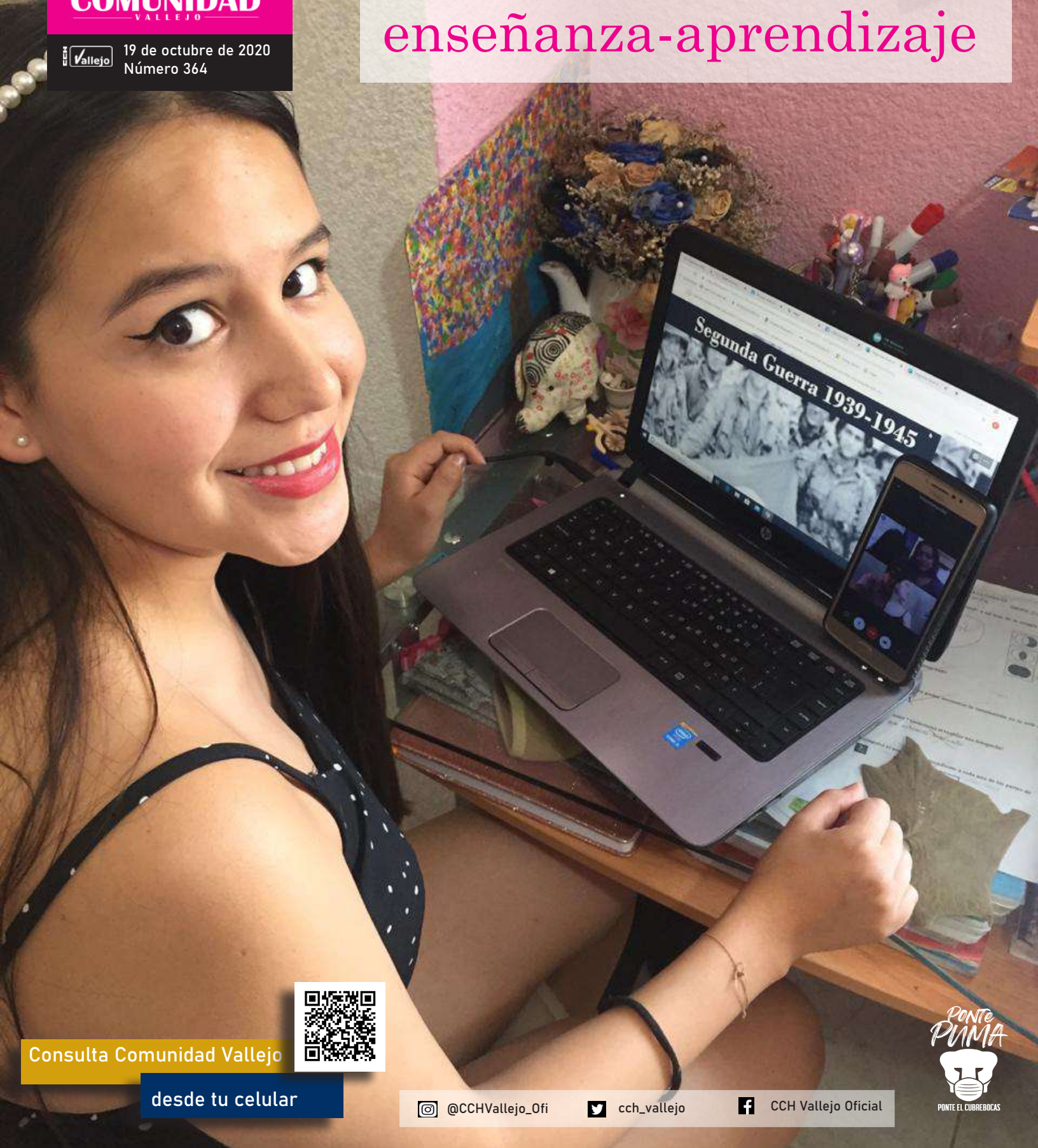


Nuevas formas de enseñanza-aprendizaje



Consulta Comunidad Vallejo



desde tu celular

@CCHVallejo_Oficial

cch_vallejo

CCH Vallejo Oficial



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
SECRETARIA 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 COMUNICACIÓN

Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera
 Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo
 Lic. Diana Fernanda Velázquez Ortiz
REPORTEROS Y FOTOGRAFOS

Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada
DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Adrián Enríquez Rodríguez
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

Nestor Francisco Martínez Pérez
SERVICIO SOCIAL

Comunidad Vallejo es publicada por el Departamento de Información del plantel Vallejo, planta alta de la Biblioteca. Teléfono: 55-5097-2146. 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 364.**

EDITORIAL

Compromiso por la educación

Desde hace varios años la Universidad se ha dado a la tarea de capacitar a su personal docente en el uso de la tecnología de la información y la comunicación a través de los cursos que imparte la Dirección General de Cómputo y de Tecnologías de Información y Comunicación (DG TIC) para reducir la brecha digital.

El momento de poner a prueba los conocimientos adquiridos por los docentes en los cursos de las TIC está siendo una realidad, se han buscado las formas de llevar a cabo las clases y la comunicación con los alumnos, en pocas palabras se pusieron la camiseta y han trabajado a distancia.

Esta nueva dinámica ha acelerado el proceso de aprendizaje del uso de distintas aplicaciones o plataformas que permiten el trabajo colaborativo.

El docente y los alumnos se enfrentan a varios retos: tener una buena comunicación para concretar la adquisición de conocimientos, lidiar con la conectividad, que no siempre es la mejor o más eficiente, y el uso adecuado de los recursos TIC.

