

# Comunidad Vallejo

Órgano Informativo del Plantel Vallejo



## Cultura, deporte y academia en línea



Ciudad de México a 8 de junio de 2020 Número 351



<http://cch-vallejo.unam.mx/comunidad/>



@CCHVallejo\_Ofi



cch\_vallejo



comunidad.vallejo@cch.unam.mx

## EDITORIAL

# Deporte y cultura, esencia del Universitario

La academia, el deporte y la cultura son parte primordial de las actividades esenciales de la Universidad Nacional y por su puesto del Colegio. Sin embargo, el cese de actividades presenciales en la UNAM no ha sido motivo para detener estas acciones en el plantel Vallejo. Los departamentos de Educación Física y Difusión Cultural han buscado los mecanismos electrónicos para continuar con su tarea, el deporte y la cultura.

En este sentido un grupo de profesores han optado por iniciar activaciones físicas en línea, así como una serie de rutinas y ejercicios que próximamente estarán disponibles para toda la comunidad en el canal de YouTube del plantel Vallejo.

Por su parte, los talleristas que forman parte importante para la difusión de la cultura en nuestro plantel, han logrado

seguir con sus tareas para no detener la enseñanza lúdica en nuestros estudiantes. Talleres, charlas, cursos y conferencias siguen siendo parte de la cartelera cultural, ahora en línea.

Por supuesto, la academia no se detiene, por ello estamos presentando, desde el número pasado, entrevistas con docentes que comparten experiencias, opiniones y tips para la impartición de clases por medio de las diferentes plataformas en línea con las que cuenta la UNAM, cuya finalidad es ampliar y mejorar la impartición de la educación a distancia.

Cada una de las áreas y departamentos siguen y seguirán con su quehacer universitario, siempre buscando alternativas y opciones ante un panorama mundial cada vez más incierto. El Colegio lo hacemos todas y todos, el CCH lo haces tú.



## 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**  
Mtra. Silvia Velasco Ruíz  
**SECRETARIO GENERAL**



## COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES VALLEJO

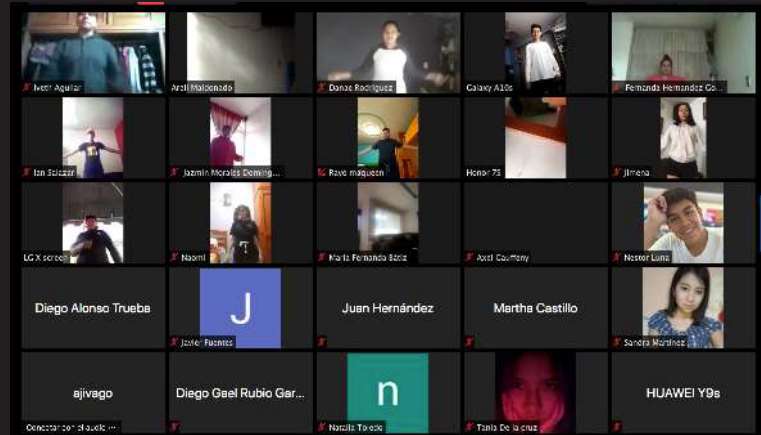
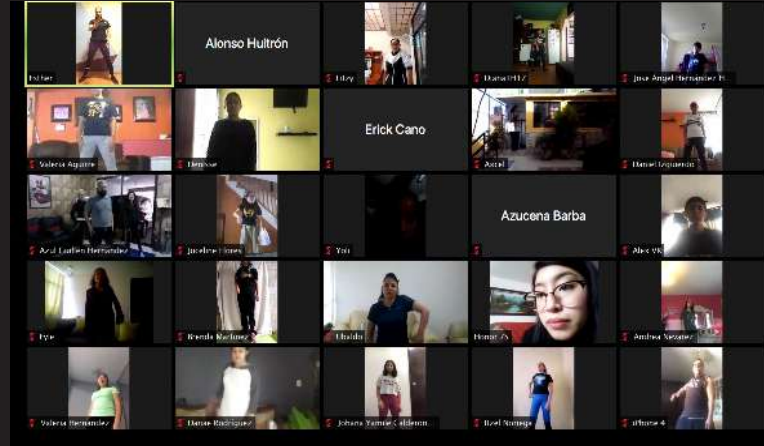
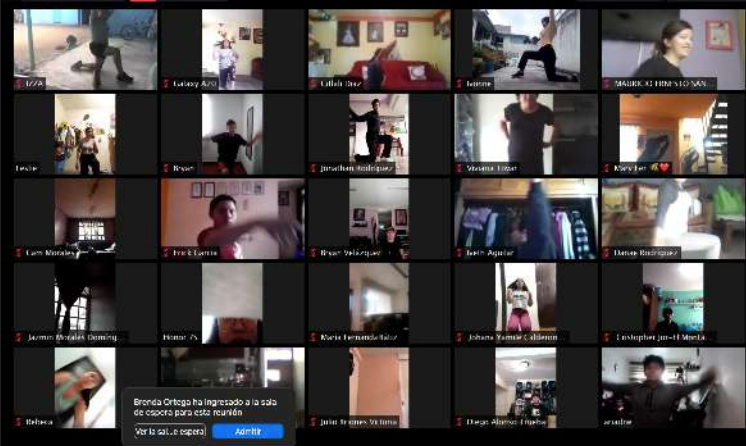
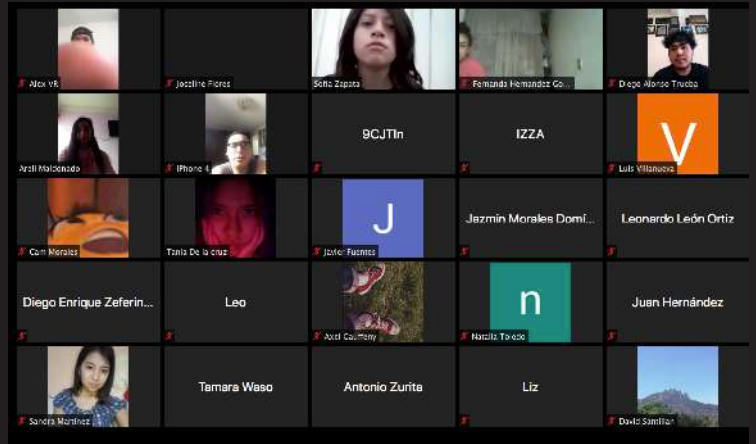
Maricela González Delgado  
**DIRECTORA**  
Manuel Odilón Gómez Castillo  
**SECRETARIO GENERAL**  
Rubén Juventino León Gómez  
**SECRETARIO ADMINISTRATIVO**  
María Xóchitl Megchún Trejo  
**SECRETARIA ACADÉMICA**  
Carlos Ortega Ambríz  
**SECRETARIO DOCENTE**  
Armando Segura Morales  
**SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES**  
Rocío Sánchez Sánchez  
**SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE**  
Roberto Escobar Saucedo  
**SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN**



