

# CONTRASTE

## AZCAPOTZALCO

Órgano Informativo del Colegio de Ciencias y Humanidades



# Cch'ros de ORO





## Editorial

José Vasconcelos afirmó que el conocimiento es sólo una de las representaciones de la existencia, y es que dentro de nuestra capacidad para buscar respuestas creamos hipótesis que destruyen prejuicios, acompañan lo empírico o lo refutan.

En este sentido, conocer y encontrar respuestas a cada interrogante sobre nuestro entorno conlleva a colocar un ladrillo sobre otro en el constructo de nuestra existencia, nuestro pensamiento y comportamiento, forjando personas pensantes, críticas y libres de pensamiento, además de responsables en un quehacer social ávido de unión, diálogo, reflexión, respeto y humanidad.

Por consiguiente, los jóvenes ceceacheros que son guiados en el por qué de las cosas desarrollarán múltiples habilidades y destrezas que coadyuvarán su desarrollo personal y profesional, incluso, es menester alimentar con asombro su transitar hacia el descubrimiento de respuestas para dar sentido y significado a cada uno de sus logros académicos, mismos que esparcirán como semillas en su entorno social fuera del aula.

Es por ello que el CCH Azcapotzalco se congratula y refrenda su reconocimiento hacia el alumnado que obtuvo con esmero y dedicación una medalla en esta primer olimpiada ceceachera del conocimiento, misma que representa más que un codiciado metal, simboliza el compromiso con su alma máter y la sana competencia entre universitarios capaces de lograr todo lo que se propongan porque el Colegio les brinda las herramientas necesarias para ello.

De igual manera, celebramos el compromiso y el esmero, que como siempre, refleja el profesorado del CCH Azcapotzalco hacia sus alumnos(as). ▲

## Arrasa Azcapo en el pódium cch'ro.

Por Ana Buendía Yáñez

Ante las condiciones actuales por las que atravesamos, nuestros jóvenes han dado muestra del modelo educativo del Colegio para continuar con su desarrollo académico, han asumido el compromiso y responsabilidad de la construcción de su propio aprendizaje, entre ellos se encuentran los quince cecehacheros que participaron y lograron un lugar o mención honorífica en la primera Olimpiada Cecehachera del Conocimiento.

A través de la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje y el Sistema de Laboratorios para el Desarrollo y la Innovación (Siladin) del CCH, la convocatoria estuvo dirigida a todos los estudiantes del Colegio, quienes podían elegir hasta dos de las siguientes áreas del conocimiento para competir: Biología, Física, Geografía, Historia, Matemáticas, Química, Filosofía y Literatura.

La primera etapa se llevó a cabo el sábado 27 de febrero; y, la segunda el 13 de marzo. A continuación, compartimos la experiencia y testimonios de nuestros orgullosos cecehacheros en este certamen.

### Filosofía

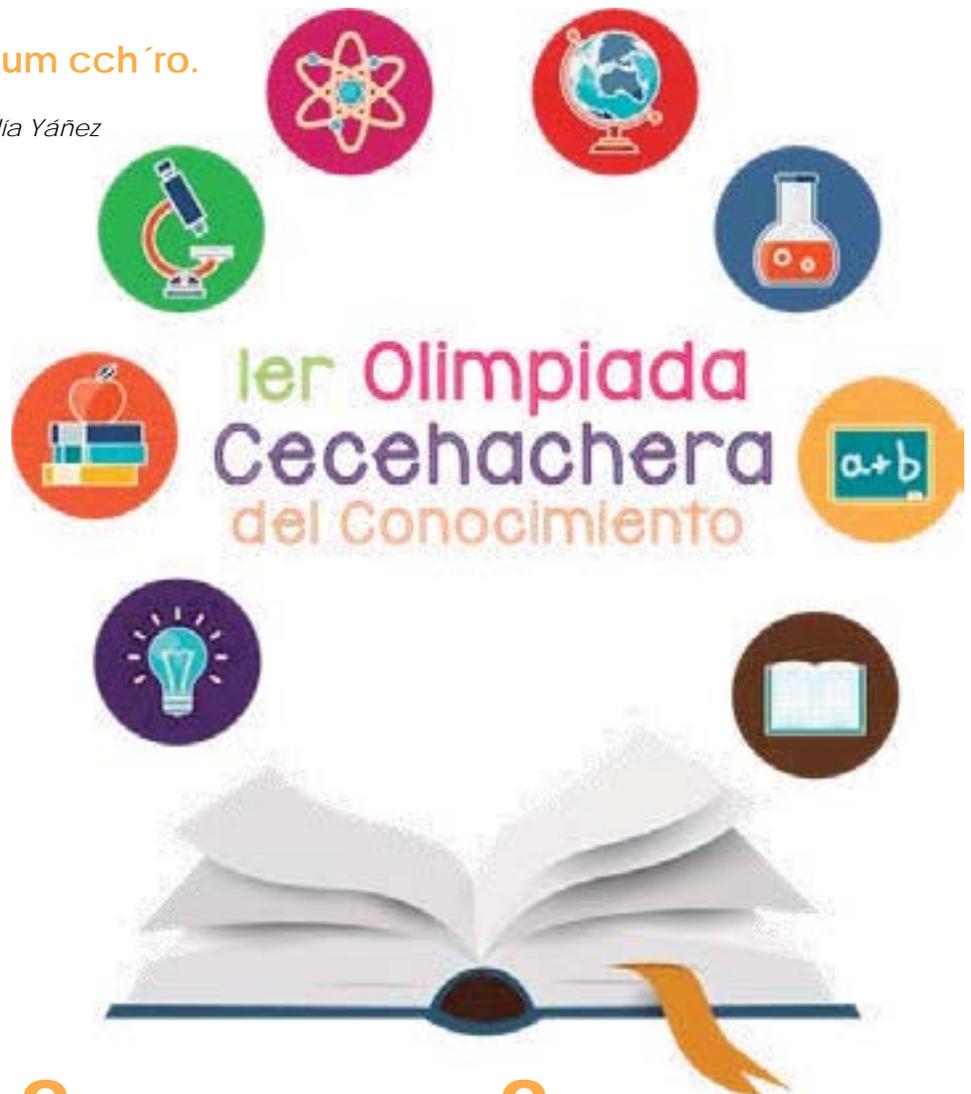
**Pamela Azuara Tolentino**  
**MEDALLA DE ORO**

"Antes de entrar a mi quinto semestre, debo admitir que no me interesaba mucho la filosofía, pues yo me inclinaba más por las matemáticas. Cuando comencé a cursar la materia con el profesor Francisco Ochoa me interesó mucho, de hecho, él nos

comentó de la olimpiada y, después de pensarlo bastante, decidí participar. Las asesorías que tomábamos me encantaban, comencé a participar un poco más, aunque no tanto como mis compañeros, siempre trataba de entender los temas. Sin duda lo que el maestro nos dijo se cumplió, fue la mejor experiencia filosófica de mi vida.

A partir de mi participación en la olimpiada, pude ampliar mi perspectiva respecto a la materia y en cómo podemos verla reflejada en la vida cotidiana. Por otro lado, la lección más grande que me dejó este concurso fue que, incluso algo que puede parecer imposible, se puede lograr con mucho esfuerzo y trabajo; pero sobre todo, creo que la pieza clave es confiar en nosotros mismos, porque en esta ocasión me propuse confiar en mis conocimientos y también en mi capacidad, estoy segura que esa actitud me ayudó mucho.

Antes de ver los resultados, me convencí de que no importaba si ganaba o perdía, porque lo importante era haberme atrevido a intentarlo. A decir verdad, cuando vi los resultados no me lo creía, tuve que volver a leer, para asegurarme



# 13 medallas y 3 menciones honoríficas para Azcapotzalco



que no me estuviera confundiendo, al confirmarlo me sentí muy feliz y satisfecha, lo primero que pensé es que había valido totalmente la pena”.

**Laura Serna Pérez**  
**MEDALLA DE ORO**

“Cuando me inscribí a la olimpiada estaba muy nerviosa y un poco insegura, puesto que creía que sería una prueba complicada. Pero al ir estudiando los temas y una vez llegado el momento de la primera etapa, me di cuenta de que fue sencillo y toda la preparación que había llevado de meses atrás rindió sus frutos.

La segunda etapa de la olimpiada fue un poco más fácil de realizar, pues nos dieron la libertad de escribir acerca de un tema que fuera de nuestro interés, haciendo uso de mis conocimientos previos pude guiar



mi ensayo por buen camino. Algo que me sirvió de esta etapa es que pude reforzar mis habilidades al momento de redactar un ensayo.

El enterarme que había logrado la medalla de oro me tomó por sorpresa, puesto que había sido la primera vez que participaba en un concurso como éste; me lleve una sensación muy grata al ver el resultado de mi esfuerzo. Finalmente, participar en la olimpiada significó para mí una experiencia nueva de la cual me llevo muchos y nuevos conocimientos”.

**Ana Lucía Durán Torres**  
**MEDALLA DE BRONCE**

Agradezco mucho a mi maestra de Filosofía Ana Claudia Orozco porque ella estuvo al tanto de todo el trayecto de la preparación, la cual consistió el leer textos sobre la materia, sobre todo, la guía que enviaron para el examen que fue muy interesante, por cierto, además de otras lecturas para recabar la información más importante y conocer diferentes visiones. En la etapa final que consistió en preparar un ensayo tuvimos que pensar qué escribir y el impacto que quería transmitir.

Fueron dos cosas que considero que pudieron haber sido lo más complicado de la competencia, la primera es la disciplina y la segunda empalmar mis actividades, es decir, que no se juntaran mis clases con mi preparación, pero al final si realmente te interesa lo haces con mucho gusto y eso fue lo que me ayudó.

Fue muy enriquecedor participar en esta olimpiada, no lo sentí como un trabajo agobiante, al contrario, fue motivante el aprender de todo lo que leí y de los compañeros. Mi mensaje para los cecehacheros es que si algo les apasiona no lo dejen pasar, aprovechen a los profesores y todas las actividades

que, sin duda, nos darán una formación más sólida, además es muy gratificante dejar una huella en el plantel.

