



Comunidad Vallejo



ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL VALLEJO

El plantel Vallejo se impone en el XXVII Concurso Universitario Feria de las Ciencias, la Tecnología y la Innovación

Docencia y aprendizaje en la era digital:
Trayectorias Docentes Personalizadas

Docencia | 3

Consulta en línea:



Ciencia y Tecnología | 6-7

La DGOAE organizó la Jornada de
Salud Visual en Vallejo

Comunidad | 10



LA CIENCIA, PILAR DEL COLEGIO

La enseñanza de las ciencias es uno de los pilares fundamentales del proyecto educativo del Colegio, es por esto que se busca motivar la iniciación en la investigación científica y la innovación de las ciencias en los alumnos del bachillerato.

Lo anterior ha rendido frutos, desde hace algunos años, particularmente en el XXVII Concurso Universitario Feria de Ciencias. En esta ocasión llevado a cabo el 25 de abril, el plantel Vallejo destacó por el número de medallas obtenidas y la notable participación de alumnos y profesores asesores. Esto se logra gracias a la asesoría de docentes muy comprometidos con su labor y que ofrecen un excelente acompañamiento a los jóvenes durante la realización de sus proyectos y la presentación de sus trabajos; también se logra por el esfuerzo y trabajo constantes que ponen los alumnos en la realización de estos proyectos, lo cual además les permiten “enamorarse” de la ciencia y, en muchos casos, dedicar su vida a ella.

Desde aquí enviamos una gran felicitación a todos los participantes en este concurso y a quienes cotidianamente apoyan esta ardua labor; deseamos también que estos logros se sigan repitiendo, pues ello permitirá tener más científicos mexicanos capaces de aportar soluciones a los diferentes problemas que enfrenta el país.

Como parte de la actualización docente que el profesor universitario lleva a cabo en el periodo interanual, se presentó el proyecto, a cargo de la CUAED, llamado Docencia y aprendizaje en la era digital: Trayectorias Docentes Personalizadas, el cual permite a los profesores en activo del Colegio, actualizar sus conocimientos y desarrollar sus habilidades en diferentes ámbitos, como el tecnológico, psicológico, pedagógico, filosófico y otros más. Asimismo, el Colegio también pondrá a disposición de los profesores, una serie de cursos de actualización que se realizarán en este periodo interanual, con el objetivo de mejorar la atención que los profesores ofrecen cotidianamente a sus alumnos, pues los jóvenes que tenemos actualmente, y los que estaremos teniendo en un futuro próximo, son totalmente distintos a cómo eran los jóvenes hace algún tiempo, por lo tanto se debe tener el conocimiento y la habilidad necesarios para comprenderlos y educarlos de la mejor forma.

En el Plan de Desarrollo Institucional (2015-2019), del doctor Enrique Graue Wiechers, Rector de la UNAM, se encuentra uno de los programas estratégicos relacionado con la superación y el reconocimiento a los docentes, de ahí nace el proyecto llamado *Docencia y aprendizaje en la era digital: Trayectorias Docentes Personalizadas*, que se ha trabajado desde hace poco más de tres años y surge en el marco del Programa Estratégico de Apoyo a la Docencia (PEAD). El pasado 25 de abril fue presentado en la sala 3 del SILADIN por Elsa Andrea Saldaña Aceves, subdirectora de Comunicación de la Coordinación de Universidad Abierta y Educación a Distancia (CUAED), por doctora Yareni Annalie Domínguez Delgado y la maestra Sarahí Guzmán Flores, quienes también son parte del proyecto.

Esta propuesta de formación docente busca que todos los académicos activos en la UNAM puedan tener acceso, en cualquier momento y en cualquier lugar, a una oferta de cursos de actualización, transversales a todas las disciplinas y modalidades, que les provea de herramientas para fortalecer su práctica docente.

Los objetivos del programa son tres: “fortalecer la práctica docente innovadora con principios de equidad, inclusión y atención a la diversidad; generar una oferta formativa integral, personal y flexible, además de favorecer la creatividad en la práctica docente a través de recursos digitales.”

