



# Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente  
Séptima época • núm. 841 • 17 de octubre de 2016  
www.cch-oriente.unam.mx

# informa

## Alumnos concluyen estudios de Urgencias Médicas



6 y 7

3 y 4

**Los humedales,  
fundamentales  
para el equilibrio  
ecológico**



9

**Bob Dylan,  
premio Nobel  
de Literatura  
2016**



## DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELI VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA

SECRETARIO GENERAL

ING. MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ CHÁVEZ



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRÁIN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ING. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

SECRETARIA DOCENTE

BIÓL. PATRICIA ARMIDA GÓMEZ SÁNCHEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

SECRETARIA DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

C.D. PATRICIA GARCÍA PAVÓN

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

**Oriente**  
informa

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

Oriente Informa aparece los lunes publicado por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57736325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx  
landerosbo@hotmail.com

## EDITORIAL

## Atención oportuna para salvar vidas

Disciplina, estudio, pulcritud, entrega, aprendizaje, honestidad, trabajo y servicio, fueron algunos calificativos vertidos a los 100 egresados del Cuerpo de Atención de Emergencias, quienes luego de un año de formación disciplinaria recibieron su diploma que los acredita como técnicos de atención médica prehospitalaria.

Salvaguardar la vida y prevenir lesiones; aplicar conocimientos, mostrar habilidades, destrezas y aptitudes, pero sobre todo, vocación de servicio, son algunas de las cualidades de jóvenes quienes con esta formación también responden a los principios pedagógicos del CCH; es decir, aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a ser.

Por ello, el reconocimiento público a las y los estudiantes que a partir de un curso riguroso, se adentraron y se apropiaron de múltiples conocimientos

que harán valer y, seguramente aplicarán, cuando se enfrenten a situaciones de emergencia o de riesgo, que arroje como resultado la atención oportuna para salvar una vida.

La mayoría de los egresados, jóvenes estudiantes, tienen el propósito de la salvaguarda de la vida humana; por ello, en ese reconocimiento se exaltó el empeño y compromiso en su aprendizaje que debe ponerse a prueba y sea el reflejo de la vocación de servicio a la sociedad.

Son ya 28 años de labores ininterrumpidas de este Curso de Urgencias Médicas; un reconocimiento a la labor de quienes hacen posible una manera diferente de aprender, pero fundamentalmente poner las bases y ser la simiente para que mujeres y hombres cumplan con la encomienda de solidarizarse para cuidar, proteger y “evitar la partida de seres demasiado buenos para morir”.



## Enseñanza Aprendizaje

■ Año Internacional para el Entendimiento Global  
Los humedales “son los riñones y los hígados de la naturaleza”

Los daños provocados a regiones naturales por la mano del hombre, el cambio y la disminución de la biodiversidad, la transformación del suelo y el clima, además de las aceleradas y variadas formas del consumo de energía, entre otros factores climatológicos y ambientales, han provocado la alteración de la Tierra, lo que ha traído como consecuencia altos niveles de concentración del CO<sub>2</sub>, tormentas y huracanes más frecuentes, inundaciones, sequías, cambio en la precipitación anual, pero también un desabasto en la producción alimentaria, problemáticas sociales regionales y a nivel mundial.

Así lo externó el maestro Helio Cantellano de Rosas, investigador de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, durante su disertación “Humedal: acción local y perspectiva de política global”, al inicio de la jornada para conmemorar el Año Internacional para el Entendimiento Global, cuyo propósito es fomentar políticas inteligentes para enfrentar los desafíos globales críticos como el cambio climático, la seguridad alimentaria y la migración.

Promovida por Julieta Sierra Mondragón, profesora del Área de Ciencias Experimentales y responsable del Taller

de Educación Ambiental en este centro educativo, la Jornada sirvió para que los jóvenes estudiantes asimilaran conceptos amplios de interrelación económica, política y social enmarcada en la temática de la globalización que, hoy en día, forma parte del devenir humano.

Al arranque de esta conmemoración, celebrada del 28 al 30 de septiembre, Cantellano de Rosas, especialista en el tema de humedales, desatacó que la desatención en aspectos ambientales por parte de las naciones, ha provocado expectación y preocupación por encontrar alternativas, a partir de ecosistemas naturales y artificiales, tales como los humedales, cuya relación está íntimamente ligada con los aspectos globales entre ellos la problemática de crisis ambiental.

