

## Editorial

**D**urante el periodo interanual se realizaron grandes esfuerzos para recibir a nuestra comunidad en las mejores condiciones. La remodelación y mantenimiento de salones, edificios, espacios deportivos, jardines, laboratorios, etcétera, es en beneficio de todos y cada uno de los que formamos parte de esta escuela, por esa misma razón también es corresponsabilidad de todos cuidarla y mantenerla en óptimas condiciones.

El cuidarla no implica solamente no dañarla, sino no permitir que otros perjudiquen un patrimonio que nos pertenece a todos y también a aquellos que vendrán después. El autocuidado es responsabilidad de cada uno de nosotros. Sabemos que existen personas, muchas veces ajenas a esta comunidad, que vienen a causar destrozos que perjudican y alteran el desarrollo normal del proceso de enseñanza-aprendizaje, ahora que estamos iniciando el semestre es momento de reflexionar acerca de la importancia de contar con instalaciones dignas y óptimas para llevar a cabo este proceso.

Es tarea de todos, no sólo de unos cuantos. Poner la basura en su lugar, no rayar las bancas y mesas binarias, ni las paredes, ni los baños, no maltratar las áreas verdes, cuidar las instalaciones, el mobiliario y el equipo, son acciones que no cuestan trabajo pero que pueden ayudarnos a cuidar nuestras instalaciones.

Recuerda que la escuela es como una segunda casa, mantengamos nuestra casa en buenas condiciones y hagamos del Plantel Azcapotzalco un mejor espacio académico.

## Alumnos de reciente ingreso realizan el examen médico automatizado

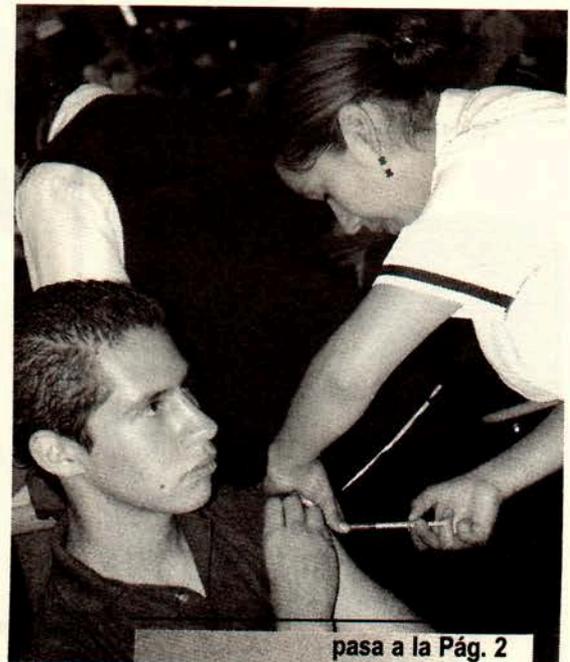
✓ *Indispensable la salud para el aprovechamiento escolar*

ANA BUENDÍA YÁÑEZ

**U**n factor predominante para tener una calidad de vida óptima, en personas de cualquier género y edad, es la salud; en la etapa escolar ésta se vuelve de mayor importancia pues de ella depende en gran medida el desempeño y rendimiento en este ámbito.

La prevención a través de exámenes clínicos periódicos es el mejor elemento con el que se cuenta para evitar cualquier obstáculo que impida rendir al máximo en las tareas cotidianas, y es así que como parte de las actividades encaminadas a los alumnos de reciente ingreso se encuentra la aplicación del examen médico automatizado el cual es un instrumento de valoración integral de la salud que identifica enfermedades existentes y de herencia familiar; así como también explora los factores de riesgo y de protección individuales y colectivos que más influyen en la salud integral de los estudiantes, explicó Xóchitl Toquero Vega, doctora del turno vespertino del Plantel.