**Historia**

**Luis Fernando Flores Diosdado**  
**MEDALLA DE ORO**

“Participar en la olimpiada cecehachera fue una experiencia muy padre, pues para mí la historia siempre ha sido más que una materia escolar en mi vida; decidí ponerme este gran reto y prepararme con esfuerzo y dedicación; pero sobre todo, con amor para así demostrarme que se puede llegar tan lejos como uno quiere, siendo uno mismo el único límite.

Nunca olvidaré lo que sentí al redactar



mi  
e n s a y o

en la etapa final del concurso, esa emoción mezclada con los nervios y la presión de escribir críticamente seis páginas en menos de tres horas, mi pensamiento invadido de conocimiento e inspiración, sintiendo a la vez el alivio y la felicidad al concluirlo y sentirme satisfecho con el escrito.

Un día antes de la publicación de los ganadores no pude conciliar bien el sueño por la emoción, me desperté en la madrugada para consultar la página y vi mi nombre en el

Plantel Azcapotzalco

primer lugar junto a la medalla de oro en el rubro de Historia, fue ahí donde la satisfacción y la felicidad invadieron mi alma. Al otro día por la mañana, lleno de felicitaciones de mis padres, de mi hermana y de algunos profesores y amigos, me di cuenta de que vivía un momento muy especial que gratificaba toda mi perseverancia y dedicación llenándome el alma de completa felicidad.

Esta grata experiencia me ha dejado marcado y, evidentemente, me ha ayudado a fortalecer mi sueño más grande que he tenido desde pequeño gracias a la historia: el llegar a ser presidente de mi querida República Mexicana. A partir de esta experiencia, también, pude formular una frase sobre la

Miguel

importancia de la historia en nuestras vidas y que debemos llevarla a la reflexión:

El interés por el conocimiento histórico es, sin duda, el primer paso para generar una conciencia".

**Miguel Ángel Martínez Jacinto**  
**MEDALLA DE ORO**

"El participar en la Olimpiada cecehachera del conocimiento, fue una oportunidad para poner en práctica el conocimiento que tengo en Historia. La preparación para la primera etapa fue absorbente; sin embargo, me llenaba de emoción poder participar.

El saber que había pasado a la etapa final me llenó de emoción y satisfacción, la prueba para esta fase del concurso fue redactar un ensayo cuyo tema central fue la situación de la mujer, me resultó sencillo elaborarlo. Abordé como ejemplo el caso de Rosa Luxemburgo y de su lucha por los derechos civiles de la mujer, así como el hecho de que no se reconoce dentro de la historia como muchas otras más.

Mi participación en la olimpiada, lejos de ser un logro académico, me enseñó que la labor del historiador es muy importante en la sociedad, en ellos recae el analizar, criticar y divulgar el conocimiento del pasado, dejando como enseñanzas indelebles nuestros errores y a veces horrores de la humanidad. Por un mundo con más historiadoras, científicas y mujeres sobresalientes. Por un mundo justo y tolerante".

**Alexa Ximena Reyes**  
**Campos**  
**MEDALLA DE ORO**

"Mi experiencia fue bastante agradable y me da gusto poder contarla. Poco tiempo después de que realicé mi inscripción, me di a la tarea de revisar el temario de la primera etapa, así pude organizar mi horario para dedicarle un momento del día al estudio. La segunda etapa fue la más complicada pero la que más me gusto, ya que se trataba de redactar un ensayo de seis a ocho cuartillas en un plazo de tres horas, incluyendo referencias y citas, el tema del ensayo tenía que ser relacionado a otros que nos pusieron como ejemplo, se trataban de la historia político-social de la mujer durante los años 1940-1960; por lo tanto, decidí hacerlo sobre el avance del movimiento feminista durante los años.

Mi ensayo se tituló "Feminismo: ¿lucha realmente necesaria

Marco

para las mujeres?" disfruté bastante redactarlo, era una emoción mezclada con nervios.

Me emocioné mucho cuando leí mi nombre en la lista de los ganadores, me sentí satisfecha porque mi esfuerzo diario rindió frutos, me sentí orgullosa del ensayo que redacté, ya que se expresan cosas muy importantes que se deben tomar en cuenta al emitir una opinión certera acerca de este movimiento, lo considero una buena guía para cualquier mujer que quiera adentrarse e informarse. En conclusión, participar en las olimpiadas fue una experiencia de crecimiento académico y personal para mí, no solo me deja la certeza de que cuento con los conocimientos necesarios que se d e b e n

Dana

llevar hasta ahora, también me ayudó a tener disciplina, trabajar bajo presión y, sobre todo, tener seguridad en mí, en mis conocimientos y habilidades.

**Marco Alejandro Pérez Cruz**  
**MEDALLA DE PLATA**

“Decidí participar en la Primera Olimpiada Cecehachera del Conocimiento porque desde pequeño me han gustado este tipo de eventos y me pareció que participar esta vez sería una actividad emocionante y retadora, me inscribí en Historia ya que disfruto de leer artículos, novelas y libros sobre hechos históricos y es mi materia favorita.

Mi asesora fue la profesora Ana Claudia, comenzamos a trabajar con lecturas y reuniones virtuales. Para prepararme utilicé recursos electrónicos como sitios web, libros digitales y algunos libros de Historia. Estudié fechas, personajes y lugares, procurando siempre entender la cronología de la Historia y la relación entre cada suceso.

El día que se publicaron los resultados de quienes pasamos a la segunda etapa sentí una emoción enorme, recibí felicitaciones de mis papás, la maestra Ana Claudia y mis amigos. Para la etapa final nos solicitaron redactar un ensayo sobre el papel de las mujeres en la Historia con base en nuestros conocimientos sobre la materia. La semana previa a la final estuve algo abrumado y ansioso, el día del examen experimenté mucha adrenalina y emoción mientras redactaba el ensayo, me mentalicé que, si bien el objetivo de participar era ganar, lo importante era divertirse y disfrutar la experiencia.

Cuando me enteré que había ganado la medalla de plata, me sentí feliz y orgulloso de mi desempeño en la olimpiada y dejar en alto el nombre del plantel. Agradezco el apoyo de mis papás, mi asesora y mi familia.

El participar en esta olimpiada me deja mucha satisfacción y

confianza, para mi es cerrar con broche de oro el bachillerato. En mi vida académica, me permitió reforzar mis conocimientos en una disciplina que me encanta, aprender bastantes cosas y mejorar mis estrategias de estudio. Invito a los ceceacheros a participar en la olimpiada ya que es una experiencia muy enriquecedora, les permite conocer sus capacidades, explotar su potencial, trabajar la confianza en uno mismo, pero sobre todo, divertirse.

**Dana Yarezi Salazar Pérez**  
**MEDALLA DE PLATA**

“Cuando vi la convocatoria, lo primero que pensé fue inscribirme en historia ya que es mi materia favorita y quería ver hasta dónde podría llegar en la competencia. Tenía dudas sobre seguir participando o desistir, ya que no tuve un asesor, además de que no sabía si se iba a suspender debido a la contingencia, me sentía inferior a los demás por no tener un asesor, finalmente entendí que no debía dejarme vencer y llegar hasta el final.

Tuve la oportunidad de conocer una profesora de historia fuera de la escuela que de nuevo me inspiró en no abandonar la competencia así que con su apoyo retomé con más ánimo la contienda. Saber que había pasado a la etapa final me emocionó mucho más y me esforcé al máximo leyendo los textos que nos recomendaron.

El día de la final di lo mejor de mí, debo de reconocer que me sentí orgullosa de la medalla que logré, la experiencia que me deja es no desistir y saber que puedo alcanzar las metas que me proponga”.

**QUÍMICA**

**Ricardo Ramsés Navarro Uribe**  
**MEDALLA DE ORO**

“Desde hace algunos años siempre quise participar en una Olimpiada, en esta ocasión no quise pasar la oportunidad y desde

que vi la convocatoria me puse a estudiar diariamente, me puse en contacto con la maestra para que me asesorara y ahí inicio un periodo bastante agradable, en el cual fui profundizando mis conocimientos de Química.

Estudiaba a veces 30 minutos, en ocasiones algunas horas, pero cada día que pasaba iba forjando el camino para llegar a mi meta la cual era lograr un lugar dentro de los tres primeros. Durante la primera etapa estaba tranquilo, el examen me pareció sencillo y lo terminé confiando en que clasificaría a la segunda etapa, de igual manera me sentía motivado, ya que en todo momento mi



asesora me impulsaba a dar lo mejor de mí.

Al saber que pasaba a la segunda etapa, me sentí con más ganas de seguir estudiando y preparándome, en la cual se incluyó una parte experimental que debido a la pandemia tuvo que realizarse en simuladores. Busqué muchos simuladores, con los cuales me la pasaba horas experimentando procesos químicos y aprendiendo nuevas herramientas que para la licenciatura me serán de mucha utilidad.

Cuando llegó el día de la final, me sentía nervioso pero muy emocionado por representar a mi plantel, el examen fue largo y mucho más complejo, pero

tenía confianza en mis conocimientos. Al saber que había ganado medalla de oro me sentí muy satisfecho porque confirmé que todo el trabajo que realicé cada día había tenido un gran resultado.

Esta olimpiada me mostró la capacidad que cada uno de nosotros tenemos cuando realmente nos decidimos a cumplir un objetivo establecido. Sin duda es necesario siempre retornos y poner a flote todas nuestras habilidades. También me sirvió como una manera de orientarme a lo que quiero estudiar, desde siempre me ha gustado la química, pero ahora estoy decidido a lo que me quiero dedicar, sin duda esta experiencia formará parte de mi crecimiento académico y siempre la tendré presente en el futuro”.

