



Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente
Séptima época • núm. 921 • 25 de marzo de 2019
www.cch-oriente.unam.mx

informa

La omnipresencia del misterioso número

6 y 7

π



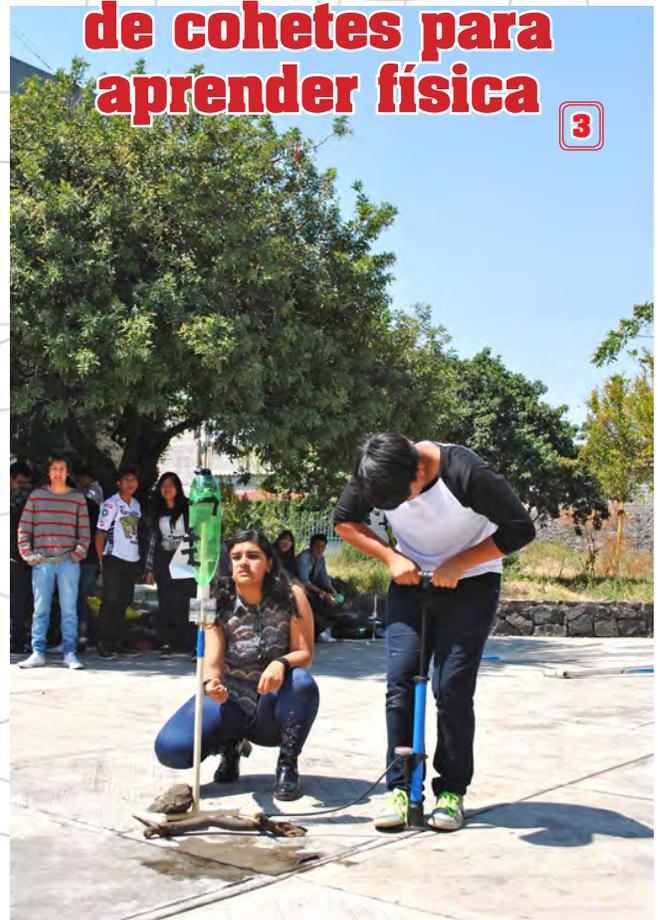
El poder seductor de la imagen

4

UNAM
La Universidad de la Nación

Lanzamiento de cohetes para aprender física

3



DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELÍ VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. BENJAMÍN BARAJAS SÁNCHEZ

SECRETARIO GENERAL

Mtro. ERNESTO GARCÍA PALACIOS



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRÁIN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ING. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

SECRETARIO DOCENTE

I.Q. ADOLFO PORTILLA GONZÁLEZ

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

Reforzar aprendizajes

Las actividades extracurriculares en este centro escolar, en las que participan las alumnas y los alumnos, tienen un fin específico: reforzar sus aprendizajes, que manifiesten sus habilidades y creatividad para apropiarse de más conocimientos; además, para que se integren grupalmente, fomenten el trabajo colaborativo, y difundan esa riqueza de un proceso educativo que requiere de la intervención del docente y del estudiante.

Juntos caminan en este proceso de enseñar y aprender y, también juntos exponen, comparten, socializan, preguntan y responden. Ésta es la dinámica del Colegio de Ciencias y Humanidades, es un principio que se ejerce y se práctica día a día, para que nuestros jóvenes compartan, aprendan y adquieran conocimientos más allá del laboratorio y el salón de clase.

Por eso ocupan explanadas, pasillos, salas de audiovisual, biblioteca, entre otros lugares, donde dan “rienda suelta” a esa creativi-

dad, a esa incipiente tarea de investigador, de divulgador y de protagonistas de su propio aprendizaje.

Así, entre carteles, exposiciones, modelos, concursos o exhibiciones, alumnas y alumnos refuerzan sus saberes, afrontan escenarios y se enfrentan a públicos juveniles para que sean motivados, exigidos y reconocidos debido a esa labor extra clase, que requiere de un “plus”, pero que les da las bases y herramientas para que alcancen una mayor preparación en sus estudios de bachillerato y los oriente hacia sus estudios profesionales. 