Los humedales, dijo el ponente, son ecosistemas naturales que abundan en México y en todo el mundo. En nuestro país, están localizados en los arrecifes, en el mar, en la ribera o, bien, en la parte costera o continental; por ejemplo, en el río Usumacinta o en los canales de Xochimilco. Un humedal, añadió, va a estar caracterizado por la presencia temporal o permanente de agua, con la existencia de plantas adaptadas en



Helio Cantellano de Rosas

forma anatómica o fisiológica.

Actualmente, mencionó, tienen relevancia internacional o global, pues también representan la protección de aves acuáticas, de servicios ambientales para los humanos; por eso México, destacó, desde 1986 cuenta con 142 sitios de humedales cuyo promedio es de 8 millones 833 mil 752 hectáreas, y que forman parte de nuestros recursos naturales que en la actualidad no son suficientes.

Los humedales, comentó, presentan una serie de servicios ambientales que incluyen la ecología, la biodiversidad o riqueza biológica, así como el agua; y actualmente a éstos se les añade la infraestructura natural que recae en el almacenaje y reciclamiento de agua, y un papel natural de purificación; es decir “son los riñones y los hígados de la naturaleza”.

Los humedales, añadió, también tienen un servicio de suministro de agua y de alimentos o de biodiversidad; por ejemplo los ostiones, los camarones, los peces, cuyo soporte es la formación





## Los humedales...

3 ◀

del suelo y el ciclamiento de los nutrientes; todo ello, está en función de la regulación de vientos, de sequías y además de que provee servicios recreativos, espirituales educativos, culturales y de negocio. Pero, además suministran leña, materias primas, abastecimiento de agua, animales para caza; es decir, poseen un valor económico, por lo que se convierten en ecosistemas relevantes para la conservación del medio.

Por último, el especialista en la formación de humedales, comentó que la modificación de la Tierra ha transformado el planeta, y ha provocado alteraciones en el CO<sup>2</sup>, con el consecuente efecto invernadero, además de sequías e inundaciones extremas y simultáneas, y cambios de precipitación, por lo que ya se tiene estudios de vulnerabilidad para las zonas costeras, que impacten y beneficien a las comunidades.

En su oportunidad y luego de inaugurar las actividades del Año Internacional para el entendimiento global, el director de esta escuela, licenciado Víctor Efraín Peralta Terrazas, mencionó que para hablar de la globalización es

pertinente conocer cuándo apareció ésta, ya que la idea de globo también se asocia con otro concepto conocido como esfera; por ello, nos debemos cuestionar cuándo aparece, por qué hoy se habla de globalización o por qué es importante que se organicen eventos de esta naturaleza en la escuela.

Al remontarse a los anales de la historia, el director del plantel destacó que los conceptos de globalización, de globo o esfera, antes no existían. El concepto de esfera fue primero aritmético y fue utilizado por los griegos no tenía otra connotación; y en la Edad Media, se habló de la esfera, del globo que estaba detenido por los atlantes, y fue visto como un concepto religioso.

Con el descubrimiento de América y con la demostración de que el mundo era redondo, mencionó el licenciado Peralta Terrazas, el concepto de esfera y de globalización empezó a tener una connotación geográfica; es decir, ya se utilizaba para comprender a la Tierra como una esfera o como un globo, con la adición de otros componentes del Universos, también considerados como globos atmosféricos.

Para los historiadores o científicos, los otros mundos también tenían la for-

ma esférica, y lo acuñaron también como concepto geográfico, lo que repercutió en la ampliación del comercio, el desarrollo del capitalismo, el intercambio, y hasta hoy en día, como globalización, pero asociado desde el punto de vista económico, matemático, geográfico, cuya relación estrecha se manifiesta en los ámbitos económico, social y jurídico.

El concepto de globalización, manifestado por las potencias mundiales, concluyó el director de la escuela, hoy en día permite la interrelación económica, política, cultural en tiempo real, lo que permite que sepamos qué ocurre al momento en el mundo.