## COMUNIDAD VALLEJO

Lic. César Alonso García Huitrón  
**JEFE DE INFORMACIÓN**  
Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera  
Mtra. Elena Edith Hernández González  
Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo  
**REPORTEROS Y FOTÓGRAFOS**  
Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada  
**DISEÑO Y MAQUETACIÓN**  
Adrián Enríquez  
**JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES**

**Comunidad Vallejo** es publicada por el Departamento de Información del plantel Vallejo, planta alta de la Biblioteca.  
Teléfono: 5097 . 2146. Av. Eje Central esquina Fortuna, Col. Magdalena de las Salinas Alcaldía Gustavo A. Madero.  
Impresa en el Departamento de Impresiones del plantel Vallejo. Distribución gratuita. **Número 351.**



# Activación Física en línea

Más de 100 universitarios acudieron a la convocatoria del departamento de Educación Física para realizar ejercicios de activación en Zoom. La práctica fue impartida por la profesora Esther Izquierdo, que durante 40 minutos realizó una serie de ejercicios corporales a ritmo de música para mejorar el estado físico de los asistentes en esta cuarentena.

En los próximos días demás profesores del departamento seguirán con esta serie de ejercicios que se transmitirán por el canal de Youtube del plantel. ✓



## Orientación Vocacional en línea

# Hablemos con Egresados

*Excecehacheros platicaron con alumnos sobre su experiencia en el campo laboral.*

REDACCIÓN  
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

**D**el 25 al 28 de mayo se llevó a cabo una serie de conferencias con Excecehacheros a través de Facebook Live CCH Vallejo Oficial, a las 13:00 horas fue la cita para que especialistas en distintas áreas nos compartieran sus experiencias académicas como alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades, la elección de su campo profesional, los conocimientos y habilidades que los han llevado a ser expertos en sus ámbitos profesionales.

- El lunes 25 de mayo presentamos al Dr. Juan Raúl Olmos Zúñiga, es egresado del CCH Vallejo. El video obtuvo 19 comentarios de la comunidad, fue compartido 16 veces, se obtuvo un alcance de 2.1 mil reproducciones de esta plática.

- El martes 26 de mayo nos acompañó el actor, productor y director Esteban Castellanos, egresado del CCH Azcapotzalco. En su sesión la comunidad hizo 27 comentarios, se compartió 12 veces y se realizaron 2.4 mil reproducciones.

- El miércoles 27 de mayo tuvimos la tercera emisión de este ciclo de conferencias, esta vez entrevistamos al Ing. Moisés Armendáriz, egresado del CCH Vallejo generación 2004, En esta ocasión se recibieron 8 comentarios, 2 veces fue compartido y 1.8 mil reproducciones.

- El jueves 28 de mayo se cerraron estas charlas en vivo con la presencia del Mtro. Ismael Quintanar, maestro en educación especial, es egresado del CCH Vallejo generación 1988. Se hicieron 14 comentarios, 7 veces compartida su entrevista, obteniendo 1.9 mil reproducciones. ✓

LOS PINCHES CHAMACOS  
Compañía de Teatro

**HABLEMOS CON EGRESADOS**

**ESTEBAN CASTELLANOS**  
Actor, productor y director

FACEBOOK LIVE  
CCH VALLEJO OFICIAL

28 MAYO • 20:00  
13:00 HRS.

**RAUL OLMOS ZUÑIGA,  
MÉDICO VETERINARIO  
ZOOTECNISTA**

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO  
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

**R**aúl Olmos Zúñiga, egresado de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la UNAM, con maestría y doctorado en la misma área, fue el primero en participar en el ciclo de conferencias Hablemos con egresados que organizó la Secretaría Estudiantil y el departamento de información del plantel Vallejo.

Durante la charla transmitida por Facebook Live, entre Roberto Escobar, secretario técnico del Siladin y el excecehachero, este último narró que su llegada a la facultad implicó ciertos problemas de adaptación debido al cambio metodológico de enseñanza, sin embargo, se le hizo fácil la etapa de investigación, "el CCH te enseña a estudiar y saber conjuntar la práctica con la teoría", explicó; también se refirió a los estudiantes del Colegio señalando que es necesario para cualquier disciplina a nivel licenciatura saber manejar técnicas de estudio eficientes y que se requiere leer bien, tener comprensión lectora y saber responder de modo certero, además de filtrar y depurar



El exalumno trabajó con los médicos que hicieron el primer trasplante de pulmón de América Latina y ha recibido seis premios de la Academia Mexicana de Cirugía

# El CCH te enseña a estudiar y saber conjuntar la práctica con la teoría

información debido a la saturación que existe de la misma hoy en día. En este sentido, recomendó a los alumnos interesados en el área médica realizar cursos propedéuticos para solidificar sus conocimientos antes de ingresar a la Facultad.

Al hablar de su desempeño en el INER, comentó que



empezó realizando servicio social y que a través del tiempo fue adquiriendo las bases de la cirugía inclinándose por la investigación quirúrgica trabajando con los médicos que hicieron el primer trasplante de pulmón de América Latina; mencionó que todos están en constante adiestramiento en disciplinas como: cirugía experimental, microcirugía, endoscopia, entre otras.