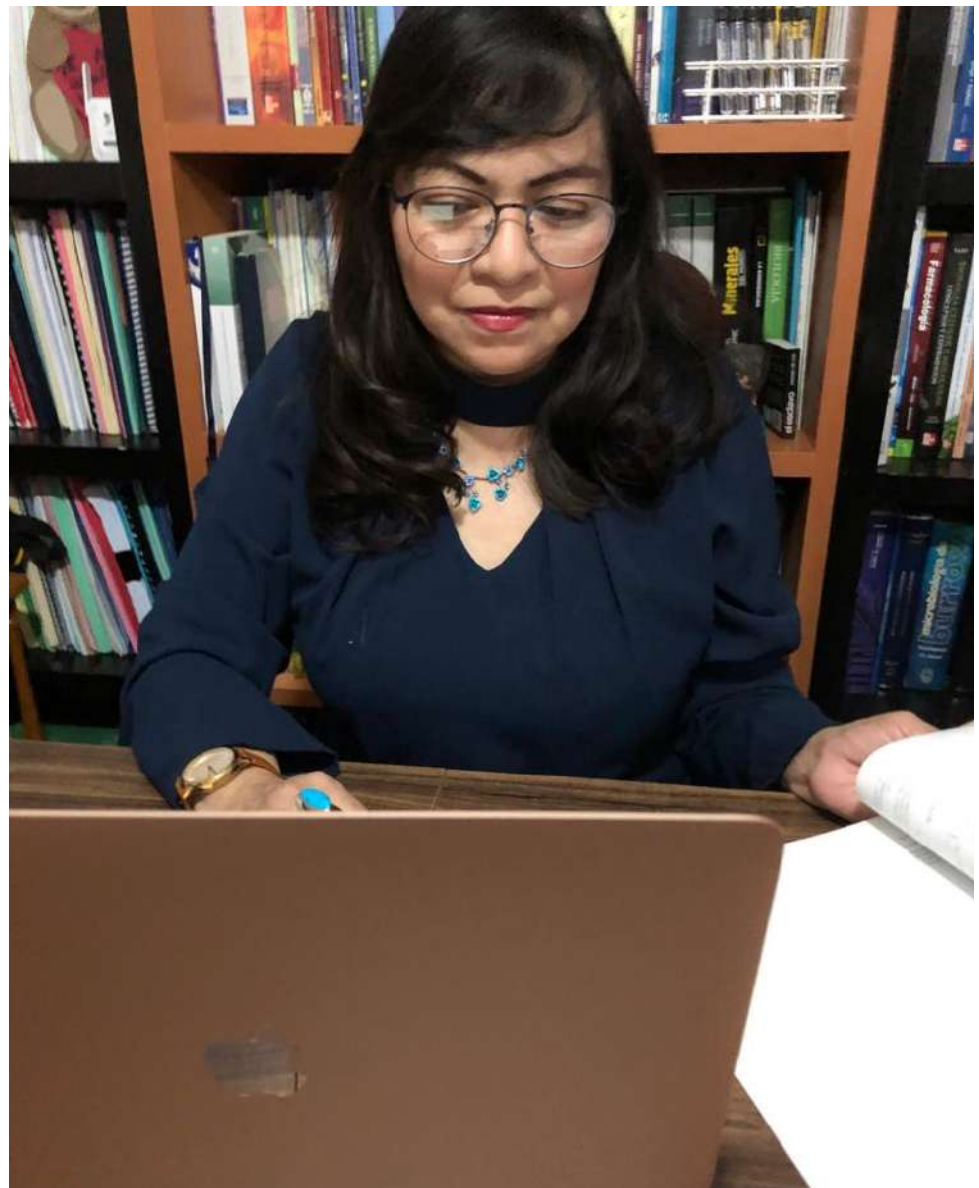
Esto implica esfuerzo de ambos lados, pero una vez más la comunidad Cececehacera sacará adelante el compromiso de formar a los futuros universitarios y profesionales.

✓ Uso de plataformas para el aprendizaje

La profesora Bertha Zayas comparte experiencias como docente frente a grupo y asesora en el nuevo contexto virtual

Nuevas dinámicas para las clases en línea

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



“WhatsApp fue un gran apoyo para mí porque había alumnos que tenían problemas de conectividad, entonces, se les hacía más sencillo contactarme por ese medio.”

Profesora Bertha Zayas

Que los profesores mantengan una buena comunicación con sus alumnos siempre ha sido importante sin embargo, hoy en día se ha vuelto un detalle crucial en el proceso de enseñanza- aprendizaje a distancia, tanto si se trata de un grupo completo, como de apoyar a alumnos de forma individual a través del Programa Institucional de Asesorías (PIA).

Bertha Zayas Juárez, profesora de Química ha enfrentado de forma positiva las clases a distancia, ya que desde que se encontraba cursando el taller de herramientas digitales de Microsoft, como parte de su formación docente, le ha valido para ser una acompañante en el proceso de aprendizaje de los alumnos en el uso de estas tecnologías con fines académicos.

“Al inicio del ciclo escolar tuvimos una sesión para mostrar el funcionamiento de Teams, Telegram, cómo se hacen las videollamadas en Zoom, cómo tenían que dar de alta su correo institucional y cuáles eran las ventajas que tenía este correo a través de Microsoft, como poder acceder a toda la paquetería porque muchos chicos no sabían que podían descargar Word, Power Point, Excel, etcétera.” Explicó la académica.

“Ahora en mis grupos utilizamos la plataforma institucional Teams, pero para conectarnos utilizamos Zoom; algunos han propuesto Meet (de Google) y a veces por la pizarra sí nos hemos tenido que desplazar a esa plataforma, ellos tienen comunicación conmigo por el chat, me envían mensajes, también se me ha hecho una alternativa muy importante para mantenernos en comunicación utilizamos Telegram porque no compromete datos personales, se oculta el número de celular y yo puedo enviar archivos grandes.”


En cuanto a su papel como asesora, Zayas Juárez explica que inicia siempre con una entrevista de vi-

deoconferencia, la cual le sirve para evaluar las dudas del estudiante “Hay alumnos que te dicen: yo ya investigué este proceso y revisé esto otro, entonces es muy rápido el avance con este tipo de estudiantes; Yo lo relaciono con un servicio de atención a clientes, si ellos se van satisfechos van a regresar”.

Nuevas dinámicas

Otro de los aspectos que están cobrando importancia es el desarrollo de códigos de conducta en los entornos virtuales que, si bien siguen respondiendo al sentido común, están adquiriendo características particulares, para la profesora Zayas, los puntos clave son el respeto y la responsabilidad.

“Buscar cómo adaptarse a las condiciones de los chicos creo que es muy importante, no todos pueden acceder a Teams, no todos quieren abrir su cámara, es muy importante el respeto que como profesores tenemos a su privacidad; es un tanto delicado, yo no les pido que prendan su cámara porque nuestra población es muy diversa, hay quienes en verdad no tienen acceso a una cámara, otros sienten cierta incomodidad por su entorno, otros que no tienen opción de micrófono y tienen que escribir sus respuestas en el chat”.