Por último, la profesora Sierra Mondragón, destacó que las acciones cotidianas son importantes para el cambio climático global. Las decisiones dependen del estilo de vida de nuestra comunidad. Por ello, "una visión global reduce el riesgo de conflictos regionales y las acciones humanas tienen un rol en la creación de desafíos globales. Debemos tener presente que nuestro mundo enfrenta cambios sociales, culturales y económicos, además del cambio climático. El entendimiento global apoyará entonces, las decisiones políticas que promuevan la sostenibilidad".

## Se presenta el primer número de "El inventor" Proyecto de escritura creativa y académica



tada a la comunidad el pasado 8 de octubre.

A decir de la maestra Gloria Caporal Campos, secretaria Académica de este centro educativo, la edición No. 1 de "El Inventor", muestra el interés de los jóvenes por contar con un medio de expresión de manera escrita y competir quizá con esa vorágine de publicaciones que se elaboran digitalmente y a las cuales se acceden con facilidad y rapidez.

Doble virtud tiene esta edición, comentó la maestra, pues fortalece ese espíritu colaborativo y el trabajo en equipo de jóvenes que ven la necesidad de prolongar la palabra escrita que se palpa, se huele, se lee y puede ser leída nuevamente. El reto que ahora sigue, concluyó, es publicar más ediciones que manifiesten la habilidad creativa para informar y comunicar a través de la palabra impresa.

Por su parte, Miguel Ángel Pulido Martínez, profesor del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación y uno de los responsables de este proyecto de escritura creativa y académica, destacó la

disposición de los jóvenes por elaborar un "boletín", que aborda textos de interés comunitario; por ejemplo, la homofobia, el placer de la historia, la lectura y la escritura, el arte y la literatura. Todo, ello dijo, aderezado con imágenes gráficas que refuerzan el contenido de este primer número, en cuyo interior destaca la entrevista del pintor Manuel Mandujana, creador del mural "El hombre perdido en la creación de su tiempo", que está colocado en el exterior de la sala audiovisual Pablo González Casanova.

Finalmente agradeció el apoyo de los distintos colaboradores alumnos y, en especial, a Alma Romina Pérez López, pasante de la carrera de Filosofía en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM y también una de las responsables de este impreso.

"El Inventor" No. 1 mayo-junio de 2016 consta de 20 páginas y es resultado del quehacer académico y estudiantil realizado al interior del Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales del Plantel Oriente.

pretende ser un espacio para que las alumnas y los alumnos del Plantel Oriente escriban sus inquietudes académicas, intelectuales, además reflejen su visión del mundo, ese mundo juvenil que reclama escenarios donde se escuchen sus voces inconformes, concordantes, o simplemente amorosas o palpitantes.

Se llama "El inventor", publicación bimestral, producto del trabajo que se realiza en el Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales de esta escuela y que fue presen-



## ¿Qué carrera elegir?

20 al 27  
de octubre

9:00 a 17:00 horas  
Centro de Exposiciones  
y Congresos UNAM

Avenida del IMAN número 10,  
Ciudad Universitaria



20 ANIVERSARIO  
Exposición de Orientación Vocacional

Al encuentro  
del mañana  
2016

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



DIRECCIÓN GENERAL DE ORIENTACIÓN  
Y ATENCIÓN EDUCATIVA







### Clausura de cursos del Cuerpo de Atención de Emergencias

# Forjar y formar con una exigencia para la preservación de la vida

Nuestro curso de Atención de Emergencias está fundamentado en los ideales de la UNAM; es decir, impartir educación superior para formar profesionistas, investigadores, profesores universitarios y técnicos útiles a la sociedad; de igual forma, se sustenta en el artículo 123 constitucional que establece "que la educación que imparta el estado tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentar en él, a la vez, el amor a la patria y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia".

En estos términos se expresó Eduardo Román Morales, profesor del Área Histórico Social del Platel Oriente y fundador del Cuerpo de Atención de Emergencias (CUATE), previo a la clausura de la vigésimo octava edición de dicho curso donde se entregaron diplomas de reconocimiento a los 100 alumnos que concluyeron sus estudios en urgencias médicas.

