



# Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente  
Séptima época • núm. 875 • 6 de noviembre de 2017  
www.cch-oriente.unam.mx

# informa

**Resiliencia:  
superación de traumas  
y reducción de riesgos**

3 y 5

**Atención oportuna  
para estudiantes**

8

**UNAM**  
La Universidad  
de la Nación

**Imágenes del Día de muertos y Juegos Intra CCH**



## DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELI VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA

SECRETARIA GENERAL

LIC. DELIA AGUILAR GÁMEZ



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

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. HUGO JESÚS OLIVERA GARCÍA

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

LIC. MIGUEL LÓPEZ MONTOYA

**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

## Culminar con éxito el bachillerato

Compromisos compartidos entre directiva y padres de familia, a fin de dar seguimiento a la formación y trayectoria escolar de las y los estudiantes, son un reto que día a día se pretende cristalizar, a partir de una relación interpersonal, entre escuela y paterfamilias.

Estar enterados de los logros, pero también de las dificultades de los jóvenes, hace que la Dirección del Plantel Oriente, conjuntamente con profesores y tutores de esta escuela, hagan propuestas para que los estudiantes eviten caer en riesgos innecesarios que alteren su aprovechamiento escolar e incluso su permanencia en la Universidad Nacional Autónoma de México.

A esta edad, nuestros educandos cuentan con muchos distractores que obstaculizan un desarrollo adecuado en su aprendizaje, pero además están en peligro debido a su comportamiento personal dentro o fuera de la escuela, por lo que la directiva local da prioridad a asuntos que pudieran ser menores pero que, de una u otra forma, evitarán el fracaso escolar e incluso de vida, de nuestros estudiantes.

En razón de ello, las autoridades sostienen pláticas con madres y padres de familia, a quienes se les informa de la distinta problemática de los estudiantes, entre ellas asistencia irregular a clases, incumplimiento en la entrega de tareas escolares, dificultades de aprendizaje, problemas de adicción o comportamiento, además las de tipo emocional, que son “focos rojos” y cuyas consecuencias derivan en la reprobación, la deserción, abandono de estudios, embarazos prematuros o comportamientos anti universitarios.

Creemos que no solo la detección oportuna a dificultades académicas o pedagógicas son la solución, por eso esta directiva hace un seguimiento de casos, a partir de la orientación y canalización de aquellos jóvenes quienes están en riesgo en su formación académica o en problemas de conducta, siempre bajo la supervisión y apoyo de los paterfamilias, con el propósito de que la mayoría de nuestros jóvenes culminen con éxito su formación en el bachillerato universitario.



## Enseñanza Aprendizaje

■ CDMX... en camino hacia resiliencia

## Superar el dolor emocional

Es un tema que actualmente está de moda, pero en la Ciudad de México se sabe poco de él. Es conocida como la resiliencia que se introduce como parte de los sistemas de protección civil en la ciudad de México en 2014. Y ante eventos como los ocurridos los pasados 7 y 19 de septiembre en nuestra metrópoli, es oportuno que los jóvenes conozcan formas para superar el dolor emocional, expresó Ramón Rodríguez Hernández, especialista en gestión integral de riesgos.

Durante su disertación, intitulada “Cd. Mx., en camino hacia la resiliencia”, el también geógrafo universitario destacó que es el proceso de adaptarse a la adversidad, a un trauma, tragedia, amenaza o fuentes de tensión significativas; por ejemplo, problemas familiares o relaciones personales, dificultades serias en la salud o situaciones estresantes del trabajo o financieras. Significa “rebotar” de una experiencia difícil, como la ocurrida en septiembre pasado.

Destacó que para efectos de la Ley del Sistema de Protección

Civil, contenida en su artículo 7, la resiliencia es la capacidad de un individuo, familia, comunidad o sociedad, potencialmente expuestos a un peligro o riesgo para resistir, asimilar, adaptarse o recuperarse del impacto y efectos de un fenómeno perturbador en un corto plazo y de manera eficiente, a través de la preservación y restauración de sus estructuras básicas y funcionales, logrando una protección futura, mejorando las medidas de reducción de riesgos y saliendo fortalecidos del evento.

En una explicación extensa, el especialista habló de los registros de desastres naturales, documentados en el siglo XVIII que en ese entonces eran considerados como un castigo divino, un mandato de Dios y efectos de las leyes eternas; el primero conocido, fue el ocurrido en noviembre de 1755, en el que se calcula la muerte entre 30 y 40 mil personas.