Enseñanza Aprendizaje

■ 5º Concurso de cohetes propulsados por aire-agua

Energía, dinamismo y talento para la Física



A pesar del clima caluroso, los jóvenes se mostraron participativos y entusiastas. La plaza del Siladin se transformó en una plataforma de lanzamiento espacial. Así, mientras unos equipos daban los últimos toques a sus cohetes, otros realizaban pruebas con los suyos para descubrir que algunos surcaban el cielo mientras que los demás, emulando al Apolo 13 y su famoso “Houston, Houston, tenemos un problema”, se elevaban pocos centímetros para, posteriormente, estrellarse en el suelo.

Todo lo anterior sucedió el pasado 14 de marzo en el “5º Concurso de cohetes propulsados por aire-agua”. Durante la inauguración de esta actividad, Abel Rodríguez Contreras, responsable de los Laboratorios de Creatividad (CREA) del plantel, afirmó que esta competencia ya es tradicional entre la comunidad del plantel, y tiene el propósito de apoyar los contenidos de las asignaturas de Física I y II, con temas como movimiento, dinámica y energía, además de estimular la investigación y el talento de los jóvenes.

Dentro de los requisitos de la fabricación de los cohetes se solicitaron botellas de plástico de hasta 3 litros, que funcionaran con agua o aire comprimido y que no contaran con partes metálicas o estabilizadores en la punta. Asimismo, se debía construir una base o plataforma de lanzamiento, que algunos elaboraron con tubos de PET y otros con un sencillo vaso de unicel, pero todos con el objetivo de conseguir mayor altura.



Al momento del certamen, los jueces evaluaron que los cohetes se encontraran posición vertical para iniciar su periplo. Se presentaron diversos modelos de proyectiles, algunos con una simple botella transparente y otros pintados de diversos colores y con aletas. Un criterio de evaluación fue que los artefactos tuvieran paracaídas y que se abriera en el momento del descenso.

También se calificó que se lograra la mayor verticalidad y altura,

medida con un altímetro y un transportador para determinar el ángulo. Además, se valoró el diseño y la estética de cada propuesta, lo que permitió explotar la creatividad de los participantes.

De esta forma, cada equipo lanzó su cohete auxiliándose en bombas de aire. En algunos casos, el proyectil salió disparado en poco tiempo, en otras ocasiones se tuvo que postergar el lanzamiento. Asimismo, se observaron desde vuelos verticales hasta trayectorias erráticas, pero se cumplió la finalidad de enseñar principios básicos de la Física de manera práctica y lúdica.

Cabe agregar que esta quinta edición fue organizada por los profesores del Área de Experimentales del Plantel Oriente, Marisol Melo Muñoz, Irán Yazmín López Cortés, Ricardo Ramírez García, Alberto Francisco Sandino Hernández, José Vargas Melchor y Agustín Mercado Rejón. 





■ La comunicación en la imagen impresa, un espejo en la sociedad

El recurso visual como generador de conciencia

Los textos icónicos verbales tienen una amplia repercusión en las sociedades modernas, pues divulgan mensajes, informan, persuaden, incitan a consumir o pueden crear conciencia sobre diversas problemáticas. Para mostrar estas características a la comunidad del plantel, se realizó la primera muestra “La comunicación en la imagen impresa, un espejo en la sociedad”, expuesta en la explanada del Plantel Oriente.

Con la participación de alumnos de Taller de Lectura, Redacción e Iniciación a la Investigación Documental y de Expresión Gráfica, el pasado 13 de marzo se exhibieron aproximadamente 50 trabajos en forma de carteles, anuncios, dibujos e infografías, en cuya realización se practicaron diversos conceptos del diseño para que el producto llamará la atención y cumpliera su propósito persuasivo.

A decir de Margarita Berenice Muñoz Lomelí y Alejandro Villela Calderón, profesores del área de Talleres de Lenguaje y Comunicación y organizadores de esta muestra, se tuvo el propósito de

reflejar diversas problemáticas sociales para generar la reflexión sobre el alcoholismo, la delincuencia y la falta de autoestima entre otros temas. Además, se mostraron trabajos publicitarios de diversos servicios y productos, cuyo diseño y elaboración explotaron la creatividad de los jóvenes.