Acompañado del Director y secretario General de este centro educativo, profesores Víctor Peralta Terrazas y Tomás Nepomuceno Serrano, respectivamente, Román Morales aseguró que dicho curso que concluyó el pasado sábado 8 de octubre también se desarrolla bajo los principios del Colegio de Ciencias y Humanidades que aspira a la formación crítica y al desarrollo de las y los alumnos, sustentado en los postulados de aprender a aprender, aprender a hacer y, aprender a ser. Y todavía más, el curso cuenta con el reconocimiento dispuesto en la NOM SS 034, que garantiza la intervención de los egresados en situaciones de urgencia médica para salvaguardar la vida y prevenir lesiones.

En síntesis, los egresados de la Generación XXVIII, han adquirido las habilidades, las destrezas y las aptitudes



para trabajar y proteger la vida en casos de riesgos o siniestros. Nuestros muchachos, abundó el pionero de estos cursos en el nivel del bachillerato universitario, cursaron múltiples conocimientos que incluyeron leyes, teorías, sistemas, personajes, técnicas, fórmulas, ecuaciones, cálculos, procedimientos, esquemas, mapas, localizaciones y procedimientos; todo ello, para forjar y formar con una exigencia en la preservación de la vida.

Destacó que los jóvenes, mujeres y hombres que culminan sus estudios, seguramente estarán atentos a una urgencia en la plaza, en el transporte público o en otro lugar, para asistir a las personas ante cualquier eventualidad o riesgo que atente contra su integridad; sin embargo, alertó, deben de seguir preparándose para atender cualquier emergencia, y no solo heridas o fracturas, también situaciones de ginecobstetricia, neurología, metabólicos, ambientales, desastres, incendios, materiales peligrosos, epidemias, inundaciones, conflictos sociales, erupciones, lluvias de ceniza o lo que resulte en una contingencia.

Por último, felicitó a los jóvenes por su esfuerzo, por estar siempre alertas y porque

seguramente estarán atentos a las llamadas para actuar vigorosamente ante cualquier ser humano que requiera de atención para proteger su vida. De igual forma, agradeció a las autoridades de la escuela la hospitalidad y la generosidad para alcanzar el desarrollo pleno en la libertad de enseñar y aprender.

Durante esta ceremonia en la que también se hicieron honores a la bandera y se realizó un simulacro de incendio, Rebeca Miranda Serrano, egresada de esta Generación, destacó la importancia de haber pertenecido a un grupo donde se adquiere disciplina y compromiso, y no solo habilidades o técnicas de vendaje o curación. El curso fue más allá de eso, también se asumió uno de los postulados del Colegio de aprender a aprender, que requirió del rigor de conocimientos que se necesitan para ser una persona útil y de servicio a la sociedad.

En su intervención, el titular de la escuela reconoció la dedicación, el esfuerzo, la disciplina y la disposición de los jóvenes por aprender en un área donde no solo bastan los conocimientos teóricos, sino la práctica, la entrega y la vocación de servicio para salvar vidas. ☘



"Hace un año todos los alumnos que hoy vemos sentados en esta ceremonia, decidieron emprender una aventura, cada uno impulsado por sus deseos, sueños, motivaciones y metas diferentes; pero sin duda, todos con el objetivo claro de llegar hasta el final. Conforme avanzó el tiempo conocieron y aprendieron a trabajar con mucha gente de distinto carácter y habilidades diferentes y, sin darse cuenta, empezaron a forjar un lazo entre cada uno, cuyo resultado fue una gran amistad, que implicó sacrificio, esfuerzo, dedicación y la gran responsabilidad de servir a la sociedad".





## Se invita a la conferencia Los herejes y los grupos universitarios

a cargo de la Mtra. Cynthia Maciel Regalado, catedrática de la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM.

21 de octubre de 9 a 11 horas.  
Sala 2 de Audiovisual, Ignacio Chávez



**Defensoría de los Derechos Universitarios**  
Estamos para atenderte, orientarte e intervenir a favor de los derechos universitarios de estudiantes y personal académico.

www.ddu.unam.mx  
ddu@unam.mx

Teléfonos: 5622-6220 y 21, 5528-7481  
Horario de atención  
Lunes a viernes  
9:00 a 15:00 y 17:00 a 20:00 hrs.