**Sara Ninive Moreno Chalico**  
**MEDALLA DE ORO**

“Me enamoré de la química desde que la descubrí por primera vez. Todo este tiempo he indagado en sus temáticas y nunca he llegado a considerarla una obligación o una simple materia más. Esa fue la razón por la cual supe con seguridad que quería demostrar mi amor por esta ciencia a través de participar en la olimpiada del conocimiento. La etapa de preparación fue larga y extenuante, especialmente porque abordé temas que nunca había visto o que no había profundizado

lo suficiente. El aprendizaje fue completamente autodidacta y en ese proceso desarrollé, afortunadamente, nuevas técnicas para captar mejor el conocimiento. Tras prepararme lo suficiente me sentí confiada para presentar el examen. Normalmente soy una persona demasiado nerviosa en esas cuestiones, pero curiosamente en ese momento me sentí relajada y capaz, porque sabía que me había esforzado por comprender minuciosamente las temáticas requeridas en el examen.

La mañana en que anunciaron los resultados estaba muy nerviosa, incluso llegué a dudar de mis habilidades y conocimientos, pensando que no había logrado lo que me había propuesto o que debía haberme esforzado más. Con miedo abrí la página general del concurso y me llevé una gran sorpresa cuando vi mi nombre escrito, como una de las ganadoras de la olimpiada y, más aún, cuando supe que había logrado la medalla de oro.

Estoy muy orgullosa de haber demostrado mi gusto por la química y sé que este concurso me ha dirigido un poco más hacia lo que quiero en mi futuro. Estoy realmente enfocada en estudiar una carrera relacionada con la química y seguir difundiendo esta maravillosa ciencia”.

**Julio Raymundo Olivares Serna**  
**MEDALLA DE PLATA EN QUÍMICA**  
**MENCIÓN HONORÍFICA EN FÍSICA**

“Actualmente estoy cursando el segundo semestre en el CCH Azcapotzalco, mi preparación para la olimpiada cecehachera del conocimiento fue algo particular puesto que no pude interactuar con mis asesores como hubiera sido de manera presencial, hizo que mi

aprendizaje fuera autodidacta, lo más difícil de este transitar fue acoplar mis horarios, es decir, ajustarme a las clases con las horas que iba a dedicar a mi preparación para cada área del conocimiento en las que me quise inscribir.

El trabajo con el que obtuve la mención honorífica y la medalla fue principalmente leyendo varios artículos y algunos cursos en línea que pude tomar en estos meses para complementar lo aprendido. En el examen lo único que hice fue concentrarme y canalizar lo que había aprendido, realmente me siento satisfecho del resultado.

En el área de Física se me dificultó un poco más, ya que al no llevarla como clase curricular tuve que esforzarme más aunque me sirvieron los conocimientos previos que ya tengo de la materia, esto no me impidió poder demostrar y ponerme a prueba, cabe señalar que ambas son materias que me gustan mucho.

Les aconsejo a mis compañeros el tener una visión autodidacta y ponerla en práctica durante nuestra trayectoria escolar, con o sin pandemia. Agradezco el apoyo de mis padres, mi hermano y la gran oportunidad de pertenecer a la UNAM y a la comunidad del CCH.



Sara



Julio

**BIOLOGÍA**

**Daniela Merced Ocampo Romero  
MENCION HONORIFICA**

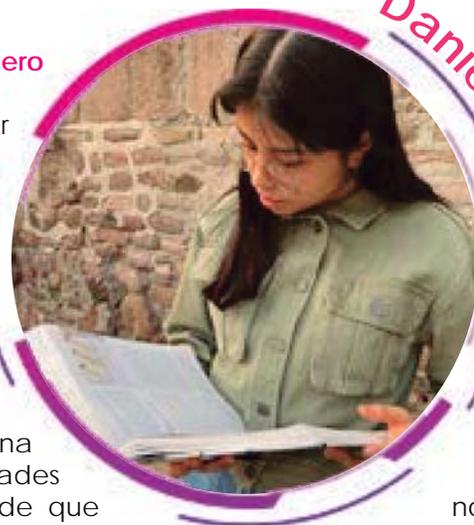
“La dicha de participar en la primera Olimpiada cecehachera del conocimiento y obtener Mención Honorífica en el área de Biología, es uno de los más grandes logros que he obtenido en mi trayectoria académica, ya que me permitió ampliar mi panorama y aprovechar una de las grandes oportunidades que brinda la UNAM; a pesar de que me quedé con ganas de participar en años anteriores, la pandemia no fue un impedimento para intentarlo en mi último año, logrando así uno de mis objetivos.

Este resultado no hubiera sido posible sin la motivación de mi hermana Gaby, estudiante de la primera generación de la Licenciatura en Neurociencias, quien me transmitió el amor e interés por la ciencia. Asimismo, enaltecer al Colegio y obtener Mención Honorífica, fue gracias a las horas extras dedicadas al estudio y, por supuesto, con el apoyo y asesoría de mi maestra de Biología de tercer y cuarto semestre, Rosalba Hernández Flores.

De mis 28 compañeros que los 5 planteles que pasamos a la final, solo hubo tres menciones honoríficas, una de ella, con mi nombre, lo que significó una gran felicidad, en definitiva, ha sido lo mejor que me ha pasado en mi último año de bachillerato.

En cuanto a mi vida académica, sé que esto solo es el inicio ya que anhelo contribuir a la ciencia y seguir participando en eventos como éstos durante la universidad, tengo claro que no tengo nada que perder, pero sí mucho conocimiento por aprender. Les aconsejo aprovechar todo lo que nos brinda el plantel, ya que nunca será tarde para experimentar nuevos retos y ser parte del legado institucional.

Eventos como la olimpiada me hace confirmar que mi Colegio es más que una escuela, durante seis semestres ha contribuido en mi formación tanto académica como personal bajo tres aspectos fundamentales que siempre tendré presente y que serán de gran utilidad para mi vida: aprender a aprender; aprender a hacer y aprender a ser. Gracias CCH.



**Daniela**

**MATEMÁTICAS**

**Eder Emilio González Rubio  
MENCION HONORIFICA**

“Curso el sexto semestre, para mi preparación en la olimpiada utilicé libros en PDF y algunos videos en los canales de You Tube como Derivando y el Traductor de Ingeniería, pero mi mayor dificultad fue no tener a quién preguntarle mis dudas concretas, no tener de cerca a los maestros y no tener los recursos de la biblioteca que, en ocasiones es más práctico que indagar en internet. En la final de Matemáticas se nos presentaron seis problemas de razonamiento matemático, más que complejos fueron muy laboriosos. Uno de ellos fue una progresión infinita en la que se tenía que encontrar la fórmula para obtener el enésimo término de una sucesión.

Debemos aprovechar las herramientas que nos brinda el Colegio para aprender por nosotros mismos, aprender a nuestro propio ritmo y conocer cómo aprendemos.



**Eder**



# CCH´ros boomerang, del aprendizaje a la enseñanza

**Profesores egresados comparten su experiencia como bachilleres.**

*Por Josué Bonilla*

**E**n el marco de la celebración por los 50 años del Colegio de Ciencias y Humanidades, plantel Azcapotzalco, se llevó a cabo un conversatorio con profesores egresados de nuestro plantel para conocer más acerca de su trayectoria y experiencia como estudiantes de bachillerato, de igual manera, revivir momentos inolvidables, importantes, tristes, alegres y chuscos dentro del plantel.

En éste, participaron las profesoras Martha Patricia Barragán Solís, de la generación 81; Esperanza Lugo Ramírez, generación 88; María Dolores Alcántara Montoya, generación 97; y el profesor Luis Miguel Torres Sánchez, generación 2004. Dicha actividad fue organizada por la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje y el departamento de Información y Divulgación Académica del plantel.

Con una amplia opinión generacional y diversas áreas del conocimiento por parte de los profesores participantes, se compartieron sucesos característicos a cada una de las épocas, así como anécdotas personales significativas que cada académico en la charla vivió.

Con un mensaje de agradecimiento, nuestro director, el Dr. Javier Consuelo Hernández abrió el conversatorio en el que cada uno de los participantes compartió su emoción al enterarse de ser aceptados en el CCH Azcapotzalco, narraron su sentir y contextualizaron el momento en el que recibieron la noticia, tal es el caso de los que aún recibieron un sobre amarillo con la noticia de haber sido aceptados en la máxima casa de estudios del país. Para otros, la espera era larga y estresante para recibir la noticia, los periódicos se terminaban muy temprano y había que buscar el propio folio en periódicos que eran colocados para consulta gratuita en diversos puestos de voceadores.

Entre diversas modas, música, movimientos sociales y profesores icónicos, los egresados recordaron dicha etapa como algo maravilloso por la libertad de vestir, de ser y estar en una



hermandad cch'ra que está arraigada en la formación de cada uno de ellos. Asimismo, compartieron la forma de trabajo de los profesores de su época, las obras literarias más agradables y hasta el tipo de antojos en lugares aledaños del plantel. Entre conciertos masivos, eventos estudiantiles musicales y actividades, algunos de ellos construyeron su independencia y forjaron su identidad universitaria.

Por otra parte, los egresados compartieron la razón por la que regresaron a su plantel como profesores, el camino que recorrieron, obstáculos y añoranzas juveniles que los convencieron de ahora ser ellos quienes contribuyan en el desarrollo académico y humano de las nuevas generaciones universitarias. También, externaron los aportes que el Colegio les otorgó para su profesión y ejercicio docente.

Para finalizar, el Dr. Consuelo agradeció la organización de la charla y a los profesores participantes por compartir su experiencia, el cual, seguramente es el espejo de muchos más profesores del plantel Azcapotzalco. ▲



*“El ser docente del CCH va más allá de enseñar contenidos temáticos, es ser una persona que inspira a los demás.”*

Revive el conversatorio aquí



## “El suicidio, la p... de hoy”, Azael

Salud mental para para conc...

El pasado 13 de mayo se llevó a ca... primera respuesta”, impartida por el... del Centro de apoyo y Orientación p...