Ambos docentes coincidieron en señalar que al trabajar la imagen, es decir, una representación visual con cierto nivel de información sobre lo que nos rodea, se tiene la capacidad de transmitir ideas y emociones, pero si, además, se destaca la función estética, se suscitan reacciones al momento de observarla y provoca un impacto emocional.

“Los alumnos eligieron un tema, planificaron la idea, hicieron bosquejos y las correcciones pertinentes, aplicando los elementos de la sintaxis de la imagen. Con respecto al texto, trabajaron desde el encabezado, subtítulos y el cuerpo de texto para atraer al lector y especificar su mensaje”.

Así, se aprovecharon los significados simbólicos del color,

junto con sus matices, saturación y brillo, para resaltar las intenciones comunicativas. Asimismo, se emplearon las texturas para generar una sensación táctil en la representación gráfica.

Por otro lado, se explotaron los recursos de la dimensión y perspectiva, con el fin de dar la percepción de volumen en una superficie plana. También se usaron varios tipos de líneas para comunicar diversos mensajes, se emplearon figuras retóricas de la imagen con fines simbólicos y persuasivos, lo que apoyado del uso de planos, composición, diseño y tipografía, permitió aprovechar el talento de los alumnos y convertirlos en “productores de mensajes”.

Por último, los trabajos se exhibieron en gran formato para que los alumnos consideraran aspectos de impresión como la presentación, ya sea en lonas, carteles, banners, pendones, etc., así como la resolución y calidad de la imagen, además de factores como el espacio a ocupar, material y acabado, todo con el fin de lograr un texto icónico-verbal que impacte al espectador. 📄



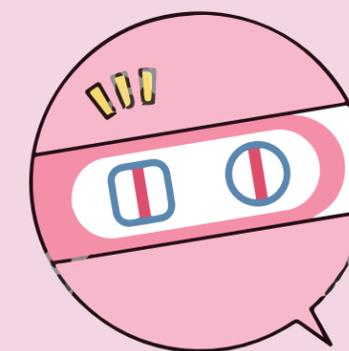
Convivencia deportiva

El Plantel Oriente fue sede de la convivencia de los juegos deportivos Intra CCH en la disciplina de fútbol femenino, donde participaron los representantes de los planteles Sur, Azcapotzalco, Vallejo y Oriente, en el que las jovencitas deportistas mostraron ese espíritu cecehachero dentro y fuera del terreno de juego.

Al inicio de esta convivencia, el director de este centro educativo, licenciado Víctor E. Peralta Terrazas dio el saque inicial de estas hostilidades deportivas que reflejan la solidaridad, el gusto por el deporte en una competencia que hermana a los cinco planteles del CCH. 📄



El servicio médico del plantel invita a la comunidad estudiantil a la conferencia



“Nueve maneras de evitar nueve meses”

A realizarse el 11 de abril de 9:00 a 11:00 hrs. en la sala audiovisual “Pablo González Casanova”

CELEBRACIÓN DEL PI EN EL CCH ORIENTE

LA FIESTA DE LOS NÚMEROS

Los números son universales, se hablan en francés, en portugués; se escriben en chino y japonés; pero en el CCH Oriente se cantaron en inglés para celebrar al número más famoso de hoy en día, en todo el planeta Tierra.

3.1416 aquí y allá; conferencias, curiosidades y juegos lúdicos, fueron parte de esta celebración del número π , definido como la relación entre la longitud de una circunferencia y su diámetro.

Es una constante de la Geometría Euclidiana, que apasiona a los físicos y matemáticos, señaló el profesor Lauro Arturo Herrera Morales, jefe de Sección del Área de Matemáticas, quien hizo la presentación de varios grupos académicos, que ejecutaron demostraciones en el idioma inglés acerca de esta celebración, convocada y coordinada por el Seminario Universitario para la Mejora de la Educación Matemática en la UNAM.