Explicó que se pueden dar algunos excesos o problemas que surgen al momento de las clases, como alumnos que abandonan la sesión o que no se presentan, ante esto la profesora expuso: “les comento que les doy el beneficio de la duda, si me dicen que tienen algún problema en una clase, confío en que la siguiente clase participen y cumplan con las actividades que se les asignaron, creo que es momento para nosotros de ser un poco más empáticos y para ellos de ser más responsables”. 



Buscar cómo adaptarse a las condiciones de los chicos creo que es muy importante”



✓ El seminario busca enriquecer la experiencia docente mediante el intercambio entre académicos

Profesores apuestan por el trabajo colaborativo

El objetivo es conocer cómo funcionarán las estrategias en línea antes de aplicarlas

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

Está en marcha el Curso-Seminario virtual del Taller de Lectura, Redacción e Iniciación a la Investigación Documental: Construyamos el curso en línea. Experiencias compartidas del TLRIID I y III; que inició el 12 de septiembre y concluirá el próximo 7 de noviembre.

Esta iniciativa del profesor Abenámar René Nájera Corvera, quien coordina el seminario, busca socializar las experiencias de los profesores que impartirán estas materias a distancia para enriquecer la experiencia docente.


“Es una experiencia que te enriquece, porque hay profesores que tienen más desarrolladas sus habilidades digitales, pero hay otros que no y el hecho de presentar tu trabajo y que también los profesores te enriquezcan, te retroalimenten o que, si ellos no tienen tanta experiencia, vean el trabajo que tú puedes hacer o qué se puede hacer para que los alumnos adquieran los aprendizajes”, expuso Claudia Nayadeli Reynoso Monterrubio, ponente del seminario y profesora del Plantel Vallejo.

Por su parte, el profesor Pedro David Ordaz Arredondo, quien fuera el encargado de la primera ponencia, resaltó la necesidad de reconocer la diferencia entre el trabajo presencial y lo que ahora requiere la llamada nueva normalidad: “Hay que tomar en cuenta que no es el mismo soporte, que no estamos en las mismas condiciones, entonces, la educación en línea es completamente distinta a la educación presencial y para abordarla hay que hacer los ajustes necesarios”. Respecto a la dinámica que propone el seminario comentó “es una cuestión de apoyo entre compañeros, de tendernos la mano para analizar cómo van a funcionar nuestras estrategias antes de ponerlas en marcha”.

Para ambos profesores es claro que las nuevas condiciones son un reto para los educadores, pero que si algo caracteriza al cuerpo docente del plantel y del Colegio es su habilidad y disposición para trabajar en equipo y dar lo mejor de sí, la profesora Reynoso dijo “en mi caso la mayoría de los archivos que compartí son editables, si de pronto ellos los quieren modificar a sus necesidades lo pueden hacer, es una manera de apoyarnos; creo que es una de las características del Colegio, ser solidarios en es-

tos momentos tan complicados, compartir nuestro trabajo para ir avanzando”.

Sabemos que esta iniciativa será parte de muchas acciones que la comunidad de profesores del Colegio implementará para cumplir dignamente con la labor de la enseñanza.

Las sesiones son sabatinas de 17:00 a 19:00 horas y en cada una se realizan videoconferencias donde un ponente expone estrategias que cubren las unidades de los programas de TLRIID I y III, esto incluyendo el enfoque, los materiales a ocupar y las rúbricas de evaluación. 



René Nájera, coordinador del seminario



La educación en línea es completamente distinta a la educación presencial y para abordarla hay que hacer los ajustes necesarios”

✓ Más de treinta años del Programa de Jóvenes hacia la Investigación

Fomentar el trabajo científico en los alumnos

Los futuros profesionistas deberán recabar información siempre vigente para su desarrollo

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



El Programa Jóvenes hacia la Investigación surge como respuesta a una disminución generalizada en el interés hacia la labor científica, al principio se basó en las Ciencias Experimentales y en 1994 se instituyó la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales a cargo de la Coordinación de Humanidades.

Felisa Sandra Salgado Escorcia, coordinadora del programa en el CCH Vallejo, comentó, que tiene como propósito promover, desarrollar, fomentar investigaciones, actividades y proyectos relacionados con el estudio y la reflexión de temas afines a las Humanidades y Ciencias Sociales para establecer vínculos con los investigadores de la Coordinación de Humanidades, que apoyen el trabajo de los profesores y alumnos participantes con conferencias, estancias cortas, tutorías académicas; así como la realización de seminarios, cursos, talleres y concursos de los Institutos de la UNAM.

Explicó que su experiencia dirigiendo este proyecto ha sido grata; “el programa apoya a los alumnos en la preparación de sus proyectos de investigación para presentarlos en concursos, artículos publicables; gracias a él han mejorado sus habilidades de comunicación escrita, mismas que les darán otras oportunidades en los niveles escolares siguientes, además de difundir entre los

alumnos de bachillerato valores humanísticos, sociales y artísticos propios de la institución”.


En torno a la crisis sanitaria mundial de Covid 19, explicó que en su proyecto de trabajo a final del semestre anterior, terminó usando herramientas digitales para continuar con las sesiones de metodología, además comentó que uno de los cambios más importantes a los que nos vemos obligados es que ahora las conferencias, visitas guiadas; junto con los cursos de metodologías y técnicas de creatividad también serán en línea.

La doctora Felisa Sandra Salgado Escorcia, que imparte Administración y Ciencias Políticas en el CCH Vallejo también coordina el Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, en breve entrevista para Gaceta Comunidad, definió el programa.



Foro Del Programa Jóvenes hacia la Investigación

“Considero que este cambio de trabajo a todos afectó, los investigadores jóvenes extrañan las pláticas presenciales y ver las expresiones y emotividad con que todos hablaban de sus investigaciones, se extraña el mirar la curiosidad en ellos; ahora todo eso será en línea , pero siempre tendremos como docentes el ánimo de incentivar a los alumnos el gusto y la inquietud por la investigación.

La doctora Salgado Escorcía invitó a todos los alumnos interesados en desarrollar sus habilidades como investigadores a que se integren a este programa, “los futuros profesionistas deberán recabar información siempre vigente para su desarrollo”. 

“

El programa apoya a los alumnos en la preparación de sus proyectos de investigación para presentarlos en concursos, artículos”

✓ Rector de la UNAM del 3 de enero de 1973 al 2 de enero de 1981

Legado de Guillermo Soberón a la educación superior del país

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

El nombre del doctor Guillermo Soberón Acevedo está sólidamente ligado al desarrollo y fortalecimiento de la salud, la educación pública, la autonomía universitaria, la investigación científica y la cultura en México, e indisolublemente vinculado a la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Su gestión como rector (1971-1983) marcó una profunda transformación de la Universidad Nacional por sus aportaciones en los ámbitos académico, de la investigación, docencia y extensión de la cultura.

