



www.cch-oriente.com.mx

ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 686 • 7 DE NOVIEMBRE DE 2011

INFORMA

Ganador de la medalla “Dr. Gustavo Baz Prada” en el Plantel Oriente



3

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



Día de muertos,
ofrendas
y disfraces

6 y 7

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



Alumnos acuden a
festival en Eslovenia

9



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES | 1971 2011

DIRECTORIO



RECTOR

DR. JOSÉ NARRO ROBLES

SECRETARIO GENERAL

DR. EDUARDO BÁRZANA GARCÍA



DIRECTORA GENERAL DEL CCH

LIC. LUCÍA LAURA MUÑOZ CORONA

SECRETARIO GENERAL

ING. GENARO JAVIER GÓMEZ RICO



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIO GENERAL

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIO ACADÉMICO

FÍS. MAT. FRANCISCO JAVIER RODRÍGUEZ PÉREZ

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ACT. ANDRÉS GÓMEZ VALLE

SECRETARIA DOCENTE

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ÁRIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

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: 57738325, ext. 142.

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

EDITORIAL

Aprender más y mejor, una constante en el CCH

A escasos días de concluir el semestre escolar, profesores y estudiantes de este centro educativo, dan muestra del interés que tienen por fortalecerse académicamente, al participar en distintos eventos formativos y extracurriculares que refuerzan los aprendizajes.

Debe resaltarse que parte importante de esta formación, recae en la intervención de nuestros estudiantes en tareas que van más allá del laboratorio o salón de clases; se trata, dicen los profesores en distintas actividades en la explanada central del Plantel, en el Sistema de Laboratorios para el Desarrollo y la Innovación (Siladin), o bien en las salas de Audiovisual, que nuestros jóvenes asuman una actitud distinta para apropiarse de los saberes básicos y universales, tal y como se plantean en muestras, foros, talleres, exposiciones y cursos, cuyos propósitos van ligados al complemento de los planes y programas de estudio del Colegio de Ciencias y Humanidades.

Aprender más y mejor es una constante y un reto permanente tanto de docentes como de alumnos, quienes solidariamente comparten sus trabajos

con el resto de la comunidad, al presentar temáticas diversas como refuerzo a sus cursos ordinarios.

Exposiciones de física, química, biología, ecología, cuidado de la salud; muestras teatrales y musicales; celebración del Día de Muertos, montaje de ofrendas y elaboración de calaveras literarias, además de una vasta oferta cultural, promovida por los departamentos de Difusión Cultural local y del CCH, dan cuenta del ímpetu de nuestra comunidad, que encuentran en estas actividades una salida a ese potencial juvenil que, indudablemente, robustece nuestro proceso educativo, donde la actuación del alumno y el profesor es determinante para reforzar los aprendizajes como principio básico de nuestro modelo educativo.

Sean pues valorados y bienvenidos todos estos trabajos que constituyen un extra en la preparación de los escolares, con la consigan plena de que seguirán en los próximas semanas hasta concluir este semestre, a fin de que académicos y estudiantes compartan conocimientos, prácticas y exhibiciones con el resto de la comunidad de Oriente.

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

■ Alumno realiza en el Plantel Oriente servicio social y gana reconocimiento universitario

Ayudar y colaborar con la comunidad

Servir a la comunidad, definitivamente cambió mi forma de ser, señaló Juan Carlos Alejandro Padilla, prestante del Servicio Social en el Programa Institucional de Asesorías (PIA) en el Plantel Oriente, luego de recibir la medalla “Dr. Gustavo Baz Prada”, en el Encuentro conmemorativo por el 75 aniversario del Servicio Social en la UNAM.