Al inicio de dicho festejo, el director de este centro educativo Víctor E. Peralta Terrazas, destacó que el 14 de marzo es especial para el mundo de las matemáticas, la geometría y la ingeniería, pues ha llegado a ser parte de la vida cotidiana, pues gracias a este número irracional se pueden usar los teléfonos celulares, ya que las ondas que traen la información al aparato se desplazan en múltiplos de Pi; sin éste, añadió, sería imposible la comunicación inalámbrica.



Ante la presencia de alumnos y padres de familia, Peralta Terrazas resaltó que el Pi está en todos lados y citó otros ejemplos donde interviene este número como en las ondas que propagan la radio y la televisión, el diseño de varios instrumentos entre ellos las ruedas y llantas, además de que ha servido para el desarrollo de otras tecnologías para beneficio del ser humano.

Cabe destacar que alumnas y alumnos a cargo de la profesora Martha Reséndiz, del Departamento de Idiomas representaron una línea del tiempo y hablaron en esta lengua sobre la trascendencia e historia de este número que con la ayuda de la computación precisó su valor de 3.1415926535... hasta un límite inimaginable.

En sus demostraciones los jóvenes resaltaron los nombres de quienes han sucumbido a los encantos de esta constante matemática entre ellos Claudio Ptolomeo (100-170), Ludolphvan Ceulen (1540-1610), John Wallis (1616-1703),



de su propia historia. Los personajes reales involucrados en la búsqueda de los dígitos del número Pi, así

James Gregory (1638-1675), Gottfried Wilhelm Leibniz (1646-1716), Isaac Newton (1642-1727), Abraham Sharp (1651-1742), y el más importante considerado por muchos matemáticos, por lo menos respecto de Pi, Arquímedes de Siracusa (287 a. C.- 212 a. C.).

En esta celebración a la que se sumaron profesores de las áreas académicas, también se realizó una exposición de tiras cómicas del número Pi, con un desfile de historietas creadas por los estudiantes donde el personaje principal fue el mencionado número. Hechos ficticios y datos reales se mezclaron para desarrollar la imaginación de los jóvenes, la cual estuvo presente cuando Pi surge de la creación de una pizza en Italia, ya que se relaciona con una circunferencia.

Otros le dieron voz y movimiento al número para hacerlo protagonista

como su definición o los primeros científicos que le dieron nombre o lo usaron, además de su aplicación en diversas áreas como la astronomía fueron datos que los estudiantes obtuvieron en revistas como *Muy Interesante* o en Internet. Las historias fueron dibujadas a mano, o creadas con software para poder crear un desfile de color e ideas para celebrar este día.

Asimismo, se dictó la conferencia "El día en que la Tierra se volvió plana", a cargo del matemático y maestro Gilberto Bruno Pérez, de la Facultad de Ciencias quien al iniciar su exposición resaltó que Pi es el más emblemático del grupo de números irracionales. Nace de una proporción geométrica simple y milenaria y como su definición se relaciona con un círculo, se encuentra en muchas fórmulas de trigonometría y geometría. De ahí,



comentó, también el interés por este número en todas las culturas y consumidoras de círculos.

En su exposición y luego de reseñar datos históricos de las primeras ideas sobre la forma de la Tierra —esférica—, a través de los viajes de Cristóbal Colón y Fernando Magallanes, entre otros personajes que intentaron demostrar la forma de nuestro planeta, destacó que Pi es importante en la vida universal porque da fundamento a la explicación de la circunferencia de nuestro planeta. π

La investigación como apoyo al aprendizaje

Exposición de carteles de la materia de Geografía.

Jueves 4 de abril.

Pasillo entre el edificio "O" y el "N"

De 10:00 a 15:00 horas.

Te esperamos....

PRESENCIA DE RADIO UNAM EN EL PLANTEL ORIENTE

R^M Resistencia Modulada

Participan:

- Taller de Violín del Departamento de Difusión Cultural
- Taller de Educación Ambiental
- Club de Robótica
- Ganadora del Premio Universitario del Deporte 2018
- Y mucho más...