La doctora Yareni Annalie Domínguez Delgado, ahondó sobre los principios que rigen el modelo: el primero “se sustenta en la capacidad de autorregulación, autoproducción e identidad del participante. A través de la regulación, la creación de entornos virtuales, el desarrollo de estrategias y el pensamiento crítico, el docente construye su trayectoria formativa”. El segundo es “la capacidad de autoconocimiento que, a partir de un proceso reflexivo, propicia que el participante regule sus emociones y, en consecuencia, adquiera una noción de su persona y cualidades que fortalecen su autoestima e identidad”.

Docencia y aprendizaje en la era digital: Trayectorias Docentes Personalizadas

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA

El tercero hace referencia a la autogestión, pues “se sustenta en la capacidad del participante para obtener conocimientos e información por cuenta propia, a su ritmo y construyendo estrategias que favorezcan la autonomía en el aprendizaje”; por último, se basa “en los principios del aprendizaje dialógico (diálogo igualitario, inteligencia cultural, conocimientos imprescindibles para la vida, creación de sentido, solidaridad y equidad) que permitan al docente transformar su práctica”.

Sarahí Guzmán Flores, habló de los 38 cursos autogestivos, que están divididos en 9 ejes: tecnológico, psicológico, pedagógico, sociohistórico-económico, didáctico, filosófico, epistemológico, de la comunicación y de gestión; en cada uno el profesor participante deberá resolver un cuestionario de autodiagnóstico para recomendarle los cursos correspondientes a su nivel de competencias, que el participante puede tomar en cuenta o trazar una ruta distinta que atienda a sus necesidades, intereses y expectativas.

Entonces el profesor deberá seguir la secuencia didáctica en cada tema y actividad de aprendizaje, para realizar las actividades de evaluación. Los cursos están diseñados para realizarse en 20 horas de trabajo, que deberán ser completadas en un tiempo máximo de tres meses y deberá cubrir la duración de cada curso y aprobar sus actividades con un mínimo de 80%.

Para mayor información puede consultarse el portal del proyecto:

<https://trayectorias.cuaed.unam.mx>

Directorio



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Dr. Enrique Luis Graue Wiechers
Rector

Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
Secretario General



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Dr. Benjamín Barajas Sánchez
Director General

Mtro. Ernesto García Palacios
Secretario General



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES PLANTEL VALLEJO

Mtro. José Cupertino Rubio Rubio
Director

Ing. Raymundo Jiménez Galán
Secretario General

Lic. Rubén Juventino León Gómez
Secretario Administrativo

Mtro. José Cruz Monroy Arzate
Secretario Académico

Mtro. Francisco Marcelino Castañeda
Secretario Docente

Mtra. Verónica Guillermina
González Ledesma

Secretaría de Asuntos Estudiantiles
Lic. Rocío Sánchez Sánchez
Secretaría de Servicios de Apoyo
al Aprendizaje

Mtro. Saúl Salomón Esparza Vázquez
Secretario Técnico del SILADIN

Comunidad Vallejo

Mtra. Elena Edith Hernández González
Jefa de Información

Mtro. David Alejandro González García
Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera
Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo
Mario Pantoja Barrera (Servicio Social)
Reporteros y fotógrafos

Iván Cruz Jiménez
Fotógrafo

Lic. Lilitana Vargas Espinosa
Diseño y maquetación

Miguel Ángel Rico Sánchez
Jefe del Departamento de Impresiones



3ª Expo Feria 2019. Muestra Pedagógica #Matemáticas

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA

Como un testimonio de las actividades que realizan los alumnos de segundo y cuarto semestre de los grupos: 209-A, 231-A, 283, 284, 424-A y 434- B en la asignatura de matemáticas a cargo del profesor Sergio Navarrete Lagunas; la muestra se realizó, por tercera ocasión, el viernes 26 de abril siendo invitados autoridades, profesores y padres de familia principalmente.