## ¿Lograré terminar mi carrera y ser un profesionalista?

Te invitamos al evento

### "Cecehacheros, una identidad para el éxito en estudios superiores"

¡Habrán ponencia de alumnos (as), las cuales tienen el propósito de apoyar tu proceso de egreso del Colegio e ingreso a estudios superiores!

**Área I:** Ciencia Física matemáticas y de las ingenierías, 17 de octubre, 17:00-19:00 hrs. Sala audiovisual 1

**Área II:** Ciencias Químico- Biológicas y de la Salud, 19 de octubre, 17:00-19:00 hrs. Sala audiovisual 1

**Áreas III y IV:** Ciencias Sociales Humanidades y Artes 21 de octubre, 17:00-19:00 hrs. Sala audiovisual 1

¡Asiste!



ESPACIO ACADÉMICO

Miguel Ángel Landeros Bobadilla  
Prof. Talleres de Lenguaje y Comunicación

## Dylan: músico, poeta, rebelde y Premio Nobel

*"Para vivir fuera de la ley hay que ser honesto"*

Bob Dylan

Icono de la música folk norteamericana, pero también poeta, crítico de los grupos de poder, artista cambiante e impredecible, portavoz generacional, juglar moderno, creador comprometido únicamente con su arte y abierto a todas las influencias. Bob Dylan, para ponerlo en pocas palabras, es una de las más grandes influencias artísticas desde su aparición pública en 1962 con su primer disco, y quien el pasado 13 de octubre una vez más hizo historia al ser el primer músico en ganar el Premio Nobel de Literatura.

John Lennon, como integrante de los Beatles, lo conoció en 1964, y Bob lo convenció de que las letras de las canciones debían ser profundas, transmitir mensajes, dejar huella. "Nos enseñó a pensar", afirmaría John, y con ello cambió el rumbo del rock y la música en general, la cual, con sus letras, se volvió más poética, compleja, llena de matices, sugerente, despiadada, crítica y un poco cínica. Efectivamente, gracias a Dylan la música popular aprendió a pensar.

Dylan, cuyo verdadero nombre es Robert Zimmerman, nació en 1941 en Minnesota, desde muy joven abandonó su pueblo para viajar y conocer a su ídolo, el cantante folk —es decir "de protesta"—, Woody Guthrie, quien le reveló que las canciones inteligentes podían "matar fascistas". De este modo, a sus 20 años, Bob se instaló en el mítico Greenwich Village, en Manhattan, donde se encontraba el círculo de cantantes folk y aprendió el verbo contestatario y el secreto de escribir poesía cantada, para denunciar las injusticias e influir en los cambios sociales.



Su primer disco, *Bob Dylan*, era una mezcla de canciones originales y covers y tuvo una repercusión limitada, pero su segundo disco, *The Freewheelin*, lanzado en 1963, fue un parteaguas. Su primer éxito, "Blowin' in the wind", conocida en castellano como "La respuesta está en el viento", fue la melodía que lo dio a conocer como un talentoso joven poeta y que ha sido versionada en múltiples ocasiones (incluyendo una versión cantada en las iglesias cada domingo, obviamente con la letra modificada). A partir de entonces, su fama e influencia se propagó. Sus siguientes canciones presagiaban los cambios por venir en la llamada "década prodigiosa". En "The Times They Are a Changing", el mensaje era claro: los tiempos cambiaban y no había vuelta atrás ("Afuera hay una batalla furibunda, / pronto golpeará sus ventanas y crujirán los muros, / porque los tiempos están cambiando").

Pero pronto el trovador comprendió las limitaciones del folk, el cual tradicionalmente se interpreta sólo con una guitarra acústica. De este modo, en 1965, para horror y rechazo de los puristas, se apropió del potente sonido del rock. Así, ese mismo año, apareció la canción de seis minutos de duración, "Like a Rolling Stone", canción que expandió las fronteras de la música popular. Considerada por muchos críticos como la mejor canción rock de la historia, dio inicio a una nueva etapa musical donde las letras debían abrir

ventanas a otro mundo.