Martes 26 de marzo, a partir de las 12:00 hrs.
en la explanada del plantel



Guinness World Records

By Lorena Meneses Coria

Did you ever try to do something special? Or something nobody has done before? There is a special book published every year "The Guinness World Records" it contains human achievements and natural wonders.

A fun fact is that this book is the most stolen from the public libraries in the USA. It is not only a book, it became so famous that there are many TV programs around the world and its own museum. Sir Hugh Beaver got the idea in 1951 when he was talking with some friends about the fastest bird in Europe. The first edition was launched on August 27th 1955 and was the oldest book of the UK. In this book you can find human records like the one of Ashrita Furmas from Queens New York, with the record for having the most records Guinness (100 records in 2009).

A Japanese woman that is 116 years old is the oldest in the world. Her name is Kame Tanaka and lives in Fukuoka, southwest of Japan, she was born in 1903 and she likes maths. A man from India let his left hand nails to grow up since 1952 when he was 14 years old, his name is Shridhar Chillal and

he was inspired by one of his teachers, who had the longest thumb nail with 197 centimeters! After 66 years he decided to cut his nails and got a special 20 minutes ceremony celebrated in a famous program named "Ripley's Believe It or Not!"

A man from Ankara Turkish, has two records, the first one for being the tallest man on earth, he is 251 centimeters tall! His name is Sultan Kosen and he also has the biggest hands with 28.5 centimeters. He got married with Merve Dibo, a woman that is 175 centimeters tall. They live in Mardin, Turkish.

You can also find food records, the largest pizza, the biggest hamburger, the biggest water gun, the smallest river in the world, etc.¹



The tallest and the smallest people in the world.²

1) www.lanation.ar
2) www.guinnessworld.com

CONVOCATORIA

Premio Jóvenes Lectores "Alonso Quijano":
Reseña un libro del Subsistema de las ciencias humanas y sociales

Con el propósito de reconocer a los jóvenes lectores universitarios, así como promover la lectura y el análisis de los libros publicados por las entidades adscritas al Subsistema de Humanidades, se convoca a los estudiantes de los niveles de bachillerato, licenciatura y posgrado de la UNAM a participar en el premio a la reseña crítica "Alonso Quijano".

BASES

De los participantes

- Habrán dos categorías:
Bachillerato.
Licenciatura y posgrado.
- Dentro de la categoría de bachillerato, podrán participar los estudiantes inscritos en los años lectivos 2019-2 y 2020-1 de la UNAM, provenientes de alguno de los cinco planteles del Colegio de Ciencias y Humanidades, y de los nueve planteles de la Escuela Nacional Preparatoria.
- Dentro de la categoría de licenciatura y posgrado, podrán participar los estudiantes inscritos en los años lectivos 2019-2 y 2020-1 del nivel licenciatura y posgrado de la UNAM de todas las carreras que se imparten en los sistemas: escolarizado, abierto y a distancia.
- Para cada una de las dos categorías habrá tres premios: \$10,000.00 al primer lugar, \$8,000.00 al segundo y \$5,000.00 al tercero. En función de la calidad de los trabajos se podrán otorgar menciones honoríficas.
- En ambas categorías el límite de edad para participar será de 40 años a la fecha de cierre de la recepción de las reseñas.
- Los libros que pueden reseñar los participantes serán aquellos publicados por primera vez o reimpresos de 2015 a la fecha por alguna de las entidades adscritas al Subsistema de Humanidades, ya sea en edición exclusiva o en coedición. Dichos volúmenes se encuentran disponibles en la Red de Librerías de la UNAM, librerías de las entidades, así como en la librería perteneciente al Programa Editorial de la Coordinación de Humanidades (Presidente Carranza 162, Coyoacán) y en la Librería Itinerante Clementina Díaz y de Ovando.