Fue una grata experiencia trabajar con estudiantes, estar frente a un grupo para orientarlos y asesorarlos en problemas académicos, mencionó el galardonado al hablar de su estancia en este centro educativo, que lo motivó a elaborar una base de datos local donde se reúne toda la información de los asesorados del PIA, además de

ser el productor de material didáctico --cuaderno de trabajo-- para asesorar a los jóvenes en la materia de Cibernética y Computación

Agradecido por la oportunidad que brinda la máxima casa de estudios del país, el joven Alejandro Padilla, próximo a titularse destacó que cumplir con un servicio social, de alguna manera se retribuye parte de lo que la UNAM le ha dado. “Quiero ser comprometido con quienes me rodean, ayudar y colaborar, tal como lo hicieron conmigo, pues se me hace difícil ver al servicio social sólo como un trámite administrativo”, apuntó.

Ayudar a tu prójimo, abundó, es una de las actividades más rentables de la vida. “Si tú quieres, tú puedes, vamos a apoyarte, es mi lema en mi labor diaria”, por eso el interés de ayudar a esta comunidad a partir del servicio social que, sin duda, ha sido una de las vivencias más grandes en su desarrollo académico e integral y como ser humano, sostuvo el galardonado que no descarta ingresar a la docencia, dada la trascendencia que reviste orientar académicamente a jóvenes, que al igual que él tuvieron problemáticas en su formación curricular.

De su trabajo en el edificio de Asesorías de esta escuela, remarcó que como orientadores en este Programa, debe conocerse la problemática del alumno, saber dónde falla y en qué necesita el apoyo, de ahí la trascendencia de este concepto que busca mejorar la formación de los jóvenes en rendimiento y aprovechamiento escolares. Te cambia la personalidad, la forma de ver la realidad, pero también te motiva a proponer otras opciones

para mejorar los aprendizajes, añadió.

Finalmente, el galardonado afirmó que “la UNAM te forma para que cuando te necesite estés ahí para ayudar a resolver los problemas, principalmente a los jóvenes que requieren de mucha ayuda y orientación”.

Cabe destacar que en esta misma ceremonia, también se hizo un reconocimiento a la profesora Elvia Alfaro Bravo, encargada del Programa Institucional de Asesorías, en el turno matutino de este Plantel, quien compartió este galardón, del cual sentenció es de suma importancia para los servidores sociales, pues permite desarrollar inventivas novedosas, ser creativos, entusiastas, comprometidos y responsables con la Universidad Nacional.

La base de datos del Programa local de asesorías contiene una tabla con el nombre de los profesores asesores, alumnos, grupos disponibles, asignaturas, y la relación que existe entre las fallas y problemáticas de las materias que están a disposición de los estudiantes, además de que permite dar un seguimiento de los alumnos de sus avances y dificultades en el aprendizaje de las materias. ♀



Juan Carlos Alejandro Padilla



Elvia Alfaro Bravo



El espíritu de investigación, entendido como el deseo de preguntar y buscar respuestas de aquellos fenómenos que despierten nuestra curiosidad, es muy fuerte durante la niñez, pero el sistema educativo está diseñado para matar ese afán de indagación e infundir hábitos de estudio rígidos, aptos para aprobar materias, pero no para aprender.

Lo anterior lo afirmó el maestro Carlos Ángel Hoyos Medina, investigador del Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación (IISUE), durante la conferencia “La construcción del conocimiento y la docencia”, realizada el pasado 17 de octubre dentro del curso Formación para profesores, organizado por el profesor Javier Centeno Ávila, del Plantel Oriente.

Hoyos Medina aseguró que los niños observan cuestionan, participan y se atreven a presentar sus dudas y generar explicaciones propias; posteriormente, dijo, se les inculca el miedo a preguntar, ya sea por temor a perjudicar su calificación, demostrar ignorancia o, incluso, por ciertas reglas sociales que consideran de mal gusto preguntar demasiado.

“A esto debe sumarse una formación equivocada, donde el alumno se siente juzgado cada vez que participa, o que puede ser objeto de burla. Además, no deben olvidarse actitudes autoritarias por parte del profesor y, en el extremo, estudiantes procedentes de hogares disfuncionales y conflictivos, condiciones que inhiben las actitudes de investigación”.