El evento se realizó en dos tiempos, teniendo como espacios las salas José Revueltas y Emiliano Zapata del Centro de Recursos para el Aprendizaje (CREPA), se inició con la recepción de los invitados en la sala Revueltas con el Huapango de Moncayo como fondo, después de la bienvenida la bienvenida y la proyección de los primeros trabajos en formato digital, se inició una dinámica a la que el profesor Navarrete llama “El Carrusel”, que consiste en organizar a los asistentes en pequeños grupos para que visiten las mesas llamadas “quioscos” donde un representante de grupo explica los trabajos expuestos durante un periodo de tiempo determinado con el objetivo de que los visitantes observen todos los quioscos.

Después de una intervención musical a cargo del alumno Elías Sánchez Carreño del grupo 434 que interpreto en la guitarra una versión de *Don't let me down*, para la segunda parte de esta muestra, en la sala Zapata los invitados pudieron observar de manera las explicaciones del resto de los trabajos expuestos y votar por el que a su juicio fuera el mejor, para ello se les proporcionó una boleta con los recuadros de cada trabajo en la que

le dieron “like”; los tres más votados recibieron un libro como obsequio del profesor.

Los trabajos expuestos hicieron gala de creatividad pues desde videos con títeres explicando problemas de áreas y volúmenes, hasta la geometría sagrada a partir de la realización de un “Ojo de Dios”, pudimos apreciar trabajos manuales y digitales, como cuentas de Instagram como si las hubieran creado de algunas de las mujeres más sobresalientes en las matemáticas; la elaboración de infografías, o el manejo que tienen de algunas aplicaciones para teléfonos inteligentes a través de los reportes correspondientes a la Calculadora Grafica De Geogebra, App para móvil.

Se presentaron también trabajos impresos como algunas antologías De Noche De Museos, resultado de vistas nocturnas a algunos de los museos de la Ciudad De México; trabajos sobre Análisis Gráfico de una problemática, además de los informes de la investigación documental “Elegiendo Mi Carrera”, proyecto que pretende proveer a los alumnos de información suficiente y confiable para tomar una decisión de vida en ese sentido, se trabajó con la educación financiera. Como actividades concernientes al desarrollo del alumno en otras inteligencias también se presentaron: la creación de Mandalas en papel y las clases de Yoga Deportivo Laico, oca matemática, elaboración de cometas, calendarios en un dodecaedro, lotería con operaciones matemáticas, memes y de hiloramas entre otros.

El compromiso del profesor Navarrete para con sus alumnos es indiscutible pues si bien muchos de los trabajos presentados tienen una relación directa y evidente, otros como bien lo expusieron los alumnos en la bienvenida, dan además “oportunidad a los alumnos de adentrarse en el bello mundo de la cultura y las artes, además de formar un criterio para tomar decisiones” lo que define uno de los objetivos del quehacer de los educadores comprometidos: brindar una formación integral desarrollando inteligencias múltiples.^c



XXXIV EXPOSICIÓN ANUAL DEL DR. RICARDO MEJENES QUIJANO

Nunca se sabe cuándo termina la influencia de un buen maestro

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO

Inaugurada por el secretario académico, el maestro José Cruz Monroy Arzate, en representación del director del plantel, el día 25 de abril en la explanada del CCH Vallejo y como un homenaje al Dr. Ricardo Mejenes Quijano, en el cual estuvieron presentes los hijos, hermanos y nietos del conmemorado y distinguido académico, se llevó a cabo una exposición en donde alumnos de Química II y IV de los profesores José Luis Crespo y Mena y Carlos Miguel Crespo Ortiz mostraron los productos que fueron capaces de desarrollar, fundamentados en las clases teóricas y prácticas que se desarrollan en los laboratorios; además de sustentar la elaboración de productos con una investigación histórica, la cual, muchas veces se remonta hasta la prehistoria o altas civilizaciones como Egipto y Mesopotamia, sin quedar atrás Mesoamérica.

Los jóvenes entusiastas expusieron la razón de ser de sus productos, explicando paso a paso el proceso de elaboración, además de la fundamentación teórica, histórica, química, física y económica, resaltándose en muchos casos esta última, ya que con lo expuesto por los alumnos quedó demostrado que si entiende y conoce el proceso de fabricación y el manejo de fórmulas puede llegar por sí mismo a elaborar los productos para su autoconsumo y, quizá, podría llegar a planear el desarrollo de una microempresa.