De las reseñas críticas

- Sólo se podrá entregar una reseña por participante, que deberá estar escrita en español. Se aceptarán únicamente trabajos originales, inéditos y de autoría exclusiva del participante.
- Se tomará como reseña crítica un texto expositivo-argumentativo que denote los puntos esenciales del libro a través de un análisis breve, pero riguroso, y una ponderada sugerencia de lectura.
- La reseña deberá contar con los siguientes apartados: título, introducción, argumento central y conclusión. No deberá contener imágenes.
- Deberá presentarse en formato impreso y digital, en un archivo de Word, fuente Times New Roman o Arial, a 12 puntos y con un interlineado a doble espacio (números de página en la parte inferior de lado derecho, desde la primera hoja). La extensión de la reseña será de 600 a 800 palabras.
- Las primeras líneas de la reseña deberán contener la siguiente información:
Título de la reseña.
Ficha bibliográfica del libro reseñado.
Pseudónimo del autor.

De la inscripción de reseñas

- Cada reseña se presentará de manera impresa dentro de un sobre cerrado con el pseudónimo del autor rotulado al frente. En su interior deberá contener dos sobres cerrados rotulados al frente con el mismo pseudónimo; en el interior de uno de los sobres deberá incluir un disco compacto que almacene la reseña crítica en formato digital con las especificaciones antes mencionadas; mientras que en el otro sobre, el participante deberá anexar una hoja impresa tamaño carta con la siguiente información:
Nombre completo del participante.
Número o números telefónicos de contacto.
Correo electrónico.
Escuela, Facultad o Posgrado en que se encuentra inscrito.
Número de cuenta como estudiante de la UNAM.
Fecha de nacimiento.
La recepción de trabajos quedará abierta a partir de la publicación de esta convocatoria en *Gaceta UNAM* y hasta el martes 30 de abril de 2019, de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 horas y de 17:30 a 19:00 horas, en las oficinas que ocupa la Secretaría Académica de la Coordinación de Humanidades, ubicada en:
Circuito Mtro. Mario de la Cueva s/n, Zona Cultural, Ciudad Universitaria, CP. 04510, Ciudad de México.
- Se guardará confidencialidad de los datos personales de los participantes, según el Reglamento de Transparencia, Acceso a la Información Pública y Protección de datos Personales para la UNAM.

Del Jurado Calificador

- El Jurado Calificador estará integrado por cinco renombrados académicos del Subsistema de Humanidades.
- La decisión del Jurado Calificador se sustentará en la capacidad de análisis y argumentación del autor de la reseña, así como en el uso correcto del idioma español escrito.
- El fallo será definitivo e inapelable y se publicará en *Gaceta UNAM* el 3 de junio de 2019.
- Las reseñas premiadas con el primer lugar de cada categoría cederán sus derechos para ser publicadas en la revista *Encuentros 2050* de la Coordinación de Humanidades.
- Los premios para ambas categorías se entregarán en una ceremonia organizada por la Coordinación de Humanidades.
- Las reseñas que incurran en plagio serán descalificadas. A fin de evitar esta práctica, toda transcripción de palabras ajenas deberán ir entre comillas y con referencia a la fuente de información o de investigación correspondiente.

Lineamientos generales

- Los casos no previstos en esta Convocatoria serán resueltos por el Jurado Calificador.

Mayores informes:

Teléfono: 5622-7565 al 68, extensión 200

Correo electrónico: premio_quijano@humanidades.unam.mx

"Por mi Raza Hablará el Espíritu"

Dr. Domingo Alberto Vital Díaz
Coordinador de Humanidades

PSICORIENTA

Psic. Arturo Arroyo Nieves
Departamento de Psicopedagogía

¿Amor o necesidad? (Dependencia emocional)

Las relaciones de pareja, en ocasiones terminan en un tormento del cual no se puede escapar. Y entonces preguntas cómo ocurrió todo, cómo fue que de pronto se salió de control; quizá te has dado cuenta desde el principio que la relación estaba predestinada a fracasar o la elección de esa pareja que, en un momento pareció llenarnos, fue la equivocada.

Angélica conoció Jaime en la escuela, su simpatía y carácter agradable la impactaron desde el primer momento. No fue difícil hacerse amiga de alguien con esa personalidad. Transcurrido un mes de amistad se hicieron novios. Los primeros meses estuvieron llenos de ternura y detalles; ambos lo disfrutaron mucho.