Concluyendo la entrevista aseguró que "la veterinaria como ciencia, implica conservar la salud de los animales en beneficio de los humanos y como carrera científica tiene salida a la salud pública, a la investigación básica", explicó que para ser investigador se necesitan de ganas, inquietud, así como conocer las bases de la investi-

gación, identificar el problema, crear análisis del problema, plantear hipótesis, evaluación y análisis de resultados; es decir, "se necesita conocer las bases científicas de lo que vas a hacer; conocer la parte ética de la investigación, sobre todo porque trabajas con animales", puntualizó.

Por último invitó a los estudiantes a

elegir bien una carrera, ya que será la manera en como escogieran vivir, "deben elegir bien para no desertar, para ser buenos profesionistas, para servir bien a los demás; porque si eligen basados en el interés monetario, antes que por una auténtica vocación, no van a disfrutar su trabajo y no van a hacer bien las cosas", finalizó el investigador. ✓

### Raúl Olmos Zúñiga

Ha recibido seis premios de la Academia Mexicana de Cirugía y ha llegado a ser investigador nacional y de la UNAM; Jefe investigador en el área de Ciencias Médicas de la Unidad de Trasplante Pulmonar Experimental del INER, cuyas líneas de trabajo es el trasplante pulmonar de cicatrización de cirugía experimental, profusión pulmonar ex vivo y uso de prótesis biológicas, entre otras.

**Preparación de prótesis biológicas para su uso en la pared toraco-abdominal.**

**Pericardio bovino tratado con glutaraldehído.**  
**Uso clínico.**  
**Hernia abdominal postincisional**

INER

Zoom



## Participa en el número 33 de la revista *Eutopía*

Está abierta la convocatoria para el número 33 de la revista del CCH, edición correspondiente al periodo de julio-diciembre, que tendrá el tema "50 años de aprender a aprender". La fecha límite de entrega será el 30 de junio. Debe contar con las siguientes características:

- Los artículos deben ser enviados por profesores del Colegio.
- Pueden utilizar el análisis y la teoría sobre el proceso enseñanza-aprendizaje.
- Así como plantear un texto sobre las experiencias con los Programas Institucionales del Colegio.
- Deberán ser inéditos.
- Tener una extensión mínima de cinco cuartillas y máxima de ocho. En fuente Arial 12 y en formato de citación APA.
- Los artículos deberán ir acompañados de un resumen en español y el abstract en inglés.
- Los autores pueden anexar fotos, grabados, gráficos, cuadros o figuras que ilustren el texto, citando de forma obligatoria, su fuente y garantizando que no tengan derechos reservados.
- Los artículos serán sometidos a evaluación de pares.
- Los trabajos deberán enviarse a: [eutopiacch@yahoo.com.mx](mailto:eutopiacch@yahoo.com.mx) o [eutopia@cch.unam.mx](mailto:eutopia@cch.unam.mx) dirigidos a la Lic. Zyanya Sánchez Gómez, coordinadora de la revista.





El Taller de dibujo continúa con actividades durante el periodo de aislamiento

# Dibujar el apocalipsis

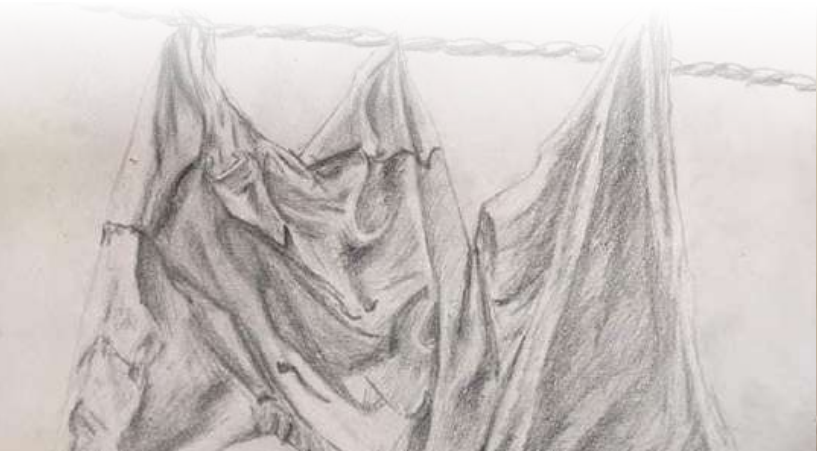
*Las acusaciones son lo que en su mayoría vemos en redes sociales.*

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA  
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

El compromiso de dar continuidad a los servicios del Colegio permea tanto en las actividades académicas como en las artísticas y culturales, por lo que Departamento de Difusión Cultural del plantel ha buscado difundir entre nuestra comunidad actividades estéticas que ayuden a los alumnos a sentir, analizar y expresar sus emociones y pensamientos, lo que contribuye a manejar de mejor manera la ansiedad que ha generado el aislamiento.

Es el caso del taller de dibujo y pintura del CCH Vallejo impartido por el profesor Oscar Guzmán explicó que la continuidad debería ser primordial “había que dar continuidad a los trabajos para mantener el compromiso, la disciplina y el rigor que ofrece un espacio dedicado al dibujo y a la pintura como es el nuestro y quizá más importante, habría que usar el dibujo como herramienta filosófica y emocional para enfrentar la crisis que se nos presenta” asegura el tallerista.

El esfuerzo del taller para esta situación fue nombrado “dibujando en el apocalipsis” y en palabras de Oscar Guzmán quedó regido por tres ejes.





Primero: no intentar dar clase online en el sentido estricto, sino a provechar a una serie de autores (Josef Albers, Betty Edwards, Robert Morris, Cynthia Caztzcic etc.) que han planteado el desarrollo, la discusión y la práctica de dibujo fuera del aula, a partir de ellos diseñar ejercicios en la dirección crítica y reflexiva.

Segundo: reafirmar nuestra adherencia al espíritu ceceachero de "aprender a aprender"; las indicaciones son escuetas, esto permite la investigación de los chicos, arrojando salidas muy diversas; a la hora de publicarlo en un grupo de trabajo, los demás asimilan las soluciones de sus compañeros, cada uno abona a esa retroalimentación haciendo una didáctica muy horizontal. El éxito del resultado está muy ligada a su compromiso, hasta ahora han sido muy inventivos los resultados.