Entre los productos elaborados y expuestos por los alumnos se encuentran: shampoo, aclarante de cabello, pastas dentales, gomitas de estafiate, jabón en barra, desodorantes, limpiador multiusos, gel regulador de crecimiento, mascarilla capilar natural, gel para cabello, pomada de tepezcohuite y lápiz labial; entre otros.

El organizador del evento, profesor titular de Química, José Luis Crespo y Mena comentó a *Comunidad Vallejo* que a lo largo de 34 años ha querido recordar a un amigo, docente y colega que fue en su Facultad director de tesis, y en su vida gran “inspirador para abrazar el conocimiento”, ya que el homenajeado doctor poseía seis carreras; químico,

físico, actuario, matemático, economista y filósofo; razón por la cual, lo considera motivo de inspiración para sí, pero sobre todo “para las generaciones que en estos momentos nos ha tocado dirigir”.

“Lamentablemente falleció a los 52 años, pero este evento es huella de la profunda influencia que dejó en mí, y quiero trasladarlo a las nuevas generaciones, pues, como les digo a nuestros muchachos, que él no se conformó con una licenciatura, siempre fue un estudioso y ellos no se deben conformar con saber poco, porque el conocimiento les habrá de proporcionar bienestar y una vida más plena con crecimiento espiritual y, en consecuencia, material para ellos, sus familias y las nuevas generaciones”, añadió Crespo y Mena.

Una vez inaugurado el evento, los familiares del fallecido académico, como un acto de profunda gratitud a los docentes expositores, hicieron entrega de un reconocimiento, tomando la palabra una hija del académico homenajeado, quien externó su gratitud a los alumnos participantes invitándolos a que día a día se superen para que lleguen a ser sujetos productivos y propositivos además de felicitarlos “porque los productos que elaboraron dan prueba de que, sin lugar a dudas, van por buen camino”.^c



Estudiantes y profesores del plantel consiguieron sobresalir en el concurso que organiza la Universidad Nacional Autónoma de México, a través de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades, la Escuela Nacional Preparatoria, la Dirección General de Divulgación de la Ciencia y la Dirección General de Incorporación y Revalidación de Estudios; con la colaboración del Consejo Académico del Bachillerato, la Coordinación de Innovación y Desarrollo, la Academia Mexicana de Ciencias, la Federación de Sociedades Científicas de México y la Secretaría Administrativa de la UNAM.

El XXVII Concurso Universitario FERIA de las Ciencias, la Tecnología y la Innovación se realizó los días 26 y 27 de abril en el Centro de Exposiciones y Congresos en Ciudad Universitaria. El objetivo de este encuentro es el de incentivar en los jóvenes el interés por la ciencia, la investigación, la creatividad y con ello fortalecer el uso de la tecnología e impulsar la innovación con miras a contribuir con el desarrollo del país.

La competencia colocó a la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades al frente de los galardonados con 36 reconocimientos, siendo el plantel Vallejo el primero con 9 medallas y dos menciones honoríficas, seguido por Oriente con 9 medallas y una mención, Azcapotzalco con 6 medallas, Sur con 4 medallas y una mención y Naucalpan con 5 medallas.

Los alumnos inscritos en el nivel medio superior presentaron trabajos producto de investigaciones realizadas en el ciclo escolar 2018-2019 o en estancias de Jóvenes hacia la Investigación del ciclo interanual anterior; tuvieron la posibilidad de presentarse de forma individual o por equipos de hasta cinco integrantes y asesorados por un máximo de dos profesores de nivel medio superior o por un profesor de nivel medio superior y un investigador o profesor de nivel superior.

Los trabajos debieron inscribirse en un área, una modalidad y una categoría: Física, Matemáticas, Ciencias de la Salud y Ciencias Ambientales fueron las áreas en las que los jóvenes de Vallejo consiguieron sobresalir; con las modalidades: Investigación de campo, Investigación documental, Investigación experimental y Desarrollo tecnológico en la categoría Local, que aplica cuando los autores utilizan únicamente recursos de su plantel de adscripción y están asesorados por uno o dos profesores del nivel medio superior.