El EMA, coordinado por la Dirección General de Servicios Médicos (DGSM) de la UNAM y elaborado por la Facultad de Medicina, está relacionado con aspectos biológicos, psicológicos, estilos de vida y entorno de los alumnos que ingresan a la educación media superior y superior.



pasa a la Pág. 2

El objetivo, dijo, que se pretende al realizar este examen a la comunidad que ingresa al Plantel es para captar alumnos vulnerables, por un lado, en algunas patologías crónicas degenerativas como la diabetes y la presión alta; y, por otro, en factores de predisposición a las drogas. Una vez analizados los resultados que se obtienen de esta aplicación, los alumnos con riesgos son canalizados al servicio médico de cada Plantel para darle seguimiento y, en su caso, referirlos a los médicos especialistas.

Además del cuestionario sobre los antecedentes clínicos de los alumnos, el examen médico automatizado consta de la revisión de la vista, boca y la aplicación de las vacunas toxoide tetánico primera dosis y hepatitis.

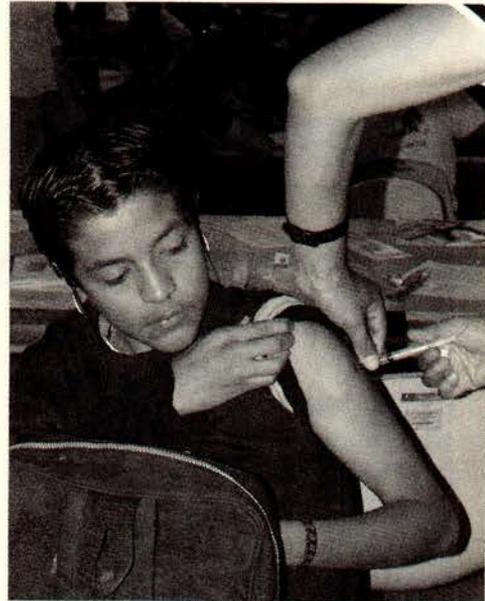
Por otro lado, también se aplicó el cuestionario *AUDIT* (Alcohol Use Disorders Identification) elaborado por la Facultad de Psiquiatría, el cual se refiere a los problemas de uso y abuso de alcohol, es decir, con este cuestionario se puede identificar la dependencia que tiene la persona al alcohol.

Xochitl Toquero habló de la importancia de la aplicación de este examen médico para generar en los alumnos una cultura de autocuidado de la salud, "este tipo de pruebas están enfocadas a los diversos factores que pueden dañar a los adolescentes para así inquietar al alumno a cuidarse él mismo y estar pendiente, periódicamente, de su salud tanto física como mental", además el análisis e interpretación de los resultados obtenidos del

EMA, permiten identificar las áreas de atención prioritaria orientada a la salud y el entorno en la comunidad estudiantil.

Asimismo, permite contar con parámetros de evaluación para la implantación y mejora de programas en materia de promoción, educación y prevención en salud.

El examen médico automatizado fue aplicado a tres mil doscientos noventa y cinco alumnos de la generación 2009 y en el que para su aplicación colaboraron personal de la DGSM, prestadores de servicio social de la Facultad de Medicina, de Odontología y doctores de la clínica 33 del Seguro Social, los cuales también dieron información referente a la sexualidad y nutrición. 



*Universidad Nacional Autónoma de México  
Colegio de Ciencias y Humanidades  
Plantel Azcapotzalco*

La comunidad del Plantel Azcapotzalco lamenta el sensible fallecimiento de la profesora del área de Matemáticas

## **María Sagrario Servín Ochoa**

acaecido el 4 de julio  
y se une a la pena que embarga a  
sus familiares y amigos.

Ciudad de México, agosto de 2008

# Las amistades de la adolescencia

Las amistades suelen tener efectos en varias áreas de la vida del adolescente —las calificaciones, cómo pasan su tiempo, a qué clubes pertenecen y cómo se comportan en lugares públicos, como los centros comerciales—. Los jóvenes que tienen dificultades para formar amistades generalmente tienen un nivel más bajo de autoestima, no se destacan tan bien en la escuela, a veces no terminan la secundaria, y pueden caer en la delincuencia además de padecer de una variedad de problemas psicológicos como adultos.



Los niños de todas las edades necesitan sentir que encajan en su vida social —que están en su ambiente—. Al llegar a la adolescencia, la necesidad de ser “parte del grupo” es más fuerte que a ninguna otra edad. Las amistades se estrechan y son más importantes y le ayudan a determinar quiénes son y hacia dónde van. Es más probable que formen grupos pequeños, cada uno con su identidad especial (por ejemplo, los deportistas, los estudiosos, los chiflados, etcétera).