Para iniciar, el también psicólogo clínico... que el suicidio es cuando una persona... daño con la intención de quitarse la vida... como resultado de sus acciones. Al re... una muerte por suicidio, lo mejor es evit... de términos como “logró suicidarse” o... exitoso”, ya que estos términos a menu... connotaciones negativas, lo correcto... “alguien murió por suicidio”. Asimismo, o... lo que es un intento de suicidio, en el cua... se hace daño con la intención de quitars... pero no muere debido a sus acciones.

De acuerdo con datos internacionales, e... es la segunda causa de defunción despu... accidentes automovilísticos asociados al... de alcohol entre las personas entre 15 y 29... lo que en este rango debe prevalecer la... y atención, del mismo modo, los adultos... es el siguiente sector de la población que... forma parte de esta incidencia.

De acuerdo con Aldo Rojas, una de la...



# bandemia oculta Rojas.

Por Josué Bonilla

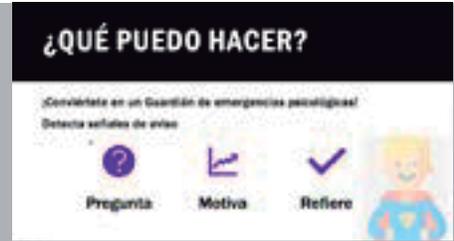
## cienciar a la comunidad cch´ra.

abo la plática “Conductas asociadas al suicidio: Detección y Mtro. Aldo Azael Rojas Salazar, psicólogo clínico y coordinador para Estudiantes.

o explicó se hace y muere referirse a ar el uso “suicidio do tienen es decir diferenció l, alguien e la vida,

el suicidio és de los consumo años, por escucha mayores también as causas por las que los jóvenes recurren al suicidio es la depresión mayor no tratada, por otro lado, los ancianos también viven experiencias estresantes como la falta de empleo, el sentirse improductivos o padecer enfermedades crónicas graves, así como el estar abandonados, no tener familia; por lo que mueren frecuentemente por suicidio.

“Más de 800 mil personas en el mundo mueren por suicidio cada año, cada 40 segundos, alguien en el mundo muere por suicidio; y cada 20 segundos alguien intenta suicidarse”, reveló el psicólogo. Asimismo, mencionó que el 75 por ciento de los suicidios se producen en países pobres y subdesarrollados, a excepción de Japón. En términos estadísticos, los hombres mueren más por suicido en comparación con las mujeres debido a que los hombres usualmente utilizan métodos más abruptos por lo que se requiere más atención en estos casos por parte del gobierno. Aunado a esto, los servicios de salud mental en México son insuficientes para tratar diversos casos

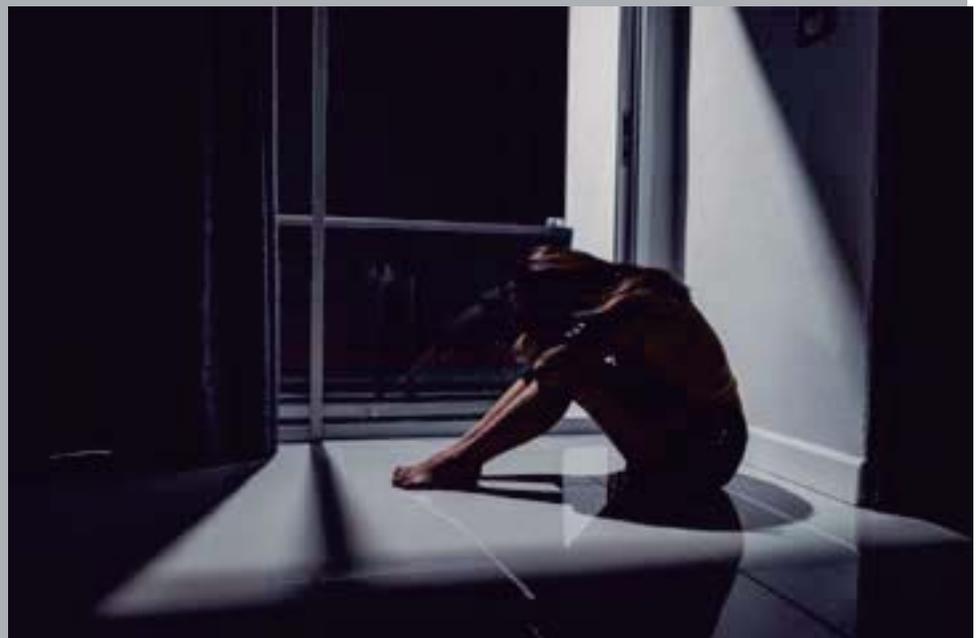


en este sentido, por lo que se cuenta con tan solo un psiquiatra por cada 100 mil habitantes, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía. De igual manera, el número de psicólogos especializados en nuestro país es muy bajo para la población actual.

Sin embargo, Aldo Salazar afirma que el suicidio se puede prevenir a través de un enfoque multisectorial, lo que significa que todos los sectores de la población coexistan para trabajar en conjunto, desde políticas públicas, escuelas, medios de comunicación, redes sociales, hasta las familias y comunidades alejadas de la urbe.

Por ello, el especialista en salud mental mencionó que se debe restringir el acceso a las vías utilizadas para el suicidio, concienciar y educar a los medios de comunicación para utilizar el discurso adecuado con respecto a este tipo de notas, prestar atención ante cualquier sospecha, asimismo, enfatizó que es importante no estigmatizar el hablar sobre este tema, sino que debemos normalizar hablarlo con responsabilidad.

Por último, el psicólogo clínico compartió algunas recomendaciones para identificar casos de riesgo e invitó a los participantes a ser guardianes de emergencias psicológicas para que juntos prevengamos el suicidio. ▲



# Suicidio: hechos y datos

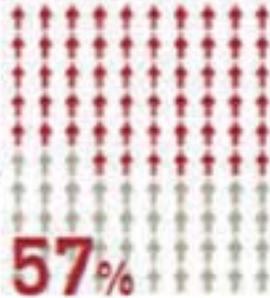
El suicidio es la **segunda** causa de defunción entre las personas de **15 a 29** años



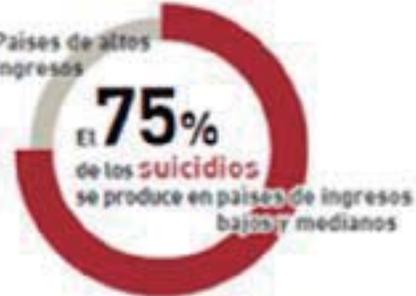
La mortalidad por **suicidio** es superior a la mortalidad total causada por la guerra y los homicidios

Más de **800 000** personas se **suicidan** cada año

Una muerte cada **40** segundos



Países de altos ingresos



Los plaguicidas, el ahorcamiento y las armas de fuego son los métodos más habituales empleados en el mundo

## Los suicidios pueden prevenirse



La clave es adoptar un enfoque **multisectorial integral**

La mayoría de los países no ha establecido una estrategia **nacional de prevención del suicidio**



El objetivo en el Plan de Acción de Salud Mental de 2013-2020 es reducir un **10%** de los índices de suicidio

# Red de Atención en Salud Mental vía telefónica

- Línea de la Vida** ☎ 800 911 2000  
[/ LaLineaDeLaVida/](https://www.facebook.com/LaLineaDeLaVida/) @LineaDe\_LaVida
- Línea UNAM** ☎ 555025 0855
- Consejo Ciudadano** ☎ 55 5533 5533
- Centros de Integración Juvenil** ☎ 55 45 551212 ☎ 5552 121212
- Unidad de Inteligencia Epidemiológica** ☎ 800 0044 800 marcación 4

**Seminario de Salud Integral**

Seminario de Salud Integral   Salud y Pandemia   Salud mental   Salud Bucodental e Higiene   Actividad física   Conferencias   Documentos   Páginas

Enviar a   Lector Inmersivo

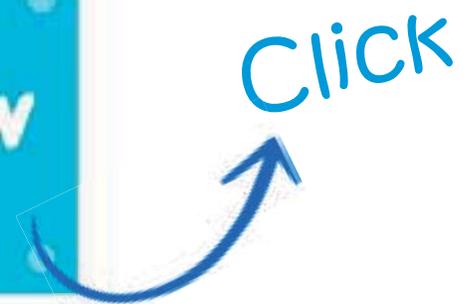
En este apartado podrás encontrar estrategias útiles para enfrentar el estrés y las consecuencias de la pandemia en cuanto a la salud mental.

La Constitución de la OMS dice: «La **salud** es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» Es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad.



SEMINARIO SALUD INTEGRAL

**COMBATIR EL ESTRÉS EN PANDEMIA**



# Todo lo que debes saber sobre el pase reglamentado

Por Josué Bonilla

Charla informativa para los alumnos de sexto semestre.

Con el propósito de resolver dudas e inquietudes respecto al Pase Reglamentado, el departamento de Psicopedagogía realizó una charla informativa a distancia en la que se compartió con el alumnado, entre varios aspectos, el folleto ¿Qué onda con el Pase Reglamentado?, el cual explica a detalle el proceso que los alumnos deben seguir; éste puede descargarse en su versión actualizada del 13 de abril de 2021 en [www.escolar.unam.mx](http://www.escolar.unam.mx).



Moderada por la Lic. Alicia Molina Maldonado, en la charla también se abordaron las 7 etapas y el proceso a seguir, así como la oportuna resolución del cuestionario de actividad docente 2021 como parte del mismo proceso; asimismo, se enfatizó la atención en la elección de la opción a estudiar el nivel superior, escolarizado o a distancia, así como lo requerido y características en cada modalidad.