En noviembre de 2014, dijo el ponente, fue cuando el gobierno del entonces Distrito Federal establece obligaciones y derechos de particulares y del misma jefatura de la ciudad, en la aplicación de mecanismos y medidas de prevención, auxilio y recuperación para la salvaguarda de las personas, sus bienes, el entorno y funcionamiento de los servicios vitales y sistemas estratégicos ante la eventualidad de una emergencia, siniestro o desastre, pese a que ya se conocían los riesgos de vulnerabilidad por eventos ocurridos como la erupción del volcán Chichonal en Chiapas, la explosión de un complejo de gas en San Juanico, Ixhuatepec, los terremotos de septiembre de 1985, entre otras situaciones de riesgo y desastre.

A qué estamos expuestos en la ciudad de México, preguntó el po-

nente. Nuestra ciudad está inmersa en la Cuenca de México --centro sur del país— a una altura promedio de 2240 metros sobre el nivel del mar, es decir estamos en una elevación de la cuenca, en la que se han establecido asentamientos humanos, lo que ha provocado “una avalancha” histórica con el crecimiento de colonias y municipios en zonas de conservación o de riesgo, de manera irregular y poco controlado debido a la construcción de viviendas que ha sido permitida por los gobiernos locales.

Ante ello, externó el geógrafo, aun cuando sabemos de la necesidad de vivienda o asentamientos, la población civil debe estar informada de las situaciones de riesgo a las que estamos expuestos en distintos puntos de la ciudad; por ejemplo en el Oriente de la Ciudad, especialmente la Delegación Iztapalapa se caracteriza por presentar grietas de diversas magnitudes que se relacionan con la explotación desmedida de los mantos freáticos de la ciudad y el contacto abrupto entre suelos deformables de origen lacustre y materiales rocosos, y aun así las inmobiliarias construyen sin miramientos pese a las restricciones o riesgos que representan para la población.

No debemos exponernos a estas situaciones, por el contrario dijo, como sociedad debemos ubicar dónde es bueno construir, detectar lugares con alto aprovechamiento del suelo o edificaciones para contar con construcciones estables para una buena infraestructura urbana.

Destacó que los desastres son minimizados en función de que la población resida en viviendas y barrios que cuenten con servicios e infraes-



Ramón Rodríguez Hernández





Ionización inducida para implementar lluvia atmosférica

## La ciencia, solución a graves

### CONFLICTOS

Un problema complicado para la humanidad es la creciente escasez de agua potable, lo que provoca conflictos por obtener este líquido. Los científicos intentan encontrar soluciones, como el físico y doctor en Geografía por parte de la UNAM, Víctor Manuel Ramos González, quien se ha enfocado a favorecer la precipitación pluvial mediante la técnica de ionización inducida; y para explicar cómo funciona esta alternativa, ofreció una plática en nuestro plantel el pasado 19 de octubre.

Al presentar esta ponencia, Gabriela Serrano, responsable de la estación meteorológica y coordinadora del Programa de Estaciones Meteorológicas del Bachillerato Universitario (Pembu) del plantel, comentó que en nuestro centro educativo se impulsa la cultura científica a través de la observación y el estudio de los fenómenos naturales, y destacó la labor que se realiza en el Pembu para analizar los cambios atmosféricos.

Al momento de presentar al conferencista, Marco Antonio Bautista Acevedo, secretario Técnico del Siladin local, comentó que el mencionado programa es un proyecto fascinante para los jóvenes, porque permite acercarse a la ciencia de forma lúdica, atractiva y dinámica y, sobre todo, para comprender cómo influye la ciencia en nuestras vidas y nos ayuda a solucionar problemas.

Al momento de tomar la palabra, Ramos González aseveró que los conflictos por el agua ya están presentes; por ejemplo, durante los días posteriores al temblor del 19 de septiembre, hubo protestas por su carencia, cierre de avenidas e, incluso, robos de pipas a mano armada en algunas zonas de la ciudad.

Una forma de atacar el problema, dijo, es poner los ojos en el cielo y analizar las nubes, las cuales son producto de varios factores como la formación de iones, es decir, moléculas o átomos cargados eléctricamente, y que por acción del Sol y rayos cósmicos, forman núcleos de condensación y hielo que configuran las nubes, las cuales, agregó, funcionan como un circuito eléctrico.