■ Un bachiller responsable es nuestra obligación para el futuro

El CCH, baluarte de una formación plena

Por ello, aseveró el maestro, se debe reflexionar sobre la tarea de los bachilleratos. Ésta es una etapa intermedia fundamental en la formación del educando. No se debe apoyar tan sólo en la transmisión de conocimientos, sino que se debe rescatar la importancia de los valores para formar ciudadanos responsables.

“Es fundamental distinguir entre educar, entendido como códigos lingüísticos elaborados para entender y transformar la realidad; y por otro lado, la formación, la cual implica conocimientos, pero también pensamientos, comportamientos, valores, imaginación y el bagaje de experiencias positivas y negativas, que configuran la personalidad del estudiante”.

En este sentido, aseguró Hoyos Medina, el CCH es una de la última oportunidad formal, gracias a su plan de estudios, para trabajar las áreas de lo epistemológico, pero también lo cognoscitivo, moral y lo ético, para lograr una formación basada en lo axiológico y resaltar el valor de lo social y humanístico.

De este modo, continuó, el egresado del CCH está en condiciones de estudiar con éxito una carrera profesional, pero no con una visión especializada

reduccionista de la realidad, sino con una mirada cimentada en un sólido marco de valores, una formación que privilegia el diálogo y sin perder esa solidaridad que distingue a nuestros estudiantes.

Sobre el papel del docente, Ángel Hoyos afirmó que no debe ser un aplicador que le diga a los demás qué hacer; al contrario, su labor es fomentar la creatividad, la flexibilidad y la inventiva en el salón de clases. Si cumple con las tareas de innovar, crear y proponer, el maestro habrá cumplido con nuestra obligación a futuro, que es formar estudiantes responsables y mejores ciudadanos, concluyó el ponente. □



Carlos Ángel Hoyos Medina

■ Alumnos del Plantel visitan Pátzcuaro-Michoacán

Desarrollo ecológico sustentable, una forma de vida

Alumnos del curso-taller de Educación Ambiental de la profesora Julieta Sierra Mondragón, de este centro educativo, visitaron el Centro Regional de Educación y Capacitación para el Desarrollo Sustentable (CREDES) de Pátzcuaro Michoacán, debido a su participación en actividades ecológicas promovidas por la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (SEMARNAT). Esta visita tuvo el propósito de que los estudiantes conocieran trabajos sobre desarrollo sustentable, además de contribuir a la formación de una sociedad sensible, consciente de sus recursos naturales y promover una cultura ambiental.

Daniela Isabel Nería Calyeca, Karen Ivonne Gómez Ríos, Minerva Martínez Uranga, Jesús Morelos Rebolgar, Marco Antonio Piñón Crespo, Yesica Paz Morales, Nadia Karina Sánchez Rico, Michelle Hernández Cisneros, y los ganadores del *pod cast* educativo de un certamen promovido por la SEMARNAT, Nitzia Katya Amaro Montoya y Jonathan del Ángel García (estudiante de la FES-Aragón), son los jóvenes que participaron en este periplo en septiembre pasado para conocer parte de este complejo que promueve una cultura ecológica.

Durante su estancia del 28 al 30 de septiembre los jóvenes sostuvieron pláticas con diversos expertos en la materia, tal es el caso de Rosa Elena Vázquez Medina, encargada de los cursos de capacitación del CREDES, quien explicó los procesos para elaborar y conservar un huerto bio-sustentable.

Los alumnos también visitaron el aserradero de la comunidad indígena de Nuevo San Juan, en Parangaricutiro, en donde Francisco López Rodríguez, explicó a los estudiantes las formas de explotación de los bosques.


Durante su estancia los jóvenes conocieron que esta comunidad se ha caracterizado por su organización laboral, la cual es un punto clave para la generación de 950 de empleos directos, además de considerar a los bosques como un recurso renovable valioso, en donde se explota de forma consciente y racional.

A través de un extenso recorrido, los alumnos también observaron los diversos procesos que conforman la explotación forestal, desde retirar la corteza, utilizada para composta, hasta cómo se hacen los variados cortes de madera seleccionados según su calidad.