Siendo el trigésimo quinto rector de la UNAM, fue un determinado impulsor de la iniciativa de modificación al Artículo Tercero constitucional para adicionar la fracción VII, con la cual se garantizó la autonomía de las universidades e instituciones de educación superior del país, facultad que garantizó el respeto de la libertad de cátedra e investigación, entre otros aspectos relevantes.

La expansión

Con sus planteles en Cuautitlán, Acatlán, Iztacala, Aragón y Zaragoza, con



lo que permitió atender la demanda creciente de educación superior en la zona conurbada de la Ciudad de México.

Surgió también la Facultad de Psicología y la Escuela Nacional de Trabajo Social, mientras que las escuelas de Enfermería y Economía evolucionaron; esta última se convirtió en facultad. Además, se fortalecieron las funciones de planeación universitaria para atender los múltiples proyectos académicos.

Impulsó también el crecimiento del posgrado, el Sistema de Universidad Abierta y surgieron entidades como el Centro de Investigación en Matemáticas Aplicadas y en Siste-

mas; de Estudios sobre la Universidad; de Ciencias de la Atmósfera; de Ciencias del Mar y Limnología; al igual que los institutos de Investigaciones Antropológicas; de Filológicas, y de Ingeniería, entre otros.


Fomentó la descentralización de proyectos y programas en diferentes puntos del país, como una forma de promover el desarrollo científico a nivel nacional.

La cultura

La cultura de la UNAM y del país también vivieron un ímpetu, pues Soberón fue artífice del Centro Cultural Universitario, a los que se suman la Biblioteca

y la Hemeroteca nacionales.

Entre estos recintos destaca la apertura de la Sala Nezahualcóyotl, uno de los sitios para conciertos más importante a nivel mundial, por su espectacular acústica y diseño arquitectónico.

Fue promotor del proyecto inédito del Espacio Escultórico, logrado gracias a la participación de los artistas Helen Escobedo, Manuel Felguérez, Sebastián, Hersúa, Federico Silva y Mathias Goeritz. Con su apoyo se llevaron a cabo reconstrucciones en el Museo Universitario del Chopo, el Palacio de Santo Domingo y el Antiguo Palacio de Minería. 

✓ Más de 3000 especies de minerales conocidos

Los minerales, materia prima para el desarrollo de la vida



“En la medida que desarrollemos nuestra ciencia nuestros recursos mineros darán a nuestra economía un valor agregado”
Pablo M. González

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

El maestro Pablo Miguel González Judd, de la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas del IPN, impartió la conferencia titulada Química geometría y los ingredientes de la vida moderna vía zoom a la comunidad del Plantel Vallejo, el pasado 13 de octubre.

El investigador González Judd, docente en hematología y bioética además de coleccionista de fósiles también apasionado de los minerales, mostró a los alumnos algunas piezas durante el desarrollo de su ponencia. Explicó que también las comercializa o intercambia, siendo todo este material base para impartir sus clases de Geología en la Escuela Nacional de Ciencias Geológicas del IPN.

“Los minerales son materia prima para el desarrollo de nuestra vida, son compuestos químicos naturales, su estructura geométrica les proporciona sus propiedades físicas como el brillo metálico, semimetálico o no metálico; su nombre está determinado por los elementos que lo conforman, dependiendo de su fórmula y estructura atómica que cristaliza naturalmente, son sólidos y de composición química definida con posibles variaciones que generan distintos minerales como el cuarzo; la gran mayoría de ellos son inorgánicos, excepto los carbonatos”.


Existe, dijo el ponente, la escala de Mohs para determinar la dureza con rango de 1 a 10: talco, yeso, calcita, fluorita, apatito, ortoclasa, cuarzo, topacio, corindón y diamante; definió, también la exfoliación como el tipo de ruptura generada por impacto en el mineral.

Dentro de las más de 3000 especies de minerales conocidos; dijo: “existe la clasificación de Strúnz basada en su composición química: elementos nativos, sulfuros, halu-

ros, fosfatos óxidos, carbonatos, cromatos, silicatos, boratos, wolfratos”.

En comparativo, Pablo González Judd; definió a las rocas y las clasificó en ígneas, metamórficas y sedimentarias, dijo: “son un conjunto de minerales formadas por cristales pequeños nombrados según su génesis y contenido de minerales”.

La roca es resultado de una extracción, trabajo y pulimentación humana, ejemplo el diamante que es trabajando con 68 facetas.

Para finalizar el ponente explicó: “la química es parte de nuestra realidad cotidiana, desde la prehistoria el hombre primitivo usaba la hematita y otros minerales para sus pinturas; hoy es vigente y común el uso del oro o silicio en una computadora; el azufre para hacer pólvora o desinfectantes, la arcilla con agua para la cerámicas y alfarería. Las piedras preciosas como el rubí, la esmeralda junto con la azulita, la eritrina, malaquita apreciadas por su color azul, rojo y verde respectivamente son frecuentes en el ornato”. 

“

La química es parte de nuestra realidad cotidiana, desde la prehistoria el hombre primitivo usaba la hematita y otros minerales para sus pinturas”




Prevención

Promover la autoexploración, acudir a revisiones periódicas y chequeos es crucial para detectar la enfermedad a tiempo. En México se registran alrededor de 15 muertes al día, haciendo de esta patología como la primera causa de muerte en mujeres de 25 años o más. El Cáncer de Mama no solo afecta a mujeres, un porcentaje menor puede desarrollarse en hombres.

El cáncer es una enfermedad que afecta significativamente a un gran número de personas mundialmente, además de afectar de manera considerable cualquier parte del cuerpo humano. Un porcentaje importante de cánceres pueden ser tratados mediante cirugía, radioterapia o quimioterapia, y si se detectan en una fase temprana el tratamiento puede hacer que estos desaparezcan.

Para la detección oportuna es recomendable que las personas mayores de 25 años, toquen sus mamas después de la menstruación, a fin de encontrar alguna bolita o anomalía en el tejido mamario.

Si se llega a encontrar algo que pueda considerarse extraño, deberás buscar ayuda profesional para que los especialistas sean los encargados de explorar y de ser necesario, solicitar otros estudios como ultrasonidos y mastografías.