“Las nubes que nos interesan para provocar lluvias son los cumulonimbos con desarrollo vertical, que parecen una montaña de algodón oscuro porque se encuentran cargadas de agua y granizo y pueden contener cristales de hielo”.

Para el estudio de dichas nubes, dijo, se utilizan radares Doppler para escanearlas por medio de pulsos y eco para determinar la cantidad de agua que contienen, su distancia y altura y hacia dónde se desplazan.

Una vez analizadas, se procede a la ionización inducida para favorecer las condiciones de lluvia. Para ello, explicó, se utiliza un mástil de 20 a 50 metros de altura, con ejes de alambre de entre 5 a 6 metros de diámetro que funcionan mediante cargas eléctricas con el fin de generar grupos de iones en la atmósfera, pues esta ionización permite crear la vaporización que facilita la lluvia.

Asimismo, para ejemplificar, comentó sus experiencias en Cuba e Israel con esta técnica donde se obtuvieron resultados comprobados estadísticamente en la generación de lluvias. Además, aseveró, esta técnica también sirve para reducir los niveles de contaminación, pues dispersa los componentes contaminantes en el aire, tal como se mostró en el video de un experimento realizado en colaboración con el Gobierno de la Ciudad de México.

Para finalizar esta charla, el ponente dijo que “los registros de las estaciones meteorológicas como las del plantel son muy útiles para validar y confirmar los datos recogidos por otras estaciones, con lo que se forman bases de datos y predicciones sobre el comportamiento atmosférico. Todo esto implica la aplicación de conocimientos de física y la ciencia que se adquieren en las aulas y laboratorios”.

Cabe agregar que durante esta disertación también estuvieron presentes Virginia Astudillo Reyes, secretaria de Servicio de Apoyo al Aprendizaje del Colegio, así como Laura Araceli Cortés Anaya, coordinadora general del Programa Jóvenes a la Investigación de Ciencias Naturales y Matemáticas y del Pembu del CCH.



Víctor Manuel Ramos González



Nuevos funcionarios en la dirección del plantel

## Trabajo en favor del plantel y la Universidad

Los nombramientos que hoy se realizan en la Dirección del Plantel son para fortalecer el trabajo académico y administrativo que se realiza día a día en bien de la formación de los estudiantes, aseveró el licenciado Víctor E. Efraín Peralta Terrazas, titular de este centro educativo al nombrar a los profesores Marco Antonio Bautista Acevedo, Hugo Jesús Olvera y Oscar Espinosa Montaño, como secretarios General, Técnico del Siladin y Jefe de la Unidad de Planeación.

En una breve ceremonia, realizada el pasado 31 de octubre, Peralta Terrazas destacó que estos nombramientos sirven para fortalecer el trabajo orientado a la academia, pero fundamentalmente para seguir con los máximos niveles de aprovechamiento y egreso escolar con los estudiantes. Finalmente, solicitó el apoyo a los nuevos funcionarios, de probada capacidad, para que

trabajen en favor del plantel y la institución.

En su oportunidad, el nuevo secretario General destacó que es importante trabajar en equipo, seguir con la vocación de servicio, a partir de la organización, planeación, pero sobre todo con el compromiso y responsabilidad orientados hacia la mejor preparación académica de las y los alumnos. En tanto, Hugo Olvera resaltó que se debe continuar con líneas directrices que fortalezcan un plan de trabajo que está proyectado para que el Plantel Oriente siga como uno de los mejores del bachillerato universitario.

Finalmente, Oscar Espinosa se comprometió a continuar en pro de la formación de los educandos, por lo que mencionó que seguirá enfrentando retos y responsabilidades que respondan a las exigencias académicas y administrativas de un plantel que sigue como uno de los mejores del CCH.



Oscar Espinosa Montaño, Marco Antonio Bautista Acevedo, Víctor Efraín Peralta Terrazas y Hugo Jesús Olvera García

Superar...

3 ◀

estructura adecuados, que cumplen con códigos de construcción razonables y en la que no existan asentamientos informales, ubicados en llanuras, barrancos, o pendientes escarpadas, por lo que urge establecer una ciudad resiliente, que incluya un gobierno incluyente, competente y responsable que vele por una urbanización sostenible, además de que destine recursos para desarrollar capacidades, a fin de asegurar la gestión y urbanización de la ciudad antes, durante y después de un peligro natural.