Cabe destacar que para los cecehacheros, fue de especial interés conocer los procesos de todas las partes de los árboles cuyo uso es variado, desde madera para muebles, duelas, molduras, hasta la utilización de las astillas para material de celulosa, además de producirse también aguarrás, brea, jabón, aceite de pino,

plásticos, lacas, barnices, brillo de madera, cera para depilar, cachaza (desecho de resina) y materias primas que se combinan para la fabricación de refrescos de toronja.

La orientación del CREDES, además de las pláticas recibidas en esta comunidad, dejó toda una serie de conocimientos y de enseñanzas, en el marco de la “Semana de los Bosques”, celebrado recientemente en el Plantel, pues como universitarios se aprendió que debemos de cuidar este recurso renovable, pero vulnerable a los seres humanos. Recordemos que “sembrar un árbol, es sembrar vida”.

Julieta Sierra Mondragón y Nidia Rodríguez Chávez, quienes promovieron la salida ante instancias centrales del Colegio de Ciencias y Humanidades, señalaron que esta experiencia fue un reconocimiento a los estudiantes por su trabajo desarrollado en el Curso-taller de Educación Ambiental, promovido por ecologistas de este centro educativo. 



El titular del Plantel, licenciado Arturo Delgado González, las profesoras Julieta Sierra Mondragón y Nidia Rodríguez Chávez, junto con los estudiantes interesados en la educación ambiental

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



A SALVADOR CERRILLOS

La Flaca, cual garrapata,
A Cerrillos, el bailaror,
lo agarró de la corbata
y se lo llevó al panteón.

Galante hasta en la proxémica,
y ducho en la persuasión,
no hizo que la muy anémica
le concediera el perdón.

Rodeado por los diablillos
y apartado de la UNAM,
el difunto don Cerrillos,
halló su vocación real:

Se conecta hoy a Internet,
desde el averno profundo,
publica cursos en red
y pervierte a todo el mundo.



Por Lizbet Concha Dimas



ESQUIVEL Y EL COLIBRÍ

Cierto día leyendo la Jornada
Un colibrí se le acercó
Le dijo allí viene muy enfadada
Yo creo que ya nos tocó

No te preocupes mi consejero
Contestó Esquivel muy sereno
Que a esa flaca yo quiero
Domarla poniéndole el freno

Mírala ya llegó bien tendida
El colibrí insistente exclamó
Miguel yo te anuncio mi partida
Pues entre tú y la Catri se armó

Anda con cuidado pequeño
Yo me quedo a rifarme
Pues la huesuda no me quita el sueño
Y no voy a arrugarme

Postales
de Muerto
Plantel O





del Día s en el riente

La flaca vestía con un trapito
Esquivel como siempre muy elegante
Pues ante todo el Miguelito
Procuraba verse brillante

La Catri saludó al amigo Miguel
“Hacía tiempo no te veía
Lástima por que hoy ni la miel
Te endulzará el día”

No me amenace vieja loquilla
Que hoy si desayuné mi vitamina
Y con un golpe le rompo su boquilla
Así que no me ande picando la espina

No te aloques galán
Yo sólo te quiero ayudar
Pues a los que estudian
De este mundo los voy a salvar



A mi ejército tendrás que vencer
Pues mis alumnos están bien preparados
Mejor un periódico vete a leer
Pues tú eres de los desinformados

Ésta fue la historia de Miguel Esquivel
El más informado del oriente
Y que disertando logró
Escapar de la muerte

BERSSA

Calavera literaria, ganadora del primer
lugar del Concurso de Calaveras
Literarias, convocado por el Área
de Talleres de Lenguaje y
Comunicación.



Risas y conciencia de la sexualidad femenina en “Vaginólogos”

Las risas son terapéuticas, pero también útiles para crear conciencia sobre la condición femenina y la sexualidad. Lo anterior quedó demostrado durante la presentación de la obra de teatro “Vaginólogos”, en la explanada central del Plantel el pasado 21 de octubre.