Actualmente, las unidades médicas dentro del territorio mexicano pueden detectar anomalías durante una exploración física o con la ayuda de mastografías de detección. Si es necesario analizar más a fondo, las instituciones ofrecen la aplicación de otros estudios y la opinión de médicos especialistas para asegurar un diagnóstico oportuno. Existen casos en los que puede ser necesario tomar muestras de tejido mamario y analizarse por medio de una biopsia. 

Día Mundial del Cáncer de Mama

NESTOR FRANCISCO MARTÍNEZ PÉREZ
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

Con la intención de concientizar a la población, cada 19 de octubre se conmemora el Día Mundial del Cáncer de Mama. La OMS (Organización Mundial de la Salud) ha declarado que octubre es el mes de la sensibilización sobre esta enfermedad, creando una campaña de salud en la se busca dar atención, pronta detección, tratamiento y orientar sobre los cuidados que necesita una persona al atravesar por este padecimiento.

Para conmemorar este día, desde 1992 el famoso lazo rosa es utilizado y que gracias a la propuesta por parte de la editora en jefe de la revista Self', Alexandra Penney, es promovido como el símbolo distintivo de la lucha contra el Cáncer de Mama y Ginecológico.

CONVOCATORIA AL CONCURSO UNIVERSITARIO



La UNAM, a través de la Secretaría de Protección, Atención y Seguridad Universitaria (SPASU) y la Dirección General de Atención a la Comunidad (DGACO), **invita a la Comunidad Universitaria a participar en el certamen “ZOOMPANTLI” de la MegaOfrenda Virtual 2020**

BASES

1.- Podrá participar cualquier grupo de estudiantes de la comunidad universitaria, incluyendo aquellos pertenecientes al sistema incorporado de la UNAM, que lo acrediten correctamente.

2.- Las personas interesadas podrán participar en grupos de 4 y hasta 20 personas con una fotografía tomada en una pantalla de zoom con motivo del Festival de Día de Muertos Virtual de la UNAM.

3.- Características de la fotografía:

- a) Las y los integrantes de la fotografía deberán **intervenir artísticamente un cubrebocas y también podrán caracterizar su rostro.**
- b) Deberán abrir un zoom en donde aparezca su **rostro con el cubrebocas** intervenido, colocado adecuadamente.
- c) Deberán estar **encuadrados de tal forma que se vea claramente el cubrebocas** intervenido y solo el rostro de cada uno(a) de las y los integrantes del equipo.





d) La fotografía puede tener retoque (brillo, color, etc.), sin alterar la imagen.

e) Deben asignarle un título a la fotografía.

4.- Inscripción y registro:

a) Las personas deberán **mandar su fotografía y sus datos** (nombre, entidad, acreditación de estudiante vigente) a la página **megaofrenda.unam.mx** a más tardar el **20 de octubre a las 23:59 hrs.**

5.- Premios y Reconocimientos:

a) Las fotografías podrán ser visitadas por el público que acceda a la plataforma de la **MegaOfrenda Virtual 2020** y podrán votar por su fotografía favorita en Twitter a través del hashtag **#MegaofrendaUNAM #Zoompantli** y *el número de tu foto favorita (foto #)*

b) La votación se cierra el **6 de noviembre a las 22:00 hrs**

c) Los resultados publicarán en la página **megaofrenda.unam.mx**

d) Los premios se repartirán entre las y los integrantes del equipo, y son los siguientes:

1er Lugar: Tarjetas de regalo por un total de \$4,000.00 (Cuatro mil pesos 00/100 MN), a distribuirse entre el equipo

2do Lugar: Tarjetas de regalo por un total de \$3,000.00 (Tres mil pesos 00/100 MN), a distribuirse entre el equipo

3er Lugar: Tarjetas de regalo por un total de \$2,000.00 (Dos mil pesos 00/100 MN), a distribuirse entre el equipo.

Además recibirán un diploma digital por parte de la DGACO.

c. Se podrán otorgar hasta 5 menciones honoríficas.

6.- Cualquier asunto no especificado en la presente convocatoria será resuelto por los organizadores.

7.- La participación en este concurso implica la aceptación de las bases

Para mayores informes podrán dirigirse al correo:
megaofrenda@dgaco.unam.mx



Actuación de la Comisión Interna de Igualdad de Género (CInIG) ante los casos de denuncia por violencia de género

POR MAHARBA ANNEL GONZÁLEZ GARCÍA
INTEGRANTE DE LA CInIG VALLEJO

Las Comisiones Internas de Igualdad de Género en la UNAM cumplen la función de promover y de orientar a la comunidad en temas de igualdad y perspectiva de género a partir de la Política Institucional de Género que se está generando en la Universidad.


Al ser órganos plurales y deliberativos, las CInIGs tienen un papel relevante como instancias abiertas para conocer, observar, vincular y canalizar las necesidades de su comunidad en cuanto a temas de igualdad de género y temáticas afines. Por ello tenemos como tarea primordial diseñar y promover mecanismos para erradicar la violencia de género en nuestra comunidad y podemos remitir a las víctimas que así lo requieran a la Defensoría de la Universidad.

Dentro de nuestras funciones y por solicitud de la Dirección del Plantel en atención a las exigencias de la comunidad, nos dimos a la tarea de diseñar e impartir cursos de formación docente en Perspectiva de Género en el pasado período interanual. La tarea que asumimos de forma constante es continuar formándonos en igualdad y perspectiva de género. Para lograrlo estamos en contacto



Fuente: Gaceta UNAM

con la Coordinación para la Igualdad de Género de la UNAM y recurrimos a los materiales y recomendaciones que han creado el Consejo Universitario y el Centro de Investigaciones y Estudios de Género de la UNAM.