Desde entonces, Dylan se ha reinventado varias veces a lo largo de su carrera. Ha interpretado folk, blues, country rock, pop, baladas. Desconcertó a todos cuando se convirtió al cristianismo sectario pero pronto regresó a sus posiciones agnósticas. Ahora, después de obtener diversos galardones y reconocimientos como doctorados Honoris Causa, premios Grammy y un Oscar; además del premio Pulitzer y el Premio Príncipe de Asturias de las Artes, se le otorgó el Nobel, de acuerdo con la Academia Sueca, por "haber creado nuevas expresiones poéticas dentro de la gran tradición de la canción estadounidense".

La influencia de Dylan en la cultura popular ha sido enorme. Si bien su voz rasposa puede ser difícil de asimilar en una primera escucha, vale la pena que conozcas su obra. Te recomendamos escuchar al maestro de viva voz, pero si quieres puedes acercarte a sus melodías en algunos covers. Por ejemplo, "Knockin' on Heaven's Door", con Avril Lavigne o Guns and Roses; "Mr. Tambourine Man", con The Byrds; "Make you feel my love" con Adele, la hermosa "Blowin' in the wind", con Peter, Paul y Mary, así como Ximena Sariñana con "I want you", entre muchísimas más canciones, que seguramente te animarán a conocer más sobre uno de los más importantes artistas de nuestra era.

Por último, si bien la entrega de dicho galardón generó controversia entre los defensores ortodoxos de la literatura, por ser un músico y no un escritor, es un hecho que las aportaciones artísticas de Bob Dylan son incuestionables y que sus letras, como poesía o parte de una canción, tienen una enorme calidad y, como todo buen arte, son inmortales. 🎵



## CONVOCATORIA

La Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades a través del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación convoca a la comunidad estudiantil a participar en el



### Primer Concurso de Dibujo Leer para dibujar la muerte

Considerando la íntima relación existente entre el arte y literatura y con el propósito de incidir en fomento de la cultura y participación de los estudiantes en la misma, se convoca a los estudiantes de las asignaturas Taller de Expresión Gráfica y Diseño Ambiental del Plantel Oriente, a participar en el concurso "Leer para dibujar la muerte", realizando dibujos basados en pasajes literarios cuyo tema sea alusivo a la muerte.

#### BASES DEL CONCURSO:

- Los participantes podrán registrar un máximo de dos dibujos.
- Todos los dibujos deberán representar a la muerte (no necesariamente en forma tradicional) y estar relacionados con algún pasaje, verso o fragmento de una obra literaria (no incluir texto sobre el dibujo).
- Cada dibujo se entregará en un sobre cerrado en cuyo interior vendrán anotados en una tarjeta los datos del autor:
  - nombre, dirección, teléfono, correo electrónico.
  - la asignatura y el grupo en los que se encuentra inscrito.
  - En el sobre y en la parte posterior del dibujo se anotará un seudónimo.
- El dibujo deberá presentarse en formato vertical u horizontal, en un octavo de cartulina Gilbert (38x 25.5 cm), en alguna de las siguientes técnicas monocromáticas secas: plumilla o estilógrafo, grafito, bolígrafo, lápiz negro de cera, plumón, lápiz azabache, lápiz de carbón, tizas o lápiz (sanguina, negro, etc.).
- Todos los trabajos deberán ser inéditos.
- Anexar dentro del sobre en hoja blanca tamaño carta, escrito en computadora:
  - El fragmento o breve pasaje literario que dio pie y fundamento a la imaginación del autor del dibujo.
  - Cita bibliográfica completa de la obra literaria de donde se leyó el fragmento.
- Los trabajos se recibirán en la Jefatura de la Academia de Talleres de Lenguaje y Comunicación, en el edificio "A" planta alta del Plantel Oriente a partir de la publicación de la presente convocatoria y hasta el lunes 31 de octubre del 2016, a las 20:00 horas.
- A cada uno de los tres primeros lugares se les otorgará un paquete de materiales de dibujo, pintura y literatura.
- La ceremonia de premiación y la exposición de los mejores trabajos se llevará a cabo el lunes 7 de noviembre, a las 10:00 horas en la explanada del plantel.