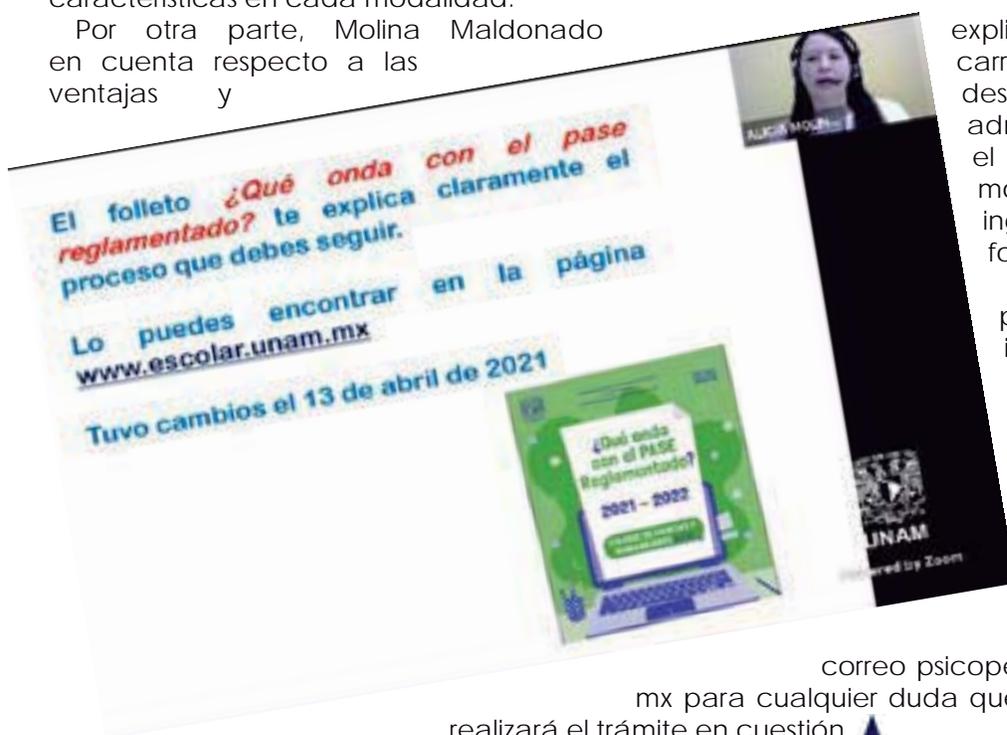
Por otra parte, Molina Maldonado en cuenta respecto a las ventajas y

explicó los aspectos que se deben tomar carreras de alta y baja demanda, las desventajas de realizar examen de admisión a la licenciatura o ejercer el Pase Reglamentado. De igual modo, se habló sobre las carreras con ingreso indirecto, las carreras en sedes foráneas

En el caso de las carreras con prerequisites, se agregó que es importante que el alumno interesado cumpla con ellos antes de solicitar su Pase en las fechas establecidas por la facultad o escuela. Para conocer dichos requisitos pueden consultar el folleto antes mencionado.

Por último, se abrió una ronda de preguntas y respuestas con los alumnos que siguieron la transmisión al tiempo de compartir el

correo [psicopedagogia.azcapotzalco@cch.unam.mx](mailto:psicopedagogia.azcapotzalco@cch.unam.mx) para cualquier duda que surja por parte del alumnado que realizará el trámite en cuestión. ▲





## Caminan por un CCH libre de discriminación y violencia.

Por Josué Bonilla



En el marco del día internacional contra la homofobia la Comisión de Género del CCH Azcapotzalco coordinó la charla "Caminando contra la homofobia" el pasado 19 de mayo a través de su página oficial de Facebook.

Para iniciar la charla a cargo de Eduardo Romero Cabrera, se definió a la discriminación como una práctica cotidiana que consiste en brindar un trato desfavorable o de desprecio inmerecido a determinada persona o grupo que a veces no percibimos pero que en algún momento la hemos causado o recibido, de acuerdo con el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED).

De igual manera, se explicó el efecto negativo que causa la discriminación en la vida de una persona, del cómo pierden sus derechos y la

educación, prohibir la libre elección de empleo o restringir las oportunidades, negar o limitar información sobre derechos reproductivos, negar o condicionar los servicios de atención médica, impedir la participación, en condiciones equitativas en asociaciones civiles, políticas, etcétera; negar o condicionar el acceso a cargos públicos.

En este sentido, se resaltó la importancia de hablar abiertamente y con respeto sobre la discriminación a este sector de la población para evidenciar la violencia que existe hacia ellos.

Por consiguiente,

desigualdad para acceder a ellos; lo que puede orillarlos al aislamiento, a vivir violencia, y en el peor de los casos, a perder la vida.

Por ello, se enfatizó en la importancia de hablar y concienciar en este tema, por lo que se compartieron las siguientes acciones para contribuir a la lucha contra la discriminación: Impedir el acceso a la

los alumnos(as) asistentes compartieron ideas y propuestas para sumarse a la lucha contra la discriminación en cada una de sus labores domésticas, académicas y sociales.

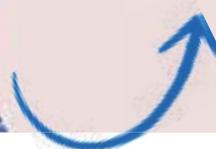
Para finalizar, se solucionaron algunas dudas de los participantes y la profesora Hassibi Romero Pazos agradeció la ponencia de Eduardo. ▲



¡Conoce las actividades que tenemos para ti!



Click



## Profesores(as) reflexionan sobre su experiencia docente a 50 años del CCH.

# Coloquio académico, una apertura al *diálogo*

Por Josué Bonilla

Se cumplen 50 años de colegialidad y desarrollo académico en el CCH Azcapotzalco, acompañado de innumerables historias, experiencias y cambios significativos que reflejan un contexto social en cada una de las décadas de vida del Colegio, por lo que es necesario mirar atrás y reflexionar sobre el papel que ha tenido el profesorado en este medio siglo.

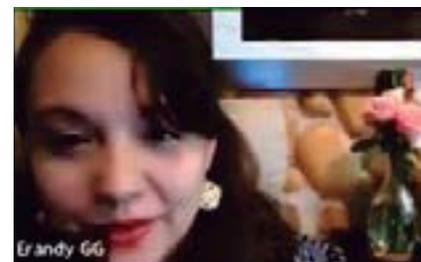
Por ello, la Secretaría Académica, jefes de área y jefes de sección organizaron el Coloquio Caminando hacia los 50 años del Colegio de Ciencias y Humanidades, plantel Azcapotzalco 2021, con el objetivo de reflexionar sobre la práctica docente como una forma de celebrar el cincuentenario de su fundación; asimismo, perfilar una prospectiva de la docencia en el plantel Azcapotzalco para enfrentar los cambios para los siguientes cincuenta años.

En la inauguración, el director del plantel, el Dr. Javier Consuelo Hernández resaltó la importancia de dialogar, analizar y manifestar diversos puntos de vista a través de este tipo de actividades a la vez de trasladarlo a la participación con el alumnado; del mismo modo, aseveró que entender a las nuevas generaciones no puede hacerse desde la distancia sino en el seno mismo en donde se desarrollan los jóvenes cch'ros.

Realizado los días 26, 27 y 28 de mayo con 22 ponencias por parte de los académicos de nuestro plantel, se siguieron cinco ejes temáticos:

- La docencia como proyecto de vida,
- La construcción de mi formación docente,
- Reflexionando mi práctica docente,
- Las condiciones laborales del trabajo docente, y
- Retos y desafíos de la docencia en el plantel Azcapotzalco.

El Coloquio reflejó un poco del constructo sobre los proyectos de vida académicos que han permitido conformar la identidad docente como parte de un grupo profesional



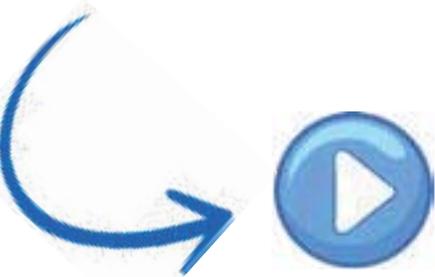
Plantel Azcapotzalco

cuya principal tarea es enseñar. En este sentido, los profesores han sido considerados a partir de los años como participantes relevantes del cuerpo académico de nuestro Colegio.

Por ello, se enfatizó a la docencia como una importante labor social en donde el humanismo como enfoque teórico - conceptual nos lleva a la comprensión del trabajo en el aula partiendo del autoanálisis del profesor al escucharse entre ellos mismos. ▲



*¡Revive el Coloquio!*



# Graef, un hito en la ma

Se brinda la conferencia del Pupilo de Sandoval Vallarta,

Con la cita de Pitágoras: "No reconozcas como superior más que a un hombre mejor que tú", inició la conferencia magistral Carlos Graef Fernández, La Ciencia en México y en el mundo, impartida por el profesor César Robles Haro, acreedor de la Cátedra Especial Dr. Carlos Graef.

En dicha exposición realizada el 1 de junio, el académico compartió la labor de uno de los científicos mexicanos más grandes del siglo XX, además de resaltar el contexto social, económico y político de la época previo al inicio de la primera Guerra Mundial.



# Matemática mexicana

Carlos Graef.

Por Josué Bonilla

En su niñez, el libro "Física sin aparatos" fue el primer acercamiento a la ciencia del futuro científico, quien estudió por dos años en la Alemania de la posguerra, haciéndolo volver a México la crisis de los treinta y el auge del nazismo en el país.

Alumno de Sotero Prieto, Graef continuó su preparación en su regreso a México en la Escuela Superior de Ingenieros y posteriormente, dedicaría sus estudios a las matemáticas junto a su amigo y colaborador, el Dr. Alberto Barajas Celis.

Durante la charla, transmitida en el canal de YouTube oficial de nuestro plantel, el profesor César habló acerca de la gran influencia que el Dr. Sotero Prieto tuvo en el estudio matemático de Carlos, a quien sus conocimientos en esta área le permitieron ser considerado miembro de número de la Sociedad Científica Mexicana Antonio Alzate.

Contribuyente "a ciegas" de la carrera espacial durante la segunda mitad del siglo XX, el académico cch'ro habló también sobre el choque ideológico y debate con A. Einstein en su encuentro en los Estados Unidos.

En este sentido, el catedrático Robles compartió diversas aportaciones a la ciencia, así como teorías y prácticas que contribuyeron al desarrollo científico del México moderno durante el llamado "Milagro Mexicano".