Muchos padres se preocupan que los amigos de sus hijos ejerzan demasiada influencia en sus vidas y que su propia influencia vaya disminuyendo. Los padres se preocupan todavía más si los amigos de sus hijos los animan a participar en actividades peligrosas o dañinas.

Los estudios del psicólogo Thomas Berndt y sus colegas han

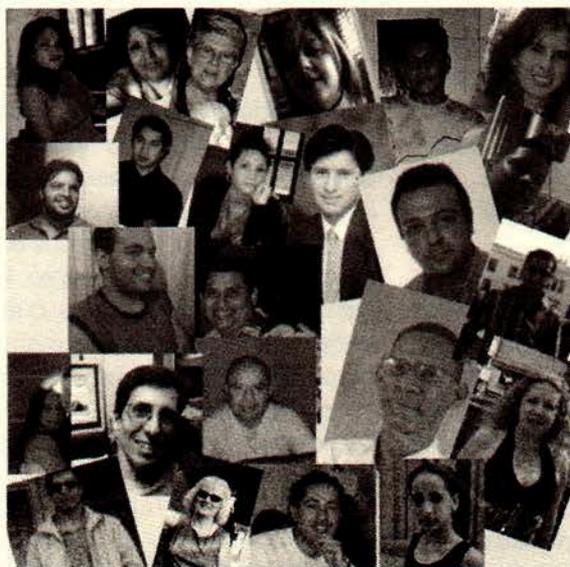


demostrado que los amigos sí ejercen mucha influencia sobre las actitudes y comportamiento y que, al pasar el tiempo los amigos se parecen cada vez más en sus actitudes y en su comportamiento. Por ejemplo, los adolescentes cuyos amigos se identifican a sí mismos como problemáticos en la escuela, tienden a aumentar su propio mal comportamiento en el transcurso del año escolar.

La influencia de los amigos se siente mucho más en el bachillerato. Durante esta etapa los amigos tienen mucha influencia sobre los gustos en la música, la ropa y los peinados, así como en las actividades en las que quieran participar. Sin embargo, los amigos *no reemplazan* a los padres. Los padres siguen siendo quien más influye en la vida de su hijo. Los adolescentes tienden a buscar a los padres más que a sus amigos cuando se trata de qué planes hacer después de la secundaria, qué carrera elegir y qué valores religiosos y morales seguirán. Esta influencia paterna se siente más cuando la relación entre el padre y el hijo es fuerte.

También se puede guiar a los hijos para formar buenas amistades: enseñarlos a que reconozcan que la presión entre los amigos puede ser buena o mala, conocer a los amigos de los hijos y a sus padres, darle tiempo libre a los hijos en un lugar seguro para pasar un rato con los amigos, etcétera, estas son sólo algunas sugerencias; sin embargo, como adolescente es importante no dejarte llevar por la presión de los que se dicen tus amigos, un verdadero amigo jamás hará algo o te invitará a hacer algo que te pueda perjudicar.

Abre bien los ojos y recuerda que la responsabilidad es parte de tu propia seguridad, y que las malas influencias también pueden definir tu situación académica, emocional y familiar. 



# OPCIONES TÉCNICAS INSCRIPCIONES ABIERTAS

El Departamento de Opciones Técnicas del Plantel Azcapotzalco te invita a los cursos de:

## Opciones Técnicas

- \*Administración de Recursos Humanos
- \*Análisis Clínicos
- \*Banco de Sangre
- \*Contabilidad con Informática
- \*Juego Empresarial Jóvenes Emprendedores
- \*Mantenimiento de Sist. Microcómputo
- \*Propagación de Plantas y Diseño de Áreas Verdes
- \*Recreación
- \*Sistemas computacionales
- \*Sistemas para el Manejo de la información Documental

Requisitos: ser alumno de tercer semestre en adelante y presentar una fotocopia de la credencial, duración dos semestres.

## Aplicaciones Tecnológicas

Requisitos: ser alumno cualquier semestre y presentar una fotocopia de la credencial, duración de 30 a 60 horas.