Tercero, asumir que estamos en un confinamiento social y desde ahí, usar temas y materiales

a la mano: plantas, objetos, telas, sillas, cartulinas, hilo, alambre, periódico, materiales que no sean un obstáculo en estas circunstancias sociales, y lo más importante re-imaginar el aislamiento.

El taller propone pintar cada viernes con distintos temas, por ejemplo, un estudio al natural de un animal muerto, en otro ejercicio, explica el profesor "revisando un poco a Robert Morris y sus reflexiones y posturas que convergieron en el dibujo como pensamiento, propusimos un ejercicio muy sencillo en su configuración, pero con infinitas posibilidades: poner una tela sobre un objeto y hacer tres dibujos a línea pura (sin claroscuros) y uno en el que el trabajo de luz y sombra fuera más exhaustivo".

El compromiso de brindar un espacio de desarrollo integral a los estudiantes continuará adaptándose a las circunstancias. ✓



Entrevista María Guadalupe León Kempis

# Cómo aprender inglés durante la cuarentena



la actitud y postura de los jovencitos ha sido de mayor responsabilidad y madurez que de los docentes”

*Expone la académica que la edad no es un impedimento para impartir clases en línea y continuar con el trabajo a distancia.*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.  
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

La cuarentena nos llegó sin anticipación, por lo que toda la comunidad del Colegio tuvo que organizarse de manera emergente para trabajar desde casa. Ante tal contingencia, los profesores tuvieron a bien capacitarse con el fin de desempeñar su labor docente a la distancia, sobre esto y cómo ha sido la enseñanza del inglés en línea, charlamos con la profesora María Guadalupe León Kempis, profesora con 10 años de antigüedad en el plantel y que imparte las asignaturas

de inglés III y IV.

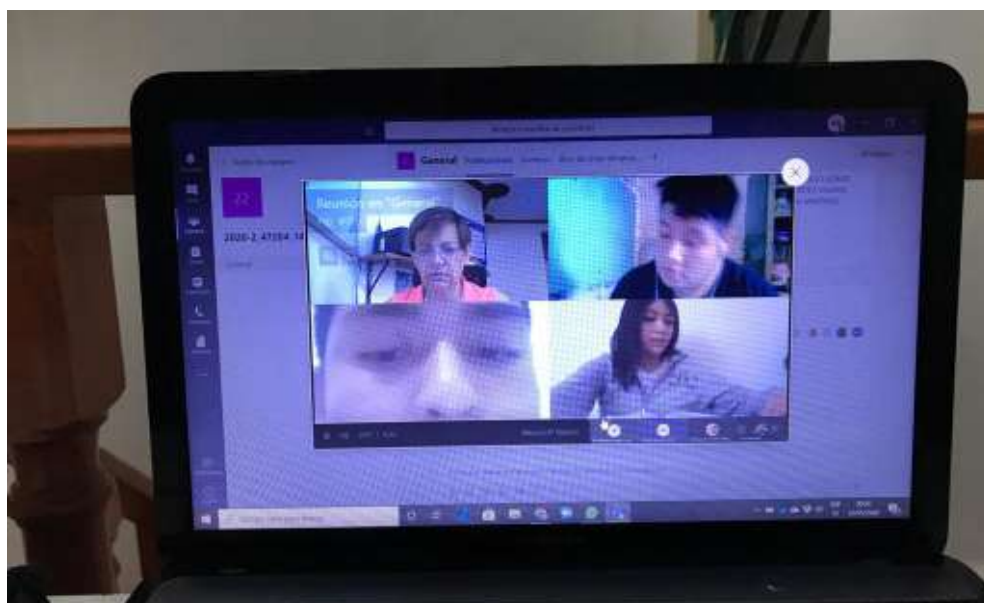
La académica cuenta con el diplomado de Microsoft Teams por lo que ya laboraba con sus alumnos desde el correo institucional, “se me hizo adecuado este método de comunicación con los muchachos de manera virtual, llevar un seguimiento más pun-

tual y no olvidarnos de los que no son atendidos y llegan a sentirse abandonados”.

Sobre esta forma de trabajo, Guadalupe León menciona que consiste en tener las clases de manera virtual en los horarios habituales; los alumnos están conectados durante la clase y si surgen dudas pren-

den micrófonos y van exponiendo todos los martes y jueves, que es el horario en que la profesora imparte su cátedra en línea de aproximadamente una hora 35 minutos.

Agrega que el trabajo realizado en línea es fácil por los cursos y diplomados que ha cursado en la UNAM sobre Tecnolo-



Capturas de pantalla / Fuente: Cortesía de la profesora

gía de Información y Comunicación, sin duda la edad no ha sido un impedimento para atender a los estudiantes “ya tengo 55 años y parece que tenemos miedo a usar las TIC; sin embargo, es increíble, una herramienta genial”.

Sobre el desarrollo de su clase, explica que en Teams se puede enviar el blog de notas, el cual usa para dar la introducción a la lección, “yo tengo 55 años es como si estuvieran iniciando el tema; en esa pestaña pongo ejemplos, posteriormente, en otra pestaña se desarrolla la clase, en donde ellos van a poner en práctica lo aprendido; por ejemplo, en el present perfect puse videos y adverbios y en el desarrollo ellos envían su tarea, como

conclusión insertaron un audio para checar su presentación en el uso adecuado de la gramática y la pronunciación”.

Sobre las dificultades que se le han presentado al impartir la asignatura de manera virtual, menciona que algunos estudiantes no pudieron entrar a la plataforma y enviaron sus actividades vía Whatsapp.