El jurado estuvo integrado por profesores del nivel medio superior, del nivel superior y por investigadores, ellos examinaron a los autores de los trabajos finalistas en una exposición del trabajo sin la presencia de los asesores, ni del público, y dictaminó cuáles fueron los trabajos ganadores. La exposición abierta al público se realizó el sábado 27 de abril, al igual que la ceremonia de premiación.

GANADORES DEL XXVII CONCURSO UNIVERSITARIO FERIA DE LAS CIENCIAS, LA TECNOLOGÍA Y LA INNOVACIÓN

Física	1°	Bedolla Mora Diana	VivasCastro Juan Jesús (ASESOR)	Determinación experimental de la constante de Planck y Ryberg
Matemáticas	1°	Flores Rivera Hugo Axel García García Gustavo López Juárez Daana Joselyn	de Jesús López Wilbert (ASESOR)	Un modelo tridimensional para estudiar algunos elementos de la geometría esférica
Matemáticas	1°	Alonso Morales Alejandra Herrera Benhumea Nelly MoránLuna Karla Ximena Sánchez Ríos Brisa Vianey	Hernández Hidalgo Concepción Julieta (ASESOR)	Comportamiento estadístico del promedio escolar con técnicas descriptivas.
Matemáticas	2°	Cortes Hernández Angelica Villaney Razo Sotelo Michelle Salinas Vargas Anyeli	Padilla Monroy Ignacio (ASESOR) Padilla Monroy Polo Francisco (ASESOR)	Aplicación de las funciones racionales
Matemáticas	2°	Garduño Domínguez Karen Daniela Lázaro Martínez Jesús Sosa Santillán Iris Ariana Zeno Flores Paloma Itzel	De Jesús López Wilbert (ASESOR)	¿Cuánto es cero a la cero? Una encuesta a profesores de matemáticas
Física	2°	Corona Hernández Aridai Adriana González Hernández María Citlali Herbert de la Cruz Mitzy Lizbeth Paez Meza Gabriela Rodríguez Núñez Lizbeth	Vivas Castro Juan Jesús (ASESOR)	Diseño y construcción de un prototipo experimental para el estudio de la dinámica del cuerpo rígido.
Física	3°	Coeto Cantoral Sergei Otto Garay Del Toro Genesis Jasidy González Velasco Damaris Itzel Hernández Fernández Sofía Olivares Zamora Lesslie Aremy	Monroy Carreño Mireya (ASESOR) Monroy Carreño Patricia (ASESOR)	Electricidad en el hogar
Matemáticas	3°	Becerra Rodríguez Danna Ximena Ferrer Aguilar Verónica Dayné Montiel Aguilar María Monserrat Román Sánchez Sonia Fernanda	de Jesús López Wilbert (ASESOR)	Una interpretación gráfica de los ceros complejos de una función cuadrática
Matemáticas	3°	Carrillo Gutiérrez Jennifer Paola Juárez Aguilar Dalia Rodríguez Alcala Anette Carolina	Hernández Hidalgo Concepción Julieta (ASESOR)	Validando un parámetro mediante una muestra de la población estudiantil
Ciencias de la Salud	MH	Guerrero Ramírez Angel Alfonso	Huerta Sánchez Nadia (ASESOR)	Análisis de la orientación vocacional en el bachillerato universitario
Ciencias ambientales	MH	Gallardo Acasio Ariadna Yamileth González Mata Alexandra Monreal González María Fernanda Robles Alonso Narmi Lisseth	Hernández Trevethan Hugo Mael (ASESOR) Reyes Armella Diana Margarita (ASESOR)	Correlación entre variables meteorológicas y de contaminación atmosférica en la zona norte de la Ciudad de México

El plantel Vallejo se impone en el XXVII Concurso Universitario FERIA de las Ciencias, la Tecnología y la Innovación

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA



Ganadores de la jornada: “Los amorosos hablan tributo a Jaime Sabines”, en su 3ª edición

ELENA EDITH HERNÁNDEZ G.