Finalmente, el especialista en gestión integral de riesgos, afirmó que la resiliencia no es una característica que la gente tiene o no tiene. Incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona ante eventos como los sucedidos recientemente en la ciudad de México.

Una combinación de factores contribuye a desarrollar la resiliencia, pues muchos estudios demuestran que uno de los factores más importantes en ella es contar con relaciones positivas dentro y fuera de la familia, que emanen confianza, que oriente modelos a seguir que ofrezcan estímulos y seguridad en la persona.

Esta conferencia, realizada en el plantel Oriente fue coordinada por el Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias y Sociales de la Dirección General del CCH y fue coordinada por el profesor Edgar Reyna, responsable de este programa a nivel local.







# Intra CCH Hermandad Deportiva

La formación de los jóvenes también está fuera del aula y los Juegos Intra CCH son un ejemplo de ello, por eso nos da gusto constatar que las actividades deportivas son un elemento más para la educación de nuestros jóvenes, señaló el Licenciado Víctor E. Peralta Terrazas, director del CCH Oriente, al dar la bienvenida a los representantes estudiantiles de los otros planteles, quienes vinieron a participar en una justa que motiva a la hermandad y el desarrollo de habilidades psicomotoras.

Diseño Ariadna Lizbet Tovar González S.S



## Acciones compartidas para combatir los problemas académicos de los jóvenes

# Atención y seguimiento oportuno para estudiantes



la deserción y el abandono de sus estudios.

De este modo, se pretende promover la reinserción de los estudiantes a sus clases e implementar acciones de atención y seguimiento para mejorar el desempeño académico, sobre todo aquellos

Ingresar a la Universidad Nacional es un privilegio, pero también conlleva responsabilidades y compromisos compartidos por los jóvenes, paterfamilias y la Dirección del plantel, afirmó Víctor Efraín Peralta Terrazas, titular de la escuela, durante una reunión con padres de familia y alumnos, la cual formó parte de la 29ª Jornada Académica en materia de detección y seguimiento de alumnos con algún problema académico y psicopedagógico.

Durante esta reunión, realizada el pasado 21 de octubre, Norma Cervantes Arias, secretaria de Administración Escolar de nuestro centro educativo, comentó que se identificaron diversos problemas, sobre todo asistencia irregular (67%), falta de entrega de tareas escolares (20%) y dificultades de aprendizaje (13%), por lo que se requiere brindar apoyo oportuno y eficiente a esas alumnas y alumnos para evitar consecuencias como la reprobación, no terminar el bachillerato en tres años y afectar su posterior elección de carrera, conocimientos insuficientes e, incluso,

jóvenes que tienen algún riesgo, como reprobación o problemas de tipo emocional, familiar, incluso de adicciones.

Por su parte, Mildred Rodríguez Chávez, coordinadora del Programa Institucional de Tutorías (PIT) del plantel, comentó que la dependencia a su cargo, junto con el Programa Institucional de Asesorías (PIA), brinda apoyos que permiten a los educandos regularizar su situación escolar y, asimismo, implementa acciones estratégicas para reducir la deserción y el fracaso escolar.



En su momento, la maestra Gloria Caporal Campos, secretaria Académica del plantel, subrayó la obligación de los jóvenes por cumplir su compromiso universitario. Para ello, es fundamental generar hábitos positivos como entrar a clases, entregar tareas, investigaciones y trabajos a sus profesores y con ello evitar situaciones de riesgo.

Para cerrar esta charla, se sugirió a los paterfamilias mantener una comunicación abierta con sus hijos, platicar con ellos sobre su desempeño escolar y posibles dificultades en el aula, estar atentos a sus calificaciones cada semestre, así como acercarse a los profesores y autoridades del plantel para resolver sus inquietudes. Por su parte, se invitó a los jóvenes a cumplir con sus obligaciones académicas y a inscribirse en los próximos talleres organizados por el Departamento de Psicopedagogía local: "Administración del tiempo", "Técnicas de estudio", "Mapas mentales" y "Para una exposición de 10", para tener más herramientas que les ayuden a culminar sus estudios con éxito.