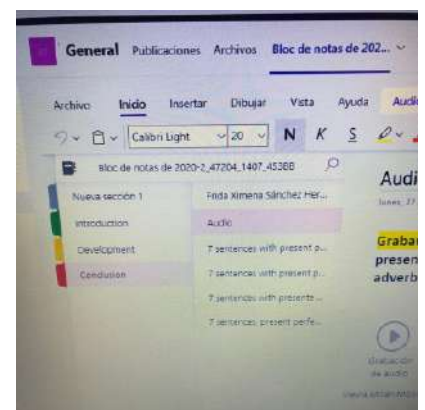
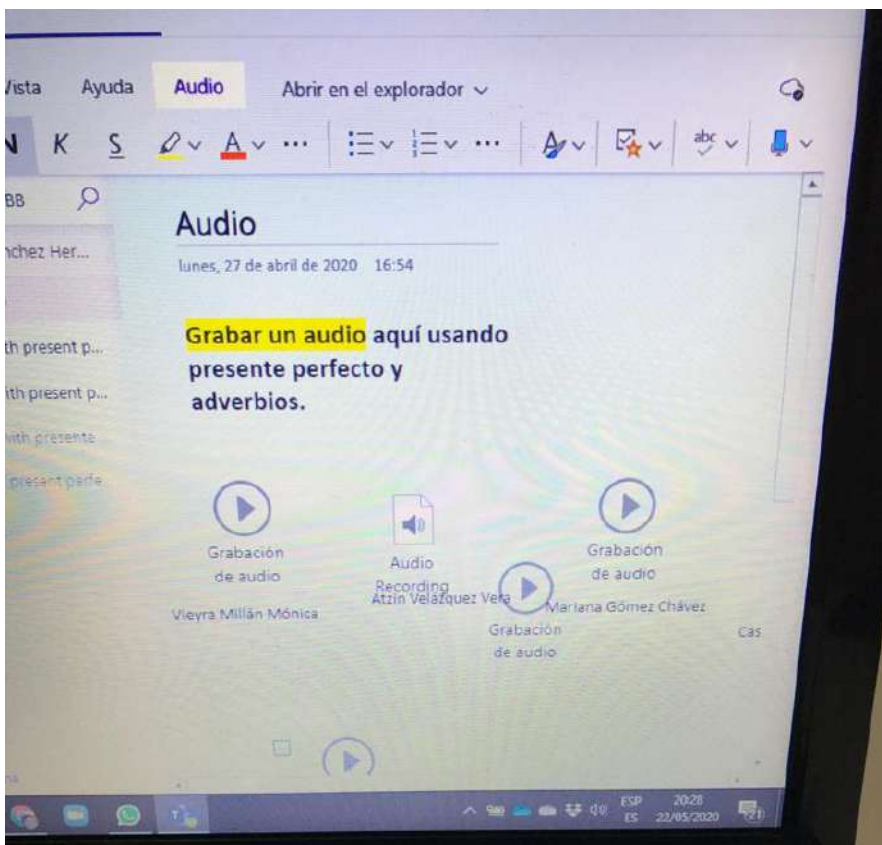
La respuesta que ha tenido por parte de sus alumnos ha sido positiva, “estoy muy sorprendida porque uno piensa que van a tomar ventaja y lo que he escuchado por parte de ellos es que los ventajistas han sido los profesores que no se han comunicado o les dejaron mucha tarea, creo que la actitud y postura de los jovencitos ha

sido de mayor responsabilidad y madurez que de los docentes”.

Sobre si el trabajo virtual puede reemplazar al presencial, comenta que “definitivamente las clases a distancia no pueden sustituir ni al 90% a las presenciales porque el aspecto emocional es muy importante”. Finalmente, la profesora María Guadalupe León recomienda ampliamente a los profesores el uso de Microsoft Teams, “es increíble, tiene mucha calidad”. ✓



Ya tengo 55 años, y parece que tenemos miedo a usar las TIC; sin embargo, es increíble, una herramienta genial”



Capturas de pantalla / Fuente: Cortesía de la profesora





# Mediaciones

Revista académica de comunicación del CCH

El Consejo Editorial de **Mediaciones. Revista de Comunicación del Colegio de Ciencias y Humanidades**

## CONVOCA

A la comunidad docente del Colegio de Ciencias y Humanidades y a los interesados en el campo de conocimiento de la comunicación y su enseñanza en la Educación Media Superior y Superior, a colaborar en el segundo número de **Mediaciones. Revista de Comunicación del Colegio de Ciencias y Humanidades** con la publicación de un artículo académico, ensayo, reseña o reporte de investigación acerca del tema:

## Comunicación y narrativas transmedia

- Las colaboraciones deberán ser inéditas.
- Los escritos deberán tener una extensión mínima de cinco cuartillas y máxima de ocho en el caso de artículos, ensayos y reportes de investigación.
- Deben estar escritos en Arial de 12 puntos a 1.5 de interlineado.
- Las referencias deberán integrarse en el cuerpo del documento con base en el sistema APA.
- La lista de fuentes deberá indicarse al final del artículo con base en el sistema APA.
- Se debe agregar un archivo Word con los siguientes datos: síntesis curricular de 3 a 4 líneas, correo electrónico y entidad académica de adscripción.
- Se les notificará por correo electrónico el resultado de la evaluación de su escrito.
- La recepción de las colaboraciones no implica su aceptación para ser publicadas
- Los textos recibidos serán evaluados por pares.
- La fecha límite para recibir los textos será el **viernes 14 de agosto de 2020**, en el siguiente correo electrónico: [mediaciones.cch@gmail.com](mailto:mediaciones.cch@gmail.com)



El Comité Editorial

Azcapotzalco: Leslie Rondero Ramírez;  
Naucalpan: Enrique Pimentel Bautista e  
Iriana González Mercado;  
Oriente: Ignacio Valle Buendía;  
Sur: Cinthia Reyes Jiménez;  
Vallejo: Edmundo Gabino Aguilar Sánchez.



Aprender cantando

# El poder de la magia y la voz humana

*La ópera no es para aburridos, viejitos, cultos o pudientes, no importa que no la entiendas porque el arte no siempre se entiende*

JORGE SAÚL BERNAL ARÉVALO  
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX



Gerardo Kleimburg / Foto: Jorge Saúl Bernal Arevalo

Ayudado con música de Eminem, John Travolta y de la Ópera "la traviata" de Puccini, Gerardo Kleimburg, crítico, escritor y difusor de la Ópera en México invitó a la participación reflexiva, "sin pretender convencer a nadie de mis gustos y preferen-

cias, de modo personal odiaba la ópera hasta que un día me di la oportunidad de escucharla y terminé llorando", comentó ante los cecehacheros.

"Quiero que comprendan que la ópera no es para aburridos, viejitos, cultos o pudientes, no importa que no

la entiendas porque el arte no siempre se entiende, se disfruta por la emoción que transmite", así explicó Picasso una de sus obras, apoyándose en una rosa, la cual dijo ser bella, "pero su belleza no tiene explicación", solo se disfruta.