Para mayor información e inscripción, acude al edificio "M" planta alta, con Mercedes Espinosa Blancas.

# TECNOMANÍA

Departamento de Opciones Técnicas

## TIPS PARA NAVEGAR EN INTERNET

Las páginas web que terminan en .hk (Hong Kong) y .cn (China) se sitúan entre las más peligrosas a la hora de navegar, dada la seguridad de la que adolecen ambos dominios, según la firma de seguridad informática McAfee.

El informe de esta compañía señala que 19.2% de los sitios que utilizan el dominio de internet '.hk' son peligrosos también Rumania (.ro) y Rusia (.ru) se mantuvieron entre los cinco principales lugares más peligrosos con 6.75% y 6% de sus sitios.

El dominio genérico más riesgoso publicado en el informe de 2007 con 11.8% fueron los sitios que terminan en .info. Por otro lado, el dominio más popular, .com, también resultó como riesgoso, señala.

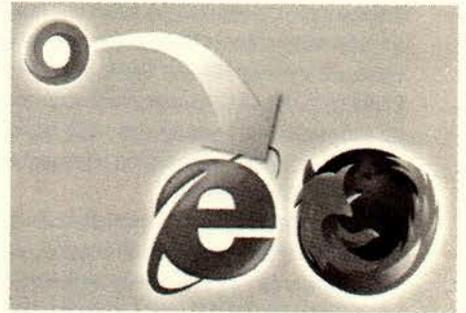
McAfee analizó 9.9 millones de sitios web con gran cantidad de visitas ubicados en 265 distin-

tos dominios de país (con terminaciones con las letras del país, como Brasil .br, por ejemplo) y dominios genéricos (que terminan en .net o .info).

Los calificó por el contenido de programas publicitarios, programas espía, virus, spam, cantidad excesiva de ventanas emergentes, exploits de exploradores o vínculos a otros sitios calificados en rojo.

"Tal como en el mundo real, las amenazas virtuales y los riesgos cambian constantemente. Como lo demuestra nuestra investigación, los sitios web que son seguros hoy pueden ser peligrosos mañana. Navegar en la web basándose en el sentido común no es suficiente para evitar el riesgo en línea", comenta Jeff Green, vicepresidente senior de Avert Labs y desarrollo de productos de McAfee.

Ante tal inseguridad, lo recomendable es contar siempre con un antivirus actualizado que nos permita identificar cualquier amenaza que pueda afectar a nuestra computadora, y al momento de navegar es sumamente importante no abrir ninguna ventana de información que no hallamos solicitado, al igual que marcar como no deseados (sin abrirlos) aquellos co-



reos que remitentes desconocidos o con asuntos poco creíbles.

En el lado opuesto de la tabla y con 9.9 millones de páginas web estudiadas, los sitios que implicaron menor riesgo fueron los de Australia .au (0.3%), Japón .jp' (0.1%), y los de organismos gubernamentales de EU, .gov (0.05%).



<http://www.eluniversal.com.mx/primer/31131.html>

Opciones Técnicas te ofrece cursos y talleres cortos (de 30 a 60 horas) que puedes cursar a partir del primer semestre. Tu plantel te ofrece: Animación e interactividad digital para proyectos escolares, Aplicaciones de Excel, Control interno de almacenes e inventarios, Creación de página WEB en lenguaje HTML, Habilidades para el desarrollo de la inteligencia emocional y Manejo de bases de datos en computadora. TAMBIÉN TENEMOS OPCIONES TÉCNICAS PARA TI.

Pide informes e inscríbete en el cubículo de Opciones Técnicas, edificio M. No importa que adeudes materias, son gratuitos, cupo limitado.





MAGDALENA CARRILLO CUEVAS

# Haydee Gisela Salmonés, reconocimiento al esfuerzo y dedicación

**M**uchos ven en el conocimiento una fórmula del presente y del futuro, eternidad del hombre; pero cruzar la puerta del Plantel Azcapotzalco del Colegio de Ciencias y Humanidades fue hallar una nueva respuesta: el conocimiento que nos hace libres, así lo señaló Haydee Gisela Salmonés Castañeda, durante la ceremonia de alumnos de alto rendimiento académico, realizada el pasado 10 de junio, al hablar en representación de sus compañeros.