## Homenaje a Miguel Ángel Gallo Tirado

# Enseñar con libertad, respeto y con generosidad

En una emotiva ceremonia, en la que se reunieron profesores, familiares y amigos, se hizo un reconocimiento público a la trayectoria del profesor Miguel Ángel Gallo Tirado, profesor de este centro educativo y autor y coautor de más de 100 libros de texto, entre ellos los emblemáticos "Del Espartaco al Che", "De Nerón a Nixon", "Los procesos históricos de México", "De la Independencia al Porfiriato", entre muchos más.

"De Cuauhtémoc a Juárez", fue otro texto en coautoría con Ismael Colmenares-Maylo-, Arturo Delgado González y Francisco González, estos últimos participantes en el homenaje de despedida al profesor Gallo Tirado, quien le llegó el momento de su jubilación.

Así, entre anécdotas, recuerdos, risas y, por supuesto la nostalgia, se reunieron varias generaciones entre alumnos, profesores y camaradas quienes leyeron y gozaron la obra histórica literaria de manera amena y sencilla, con un sentido del humor, a través de la caricatura y el cómic, basada en fundamentos históricos de los acontecimientos nacionales e internacionales.

Para muchos, Gallo fue el "Rius del CCH", prolífico autor de más de un centenar de libros publicados en Ediciones Quinto Sol, textos muchos de ellos, lectura obligada para el estudiante del bachillerato, "a los que debían, a través de lecturas, explicar y darles entender la realidad, y el mundo en el que estaban viviendo".

En palabras de Francisco González, uno de los compañeros de las andanzas literarias del homenajeado, los profesores del CCH, especialmente los de Oriente, no inventaron, pusieron en práctica antologías que después se convirtieron "en el pan nuestro de cada día". Textos sencillos y breves, para jóvenes quienes quizá no estaban acostumbrados a leer, pero que bajo ese formato se tuvo éxito en su aprendizaje.

La historia viva del docente del Área Histórico Social, cuenta que para sacar su primer texto, se tuvo el respaldo del ingeniero Manuel Pérez Rocha, ex coordinador general del CCH; posteriormente con el apoyo de otros compañeros académicos, elaboraron otras publicaciones donde siempre hubo la inquietud por superarse y con lo que se desarrolló ese género único que llevó a Gallo Tirado, con su estilo propio y características, a crear historietas de historia.

Rodeado de su familia, colegas y uno que otro aventurado deseoso de escuchar parte de su obra, constató en voz de Arturo Delgado González, que para publicar estos textos se recorrieron caminos inexplorados y el autor se esforzó para construir alumnos diferentes, preocupados por el entorno y la práctica social local e internacional. En síntesis, escribía para que los jóvenes cececheros se formaran como estudiantes críticos. De esta manera, Miguel Ángel Gallo fue un pivote fundamental porque con sus libros contribuyó a crear a sujetos que explicaran los fenómenos de la sociedad actual.

Durante esta ceremonia realizada el 10 de octubre, Arturo González destacó que "un maestro es quien inspira vocación y valores éticos, quien estimula inquietudes y señala rumbos, quien acompaña y deja una huella imborrable en la formación de sus alumnos". Ello es lo que representa la figura de un colega y amigo como Miguel Ángel Gallo Tirado.

Para finalizar, Valeria Gallo, hija del homenajeado, destacó que por enseñanzas de su padre aprendió que en el ámbito educativo o social, lo único que nos puede salvar es la cultura y la creatividad. "Para ser buen papá, es necesario enseñar a los hijos a ser libres, confiar en ellos y respetarlos, además ser generoso. Y casualmente para ser maestro también se requiere ser paciente, tener amor por lo que uno hace, enseñar con libertad, respeto y con generosidad, tal como lo ejerció en todos estos años mi padre, concluyó.