De manera lúdica y

dinámica, entre cantos, reflexiones y risas juveniles, el experto explicó la diferencia entre cantar y hablar; resaltando la necesidad de la palabra en la comunicación humana para expresar emociones, ideas, sentimientos y conceptos; "así como es necesario para el ave cantar o al pez nadar; al hombre es necesaria la palabra y en el canto somos iguales a las aves", explicó.

Invitó a los asistentes a meditar un poco en torno a la antigüedad de la tierra y el proceso de evolución humana; "la tierra tiene 4 mil 500 millones de años y solo 200 mil 000 años nosotros como especie y poco nos diferenciamos con el mono de los árboles", ya que según explico, ambos nos comunicamos a través de sonidos de la voz, "nuestro cerebro está cableado para ser hiperreceptivo a ésta desde tiempos remotos, en donde lo más importante era avisar del peligro"; dijo que hoy se cuenta con el canto, donde uno



expresa los sentimientos de forma pontencializada, "todas las religiones cantan o tienen sus oraciones sujetas a la musicalidad y la métrica, de este modo se cree que llegan más fuertes las alabanzas a las deidades, el canto sirve para transmitir culturas y tradiciones, arrullar a bebés, memorizar y contar historias", ejemplificó.

Todo lo que se hace con la voz sirve para algo, explico que el canto sirve para comunicar, liberar el estrés, memorizar algo, etc. "según la neurociencia, memorizar algo fácilmente si intervienen las emociones como el afecto, recuerdas fácilmente el número de la chica que te gusta aunque solo lo dijo una vez, pero también se memorizan fácilmente las cosas si tienen una musicalidad, un ritmo una métrica", aseguró, tales como las canciones infantiles en las cuales se enseñan a sumar o el número de locatel. Por ello la voz y la música son parte importante de la comunicación humana. ✓

## Gerardo Kleimburg

Critico, escritor y difusor de la Ópera en México que en su hoja de vida cuenta con la experiencia de haber sido Director del Festival Internacional Cervantino (FIC) y Director General de Casa del Lago "Juan José Arreola" de la Coordinación de Difusión Cultural - UNAM .



Gerardo Kleimburg / Foto: Jorge Saúl Bernal Arevalo



Gerardo Kleimburg y asistentes / Foto: Jorge Saúl Bernal Arevalo



# Diferencia entre denuncia, queja y acusación

*Las acusaciones son lo que en su mayoría vemos en redes sociales.*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.  
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

La apertura que brinda internet y las redes sociales no ha permitido estar más en contacto con todas las personas, buscar otras fuentes de información, enriquecer más nuestro conocimiento, pero también son utilizadas con frecuencia para exponer hechos ilícitos. Esta forma de denuncia es la manera más rápida de dar a conocer diversos sucesos que deben ser resueltos por la autoridad. Sin embargo, hay una creencia errónea de que algo que es ilícito y público debe castigarse sin un procedimiento legal.

En este sentido y de acuerdo con la Conse-

jería Jurídica y Servicios Legales de la CDMX, una denuncia es el aviso que realiza la víctima al Ministerio Público de que se cometió un delito, y con el cual se inicia la investigación. Debiendo precisarse que la denuncia puede realizarla cualquier persona, mientras que la querrela solamente puede formularla la víctima a quien se afectó en alguno de sus derechos. Respecto al denunciante se entiende como aquella persona que sabiendo o conociendo algún hecho tiene como obligación ciudadana el hacer saber a la Autoridad Competente los hechos ocurridos para que ésta a su vez inicie la investigación que corresponda. En donde se entiende como querrelante a la persona que sufre un daño o perjuicio, así como al individuo que ha sufrido un menoscabo o alte-

ración en sus bienes, su persona y en su integridad física y psíquica y, al querellante, al delito como a la acción que va en contra de lo establecido por la ley.

Por su parte, la queja, a diferencia de la denuncia: es la expresión de la voluntad mediante la cual un Ciudadano inicia un procedimiento en contra de una autoridad y/o particular que le haya -a su consideración- violentado o haya realizado acciones contrarias a derechos, mismas que no son propiamente un delito.

La autoridad que resuelve la queja no inicia procedimientos que resulten en penas privativas de la libertad, esto es facultad exclusiva del Ministerio Público.

La queja se presenta en casos como violaciones a derechos humanos por autorida-

des o por inconsistencias con algún servicio como el banco, en la atención a los usuarios o incluso relacionados a la calidad de los productos. Normalmente se resuelven amonestaciones públicas, recomendaciones para las autoridades/empresas

La queja puede resolver que se está presente a un delito y entonces darle vista al Ministerio Público para que inicie una investigación o solicitarle al quejoso interponga una denuncia.

Por último, la acusación, es una expresión mediante la cual una persona finca hechos o responsabilidades a un tercero, a diferencia de la denuncia o la queja no necesariamente tiene efectos penales/administrativos pues esta no necesariamente se realiza ante una instancia gubernamental. ✓



El Departamento de Difusión Cultural del CCH.  
te invita al

## Taller de guitarra clásica.

Imparte el **Prof. Juan Manuel Espino**, obtén los conocimientos necesarios para iniciarte en el proceso de aprendizaje y adquiere las habilidades básicas para la práctica de la guitarra clásica.

Las clases serán impartidas por medio de la **plataforma zoom** en horario asignado, dos veces por semana los días **martes y jueves**, con **duración de aprox. 20 min.**

El taller será impartido en dos periodos:

Del **15 de junio al 03 de julio** y  
Continuará del **27 de julio al 21 de agosto de 2020**

**Requerimientos:** guitarra acústica, cuaderno pautado y lápiz.

**Nivel:** principiantes e intermedios

Los interesados deberán solicitar la ficha de la inscripción al correo electrónico **musicacch@gmail.com**.

A partir de la fecha de publicación de la presente convocatoria hasta el **17 de junio** para inscripción.

Diseño: Samantha J. Ramírez | Servicio Social







El Departamento de Difusión Cultural del CCH.  
te invita al

## Taller de guitarra popular (principiantes).

Imparte el **Prof. Juan Manuel Espino**, obtén los conocimientos necesarios para iniciarte en el proceso de aprendizaje y adquiere las habilidades básicas para la práctica de la guitarra popular.