Durante la breve pero amena presentación, organizada por el Departamento de Psicopedagogía, las actrices recrearon, de manera chusca, las situaciones cotidianas de represión sexual y de tabúes sociales propios de nuestro contexto. Con la consigna de señalar lo que se considera indecible, es decir, el papel del erotismo en nuestra vida, el dominio sobre nuestro cuerpo y sus deseos, se invitó a los asistentes, y sobre todo a las mujeres, a superar el miedo y la vergüenza sobre los temas sexuales.

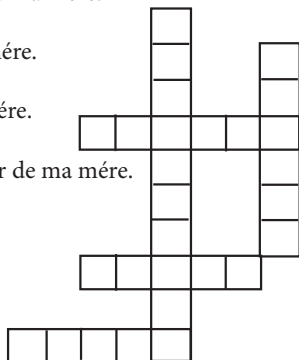
De este modo, por medio de bromas y *sketchs*, se reivindicó la importancia de la sexualidad, y se generó la conciencia de la necesidad de conocer el propio cuerpo, de identificarse como un ser sensual y sensitivo, sin tabúes ni remordimientos... y todo con una sonrisa en los labios.



Famille

Compléte la grille.

- 1.- C'est le frère de ma mère.
- 2.- C'est la fille du frère de ma mère.
- 3.- C'est la soeur de ma mère.
- 4.- C'est la mère de ma mère.
- 5.- C'est le fils de la soeur de ma mère.



Bibliografía:
Vocabulaire Progressif du français pour les adolescents, Silvie Schmitt CLEE INTERNATIONAL, imprimé en FRANCE par MAME, Juillet 2007



CCH PRESENTS ...

The English Academy has the honor to invite you at the performance!!!

Christ Lloween

will be held the day

November 17th at 9:30 am in the
Audiovisual room 1

Do not miss it!!

The teacher María Martha Ramos Reséndiz invites to you



Estudiantes del CCH participan en festival de cortometraje en Eslovenia

Diversidad cultural de la nueva Europa



Recientemente, alumnos integrantes del Taller de Cortometraje, impartido en el Plantel Oriente por el profesor Adalberto Romero Rojas, participaron en un festival internacional de video, realizado en Eslovenia, en el marco del *Young European Film Forum For Cultural Diversity (YEFF!)*, espacio que reunió a jóvenes de varias naciones, de entre 15 y 17 años, quienes con sus trabajos fílmicos retrataron sus experiencias de la diversidad cultural de ese país.

Asesorados por Romero Rojas, los jóvenes Alan Martí Mendoza Avellaneda y Franco Carmona, estudiantes de este centro educativo, tuvieron la grata experiencia de convivir con adolescentes de varios países, cuyo interés fue promover el trabajo y las voces que podrían ser consideradas marginales y que no tienen acceso directo a las instituciones de los medios de comunicación.

Los estudiantes asistieron a este Foro taller, cuyo objetivo fue ofrecerles herramientas para impulsar “la ciudadanía activa en una sociedad plural europea mediante la promoción de la alfabetización mediática”, donde convivieron con jóvenes de varias naciones europeas, cineastas en ciernes quienes al igual que ellos, revelaron con su trabajo una variedad de culturas de la nueva Europa, representada por esta naciente nación, que se independizó de Yugoslavia en 1991.

A decir de los realizadores de temas como “Eslovenia”, “El Castillo” y “Venecia”, en este festival tuvieron la oportunidad de apropiarse de un aprendizaje que alienta los conocimientos técnicos, pero fundamentalmente la participación social y cultural, de una región vasta en diversidad cultural. Asimismo, sirvió para ganar experien-

cias y, en breve, profesionalizarse en el cine, pues “somos jóvenes creativos que hemos elaborado guiones, participado en los procesos técnicos de grabación y edición, así como de producción y posproducción”.