Recurrimos a los canales institucionales correspondientes con la finalidad de darle información oportuna a la comunidad, así como rutas de acción para denunciar, entre otros, casos de violencia de género. A este respecto, es necesario tener presente que el Consejo Universitario, en su sesión ordinaria del 7 de agosto de 2020, aprobó el Estatuto de la Defensoría de los Derechos Universitarios, Igualdad y Atención de la Violencia de Género, para quedar en los términos siguientes: 

ESTATUTO DE LA DEFENSORÍA DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS, IGUALDAD Y ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

CAPÍTULO I

DISPOSICIONES GENERALES

Artículo 1º. La Defensoría de los Derechos Universitarios, Igualdad y Atención de la Violencia de Género (en adelante "La Defensoría") es un órgano de la Universidad Nacional Autónoma de México que, para contribuir a la promoción de la igualdad entre los universitarios, tiene por objeto:

1. Recibir y atender quejas del alumnado y personal académico de la UNAM, por actos u omisiones que afecten a los derechos que otorga la normativa universitaria.
2. Recibir y atender quejas del alumnado, personal académico y personal administrativo por actos u omisiones que constituyan violencia de género.
3. Coadyuvar con las autoridades en la estrategia de prevención, atención, sanción y erradicación de la violencia de género y cualquier otra forma de violencia en la UNAM, y
4. Proporcionar asesoría en materia de derechos universitarios y violencia de género.

La Defensoría es un órgano autónomo e independiente y gozará de plena libertad para ejercer su presupuesto y las atribuciones que le confieren este Estatuto y la Legislación Universitaria.

Es importante conocer esta información para comprender el lugar que ocupa la CInIg en la atención a casos de violencia de género que se denuncien en la comunidad (estudiantes, académicos y trabajadores) del Plantel Vallejo. Entre sus funciones tiene la de canalizar a las personas pertenecientes a la comunidad, que así lo requieran, a La Defensoría. Este órgano cuenta con una persona titular y al menos dos Defensores Adjuntos, garantizando en todo momento la paridad de género. Cuenta también con personal especializado en la atención en materia de violencia de género y personal con cualificaciones para llevar a cabo procedimientos alternativos.

Si deseas más información con respecto a la Defensoría de la UNAM, puedes consultar la información de su página web <https://www.defensoria.unam.mx/>, su cuenta de Facebook, Defensoría UNAM así como su cuenta de Twitter @UNAMDDU

A continuación, te presentamos algunas **preguntas que podrían ayudarte a visibilizar situaciones de acoso sexual. ¡IDENTIFÍCALAS!**



Acoso verbal:

- ¿Alguna vez te has sentido amenazada, chantajeada por tus compañeros o profesores de escuela para acceder a un acto sexual?
- ¿Te han hecho bromas, comentarios o chistes obscenos acerca de tu cuerpo o sexualidad?
- ¿Alguna vez has recibido insinuaciones, comentarios indeseados de carácter sexual?
- ¿Te han contado chistes de carácter sexual sin tu consentimiento?
- ¿Has recibido comentarios homofóbicos e insultos basados en tu sexualidad, identidad de género, orientación sexual o expresión de género?
- ¿Te has sentido discriminada o agredida en alguna plática con otros, por el hecho de ser mujer u hombre?
- ¿Han minimizado tus comentarios u opiniones sobre algún tema?
- ¿Has recibido cartas anónimas con mensajes agresivos u obscenos?
- ¿Has recibido llamadas constantes o mensajes electrónicos indeseables y persistentes de alguien anónimo?

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

Para mejorar la seguridad en los planteles y sus alrededores, protegiendo la integridad física, psicológica y emocional de estudiantes, maestros y personal que labora en los planteles del CCH, se creó la Cartilla de prevención y autocuidado del cecehachero.

Ésta considera como básica en la cultura de la prevención el portar la credencial de la UNAM como parte importante de la seguridad y el cuidado de los integrantes de la comunidad universitaria, buscando desarrollar óptimamente las tareas sustantivas de la UNAM; difusión del conocimiento, cultura y recreación además de la investigación y docencia.

La Cartilla busca disminuir las situaciones de riesgo, evitar los actos delictivos y violentos, contra restar los riesgos derivados de contingencias ambientales o de desastres naturales haciendo uso de los protocolos establecidos por los Comités de Seguridad.

En la contingencia actual te invitamos mantenerte informado de la circunstancia del semáforo Covid 19, a conservar sana distancia, practicar el estornudo de etiqueta, evitar conglomeraciones y préstamo de objetos de uso personal, entrar y salir ordenadamente por los lugares asignados, usar cubrebocas y mascarilla además de un aseo frecuente de manos y uso de gel anti bacterial.

Deberás ser cuidadoso al observar situaciones que atenten contra tu integridad como persona evitando en tus relaciones sociales, estudiantiles o académicas; cualquier tipo de violencia de género como hostigamiento sexual, acoso, cyberbullying.


Se te informa que cuentas con el apoyo de la institución para emitir una queja en el Departamento Jurídico que te garantiza

Cartilla de prevención y autocuidado del cecehachero

confidencialidad, diligencia, accesibilidad e información adecuada para obtener resultados que protejan tus garantías, acorde a la Legislación Universitaria.

La ciberseguridad es otro aspecto que debes tener en cuenta protegiéndote de ataques cibernéticos donde piratas o hacker roban información para extorsionar con fines económicos por lo que se te recomienda que actualices periódicamente tu software y cambies tus contraseñas, usando números, mayúsculas, minúsculas y caracteres especiales; evitando abrir correos adjuntos de remitentes desconocidos y el uso de red de wifi de lugares públicos. Para aumentar tu seguridad como peatón en los alrededores del plantel evita caminar solo o en lugares oscuros y llevar joyas u objetos costosos.

También es importante la prevención de adicciones, para ello debes evitar el consumo de sustancias tóxicas como drogas legales o ilegales, realizar actividad física o deportes, distraer tu mente en el, escuchando música o desarrollando actividades lúdico-recreativas.

En caso de contingencias como incendios, fugas de gas o sismos se te pide como base conservar la calma y desalojar el área de modo disciplinado, recordando los principios de "no grito, no corro, no empujo"; si puedes ayuda; llama a los bomberos, central de fuga o policía; si sabes, atiende heridos o gentes necesitadas de apoyo, pero siempre mantén la calma y actúa positivamente. 



Prevención y autocuidado del cecehachero




Día Mundial de la Salud Mental en tiempos de Covid

DIANA FERNANDA VELÁZQUEZ ORTIZ
DIANA.VELAZQUEZ@CCH.UNAM.MX


En el marco mundial del día de la salud mental celebrado el 10 de octubre, la pandemia provocada por el virus del Covid-19 ha modificado la forma de vida no sólo de nuestra comunidad universitaria, sino del mundo entero. Esto ha traído repercusiones a la salud física y mental de las personas, pues el miedo, incertidumbre, el aislamiento social y el cambio de rutina las afectan de manera directa.