Las clases serán impartidas por medio de la plataforma zoom en horario asignado, tres veces por semana los días **lunes, miércoles y viernes**, con duración de aprox. 20 min.

El taller será impartido en dos periodos:

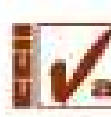
**Del 15 de junio al 03 de julio y**  
**Continuará del 27 de julio al 21 de agosto de 2020**

**Requerimientos:** guitarra acústica, cuaderno pautado y lápiz.

Los interesados deberán solicitar la ficha de inscripción al correo electrónico [musicacch@gmail.com](mailto:musicacch@gmail.com).

A partir de la fecha de publicación de la presente convocatoria hasta el **17 de junio** para inscripción.

Diseño: Samantha J. Ramirez | Servicio Social





# Fase 1 de la vacuna contra la COVID-19

THE LANCET / TRADUCCIÓN: MITRA, BRENDA TERRAZAS

UNAM GLOBAL

[HTTPS://COVID19COMISIONUNAM.UNAMGLOBAL.COM/](https://COVID19COMISIONUNAM.UNAMGLOBAL.COM/)

Según una nueva investigación publicada en *The Lancet*, un ensayo de Fase 1 (con dosis escaladas) para probar una vacuna vectorizada con adenovirus recombinante tipo 5 (Ad5) para proteger contra Covid-19, probó que esta nueva vacuna es segura, bien tolerada y capaz de generar respuesta inmune contra el SARS-CoV-2 en humanos a los 28 días.

Características de la nueva vacuna vectorizada Ad5-nCoV

La nueva vacuna COVID-19 vectorizada Ad5, utiliza un virus del resfriado común debilitado (adenovirus, que infecta fácilmente las células humanas, pero está debilitado, por lo que es incapaz de

causar enfermedades) para "entregar" el material genético que codifica la proteína (S) del SARS-CoV-2 a las células. Estas células luego producen la proteína espiga y viajan a los ganglios linfáticos donde el sistema inmunitario crea anticuerpos que reconocerán esa proteína espiga y lucharán contra el coronavirus.

La vacuna candidata fue bien tolerada en todas las dosis sin eventos adversos graves informados dentro de los 28 días posteriores a la vacunación. La mayoría de los eventos adversos fueron leves o moderados, con el 83% (30/36) de los que recibieron dosis bajas y medias de la vacuna y el 75% (27/36) en el grupo de dosis alta que informaron al menos una reacción adversa dentro

de los 7 días de la vacunación.

La prueba de la vacuna reveló que la reacción adversa más común en el lugar de la inyección fue dolor informada en 58 (54%) receptores de la vacuna, y las reacciones adversas sistemáticas más frecuentes fueron fiebre (50 [46%]), fatiga (47 [44%]), dolor de cabeza (42 [39%]) y dolor muscular (18 [17%]).

Después de 28 días, la mayoría de los participantes tuvieron un aumento de cuatro veces en los anticuerpos de unión y la mitad (18/36) de los participantes en los grupos de dosis baja y media y tres cuartos (27/36) de los del grupo de dosis alta mostraron anticuerpos neutralizantes contra el SARS-CoV-2.

Es importante destacar que la vacuna Ad5-nCoV también estimuló una respuesta rápida de células T en la mayoría de los voluntarios, que fue mayor en aquellos que recibieron las dosis más altas y medias de la vacuna, con niveles máximos a los 14 días después de la vacunación, grupo de dosis media y alta a los 14 días.

Otros análisis mostraron que 28 días después de la vacunación, la mayoría de los receptores mostraron una respuesta positiva de células T o tenían anticuerpos neutralizantes detectables contra el SARS-CoV-2 (grupo de dosis baja 28/36 [78%]; grupo de dosis media

33/36 [92%]; grupo de dosis alta 36/36 [100%]).

Sin embargo, los autores señalan que tanto la respuesta de anticuerpos como de células T podría reducirse mediante una alta inmunidad preexistente al adenovirus tipo 5 (el vector/portador del virus del resfriado común): en el estudio, 44-56% de los participantes en el ensayo tuvo una alta inmunidad preexistente al adenovirus tipo 5, y tuvo una respuesta de anticuerpos y células T menos positiva a la vacuna.

"Estos resultados representan un hito importante. El ensayo demuestra que una dosis única de la nueva vacuna COVID-19 vectorizada con adenovirus tipo 5 (Ad5-nCoV) produce anticuerpos específicos contra virus y células-T en 14 días, lo que lo convierte en un candidato potencial para más investigación", menciona el profesor Wei Chen del Instituto de Biotecnología de Beijing, quien es responsable del estudio.

Existe la posibilidad de una mayor investigación de la vacuna COVID-19 vectorizada Ad5 para el control del brote de COVID-19. Un ensayo aleatorizado, doble ciego, controlado con placebo, en Fase 2 en curso en China (NCT04341389) proporcionará más información sobre la seguridad e inmunogenicidad de la vacuna. ✓