Por último, el Dr. Javier Consuelo Hernández, director del CCH Azcapotzalco, compartió un mensaje en el que resaltó el trabajo realizado por César Robles y agradeció el compartir la vida y obra del Dr. Graef, así como al profesorado asistente. ▲

Mira la  
conferencia





Alumnos de Psicología abordan el estrés en los adolescentes.

## Presentan interesantes trabajos de investigación

Por Ana Buendía

De los trabajos presentados en el tercer Encuentro Estudiantil de Iniciación a la Investigación que se llevó a cabo de manera virtual los días 3 y 4 de junio, estuvieron a cargo de alumnos de sexto semestre de la asignatura de Psicología, asesorados por la profesora María de los Ángeles Cruz Sánchez, y en los cuales se aborda un tema de actualidad e interés para los jóvenes como es el estrés y sus repercusiones.

Durante los dos días del encuentro se presentaron, de manera simultánea en cinco salas virtuales, los trabajos realizados por alumnos del Colegio. En el caso de nuestros alumnos de Psicología, uno de ellos trató sobre Estrés y desempeño escolar en adolescentes del CCH Azcapotzalco a raíz de la modalidad de clases en línea.

A cargo de Carmen Chávez Cano, Melanie García Pérez, Arturo Manjarrez Suárez, Agustín Penilla Flores y Sheyla Romero Ramos, el objetivo principal de su estudio fue analizar el nivel de estrés en los estudiantes durante la modalidad de las clases en línea para identificar las variables que lo provocan o aumentan su nivel; así como, examinar el desempeño escolar de los alumnos durante las clases en línea para compararlo con el desempeño que se mostraba en clases presenciales.

Realizaron encuestas, mismas que se enfocaron en seis rubros

principales: datos demográficos; el estrés y sus consecuencias en el ámbito personal; problemas de salud causados por el estrés; desempeño y rendimiento escolar; profesores y sobrecarga de tareas; y, recursos tecnológicos.

Como parte de sus conclusiones, señalaron que una de las causas actuales de bajo rendimiento y desempeño escolar que presentan

situaciones de agresividad que generan estrés postraumático en los jóvenes, además, de valorar la importancia que tiene un estrés postraumático en la salud mental de los alumnos.

Para ello, antes conocieron cuántos alumnos han vivido un evento complicado, el cual no han podido superar y saber de qué manera se les puede apoyar.

Después de explicar los resultados, los jóvenes afirmaron que el 96.8% de los alumnos encuestados considera importante difundir el tema de estrés postraumático y reconocer el impacto que tienen los eventos complicados en la salud mental de los estudiantes. Finalmente, afirmaron que la atención psicología y el apoyo de familiares resulta benéfico para el tratamiento de algún trastorno postraumático.

Durante ambas exposiciones, los jóvenes dieron respuesta a dudas de los presentes, enfatizando que el contar con una óptima salud física y emocional, contribuyen en gran medida a un buen desempeño escolar de los estudiantes. ▲



algunos de los alumnos se debe a altos niveles de estrés que les han generado las clases en línea.

Por otra parte, Joary Luna García, Israel Mendoza Gómez, María Fernanda Reyes Cortes, Vanessa Suarez Osorio y Cecilia Velasco Salazar, investigaron sobre Estrés postraumático en los cececheros de entre 16 y 18 años, con el objetivo de conocer las principales



# Emociones tras las pantallas

Comparten poesía y cuentos en encuentro literario cch'ro.

Por Josué Bonilla

Con el propósito de brindar el espacio a los jóvenes cch'ros, el departamento de Difusión Cultural del CCH coordinó el XXII Encuentro de Creación Literaria de Alumnos en donde expresaron sus emociones, creatividad y sentimientos a la comunidad por medio de la palabra escrita.

En el encuentro participaron los alumnos de nuestro plantel Daniel Serrano con los poemas "Tu universo" y "Te extraño";

Sara Amézquita Camacho, quien compartió el cuento titulado "El agua puede romperlo todo", dedicado para las personas solitarias; Laura López Durán, quien leyó el cuento "El final del camino"; Astrid Ochoa, con dos poemas "Distancia" y "Sueños de mariposa", asimismo, felicitó al Colegio por su cincuentenario; y la egresada de nuestro plantel Araceli Amador Vázquez, quien compartió el poema "Inocencia".

Moderado por la profesora Cristina Arroyo, en el evento también participaron alumnos del plantel Naucalpan y Vallejo, quienes, de igual manera compartieron sus pensamientos y emociones a través de sus escritos.

Durante éste, Arroyo Estrada afirmó que esta actividad permite también plasmar en la historia del Colegio las vivencias de cada uno de los estudiantes durante el confinamiento por la actual pandemia, por lo que deseó el pronto regreso a los recintos universitarios para escuchar de viva voz al alumnado participante.

A distancia, también la profesora Romy Guzmán Rionda envió un cordial saludo a los participantes y los felicitó para continuar con el desarrollo de este tipo de eventos y reiteró los espacios de Difusión Cultural para la libre expresión, actividades sustantivas de la Universidad al igual que la docencia y la investigación, agradeció en gran medida las dedicatorias, sus mensajes y poemas compartidos.

Del mismo modo y pese a los detalles técnicos, Cristina Arroyo agradeció a los jóvenes cch'ros por su ímpetu y reconoció su esfuerzo en un contexto histórico y global interesante en el que un futuro cercano mediante la literatura, en todos sus géneros permitirá el desarrollo de otros conversatorios en torno a las experiencias

de cada alumno(a).

Por último, los asistentes entonaron un alegre goya virtual con el que cerraron el encuentro. ▲





Foto: Twitter Nélida Padilla

Se brindó una plática informativa para concienciar a las mujeres.

# Mujer universitaria ¿Cuándo está para sí misma?

Por Josué Bonilla

Organizado por la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje, la doctora Nélida Padilla ofreció una charla sobre la salud sexual y emocional en las mujeres ch'ras.

A través de zoom, la doctora inició con una reflexión sobre el ser mujer y el cómo se dan cuenta de que lo son, preguntas que generalmente no se hacen las mujeres a ellas mismas, lo que propicia el actuar de acuerdo con lo que dice la sociedad, así como el tipo de ropa que debe utilizarse; del mismo modo, con las actividades que sí y no pueden realizar las mujeres.

Al respecto, la especialista mencionó que parece una inercia que tiene al género femenino en cierto lugar desde niñas, hasta el ser mujeres, haciéndose invisibles ante la sociedad poco a poco.

En este sentido, Nélida habló sobre los roles que se transmiten desde la niñez con juguetes como el cuidado de los demás, el ser madre, enfermera, mediadora, maestra,

amiga, cocinera y psicóloga como si fueran actividades exclusivas de la mujer, por consiguiente, la mujer aprende a estar para todos, pero ¿Cuándo está para sí misma?

Del mismo modo, también se reflexionó sobre las redes de apoyo que tienen las mujeres, que, sin más, generalmente son otras mujeres, dejando en cuestión a las parejas varones, compañeros e hijos; es decir, las redes de una mujer son limitadas y casi no hay quién para ellas.

Por consiguiente, estos roles impuestos por la actual sociedad patriarcal caen en lo que llamó la tarea invisible o carga mental, lo que significa que la mujer siempre tiene que estar en alerta y acordarse de todo; dicho fenómeno se presenta en casi todas las mujeres, independientemente de su condición relacional.

Por lo anterior, pareciera que no hay iniciativa por la cual estar a cargo de las responsabilidades

de la familia, lo que significa estar pendiente de lo que tienen que hacer los demás integrantes, generando una difícil desconexión de las tareas, un proceso que jamás acaba.

Así mismo, es importante cambiar la idea que existe en los varones sobre "ayudar" en las labores domésticas y tener en claro las diferentes responsabilidades sin la necesidad de recibir indicaciones. Este agotamiento mental es una de las principales causas de enfermedades en las mujeres, por lo que es imperativo dejar de maternar.

Por ello, Nélida Padilla recalcó la importancia en que las mujeres dediquen tiempo en sí mismas, en valorar su propio tiempo, en preguntarse qué es lo que les gusta hacer, en estar concientes sobre el valor que los demás tienen sobre su tiempo personal; si las mismas mujeres no se dan su tiempo, nadie lo hará por ellas.

Por otra parte, la doctora también habló sobre el autoconocimiento

**Los roles de las mujeres**

- Madre
- Cuidadora
- Cocinera
- Enfermera
- Mediadora
- Maestra
- Amiga
- Cocinera
- Psicóloga

28 de mayo  
El Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

Y mujer ¿cuándo?

**Dra. Nélida Padilla G.**  
Enfermera y Maestra en Salud



historia personal de caricias y autoconocimiento del cuerpo.

De acuerdo con la OMS, la salud sexual, agregó, es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad.

Al respecto, la psicoterapeuta mencionó que la salud de las mujeres no es un estado natural, sino es el resultado de sus condiciones de vida, de la satisfacción de las necesidades vitales y de la calidad de los recursos

sexual en donde la conciencia corporal incluye aspectos como la relación entre lo emocional y

lo corporal, imagen corporal y su aceptación, vivencia corporal a través de los sentidos, el tacto y la

utilizados con ese fin, por lo que también es importante atender la salud emocional. ▲

**Facultad de Ciencias UNAM**

# EXPOCIENCIAS CDMX

## VIRTUAL 2021

“INVESTIGAR SE APENDE INVESTIGANDO”

FACULTAD DE CIENCIAS

¿Estás terminando una investigación en temas agropecuarios y alimentos, biología ciencias de la Ingeniería, ciencias de los materiales, computación y software, divulgación de la ciencia, exactas y naturales, mecatrónica, medio ambiente, medicina y salud, robótica, sociales y humanidades?

ExpoCiencias tiene un lugar para ti y dar a conocer tu proyecto a nivel estatal, nacional e internacional. Conoce la convocatoria y participa.