« Es un gusto que estén aquí presentes, este es un espacio para compartir y disfrutar, donde hay mucho talento y creatividad. Es un orgullo presentar y contar con alumnos de este plantel y otras instituciones de la UNAM; la idea es mostrar el talento no importa de dónde provengan, la cultura es la cultura”, fueron las palabras con las que dio apertura a la Jornada “Los amorosos hablan tributo a Jaime Sabines”, en su tercera edición y organizada por Felicia Salgado Escorcia, responsable del Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, en coordinación con Jesús Sánchez Moreno, licenciado en Creación Literaria por la UACM.

En la sala Zapata se llevó a cabo el evento el pasado 26 de abril; allí 11 jóvenes creadores, de un total de 35, fueron elegidos para realizar la lectura en voz alta de su selección de poemas; los nombres de los destinados son: Alejandro Guerra Álvarez, Katia Abril Martínez Ramos, Bryan Sánchez Ramos, Layla Dolores Lemus Aguilar, Rodrigo Arturo Andrade Castillo, Ariatna Gámez Soto, Justine Dennis Montercid, Linda Citlalli Callejas Mondragón, Andra Montserrat Romero Jiménez y Edgar de Jesús Pezaña Reyes. Todos pertenecientes a distintas escuelas y facultades de la UNAM, como el CCH plantel Vallejo, las facultades de Arquitectura, Psicología, y la FES Aragón.

Con temáticas diversas como: la soledad, el amor, el desamor, la vida, la arquitectura de la ciudad, la violencia, la muerte, los sueños y los recuerdos, el jurado integrado por: Leobardo Hernández Soto, Brenda Isela Vázquez González, Alisson Dreik Rivas Martínez (ganadora también de la emisión pasada), Eric J, Lagarrigue y Ben M. Rivera, quienes comentan que, a diferencia de otros años, tuvieron la difícil tarea de elegir a los ganadores, ya que todos mostraron una gran calidad artística.

Además de su gusto por la poesía, los ganadores

también tienen en común pertenecer al CCH plantel Vallejo. El primer lugar del certamen fue para: Linda Citlalli Callejas Mondragón, con su selección de poemas titulada: “Ciudades y vírgenes”, en donde la joven autora menciona refleja la difícil situación de jóvenes desaparecidas en nuestro país. Katia Abril Martínez Ramos, con su selección titulada: “Retrato de tu sombra”, fue la acreedora del segundo lugar y el tercero correspondió a Andrea Monserrat Romero Jiménez, con su selección titulada: “Volver”. Asimismo, el jurado entregó dos menciones honoríficas a: Ariatna Gámez Soto, por su trabajo titulado: “Inventar la noche”, y a Rodrigo Arturo Andrade Castillo, por: “En el ombligo de la Luna”.^c



Ganadores del XXVII Concurso Universitario Feria de las Ciencias, la Tecnología y la Innovación

El pasado fin de semana del 27 y 28 de abril, se llevó a cabo la 27ava Feria de las Ciencias, la Tecnología y la Innovación que año con año festeja la Universidad con los estudiantes de bachillerato de esta casa de estudios y escuelas incorporadas. Por primera vez, 12 premios y 2 menciones honoríficas son otorgadas a Vallejo, lo cual llena de orgullo y satisfacción a toda la comunidad, misma que les reconoce su extraordinario esfuerzo, dedicación y compartimos sus momentos de victoria. Aquí una muestra fotográfica de la entrega de sus reconocimientos en el plantel.

La DGOAE organizó la Jornada de Salud Visual en el plantel Vallejo

MARIO PANTOJA BARRERA

El lunes 29 y el martes 30 de abril se realizó la Jornada de Salud Visual, en la planta alta de la biblioteca del plantel. La coordinación y la organización estuvieron a cargo del Dr. Germán Álvarez Díaz de León, director general de la Dirección General de Orientación y Atención Educativa (DGOAE); la Lic. Claudia Navarrete García,

directora de Servicio Social y Voluntariado, y la Lic. Griselda Gutiérrez Monsalvo, jefa del departamento de Programas Multidisciplinarios. Estas tareas son parte de la responsabilidad que tiene la DGOAE de acercar y brindar este tipo de servicios a todos los estudiantes universitarios. La jornada se hizo en coordinación y colaboración con la Facultad de Estudios Superiores (FES) Iztacala, a través de la carrera de Optometría. Esta actividad se ha realizado en todos los planteles del bachillerato de la UNAM desde hace tres años y se pretende hacer, al menos, una vez al año.