**INVITACIÓN**  
XIX EXPOSICIÓN INTERACTIVA  
**"EL JUGUETE EN LA FÍSICA"**

Con el propósito de apoyar la enseñanza y los aprendizajes de los programas de Física I y III, así como socializar lo aprendido por los alumnos en estas asignaturas, te hacemos una invitación a participar junto con tus alumnos en la XIX exposición "El juguete en la Física", que se realizará el 17 de noviembre del año en curso, de 9:00 a 13:00 hrs. en la explanada del Plantel, de acuerdo a las siguientes

**BASES**

1. La contribución del profesor consistirá en asesorar, guiar y supervisar directamente a los alumnos durante el desarrollo del trabajo.
2. La participación de los alumnos puede ser individual o por equipo (máximo 3 alumnos), con un solo asesor. Es responsabilidad de los profesores verificar que el trabajo esté terminado (no se permitirá concluirlo en el lugar de la exposición)
3. Los alumnos entregarán junto con el juguete y/o dispositivo colocado en maqueta, una descripción física aprendida en los cursos, que contengan los conceptos y ecuaciones que refieran el funcionamiento de éste, ya sea en la misma base o en una cartulina (50 x 40 cm).
4. La inscripción concluye el 15 de noviembre en la dirección URL [https:// goo.gl/UvHvSf](https://goo.gl/UvHvSf)
5. Cada trabajo indicará en la parte inferior derecha por el

frente, el nombre de él o los alumnos expositores, el nombre del profesor asesor y número de registro (se obtiene al momento de confirmar su registro el día del evento).

6. Todos los trabajos se colocarán el 17 de noviembre a las 8:00 hrs. y se recogerán a las 13:00 hrs., en los lugares designados por los organizadores. SE LES EXHORTA A NO SACAR MESAS O BANCOS DE LOS SALONES Y A DEJAR LIMPIO SU LUGAR AL TÉRMINO DEL EVENTO.

7. El o los alumnos harán una réplica oral de su investigación el día del evento, se recomienda que sea en su hora de clase de Física o en su hora libre; su material de apoyo permanecerá durante todo el tiempo que dure el evento, es decir, de 8:00 a 13:00 hrs., lo recogerán a las 13:00 hrs., y dejarán limpio su lugar.

8. Se entregará constancia a los profesores que asesoren más de 2 equipos, nos entreguen su Plan de trabajo y el informe correspondiente en los formatos que la Secretaria Académica nos proporcione.

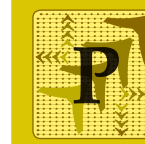
9. Cualquier aclaración será resuelta por los miembros del comité organizador.

PROFESORES DEL COMITÉ ORGANIZADOR

Ericksen Juan Acosta Mercado, Ana Laura Ibarra Mercado, María Esther Rodríguez Vite, Gonzalo Víctor Rojas Cárdenas y Jorge P. Ruiz Ibáñez

**Las matemáticas y la Robótica en el CCH**

	Horario	Martes 7 de Noviembre	Miércoles 8 de Noviembre
  	15:00 a 16:00 horas	<b>Inauguración</b> José Adolfo Rendón Ortiz Ponencia "Sistema de coordenadas y lugares Geométricos" Oscar López García Sala 2 de audiovisual	<b>Película</b> "Los inventores" Héctor González Pérez Sala 2 de audiovisual
	16:00 a 17:00 horas	Ponencia "La Robótica" José Eduardo Camarena Sala 2 de audiovisual	
	17:00 a 18:00 horas	Ponencia. "Sensores" Yuri Posadas Velázquez Sala 2 de audiovisual	<b>Concurso Robot seguidor de línea e Infografías La relación de las Matemáticas y la Robótica</b>  <b>Explanada principal del plantel</b>
	18:00 a 19:00 horas	Ponencia "Las Funciones" Mauricio Enrique Rodríguez Pérez Sala 2 de audiovisual	
	19:00 a 20:00		



**PSICORIENTA**

Psic. Sergio Castellón Vázquez  
Departamento de Psicopedagogía

**Para reconstruir nuestras vidas...**

Ante los recientes sucesos que hemos vivido en el país con los sismos y huracanes, que han alterado nuestras vidas en poco tiempo, queremos presentarte el siguiente planteamiento como una forma de generar opciones de apoyo a esta situación.

En primer lugar, debemos estar conscientes que en el mundo suceden diferentes tipos de acontecimientos angustiantes como guerras, desastres naturales, accidentes, incendios y violencia entre personas.

Pueden resultar afectados individuos, familias o comunidades enteras. Las personas tal vez pierdan sus hogares o sus seres queridos; pueden ser separados de su familia o su comunidad, o ser testigo de violencia, destrucción o muerte.

Aun cuando todo el mundo resulta afectado de una u otra manera en estas circunstancias, hay un abanico de reacciones y sentimientos que cada persona podría tener. Mucha gente quizá se sienta abrumada, confundida o muy insegura acerca de lo que está sucediendo, puede tener miedo o encontrarse muy ansiosa, o insensible e indiferente.