Es probable que durante la pandemia en algún momento hayas sentido miedo, tristeza, estrés, ansiedad o soledad y no lo sepas manejar, por ello es importante aprender estrategias de autocuidado que beneficien tu salud mental.

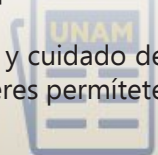
A continuación, se presentan algunas:

1. Trata de mantener tu rutina. Si bien mantener una rutina ha sido complicado durante la cuarentena tener el control sobre tus horarios de estudio, trabajo, comida, recreación y descanso son importantes para el cuidado de tu salud mental.
2. Mantenerte ocupado. El enfocar tu energía y pensamientos en actividades o pasatiempos que disfrutes y puedas realizar desde tu casa te aleja de los ciclos de ansiedad, es momento de poner manos a la obra en aquel proyecto que tanto has querido realizar.
3. Prioriza. El mundo no se creó en una noche, por ello no te satures de tareas, es importante fijar metas razonables priorizando las actividades acordes a nuestras posibilidades y siempre celebra tus logros.
4. Forma lazos. El distanciamiento social es una de las medidas preventivas más importantes para evitar el contagio, no obstante, esto no significa que no puedas rodearte de personas. La tecnología hoy en día nos permite ser cercanos aún a la distancia, así que has uso de las redes y no dejes de socializar.
5. Busca ayuda. La ansiedad y la depresión no son problemas que desaparecen por sí solos, al contrario, los síntomas pueden empeorar, por ello siempre sé sincero sobre cómo te sientes y contacta a instituciones que dan apoyo psicológico aún a la distancia. Un ejemplo de ello es la línea de atención psicológica de la UNAM (tel. 50 25 08 55) que ofrece ayuda gratuita a toda la comunidad.
6. Descansa. Duerme lo suficiente a tus horarios regulares tal y como lo harías si no hubiera pandemia.
7. Establece tiempos: Limita tu tiempo frente a las pantallas y apaga tus dispositivos antes de dormir, está comprobado que la luz azul emitida por estos altera los ciclos del sueño y el descanso pudiendo aumentar los niveles de estrés.

La ansiedad y el estrés son reacciones físicas y psicológicas desencadenadas por las exigencias de la vida actual, sin embargo, cada persona reacciona de manera diferente ante situaciones difíciles y pueden verse afectados más allá de su capacidad de afrontarlas.

Por ello es fundamental que practiques el autocuidado atendiendo a las medidas de higiene y cuidado de la salud mental. Recuerda, aún a la distancia no estás solo, comparte tus emociones y si lo requieres permítete pedir ayuda. 

¡Tú eres muy importante! ¡Cuídate!



Pruebas PCR de saliva para Covid-19 elevarían el número de tests practicados en México

OMAR PÁRAMO/MYRIAM NUÑEZ
[HTTP://WWW.UNAMGLOBAL.UNAM.MX/](http://www.unamglobal.unam.mx/)

En todo el mundo, y todo el tiempo, se están haciendo tests PCR para diagnosticar la Covid-19 y ello ha generado una escasez alarmante de material: hisopos, reactivos y protección para el personal sanitario. Ante tal desabasto y el retraso subsiguiente para obtener resultados, las pruebas de saliva bien podrían ser de ayuda, señala la doctora Susana López Charretón, del Instituto de Biotecnología (IBt) de la UNAM.

De hecho, éste es un inconveniente que ella y su equipo han observado de cerca y a través de un fenómeno peculiar, pues cuando su laboratorio comenzó a apoyar con el análisis de muestras a la Secretaría de Salud Morelos (el IBt está en Cuernavaca), todo marchaba normalmente hasta que, entre abril y mayo, comenzaron a ver que las pruebas que realizaban —en palabras de la académica— “no les salían muy bonitas”.

Para determinar la presencia del SARS-CoV-2, los tests PCR buscan el ARN del virus en las secreciones de los pacientes y, si lo encuentran, generan una señal fluorescente; al mismo tiempo, éstas también detectan otro tipo de material genético: el ARN de las personas analizadas. Al observar este último, y si está en niveles adecuados, los especialistas saben entonces que la muestra fue bien tomada

“Sin embargo, lo que empezamos a ver fue que el ARN humano lucía bajo y que teníamos un rendimiento mucho menor al esperado, y a eso me refiero con que las pruebas no se veían bonitas. Al indagar la razón nos enteramos de que, ante la escasez de insumos, en vez de emplear dos hisopos para realizar un frotis en la nariz y otro en la garganta, los médicos comenzaron a usar sólo uno, pero en la boca (orofaríngeo); con ello ahorran algo de material, pero su muestra no era tan buena”.

A decir de la académica, el desabasto de estos objetos es un problema severo y mundial y, por lo mismo, no debería minimizarse, como hizo Donald Trump el 17 de abril cuando declaró en rueda de prensa: “Los hisopos los puede armar cualquiera, están hechos de algodón, ¿entonces por qué tanto alboroto? El algodón se consigue con facilidad, aunque si alguien no puede obtenerlo nosotros se lo damos”.


El asunto —subraya la académica— es que, pese a las ocurrencias del presidente de los EU, los hisopos no son cotonetes ni podrían serlo, ya que por su origen vegetal y por tener información genética propia, el algodón alteraría la lectura de las muestras y, por ende, los resultados; de ahí que se fabriquen con materiales sintéticos como poliéster o nylon.

Así, para contrarrestar esta faltante de insumos, ella y su equipo del Departamento de Genética del Desarrollo y Fisiología Molecular del IBt desarrollaron una prueba que no necesita hisopos. “Las PCR de saliva no son nuevas, nosotros las adaptamos al SARS-CoV-2 y los resultados han sido buenos. Logramos una eficiencia del 90 por ciento y, lo más importante, eliminamos los hisopados nasofaríngeos; ahora el paciente sólo debe escupir en un recipiente y no mucho; dos mililitros bastan”.

Una alternativa mucho más barata y segura.

En una encuesta reciente del prestigioso portal Medscape se señala que el 60 por ciento del personal sanitario de México ha estado en contacto con enfermos de Covid-19 portando una protección inadecuada o incluso ninguna, lo cual implica un grave riesgo para sus vidas. En este aspecto las pruebas PCR de saliva también ofrecen grandes ventajas.