Se realizaron dos tipos de exploración: uno fue el examen de los ojos para saber si necesitaban lentes que corrijan la visión y la de ojo seco, este padecimiento no es muy conocido y se da por distintas situaciones como las condiciones del clima, el uso cotidiano de dispositivos digitales y la contaminación hacen que el ojo se seque. Para contrarrestarlo, el ojo necesita algún tipo de lubricante, pero se tiene que saber qué tipo de lubricante y cada cuánto tiempo se debe poner. Esta información no la tienen los estudiantes y en muchas ocasiones, pueden afectar más a sus ojos. Los estudiantes recibieron una atención directa, preventiva e informativa para que cuiden su salud visual. Sin embargo, si algún alumno lo requiere, se puede canalizar a la clínica de la FES Iztacala. También los alumnos que no pudieron acudir en estas fechas, pueden asistir a la clínica. Todos los servicios

de la clínica de la FES Iztacala son gratuitos para la comunidad estudiantil universitaria.

En esta ocasión, hubo 23 estudiantes de la carrera de Optometría de la FES Iztacala. La atención entre universitarios permitió un mayor acercamiento para resolver dudas, y decir cualquier afección que tengan porque están entre pares; además, los alumnos del bachillerato entienden qué es la optometría. Cada sección estuvo supervisada por los coordinadores, que son pasantes, y en la parte operativa, estuvieron los prestadores de servicio social.

Hubo un registro previo para el examen de los lentes, pero la jornada estuvo abierta a toda la comunidad. El servicio de ojo seco fue para la comunidad en general y los lentes fueron para la comunidad estudiantil. Se tiene programado entregar entre 180 y 200 lentes de forma gratuita. La licenciada Claudia Navarrete agradeció a las autoridades de la FES Iztacala, así como a las del plantel Vallejo por las facilidades otorgadas para la realización de esta jornada de salud visual.

Ex alumna de Vallejo regresa como parte de la jornada

Mayra Cervantes cursa actualmente el sexto semestre de la licenciatura de Optometría en la FES Iztacala. Sus prácticas profesionales las realiza en estas jornadas de la DGOAE. En este evento estuvo en la sección de Ojo seco en donde hicieron cuatro pruebas de la película lagrimal: en la primera tomaron muestras de lágrimas de ambos ojos y en el microscopio ven el patrón que se forma cuando se secan; en la segunda prueba colocaron tinte en cada ojo para que puedan observar la película lagrimal; en la tercera colocaron una tira en cada durante cinco minutos, y, por último, retiraron tres pestañas de cada ojo para ver si hay presencia de ácaros. Para Mayra es satisfactorio realizar sus prácticas en Vallejo porque siente que regresa algo al colegio que le abrió sus puertas. c



La química del queso Cotija

MARIO PANTOJA BARRERA

La comida puede atraer a las personas por sus colores, sabores y olores. Ese interés, además del necesario para alimentarnos, puede sembrar dudas que pueden definir el camino profesional de las personas. Explorar, investigar y saber de qué están hechas las cosas, son inquietudes que la doctora Maricarmen Quirasco Baruch tuvo desde que iba en la secundaria: le daba curiosidad saber de qué están hechas las cosas y qué compuestos tienen. De esta forma, decidió estudiar Química Farmacéutico Bióloga en la Facultad de Química de la UNAM. Después, centro su atención en el área de los alimentos porque quería saber cómo ayudar a alimentar mejor a las personas, de manera más nutritiva. Por lo que estudió la maestría y el doctorado en Biotecnología en la misma institución.