Alan Martí destacó que la temática desarrollada en este festival, donde asistieron más de 50 participantes de Suecia, Francia, Bélgica, España, Italia, Serbia, Bosnia, Palestina, México y de Eslovenia, fue realizar entrevistas a jóvenes latinos avocados en Eslovenia, para conocer las causas o motivos del por qué cambiaron su lugar de residencia. “Buscamos gente dispersa en varias regiones de esa ciudad para conocer la manera de cómo inyectan la cultura latina, y cómo se adaptan o adaptaron a esa cultura recientemente independizada, donde paradójicamente su gente busca otras naciones

cercanas para encontrar su futuro y una forma de vida”.

En este documental, de poco más de 6 minutos, los jóvenes recogieron las declaraciones de jóvenes peruanos, argentinos, españoles y mexicanos que narraron sus peripecias en ese país europeo, sus desencuentros, experiencias y modos de vivir en esa comunidad, que ha sido salpicada de la picardía latina a través de la música, el baile salsero, la comida mexicana, el mariachi y algunas costumbres propias de los latinos.

Durante nuestra estancia, abundó Alan Martí, se adquirieron experiencias increíbles, a partir del conocimiento de una cultura y mundo diferente; “hicimos amigos, nos hermanamos con gente latina y de Europa, pero fundamentalmente aprendimos a trabajar bajo presión, a terminar lo que iniciamos y planteamos en este taller; en resumen, a comprometerse y a cumplir con un propósito bien definido”.

Cabe destacar que la asistencia de este Foro fue por invitación, donde los jóvenes mexicanos recibieron hospedaje, alimentación, soporte y equipo técnico para su producción cinematográfica como cámaras video gráficas, micrófonos, salas de edición, computadoras y *software* profesional.

Finalmente, Adalberto Romero Rojas, quien también intervino en este encuentro juvenil con el documental “El albergue hermanos en el camino”, fungió como mentor de los jóvenes en este periplo europeo, y destacó que el Foro tuvo como objetivo promover la participación juvenil en los medios de comunicación modernos, a partir de una relación permanente e intercambio cinematográfico entre varias naciones. 



Alan Martí Mendoza Avellaneda y Adalberto Romero Rojas

Ciencia dinámica en la muestra “Experimentos de Física”

Transformar un globo en una frágil esfera; “serruchar” un rayo láser; transmitir la canción de moda por medio de una señal luminosa, o hacer levitar objetos no es parte de una sesión de magia, sino algunas de las actividades presentadas durante la exposición “Experimentos de física”, llevada a cabo en este Plantel.

En dicho evento, realizado el pasado 20 de octubre, se dictó una conferencia impartida por el Físico René Ortega Alvarado, profesor de la Facultad de Ciencias de la UNAM en el laboratorio de Física Moderna, que más que una plática se convirtió en una muestra de los usos prácticos de dicho campo de la ciencia, como por ejemplo la creación de anuncios luminosos, o la detección de billetes falsos, así como sus riesgos y peligros.

Dentro de los experimentos realizados, Ortega Alvarado mostró a los asistentes el funcionamiento de la fibra óptica, que hace posible la transmisión de millones de datos utilizando haces de luz. También se usó nitrógeno líquido para congelar diversos objetos; asimismo, por medio de superconductores se creó un campo magnético para hacer levitar imanes. Para finalizar, René Ortega hizo un llamado para manejar de forma

adecuada los desechos tóxicos, sobre todo los altamente contaminantes como las pilas.

Esta actividad fue organizada por el profesor Eleazar Palomares Díaz, responsable de la Estación Meteorológica del Plantel, misma que también contó con la presentación de experimentos en la explanada central del Colegio.



¡Asóciate!



Estaremos en:

CCH Oriente

Octubre 24 | Diciembre 2 2011

de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00



PSICORIENTA



María del Rosario Pétriz Elvira
mrpetriz@yahoo.com.mx

Ser mujer en esta sociedad

La vida de la mujer contemporánea tiene el dilema de enfrentar su realidad complicada y confusa, en parte porque su actuación dista mucho de las expectativas y estereotipos socioculturales, pues estos determinan prácticas permitidas y no admitidas.