Tienes como fecha límite este 20 de julio.

Nuestro evento se celebrará del 10 al 13 de agosto.

## ¡Busca nuestra CONVOCATORIA ya!

Registro antes del 20 de julio

CONTACTO

[www.expo-cienciascdmx.com.mx](http://www.expo-cienciascdmx.com.mx)

**f** ExpoCiencias CDMX

# Teresa Matías,

## reconocida por el Congreso de la CDMX

*Por Ana Buendía*



Con 49 años de trayectoria académica Teresa Matías Ortega fue reconocida, el pasado 25 de mayo, por el Congreso de la Ciudad de México, así como las y los Diputados integrantes de la Comisión de Educación, con la Medalla y Diploma al Mérito Docente "Profesor José Santos Valdés" categoría de Educación Media Superior, en el Palacio Legislativo de la Ciudad de México, "me siento entusiasmada y agradecida de que mi trabajo docente haya sido reconocido con tal alta distinción", señaló la profesora.

Plantel Azcapotzalco

Por su vocación de servicio, entrega y trabajo comprometido, destacando siempre por su capacidad y trayectoria intachable en la formación educativa, este reconocimiento la motiva a ser mejor docente cada día, "a seguir entregando lo mejor de mí y contribuir, desde el aula, a la formación de generaciones; que amen la vida en función de los demás seres vivos y que descubran que de ellos depende cambiar su concepción del mundo en el sentido de un mundo mejor".

Su camino profesional inicia en 1965 con una plaza de Educación Básica; y, en 1972 se incorpora al Colegio de Ciencias y Humanidades convencida, desde entonces, que su vocación es la enseñanza y la formación de mejores personas, de individuos con valores civiles, éticos y ciudadanos.

En cuanto al área de especialización, "me interesó el conocimiento de los sistemas vivos, de sus funciones vitales y, en especial, de la nutrición" de ahí que ha sido una apasionada de la Biología y su enseñanza. Actualmente, el eje prioritario de sus clases es cómo mejorar la nutrición de los jóvenes, "en estos tiempos de pandemia, la salud se ubica dentro del contexto ambiental y social que vivimos, busco que mis estudiantes adquieran una formación integral y logren desarrollar sus capacidades, habilidades y valores como los entes biopsicosociales que son".

El ser profesora desde hace más de cuatro décadas, ha sido "una gran experiencia de vida y satisfacción al dirigir mi docencia a la enseñanza y la investigación con base en la Didáctica Crítica y los principios filosóficos del Colegio de Ciencias y Humanidades: el Aprender a Aprender; el Aprender a Hacer; y, el Aprender a Ser", señaló con orgullo Matías Ortega.

Mi labor docente, añadió, "no sólo ha sido en el aula, sino que ha traspasado de manera más amplia a la comunidad del bachillerato, ya que impulsé como coordinadora general durante casi dos décadas, el Congreso de Método Científico Experimental, un trabajo en conjunto con los alumnos en el que participaban los tres subsistemas del bachillerato universitario, es decir el CCH, las preparatorias oficiales y las escuelas incorporadas". Este evento, afirmó, fue un antecedente de otros foros institucionales como "Los jóvenes y la Ciencia" y el "Congreso Preparatorio

de la Ciencia".

Busca en cada generación de alumnos que año con año llegan a su salón de clases, darles mayores conocimientos y herramientas para que esa preparación les sea útil como profesionistas y contribuya a la formación de mejores ciudadanos, "además deseo fortalecer a México en el camino de la alimentación derivada de la milpa, como lo hacían nuestros ancestros mexicanos, con tal de lograr la recuperación de nuestra soberanía alimentaria y el rescate de saberes".

Finalmente, nuestra profesora expresó "me satisface el saber que un buen número de los estudiantes que han pasado por mi aula termina una licenciatura y se integra al campo profesional con una preparación y visión del mundo acorde con el cuidado del Medio Ambiente". ▲



# Al CCH en su quincuagésimo aniversario

Por Ana Buendía

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO  
SECRETARIA GENERAL  
CENTRO UNIVERSITARIO DE EXAMENES Y CERTIFICACION DE CONOCIMIENTOS  
BOLETA DE REGISTRO

F-70  
NUMERO 035462 AREA B

APELLIDO PATERNO MARTINEZ MATERNO FUENTES  
NOMBRE JUAN CARLOS

PROMEDIO ESC. 75  
NOTA IMPORTANTE NO SE CONCEDERA EXAMEN A QUIEN NO SE IDENTIFIQUE CON CREDENCIAL O DOCUMENTO CON FOTOGRAFIA

LUGAR DONDE DEBERA PRESENTARSE A EXAMEN  
ESTADIO AZTECA  
RAMPA 4 ACCESO 10  
PUERTA 19 GRUPO 065

FECHA LUN 17 AGO 81 HORA 10:00 A.M.

IMPORTANTE: ES INDISPENSABLE PRESENTARSE AL EXAMEN CON UN LAPIZ CON GOMA No. 2 O 2 1/2. UNA VEZ REGISTRADO NO SE ADMITIRA NINGUN CAMBIO.

ASPIRANTE 82

mudado a la parte posterior del plantel, a un lado de la cancha de fútbol. Al entrar nos recibía la estatua hecha de varilla de un hombre en plena forja, ese año cerraron esa entrada y accedíamos por la puerta del estacionamiento para alumnos.

Sin duda, la etapa del CCH fue de las más importantes de mi vida, al ingresar al CCH me encontré con un mundo hecho de muchos mundos, con jóvenes de distintos lados de la ciudad e incluso del país, ahí fue mi primer encuentro con la música clásica al darnos un concierto de bienvenida la Orquesta Filarmónica de la UNAM (OFUNAM) en lo que eran las canchas de basquetbol. Fue mi encuentro con distintas corrientes musicales e ideológicas; con los movimientos urbanos; y, lo más importante, mi encuentro con el conocimiento, que si bien de la secundaria traía cierto nivel, en el Colegio se ampliaron a otros niveles.

El CCH es aprender a pensar, a razonar, a analizar, a cuestionar. No se te impone una forma de pensar, al contrario, se reflexiona, se cuestiona y se discute. Recuerdo a mi profesor de Historia de México; mi profesora de Taller de Redacción I y la de Taller de Lectura I; quienes me iniciaron en la lectura de los clásicos; a la profesora de Ética; al de Administración I y II; y, al entrañable profesor de Estadística I y II, que me dejó la importancia de razonar y no memorizar, lo que me ha servido para toda mi vida. Química, Física y Biología, me brindaron herramientas como la investigación, el indagar y no quedarme con lo que nos decían.

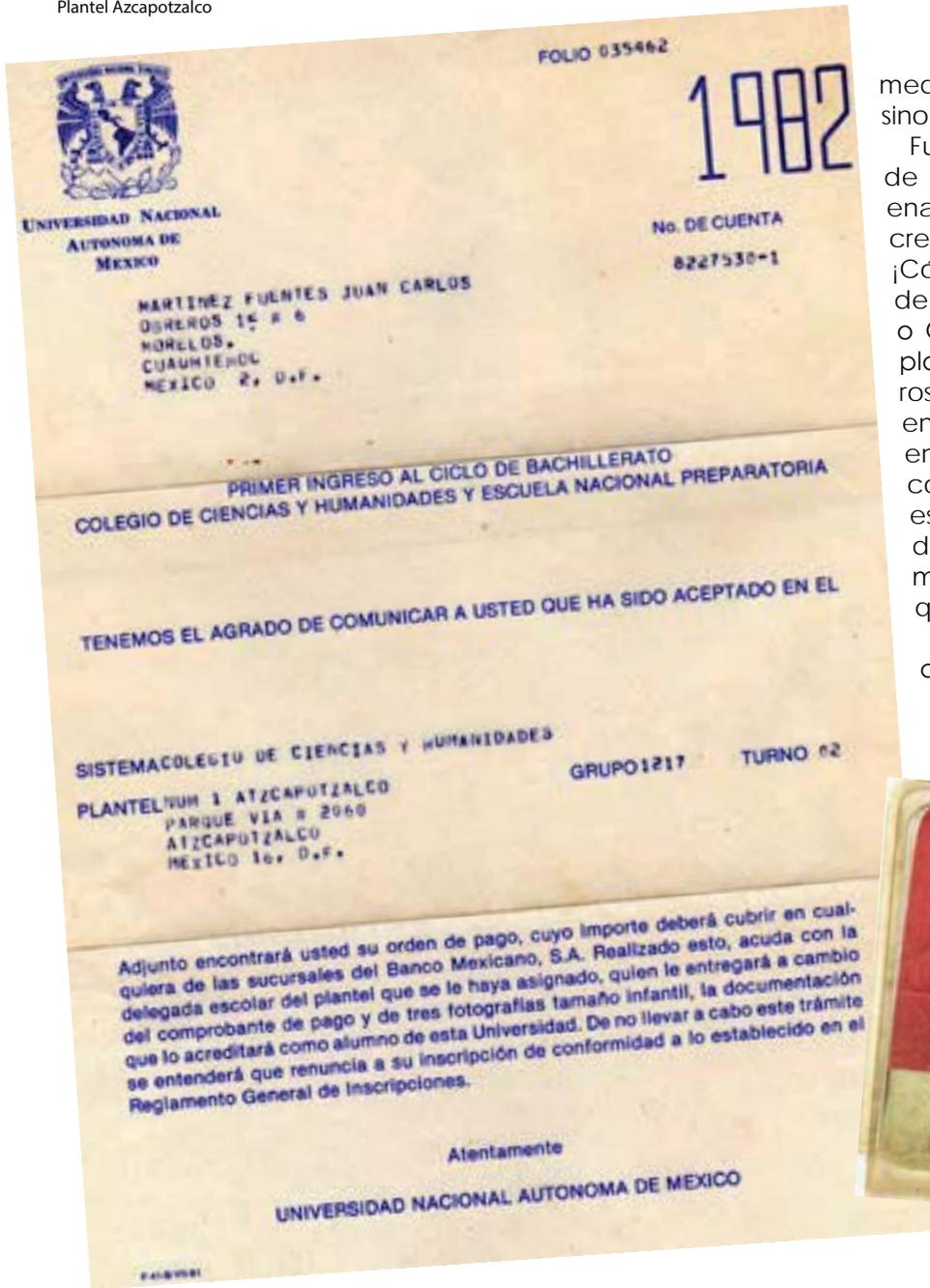
Estudí también Manejo Experimental de Fertilizantes Agrícolas (MEFA) durante el primer semestre, recuerdo que se impartía los días sábado. Mi encuentro con el Centro Libre de Experimentación Teatral y Artística (CLETA) y el "Llanero Solitario", con el Papirolas, complementaron en gran

**M**e llamo Juan Carlos Martínez Fuentes, soy egresado del CCH Azcapotzalco, con número de cuenta es 8227530-1, número y esencia que he llevado en mi corazón.