Atentamente  
Comité Organizador del concurso



**FRONTERAS:**  
(des)bordar los límites

conecta.unam.mx

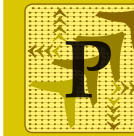
APARTA LA FECHA

JUEVES  
27 OCT

18 - 21 HRS

Salas 1, 3 y 4 de Audiovisual / CCH ORIENTE

Organizan: Prof. Cecilia Noriega y Depto. de Audiovisual del Plantel.



PSICORIENTA

Pedagogo Sergio Castellón Vázquez  
Departamento de Psicopedagogía

## Las habilidades sociales en nuestra vida diaria

Recuerdo mi primera fiesta con compañeros del Colegio, estábamos en casa de Ana y mi amigo Daniel conversaba con dos de las chicas presentes y yo; por alguna extraña razón, no estaba disfrutando la tarde. Me gustaría decir que lo forzado por lo cual asistí, fue lo que no permitía que la pasara bien, pero eso sería mentirme a mí mismo.

¿Qué fue aquello que evitaba divertirme? ¿Por qué no me sentía cómodo? ¿Por qué, por un momento, deseaba estar en mi casa que en la reunión? Entonces preferí pensar: "estoy cansado", "no creo que me lleve bien con ellas", "ya es tarde y mañana tengo que trabajar temprano".

La reunión se desarrolló en un buen lugar, tenía buena compañía y era el momento adecuado. Sin embargo, surgió un problema: no sabía cómo bailar, ni cómo conectar con el grupo. Y este "no saber" convencía a mi mente que no valía la pena siquiera hacer el esfuerzo. Pero, qué pasaba realmente, ¿qué no había considerado en mi formación para sentirme pleno.

Pues bien, ese recurso son las habilidades sociales las cuales se van adquiriendo a lo largo de la vida, y nos permiten adaptarnos al medio físico y social; una primera instancia en la que se adquieren y desarrollan es la familia, si recuerdas durante la infancia fuiste observando, copiando y modificando los comportamientos que veías en los demás, lo que provocó en ti una gran influencia en las conductas y actitudes que has manifestado en la relación e interacción con los otros; en la escuela, en el trabajo, con los amigos y con la propia familia.

Muchas veces consideramos que se nace con habilidades sociales o sin ellas. Pero las habilidades sociales se aprenden. Por ello, la falta de éstas nos lleva a experimentar con frecuencia emociones negativas, como la frustración o la ira, y a sentirnos rechazados, infravalorados o desatendidos por los demás.

Ser hábil socialmente, tampoco implica

que debas ser totalmente extrovertido ni el alma de la fiesta, eso es solo un estereotipo. Evitar ser el centro de atención o preferir la compañía de un buen libro en lugar de un acto social, no deben ser obstáculos para relacionarse, pues las habilidades sociales también consisten en ajustar nuestra conducta, a las distintas situaciones que vayamos encontrando.

Si te das cuenta las habilidades sociales nos ayudan a relacionarnos con los demás, integramos y comunicamos de manera efectiva. Son muchas las facetas de la vida diaria en las que éstas marcan la diferencia. Sin embargo, su beneficio no se limita a resolver conflictos, resultar convincentes o mantener conversaciones interesantes. Su utilidad va a condicionar toda nuestra vida; por ejemplo, los logros escolares, la relación con los amigos y la imagen que proyectamos dependen de nuestras habilidades sociales.

Por eso, **la capacidad de relacionarse con las personas es fundamental para nuestra realización, y se ha demostrado que los estudiantes con mayores habilidades sociales** y capacidad para expresarse, tienen mejores posibilidades de lograr sus metas.

Hay personas cuyas capacidades son bastante limitadas y, sin embargo, son grandes triunfadores en el terreno profesional y personal. Y ocurre, también, que existen personas con capacidades impresionantes y son incapaces de proyectarlas por sus escasas habilidades sociales. Así como también podemos encontrar a personas que su sola presencia provoca emociones positivas, y nos preguntamos: ¿cómo han conseguido esa personalidad magnética? ¿por qué hay gente que desprende carisma y disfruta de una gran vida social?

Estas personas no nacieron así, aprendieron conductas carismáticas que pusieron en práctica y con el tiempo convirtieron las que funcionaban en hábitos inconscientes.