La construcción cultural de estereotipos de género es un proceso que tiene lugar a lo largo de toda la existencia del individuo, por medio de la difusión de normas, modelos y valores acerca del comportamiento femenino (y también masculino).

Puede suceder que las damas que no desean apegarse a las imposiciones sociales o no pueden cumplir con todas las expectativas que de ellas se tienen, son criticadas, sancionadas, estigmatizadas, limitadas, desarrollan culpa, estrés, ansiedad y depresión.

Una situación evidente es la que se manifiesta en su rol dentro de la familia; su dinámica ha cambiado de forma significativa, pues requiere trabajar, porque no alcanza el salario del esposo (marido o pareja) y, sin embargo, los hombres aun cuando también trabajan fuera de casa, no quieren participar, por ejemplo: en la limpieza y elaboración de los alimentos para los integrantes de la familia.

Es por esa razón que existe tensión entre la pareja, porque no



se flexibiliza en cuanto a los roles; aunado a esto, la mujer tiene que realizar varias funciones de forma simultánea; mamá, esposa o pareja, hija y trabajadora, en tiempos reducidos y con exigencias por encima de sus fuerzas físicas y emocionales, lo que conlleva un aumento relevante de estrés y ansiedad, situaciones que manifiestan dentro del hogar.

A partir de la naturaleza de los conflictos como los descritos arriba, la mujer se puede refugiar en el consumo de alcohol y de sustancias que pueden afectar su salud física y emocional, además de generar un problema con el cuidado y educación de sus hijos. En tanto, las presiones sociales coadyuvan de manera negativa en la aparición y permanencia de conductas riesgosas, como la violencia intrafamiliar, adicciones, etc.

Esto se puede resolver, en alguna medida, de forma sana con la participación de redes de apoyo firmes y estables que le permitan a la mujer contar con ellas ya sea para sus hijos (adolescentes y niños), cuando las féminas no tengan el tiempo o la disposición para escucharlos o atenderlos.

Estas redes de apoyo pueden organizarse dentro de la familia, como es el caso de hermanas, (os), tías (os) abuelos (as), o fuera de ella, vecinos (as), clubes, dentro o fuera de la escuela, la iglesia, etc. El punto es que pueda recurrir a ellas cuando lo necesite.

Así, la mujer, en la actualidad, requiere de una reflexión permanente para tener claridad de su rol social en los años venideros, asumir los cambios vertiginosos y acelerados que la estructura social muestre, y continuar con su permanente presencia en los ámbitos (laboral, político, cultural, educativo) que ha ganado a través de su lucha cotidiana.

Si tienes algún comentario que compartir o aclaración, te esperamos en el Departamento de Psicopedagogía. ♀

Referencia bibliográfica:

Burin, Mabel. *Género femenino y consumo abusivo de psicofármacos*, 4. Consultado en el diplomado: Género, violencia familiar y adicciones, Dirección General de Servicios Médicos de la Universidad Nacional Autónoma de México y Centro de Integración Juvenil, Febrero 2011.

Gamba Susana, *Feminismo: historia y corrientes*, publicado en el *Diccionario de estudios de género y feminismos*, Editorial Biblos 2008.

Tradicional carrera del pavo

Competencia atlética de fin de año
23 de noviembre a partir de las 10:00 hrs.
en la velaria del Plantel

Categorías	Ramas
Profesores	Varonil y femenil hasta 50 años
	Varonil y femenil de 51 años en adelante
Alumnos	Varonil y femenil
Trabajadores	Varonil y femenil



Pruebas:

5000 metros planos para varonil
3000 metros planos para femenil

Premios:

Pavos a los tres primeros
lugares de cada categoría

Invitan: Dirección del
Plantel, Departamento
de Educación Física
y Sección 57 de la
AAPAUNAM

**Nota: habrá concurso de disfraces
acordes a esta competencia. Premios a
los tres mejores.**

Inscripciones en el Departamento de Educación Física
y hasta 30 minutos antes del evento, en el lugar de la
competencia.