Una de las investigaciones que ha realizado, por medio del Programa de Apoyo a Proyectos de Investigación e Innovación Tecnológica (PAPIIT) en nuestra casa de estudios, es sobre el queso Cotija que el pasado jueves 25 de abril expuso en la sala 3 del SILADIN de nuestro plantel.

En la charla, la doctora Quirasco explicó las características particulares del queso Cotija, desde su elaboración hasta su maduración, así como los procesos químicos que logran el sabor único de este alimento. A diferencia del queso tipo Cotija que se vende en supermercados, entre otros puntos de venta, el queso Cotija solo se puede encontrar en mercados específicos y en el pueblo de Cotija en Michoacán. El queso tipo Cotija se puede encontrar en cualquier momento del año, y el queso Cotija solo en los meses de julio a octubre.

Esta investigación surgió por una incertidumbre gubernamental, pues en las Normas Oficiales Mexicanas para la elaboración de quesos se especifica que se deben hacer con leche pasteurizada, algo que este queso no cumple, sin embargo, no es dañino. Dicha investigación dio las respuestas necesarias para verificar científicamente que se debe permitir su consumo a pesar de no cumplir esta norma. Y es que el proceso de elaboración, la región en la que lo hacen, las vacas que utilizan todo, se conjuga para eliminar todos los microorganismos que pueden ser patógenos.

Los pueblos que hacen este queso se encuentran en la sierra de Jalisco y Michoacán. Los productores de estos quesos no pasteurizan la leche porque no tienen energía eléctrica ni refrigeradores en donde puedan conservar los alimentos. Sin embargo, la temperatura ambiente y la humedad

permiten esta conservación, por eso lo elaboran en periodos específicos. Además, utilizan la leche de las vacas Cebú que es una raza distinta a las que usan en la elaboración de otros quesos, la Holstein. Las vacas Cebú no son de establo, están en pastoreo libre, no consumen el alimento que consumen las vacas Holstein en los establos. Una vez que ordeñan la leche, así la utilizan para hacer el queso manteniendo siempre la higiene de sus manos. Otro factor importante, es la utilización de la sal de grano de un lago cerca de la sierra. Después de realizar la elaboración del queso, lo dejan madurar al menos tres meses. Es en este periodo donde se realizan los procesos químicos que eliminan a todos los microorganismos patógenos.

Así, el tipo de ganado, la leche sin pasteurizar, la sal que utilizan, la humedad y la temperatura de la región hacen que el queso Cotija tenga características sensoriales muy particulares que lo han distinguido, de entre otros quesos, a nivel mundial. Los productores bajan de la sierra y venden el queso en el pueblo Cotija de Michoacán, de ahí proviene su nombre. La doctora invitó a los que no han probado este queso a hacerlo, pues además de buen sabor tiene propiedades químicas saludables. c





Trayectorias **DOCENTES** *Personalizadas*

La Coordinación de Universidad Abierta y Educación a Distancia de la Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM a través del Programa Estratégico de Apoyo a la Docencia (PEAD) creó la propuesta formativa: **Trayectorias Docentes Personalizadas**, que ofrece experiencias de aprendizaje a distancia en las que los docentes podrán definir su propia trayectoria para analizar, reflexionar y fortalecer su práctica.

¿Qué te ofrece el Portal de Trayectorias Docentes Personalizadas y cuáles son sus características?

Dirigido a docentes de la UNAM, está basado en **nueve ejes de formación** cuyo fin es generar respuestas a los desafíos que enfrenta la docencia en el siglo XXI. Los principios que lo guían son: **autoorganización, autorreferencia, autogestión y dialógico**. Para el desarrollo de las competencias docentes, se consideran cuatro niveles de dominio: **receptivo, resolutivo, autónomo y estratégico**.

En total son **38 Cursos** diseñados para realizarse en aproximadamente **20 horas de trabajo** cada uno, en **modalidad a distancia**, de manera **autogestiva y flexible**; además, los docentes podrán contar con una **constancia** una vez que haya sido validada por la CUAED, por lo que tendrá **valor curricular**.

¡Comienza a crear tu propia trayectoria!

Regístrate en el portal

<https://trayectorias.cuaed.unam.mx/>