Manifestó su orgullo y satisfacción al haber sido considerada para tal ocasión, "es mi voz la que se expresa, pero el sentimiento es el de todos". Habló de la grandeza del *cecehachero*, de esa segunda casa que recibe con los brazos abiertos y que es un matraz de sueños y deseos que se hacen realidad, que te ofrece la oportunidad de triunfar y de vivir cada experiencia al máximo.

Recordó su primer día de clases en el CCH, temiendo lo desconocido, comenzando de nuevo pero en una escuela diferente, con otros profesores, compañeros, retos, "con las manos llenas de sueños, mirando hacia el futuro".



El Colegio hace honor a la verdad, dijo, aprender a aprender, jamar obedecer por obedecer, siempre encontrar los porqués y hallar respuestas convincentes. "Aquí aprendí que debía luchar por lo que quería, descubrí que el mundo te espera, que pueden defenderse los ideales y descubrir quienes somos, es simplemente una realidad que se te presenta de frente y te da la oportunidad de superarte a ti misma".

Ser una alumna de excelencia no es una opción, es una convicción, subrayó, "desde siempre he buscado la excelencia y me agrada hacerlo, además me ha dado grandes alegrías y satisfacciones y entonces ¿por qué renunciar a serlo?"

Nadie ha dicho que sea fácil, siempre tiene que sacrificarse algo, "pero cuando se hace por convicción al final del camino no implica ningún sacrificio, más aún, te llena de grandes satisfacciones, de nuevos proyectos, de ilusiones, de sueños que se renuevan con los pequeños logros y las metas alcanzadas. Además estudiar, leer, pensar... también es divertido, sólo hay que tomarle el gusto y un poco de empeño".

Cuando dicen que no tenemos vida social, comenta, eso es cuestión del color con que se mire, la vida social no es ir de fiesta en fiesta, sino pasarla bien con la gente que quieres y con las personas que te aprecian, aunque sea para estudiar o para irte al antro, para prepararte para un concurso de matemáticas o para un partido de fútbol, para hacer tarea o para pasar la tarde juntos.

Recordó que junto con ella, Agustín y Jesús, sus mejores amigos, formaban un equipo para los concursos de matemáticas, "las fechas siempre eran en sábado a las 10 de la mañana, pasábamos cuatro horas en un salón de clases resolviendo problemas, haciendo fórmulas, demostrando teoremas, y cada respuesta correcta merecía un abrazo, un grito de alegría y un chocolate", había que pre-



Haydee Gisela Salmonés Castañeda

pararse para ganar, aunque al ganar a veces se pierde y al perder también se gana.

Orgullosa de pertenecer a la UNAM, al Colegio... al Plantel Azcapotzalco, Haydee Gisela señaló que gracias a ello ahora es una mejor persona, "aquí he aprendido tantas cosas, ha ser más responsable, perseverante, dedicada, decidida", pero también se aprende a ser más libre, a sonreír con mayor frecuencia, a disfrutar lo que se hace. "Nadie me ha dicho que las cosas fueran fáciles, pero decidí arriesgarme, tampoco me dijeron que el camino fuera sencillo... pero decidí seguirlo".

Ahora que estoy en facultad, manifestó, "estos recuerdos me vienen a la mente con gran nostalgia porque ahí dejé grandes amigos, profesores, anécdotas, un poco de vida en cada rincón, por eso nunca, por nada del mundo, cambiaría esa historia", concluyó.

# Aplicación del trabajo colaborativo en Expresión Gráfica

## ✓ Capacidad retórica y artística en equipo

MAGDALENA CARRILLO CUEVAS

El empleo del trabajo colaborativo en el salón de clases para la elaboración de trabajos escolares ha arrojado resultados sorprendentes en los alumnos de la materia de Expresión Gráfica, "a través del trabajo colaborativo los alumnos pueden ver su capacidad retórica y artística y lograr mejores resultados, tanto en lo individual como en lo colectivo", así lo señaló la profesora Noemí Núñez, al inaugurar la exposición de los trabajos de Expresión Gráfica del grupo 639.