**¿Qué significa para mí ser cecehachero?** Desde que me inscribí para el examen de admisión al nivel medio superior de la UNAM fue en verdad un gran episodio –lo hice siguiendo el ejemplo de mi hermano mayor que es cuenta 76 y egresado al igual que yo de ese mismo plantel de tan insigne institución–. Entregar mi documentación y registrarme en las instalaciones que se encuentran en Av. del IMAN, pasando por el examen que presentamos en el Estadio Azteca, la angustiada espera de que el resultado llegara por correo, hasta tener en mis manos ese pequeño sobre que al abrirlo se encontraba el documento donde me informaban que fui aceptado en el Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Azcapotzalco, mi primera opción, fue verdaderamente un goce inefable e imborrable.

Fui parte del turno 02 en el grupo 1217, recuerdo que el primer día me acompañó mi hermano e hicimos un recorrido por el plantel. La entrada principal se encontraba sobre la avenida Aquiles Serdán y no había mucho que la biblioteca se había

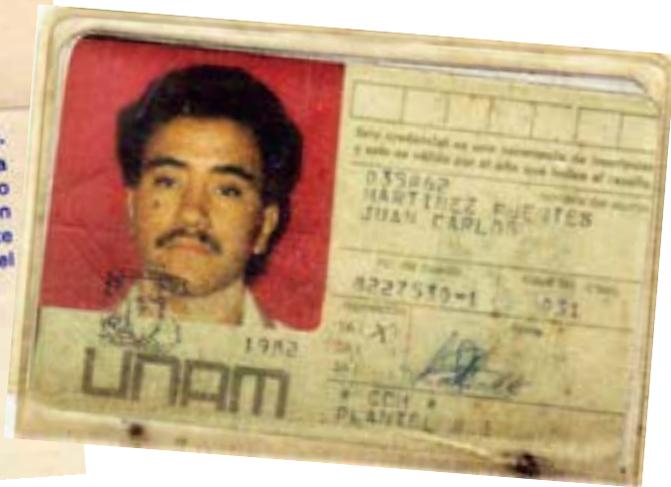
Plantel Azcapotzalco



medida mi formación no sólo académica, sino también, personal.

Fueron años de descubrimiento, de encuentro, de conocimiento, de enamoramiento, de esplendor, de crecimiento, de cuesta hacia arriba. ¡Cómo olvidar a mis compañeros, no solo de la ciudad de México, sino de Hidalgo o Oaxaca! ¡a mi primer amor! ¡a mi amor platónico! y a tantos otros que recuerdo sus rostros, pero la niebla del olvido ha borrado en mí sus nombres y apellidos. Espero se encuentren bien y hayan logrado crecer como profesionistas y como personas, espíritu de nuestro CCH. Me siento orgulloso de ser cecehachero, que se sigan forjando mentes jóvenes y siga su filosofía con la que fue creado.

¿Qué le debo al CCH? Solamente la base de mi vida. ¡Gracias CCH Azcapotzalco! ▲



2019-2021

# Una generación resiliente

- ◀ Cuadernillo de Orientaciones guía la vida académica
- ◀ La educación, hacia modelos integrados e híbridos

¡Descárgala aquí!



Enseñar  
y aprender  
lengua y  
literatura



# CONVOCATORIA

La Dirección General del Colegio de Ciencias y Humanidades, a través de la Secretaría de Comunicación Institucional, invita a las y los **docentes del Área de Talleres del Lenguaje y Comunicación a participar en la revista *Enseñar y aprender lengua y literatura***, bajo las siguientes bases:

**El tema del primer número será:**

**DOCENTES EN LÍNEA. UN ESPACIO EN CONSTRUCCIÓN**

Los textos recibidos serán sometidos a evaluación por el comité editorial y deberán contar con las siguientes características:

1. La extensión de los textos es de cinco a diez cuartillas para todas las secciones.
2. Deben estar escritos en fuente Arial de 12 puntos, Interlineado de 1.5 y serán enviados en formato .doc.
3. Todos los textos deben ser inéditos y serán sometidos a dictaminación de doble ciego. A partir de la entrega del escrito, el comité editorial tendrá un plazo no mayor a 30 días naturales para evaluar el trabajo.
4. Los textos deben incluir un resumen (no mayor a 300 caracteres).
5. Enviar en un segundo archivo .doc una síntesis curricular que no exceda de cinco líneas (300 caracteres) y que incluya un correo electrónico.
6. La fuente de las citas textuales debe indicarse con base en el sistema: el

primer apellido del autor; el año de la publicación y el número de página de donde se extrajo la cita. Ejemplo: Beuchot (2009: 23).

7. Las referencias bibliográficas, con el formato, se anotarán al final del documento de la siguiente forma: Beuchot, M. (2009). *La hermenéutica en la Edad Media*. México: unam, iif.
8. Todos los textos deberán enviarse al correo electrónico: **ensenarlengua.cch@gmail.com**

Los contenidos de las aportaciones deberán situarse en alguno de los siguientes rubros:

1. Apoyos Didácticos:
  - a) Estrategias o secuencias didácticas.
  - b) Actividades en el aula.
  - c) Uso didáctico de TIC y TAC.
  - d) Uso de Apps.
  - e) Instrumentos de evaluación del aprendizaje.
2. Sobre la didáctica específica, problemas del aprendizaje de la lengua y de la literatura, el rol del docente,

el rol del alumnado para construir aprendizajes.

3. Apoyos a la actualización disciplinar en el área, así como textos de análisis crítico sobre la inclusión de temas transversales relacionados con los aprendizajes de la lengua y de la literatura.
4. La presente convocatoria estará vigente desde su publicación y hasta el 15 de agosto de 2021.

**NOTAS:**

1. Artículo Académico: es el escrito original elaborado hasta por dos profesores, publicado en una revista especializada, que esté relacionado con el área de conocimiento o con la práctica docente del profesor y que aporte ideas o reflexiones sobre su disciplina, la didáctica del área o algún aspecto de la vida institucional. Deberá tener una extensión mínima de cinco cuartillas, en su texto original.
2. Cualquier asunto no previsto en la convocatoria será resuelto por el comité editorial.

**El CCH Azcapotzalco**  
te invita a la **Ceremonia de egreso**  
Generación **2019**

Viernes - 2 julio - 11:00 hrs. **YouTube LIVE** CCH Azcapotzalco - Oficial

SECRETARÍA GENERAL CUAIED DGTIC **Campus Virtual**

Soy profesor nuevo en el uso de las tecnologías  
**¿Qué puedo utilizar?**

webex Meetings moodle zoom Blackboard collaborate

<https://distancia.cuaed.unam.mx/campusvirtual>

**CONTRASTE**  
AZCAPOTZALCO

**Universidad Nacional Autónoma de México**

Rector: Dr. Enrique Luis Graue Wiechers/ Secretario General: Dr. Leonardo Lomeli Vanegas/ Secretario Administrativo: Dr. Luis Agustín Álvarez Icaza Longoria/ Abogado General: Dr. Alfredo Sánchez Castañeda.

**Colegio de Ciencias y Humanidades**  
Director General: Dr. Benjamín Barajas Sánchez/ Secretaria General: Mtra. Silvia Velasco Ruiz.

**Plantel Azcapotzalco**  
Director: Dr. Javier Consuelo Hernández/ Secretario General: Dr. J. Concepción Barrera de Jesús/ Secretaria Académica: Mtra. Beatriz Almanza Huesca/ Secretario Administrativo: C.P. Celso Sarabia Eusebio/ Secretario Docente: Mtro. Víctor Rangel Reséndiz/ Secretario de Asuntos Estudiantiles: Lic. Antonio

Nájera Flores/ Secretaria de Servicios de Apoyo al Aprendizaje: LCC María Magdalena Carrillo Cuevas/ Secretaria Técnica del SILADIN: Lic. Martha Contreras Sánchez/ Secretario Particular: Lic. Sergio Herrera Guerrero.

**Contraste Azcapotzalco**  
Jefe de Información: Lic. Josué Bonilla Hidalgo/ Coordinadora de Información: Lic. Ana Isabel Buendía Yáñez/ Jefe del Departamento de Impresiones: Ing. Gabriel Eduardo Muñoz Cruz.

[www.cchazc.unam.mx](http://www.cchazc.unam.mx)



# Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades Dirección General Secretaría Estudiantil Calendario Escolar 2021-2022



### Agosto 2021

L	M	M	J	V	S	D
						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					

### Septiembre 2021

L	M	M	J	V	S	D	
			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 2021

L	M	M	J	V	S	D		
						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 2021

L	M	M	J	V	S	D		
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 2021

L	M	M	J	V	S	D		
			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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
						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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
			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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
			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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
						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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
						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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
			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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
						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 2022

L	M	M	J	V	S	D		
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 2022-2023

- ▶ Inicio de Clases
- ◀ Fin de Clases
- Período Interanual o Intersemestral
- Exámenes
- Días Inhábiles
- Vacaciones Administrativas
- Asiento Académico

Aprobada por Consejo Técnico el 13 de Mayo de 2021

