intenso, evita la

práctica de deportes al aire libre, porque el frío ejerce sobre el corazón una tensión extra. No te vayas de excursión a lugares donde haya nieve, puede ser peligroso, especialmente si llevas automóvil.

En tu casa verifica que estén bien cerrados los puntos por donde hay contacto con el exterior, por ejemplo ventanas o puertas.

Las anfetaminas pueden destruir tu vida (segunda y última parte)



El usuario de anfetaminas puede tener reacciones anormales y asumir tareas repetitivas, como desarmar y armar alguna maquinaria, o bien escarbar su piel buscando insectos imaginarios. Después de un tiempo, bajo los efectos de la droga se alcanza un agotamiento que lleva a un estado de torpeza y adormecimiento, al que puede

seguir un sueño largo y profundo. Al despertar, se presenta una profunda depresión, que en algunos casos puede llevar al suicidio.

Las sensaciones que se buscan al usar las anfetaminas disminuyen cuando el consumo es crónico, por lo que los usuarios tienen la necesidad de aumentar la dosis para alcanzar los efectos deseados. El consumo prolongado, además de desarrollar una fuerte dependencia, puede facilitar la aparición de trastornos mentales, como la psicosis, presentándose temores infundados y, en algunas ocasiones, delirio de persecución; asimismo, se pueden experimentar ilusiones y oír



voces. Por lo general, el consumidor crónico pierde interés por lo que le rodea, su familia y su cuidado personal, lo que es especialmente peligroso en madres de niños pequeños, ya que dificulta que les brinden el cuidado y la atención requeridos.

El grupo social también se ve afectado por los consumidores de anfetaminas, ya que impactan en la seguridad y el bienestar de la comunidad, porque se presentan muchos accidentes, en especial en el hogar, así como de tránsito y actos de violencia.

Adicionalmente, la situación de bienestar de la familia y la comunidad puede ser alterada por las personas intoxicadas, pues olvidan las precauciones, normas de higiene, de autocuidado y de comportamiento social necesario para el buen desenvolvimiento del grupo.



Alumno del Plan de Estudios Actualizado (PEA) y del Plan de Estudios Original (PEO)

*Realiza tu pago antes de la inscripción en el Departamento de Control Presupuestal.

*Recoge solicitud, elige materias y entrega comprobante de pago:

23 de febrero A-G

24 de febrero H-M

25 de febrero N-Z

**Si tienes dudas, asiste al edificio "A", en las ventanillas de Servicios Escolares.

Rockacheros

Viejos conocidos: Botellita de Jerez

(Segunda y última parte)

pular mexicana. Estos viejos conocidos, representantes y precursores del rock nacional, se

Botellita de Jerez inventó el "Guacarock", un estilo de rock directo en el que combinan sonos abajeños, cumbias, chachachás, polkas, swing, o blues, con letras que retratan los avatares de quienes viven en la ciudad y se enfrentan a empresas heroicas como subir al metro, hablan de vendedores ambulantes, el abuso, el consumismo y el amarillismo en los periódicos. En el escenario aparecían vestidos de charros rocanroleros y sus sketches có-

micos durante sus presentaciones indignaban a un sector del público, mientras, a

otros, esa frescura les hacía pensar en un renacimiento del rock mexicano, de esta forma llamaron la atención del público y la crítica.

Figuras como el charro mexicano, el Santo, o la Virgen de Guadalupe eran utilizadas por el grupo



despidieron del escenario el 19 de junio de 1997, aunque siguieron despidiéndose en Cuba, Rockotitlán, etcétera, y no terminan de despedirse. El año pasado grabaron temas para dos películas mexicanas: "Piedras verdes" (Ángel Flores) y "Corazón de Melón" (Luis Vélez); tal vez hagan una guaca-ópera o un documental, aunque ya no trabajan juntos, de vez en cuando se reúnen para llenar la botella de su inspiración.

Juntos por la seguridad...

No te involucres en acciones violentas

Será sancionado con AMONESTACIÓN, SUSPENSIÓN hasta por un año, EXPULSIÓN DEFINITIVA de la Universidad, quien incurra en alguna de las siguientes faltas:

* Portar armas de cualquier clase se considera falta grave.

* El "taloneo", "pasar báscula", la agresión y/o amenaza en contra de los alumnos y asediar a los estudiantes con el "éntrale con un varó", es una conducta no sólo antiuniversitaria, sino delictiva.

en sus letras y música. A través del humor negro recuperaron pulsiones de la cultura po-

El salón es un cuarto de Quiroga, si entras, puede devorarte la imaginación

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.