Algunas personas experimentan reacciones leves, mientras otras posiblemente reaccionen de forma más grave. Esto depende de muchos factores, por ejemplo: la naturaleza y gravedad de los acontecimientos que experimentan; su experiencia con acontecimientos angustiantes anteriores; el apoyo de otras personas en su vida; su salud física; su historia personal y familiar de problemas de salud mental; su cultura, tradiciones y su edad.

Por otro lado, debemos de reconocer que las personas cuentan con recursos y capacidades para afrontar desafíos que la vida presenta. Sin embargo, algunas son particularmente vulnerables en situaciones críticas y pueden necesitar ayuda adicional, por ejemplo por su edad, por discapacidad mental o física, por pertenecer a grupos marginales o expuestos a la violencia.

Por eso, para reconstruir nuestras vidas, en la familia, la comunidad y el país, es importante reconocer los recursos con que contamos para brindar apoyo y para sostenernos personalmente en situaciones de crisis.

No obstante, un aspecto básico a considerar para recomenzar es entender cómo nos impacta una tragedia. Toda pérdida implica dolor. Es íntimo, personal, pero también es compartido para quienes somos afectados por un desastre.

Aunque a veces es normal sentirse triste por lo que hemos perdido, la vida continúa y es necesario darnos el tiempo para la reconstrucción. Para avanzar, debemos concentrarnos en nuestra realidad presente, reconocer y celebrar lo que tenemos y lo que hemos aprendido, así como utilizar nuestras capacidades y recursos para buscar soluciones concretas a nuestros problemas con el fin de reconstruir nuestras vidas. Rodríguez Mora (2005) nos plantea que la reconstrucción debe consistir en:

- ✓ Volver a sentirnos bien con nosotros mismos.
- ✓ Actuar en la comunidad para mejorar nuestras condiciones de vida y construir un futuro halagador.
- ✓ Ejercer y exigir nuestros derechos y cumplir con nuestros deberes ciudadanos, y
- ✓ Reconocer nuestras fortalezas para enfrentar las dificultades.

Entre nuestras fortalezas, se encuentran los muchos recursos con que contamos y que podemos emplear para emprender la reconstrucción. Esta misma autora sugiere considerar:

- Mostrar interés con nuestra actitud, nuestras palabras y nuestra expresión corporal.
- Solidarizarse con la persona sin tratarla con lástima, sin compadecerla.
- Ayudar a que la otra persona identifique los recursos y las capacidades con que cuenta para resolver sus problemas.
- Saber cuándo sugerirle a la persona que

busque ayuda especializada.

- No juzgar a la otra persona.
- No imponerle soluciones.
- El valor de compartir experiencias y recursos.
- La importancia de respetar a los demás: a sus sentimientos, procesos de adaptación a las nuevas situaciones y sus capacidades.
- El gran valor del sentido del humor aún en las peores circunstancias.

En consecuencia, uno de los más provechosos aprendizajes de un siniestro es reconocer el gran valor de la ayuda mutua. Podemos apoyarnos en otras personas y los demás también pueden contar con nuestro respaldo.

Tenemos que aprender a reconocer con quien podemos contar para contribuir en la solución de nuestros problemas, es decir, quienes forman nuestras redes de apoyo: la familia, los amigos, los vecinos, la gente que tenemos cerca. Esos grupos son parte de nuestra vida y debemos tomar responsabilidad para su bienestar, que es el de todos.

A fin de cuentas, se trata de ayudarnos a vivir mejor con los demás, a convivir para reconstruir nuestras vidas. De ser conscientes de nuestras posibilidades y recursos para que podamos ser autónomos, tomar decisiones acertadas y actuar de modo efectivo frente a las exigencias del futuro.

Sin embargo, si aún en esta etapa de la vida consideras que necesitas ayuda para salir adelante puedes asistir al departamento de Psicopedagogía, ¡te esperamos!

**Fuentes:**

- \* Organización Mundial de la Salud. (2012) Primera Ayuda Psicológica: Guía para trabajadores de campo. Ginebra: OMS
- \* Rodríguez Mora, I. (2005) Reconstruyendo nuestras vidas después del desastre. Venezuela: Unicef



*Postales del*  
*Día de muertos*  
**2017**