“Se ha vuelto difícil conseguir cubrebocas profesionales N95, caretas, batas y todo el material indispensable para cuidar de quien toma las muestras para un PCR normal, en especial porque los frotis son tan molestos y los hisopos entran tan profundo en fosas nasales y garganta que los examinados terminan por toserle o estornudarle a quien tienen enfrente. Con el test PCR salival no pasa esto ya que el paciente es quien se toma la muestra a sí mismo y nos la entrega en un recipiente sin necesidad de asistencia alguna. Es algo así como una auto-toma”.

Tan sólo por eliminar la presencia forzosa de personal sanitario y de los hisopos, estas pruebas son una opción bastante viable para testear a cada vez más gente; pero, además, el método tiene el extra de que, a diferencia de los PCR tradicionales que requieren estuches especiales para purificar los esputos de nariz y garganta, el de saliva —en vez de un kit— usa un reactivo a base de detergentes y proteasas, logrando una purificación similar mediante un procedimiento más económico. 

Para ver la nota completa entra a:
<http://www.unamglobal.unam.mx/?p=90338>



Escapada virtual

Ha pasado poco más de medio año desde que la vida a la que estábamos acostumbrados dejó de ser nuestra realidad y ésta se convirtió en una ficción muy vívida que, probablemente, creíamos poder solo ver en algún capítulo de una serie.

Aunque al día de hoy somos testigos y vivimos dentro de una "nueva normalidad" en la que debemos tratar de desenvolvernos como antes de la pandemia por la COVID-19, sabemos que la normalidad propia de cada uno tardará mucho en ser la que algún día fue, pero, no hay de qué preocuparse; la Ciudad de México entró dentro del semáforo epidemiológico naranja y esto trajo consigo que diversos recintos como los museos, que permanecieron cerrados por más de seis meses, reabran sus puertas aunque sin llegar al tope de su capacidad.

Si no quieres exponer tu salud y la de tu familia al querer visitar alguno de estos lugares, muchos de ellos ofrecen la opción de recorrerlos de manera virtual.

Para ello te traemos una lista de cinco museos a los que puedes acceder desde la comodidad de tu cama o sillón, sin la necesidad de arriesgarte a salir de casa:

MUAC, Museo Universitario de Arte Contemporáneo

La página del MUAC ofrece un recorrido dentro de sus instalaciones: una de sus atracciones es el recorrido 360° por el exterior del recinto, si bien es corto lo que ofrece, desde el mismo portal puedes acceder a recorrer la Casa del Lago, la FILMOTECA UNAM y el Museo Universitario El Chopó.

Palacio de Bellas Artes

Murales de Orozco, Rivera y Siqueiros puedes ser admirados desde la página oficial del Palacio de Bellas Artes, que en un recorrido 360° te permite admirar todos los detalles de este majestuoso lugar emblemático de la capital mexicana. Además, puedes visitar el interior de su auditorio y ver detalladamente la decoración art decó que lo constituye.

Museo Frida Kahlo. CASA AZUL

Coyoacán es uno de los sitios de interés más concurridos de la ciudad, entre sus calles se encuentra este museo que fue el hogar de la célebre pintora que goza de popularidad mundial al día de hoy. Google Arts & Culture ofrece la posibilidad de recorrer los pasillos de la casa que vio nacer a esta mujer símbolo de empoderamiento femenino.

Museo Dolores Olmedo

Ubicado en Xochimilco, este recinto que alberga parte de la obra de los pintores Frida Kahlo y Diego Rivera permite que te adentres en la edificación que data del siglo XVI a través de Google Arts & Culture.

Museo Nacional de Antropología

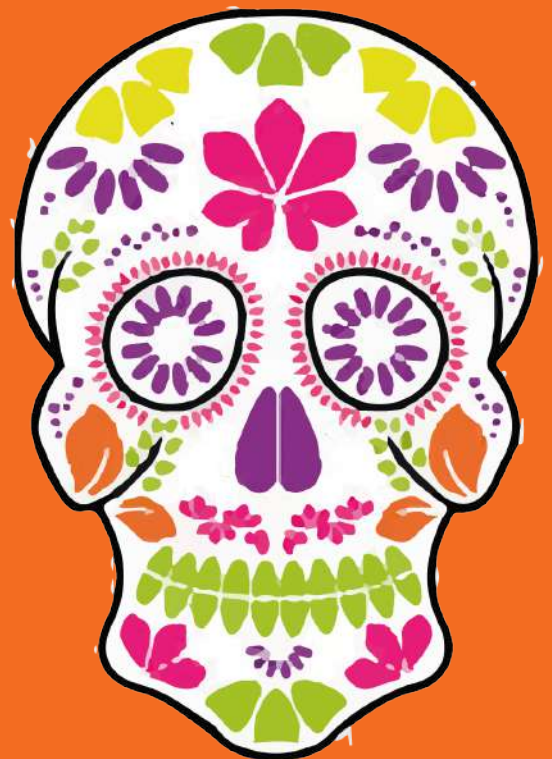
Admítelo, tú también extrañas la brisa de agua fresca proveniente de El Paraguas que te da la bienvenida al entrar al museo, y aunque lo más probable es que esta pieza se encuentre fuera de funcionamiento puedes visitarla igualmente dentro del portal de Google Arts & Culture.

**La Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades
La secretaría Estudiantil y
El Departamento de Difusión Cultural del CCH**

Invitan

Con la finalidad de mantener vivas nuestras tradiciones de Día de Muertos y fomentar la creatividad, se convoca a los alumnos y docentes a participar en los siguientes eventos:

- *Concurso de máscaras De cara a la muerte*
Más información en el correo:
dicuartesvisuales.cch@gmail.com
- *Concurso de calaveritas literarias La muerte On Line*
Más información en el correo:
diculiteratura.cch@gmail.com
- *Muestra de ofrendas Recordando a mis Ancestros*
Más información en el correo:
difusioncultural.cch@gmail.com
- *Concierto Vida, amor y muerte*
[música.cch@gmail.com](mailto:musica.cch@gmail.com)
- *Muestra de caracterización Pasarela de Catrinas y Catrines*
Más información en el correo:
difusioncultural.cch@gmail.com



Recibe

Comunidad Vallejo

en tu **WhatsApp**



Envía **ALTA**
seguido de:

**PROFESOR
ALUMNO
TRABAJADOR
PADRES DE FAMILIA**

(Según corresponda) al
56 1986 9656

**Guarda el número en
tus contactos**

¡Suscríbete!

Recibe
información
OFICIAL del
CCH Vallejo