## FECHAS IMPORTANTES PARA ALUMNOS

### Alumnos de 6to semestre

No.	Actividad	Fecha
1	Publicación de la convocatoria de Pase Reglamentado ( <a href="http://www.escolar.unam.mx">www.escolar.unam.mx</a> )	01 de junio de 2020
2	Hoja de datos estadísticos, Examen de diagnóstico de inglés y pregunta sobre discapacidad en tu sitio ( <a href="http://www.escolar.unam.mx">www.escolar.unam.mx</a> )	03 al 14 de junio de 2020
3	Registro de Pase Reglamentado ( <a href="http://www.escolar.unam.mx">www.escolar.unam.mx</a> )	03 al 14 de junio de 2020
4	Cambio de las opciones de las carreras del Pase Reglamentado, solicitarlo a través del siguiente correo <a href="mailto:contacto_pr_cch@dgae.unam.mx">contacto_pr_cch@dgae.unam.mx</a>	08 al 12 de junio de 2020
5	Atención y asesoría alumno del CCH en el correo <a href="mailto:contacto_pr_cch@dgae.unam.mx">contacto_pr_cch@dgae.unam.mx</a>	08 al 12 de junio de 2020
6	Inicio del Programa Emergente de Recuperación de Ordinario	08 al 26 de junio de 2020
7	Revisa tus calificaciones en tu Historial Académico ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	18 de junio al 19 de agosto de 2020
9	Inscripción al examen extraordinario ( <a href="http://www.cch-vallejo.unam.mx">www.cch-vallejo.unam.mx</a> )	29 de junio al 03 de julio de 2020
10	Registro al PAE Último esfuerzo ( <a href="http://www.cch-vallejo.unam.mx">www.cch-vallejo.unam.mx</a> )	29 de junio al 01 de julio de 2020
11	Publicación del listado de los alumnos aceptados al PAE Último esfuerzo ( <a href="http://www.cch-vallejo.unam.mx">www.cch-vallejo.unam.mx</a> )	03 de julio de 2020
12	Solicitud para repetir ciclo escolar vía internet (1ro y 2do ó 3er y 4to ó 5to y 6to semestre)	29 de junio al 03 de julio de 2020
13	Aplicación de PAE Último esfuerzo vía internet	27 de julio al 07 de agosto de 2020
14	Programa de Apoyo al Ingreso en línea para quienes registraron una carrera en la modalidad a distancia	27 de julio al 23 de agosto de 2020
15	Reinscripción de alumnos que van a repetir 3er y 4to semestre	03 al 07 de agosto de 2020
16	Reinscripción de alumnos que van a repetir 5to y 6to semestre	10 al 14 de agosto de 2020
17	Aplicación de exámenes extraordinarios EZ vía internet	10 al 14 de agosto de 2020
18	Liberación de Pase Reglamentado ( <a href="http://www.escolar.unam.mx">www.escolar.unam.mx</a> )	21 de agosto de 2020
19	Reinscripción al recursamiento de materias impares	24 al 26 de agosto de 2020
20	Resultados del programa de apoyo al ingreso en línea para quienes registraron una carrera en la modalidad a distancia	28 de agosto de 2020
21	Obtención de diagnóstico académico (pase reglamentado) ( <a href="http://www.escolar.unam.mx">www.escolar.unam.mx</a> )	2 al 6 de septiembre
22	Obtención de documentación de ingreso (pase reglamentado) ( <a href="http://www.escolar.unam.mx">www.escolar.unam.mx</a> )	9 al 13 de septiembre
23	Inscripción en planteles (pase reglamentado)	10 al 18 de septiembre
24	Inicio de ciclo escolar 2021-1	21 de septiembre de 2020
25	Reinscripción de alumnos que van a repetir 1ro y 2do semestre	21 al 25 de septiembre de 2020



## Alumnos de 4to semestre

No.	Actividad	Fecha
1	Atención y asesoría alumno del CCH en el correo <a href="mailto:contacto_pr_cch@dgae.unam.mx">contacto_pr_cch@dgae.unam.mx</a>	08 al 12 de junio de 2020
2	Inicio del Programa Emergente de Recuperación de Ordinario	15 al 26 de junio de 2020
3	Revisa tus calificaciones en tu Historial Académico ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	18 de junio al 19 de agosto de 2020
4	Solicitud de cambio de turno o plantel ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	29 de junio al 03 de julio de 2020
5	Solicitud para repetir ciclo escolar vía internet (1ro y 2do ó 3ro y 4to semestre)	29 de junio al 03 de julio de 2020
6	Reinscripción de alumnos de 5to semestre	10 al 14 de agosto de 2020
7	Reinscripción al recursamiento de materias impares	24 al 26 de agosto de 2020
8	Autorización de cambios de turno o plantel ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	24 al 28 de agosto de 2020
9	Inicio de ciclo escolar 2021-1	21 de septiembre de 2020
10	Reinscripción de alumnos que van a repetir 1ro y 2do semestre	21 al 25 de septiembre de 2020

## Alumnos de 2to semestre

No.	Actividad	Fecha
1	Atención y asesoría alumno del CCH en el correo <a href="mailto:contacto_pr_cch@dgae.unam.mx">contacto_pr_cch@dgae.unam.mx</a>	08 al 12 de junio de 2020
2	Inicio del Programa Emergente de Recuperación de Ordinario	21 al 26 de junio de 2020
3	Revisa tus calificaciones en tu Historial Académico ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	18 de junio al 19 de agosto de 2020
4	Solicitud de cambio de turno o plantel ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	29 de junio al 03 de julio de 2020
5	Solicitud para repetir ciclo escolar vía internet (1ro y 2do semestre)	29 de junio al 03 de julio de 2020
6	Reinscripción de alumnos de 3er semestre	03 al 07 de agosto de 2020
7	Reinscripción al recursamiento de materias impares	24 al 26 de agosto de 2020
8	Autorización de cambios de turno o plantel ( <a href="http://dgae-siae.unam.mx/www_gate.php">dgae-siae.unam.mx/www_gate.php</a> )	24 al 28 de agosto de 2020
9	Inicio de ciclo escolar 2021-1	21 de septiembre de 2020
10	Reinscripción de alumnos que van a repetir 1ro y 2do semestre	21 al 25 de septiembre de 2020

# ACTIVIDAD FÍSICA

La actividad física se refiere a cualquier movimiento distinto a permanecer en estado de reposo o acostado; puede ser desde actividades cotidianas como subir escaleras, barrer, planchar, a rutinas de ejercicio que involucren el mover todo nuestro cuerpo.

**Mantenernos activos físicamente puede ayudar a nuestro cuerpo de diversas formas:**



**Ayuda a mejorar la oxigenación.**



**Permite un mejor funcionamiento de todos los sistemas corporales.**



**Equilibra la presión arterial** y el azúcar.



**Fortalece los músculos** y la resistencia de los huesos.



**Puede retardar la aparición de enfermedades crónicas**, como la obesidad y la diabetes, y las complicaciones asociadas a ellas.



**Mejora la coordinación** y el equilibrio.



**La práctica constante regula diversas funciones cerebrales**, lo que evita el riesgo de padecer depresión o algún tipo de deterioro cognitivo.



El ejercicio mejora la sensación de bienestar de manera general.