Tú también puedes hacer lo mismo, de manera semejante; así como es posible aprender un idioma en esta etapa de tu vida, también puedes desarrollar nuevos hábitos carismáticos para mejorar tus habilidades sociales. **Pero, cuáles son esas habilidades sociales básicas que podrías considerar para tu desarrollo:**

- **Autoestima** (cómo te relacionas contigo mismo)
- **Apego** (cómo estableces lazos afectivos con otras personas)
- **Autocontrol** (cómo gestionas tus emociones)
- **Asertividad** (cómo expresas tus ideas y opiniones)
- **Conversación** (cómo intercambias información)
- **Persuasión** (cómo afectas la opinión o actitud de los demás)
- **Empatía** (cómo percibes los sentimientos de los demás)
- **Presencia** (cómo haces sentir a los demás)

Adquirir y mejorar estas habilidades es un proceso de apropiación de hábitos, y como tal, requiere entrenamiento y repetición de la conducta. El principal obstáculo es considerar que se nace con ellas, y que se puede o no tener habilidades sociales. De hecho, esta falta de conocimientos es la culpable de que nuestra respuesta habitual frente a determinada situación, un conflicto durante una conversación, o un intento de persuadir, **sea precisamente la menos apropiada.**

Resulta muy importante, por lo tanto, poner especial atención a cómo nos desenvolvemos con los demás, si nuestros vínculos sociales son satisfactorios, si mantenemos relaciones sanas, y si estas relaciones que mantenemos nos aportan aspectos fundamentales como: conocernos mejor a nosotros mismos y, por lo tanto, comprender de manera más adecuada el mundo que nos rodea. Recuerda, la interacción con los demás repercute en todos los ámbitos de nuestra vida, y sin duda cualquier mejora en nuestras habilidades sociales es tan importante porque puede suponer un incremento en nuestro bienestar emocional y nuestra calidad de vida. 📖

#### Fuentes:

Roca, E. (2014) *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia: ACDE  
Arándiga, A.V. (2005) *Programa de refuerzo de las habilidades sociales*. Madrid: Método EOS



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
SECRETARÍA DE ATENCIÓN A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA  
DIRECCIÓN GENERAL DE ATENCIÓN A LA COMUNIDAD



XIX FESTIVAL UNIVERSITARIO  
DE DÍA DE MUERTOS  
**MEGAOFRENDA**  
2016  
**HOMENAJE | A |**  
**RUFINO | TAMAYO**

MAYORES INFORMES:  
Subdirección de Formación  
Artística y Cultural, DGACO  
Teléfono: 56226175

Correo: [cultura.dgacu@unam.mx](mailto:cultura.dgacu@unam.mx)

   Comunidad UNAM

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



Con el objetivo de promover y difundir la creatividad artística y exaltar nuestras tradiciones, te invitamos a participar en el:

## PASEO DE LAS CATRINAS

### BASES

- Podrán participar alumnos, exalumnos, padres de familia, académicos y trabajadores de la UNAM, de manera individual o grupal.
- Los participantes deberán presentar una caracterización inspirada en "La Catrina" de José Guadalupe Posada, haciendo uso de maquillaje y vestuario.
- Los diseños pueden variar, a consideración del o los creadores, en época, estilo, formas ó temáticas, pero siempre conservando la imagen característica de "La Catrina".
- Los materiales empleados serán elegidos a consideración de cada creador, valiéndose de cualquier técnica.
- El Paseo de las Catrinas sucederá en el transcurso del Festival Universitario de Día de Muertos que se celebrará del 28 de octubre al 2 de noviembre de 2016. Para conocer y acordar el día y la hora de su participación, los interesados deberán acudir al ensayo programado el martes 25 de octubre a las 17:00 horas en la Plaza de Santo Domingo, Centro Histórico.
- La fecha límite de registro es el viernes 21 de octubre de 2016, a través del formulario disponible en [www.tucomunidad.unam.mx](http://www.tucomunidad.unam.mx)
  - Se extenderá reconocimiento de participación.
  - Cualquier duda será aclarada por los organizadores a través del correo [cultura.dgacu@unam.mx](mailto:cultura.dgacu@unam.mx)
  - Los casos no previstos en la presente Convocatoria serán resueltos por los organizadores.