En ocasiones los estudiantes se pueden frustrar cuando algo no sale como ellos esperan, "pero cuando trabajan colaborativamente empiezan a apoyarse entre ellos mismos a obtener mejores resultados, pues siguen la misma línea, generalmente de quien trabaja mejor, y así se van empujando y motivando unos y otros hasta lograr un buen resultado".

Este método de trabajo me ayudo bastante con los alumnos, refirió, "los jóvenes han visto el avance, han visto que pueden hacerlo y eso les da mayor confianza para hacer mejores trabajos". En esta ocasión los trabajos

tuvieron como tema fachadas y paisajes mexicanos.

Núñez...explicó que los alumnos se agruparon en equipos de tres o cuatro personas y eligieron un dibujo y lo dividieron en cuatro partes, posteriormente cada uno de ellos escogió la parte que prefería trabajar, una vez que tenían su parte comenzaron a trabajar las diferentes técnicas (pastel, colores de madera, acuarela y wash). Trabajaban simultáneamente todos los miembros con la finalidad de comparar las tonalidades y acabados, quizá en alguna técnica la tonalidad es más opaca y en otra más brillante, pero los tonos debían ser los mismos.

Por último, explicó que esta forma de trabajar es producto del Diplomado de Trabajo Colaborativo y de la aplicación de los conocimientos obtenidos en él. "Esto también ha coadyuvado a obtener mejores resultados del trabajo con los alumnos, pues ellos adquieren mayor confianza en sus trazos, se ayudan entre sí, o muchas veces, tratan de imitar lo que están haciendo bien sus compañeros de equipo para mejorar su propio trabajo".

Por su parte, el profesor Juan Gómez Pérez, uno de los impartidores de dicho diplomado, manifestó su sorpresa al ver aplicado el trabajo colaborativo en una materia como expresión gráfica, "generalmente lo hemos visto aplicado en materias de Química, Historia y Matemáticas, pero el verlo aplicado aquí sugiere la idea de tener alcances ilimitados para cualquier materia. En el trabajo colaborativo, pretendemos que los alumnos, a través de la interdependencia positiva, se interesen en lo que hacen y queden satisfechos con los resultados, y esto es una prueba de que el trabajo colaborativo puede lograrlo".



### DIRECTORIO

Universidad Nacional Autónoma de México

Rector: Dr. José Narro Robles / Secretario General: Dr. Sergio M. Alcocer Martínez / Secretario Administrativo: Mtro. Juan José Pérez Castañeda / Abogado General: Lic. Luis Raúl González Pérez.

Colegio de Ciencias y Humanidades

Director General: M. en C. Rito Terán Olguín / Secretario General: Mtro. Rafael Familiar

Plantel Azzapotzalco

Director: Mtro. Andrés Hernández López / Secretario General: C.D. Alejandro Falcón Vilchis / Secretaria Académica: Mtra. Ana Glorinda Cardona Silva / Secretaria Docente: Lic. Ana María Sánchez Velázquez / Secretaria Técnica del Silabio: Lic. Judith Núñez Reynoso / Secretario de Asuntos Estudiantiles: Dr. Alejandro Tavera Pérez / Secretaria de Servicios de Apoyo al Aprendizaje: Mtra. Gabriela Silva Urrutia / Secretario Administrativo: Lic. Ismael Gandarilla / Secretario Particular y de Atención a la Comunidad: Profr. Odilón Alzaga.

ComUnidad  
Academia

Jefa de Información: Magdalena Carrillo Cuevas / Coordinadora de información: Ana Isabel Buendía Yáñez / Jefe de Impresiones: Juan Erasmo Hermosillo / Formación, diseño y fotografía: Magdalena Carrillo / Correspondencia: Carmen Villegas.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES



Ciclo escolar 2008-2009

agosto 2008

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
Ciclo Escolar 2008-2009						1
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

septiembre 2008

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
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					

octubre 2008

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
		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		

noviembre 2008

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
					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

diciembre 2008

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
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				

enero 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
		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	

febrero 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
						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	

marzo 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
						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 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
		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 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
				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 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
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 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
		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		

agosto 2009

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
					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	Ciclo Escolar 2009-2010					