Pero transcurridos aquellos meses, todo cambió. Cualquier situación irritaba a Jaime, desatando su ira; comenzaba a insultarla y lastimarla con jalones si ella no hacía lo que él deseaba, o algo no le parecía. Las burlas, humillaciones e infidelidades se convirtieron habituales.

Los días para usar falda se acabaron para ella, también se terminaron los encuentros con los amigos porque a Jaime le molestaba que saliera con alguien más. Los mensajes y llamadas al celular eran controlados por él. Angélica comenzó a asfixiarse en una enorme soledad que significaba amarlo, alejándose de todo, resignándose a obedecer y viviendo con miedo.

Ella era consciente de que la relación estaba completamente muerta y no tenía sentido seguir allí porque no le aportaba nada. Su autoestima se había hecho tan pequeña que ya ni siquiera la encontraba... y su dignidad, se preguntaba si en algún



momento había tenido dignidad. Comprendía que no la amaban, y tomaba conciencia de todo eso. Pero después venía el temor a quedarse sola, a no encontrar a nadie más, a imaginarlo con otra. Se apoderaban de ella la ansiedad, tristeza, soledad y miedo. Señales de la dependencia emocional.

Angélica ha sido incapaz de salir de ese laberinto emocional. Lo ha intentado un sinnúmero de veces. Ha conseguido estar sin él un par de días en dos años de relación, llena de angustia e infelicidad.

"La dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla en el ámbito de las relaciones de pareja; en consecuencia, gran parte de la vida de estas personas gira en torno al amor".

El dependiente emocional acepta desprecios y maltratos de manera normal y tiende a sentirse atraído por personas que aparentan una gran seguridad en sí mismas y tienen una personalidad dominante. No concibe en su vida la soledad sino que anhela estar al lado de alguien a quien ha idealizado, de manera que vive por y para esa persona.

La vida del dependiente emocional se convierte en un sufrimiento que puede llegar a límites extremos, pues aceptará agresiones, humillaciones, infidelidades continuas, burlas, menosprecios, etcétera, con tal de no terminar la relación. Si por algún motivo ésta se

rompe, intentará reanudarla, o bien comenzará otra para evitar el miedo y la angustia de la soledad.

Aun cuando no es necesario padecer un trastorno patológico o un perfil determinado para crear relaciones de dependencia, sí debemos considerar que hay personas quienes presentan una mayor predisposición.

Algunos síntomas de la dependencia emocional son:

- Necesidad de estar en pareja, no tolera la soledad.
- Amplio historial de relaciones de pareja, normalmente ininterrumpidas.
- Baja autoestima, son personas que no se quieren a sí mismas y necesitan la aprobación constante de los demás, especialmente de su pareja.
- Pone su relación por encima de todo (familia, amigos, aficiones).
- Desea estar en contacto permanente con la pareja.

En todas las relaciones de pareja es habitual sentir cierto sentimiento de obsesión, necesidad y cercanía con la persona amada, pero esto no debe ser motivo de sufrimiento e insatisfacción, si dicha necesidad se vuelve imprescindible para tu vida, por lo que sería recomendable revisar cómo está funcionando la relación. 📌

Bibliografía:

- Castello Blasco Jorge. *Dependencia emocional. Características y Tratamiento*. Editorial Alianza, Madrid España. 2005
- Del Castillo Ale, Castillo Moisés. *Amar a madrazos. El doloroso rostro de la violencia entre jóvenes*. Debolsillo clave. México. 2014
- Valeria Sabater, *Amor o dependencia?*, en <https://lamenteesmaravillosa.com/amor-o-dependencia/> consultado el 19/03/2019



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Secretaría Académica

a través del

DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN DE PROFESORES y las secretarías docentes de los planteles

CONVOCAN

A la comunidad académica del CCH interesada en diseñar e impartir cursos para el período INTERANUAL 2019-2020, a consultar el Programa Integral de Formación Docente¹, en el cual se establecen los Ejes Transversales que estructuran y orientan la formación de profesores en el Colegio.

1. Comprensión del Modelo Educativo.
2. Plan y Programas de Estudio.
3. Actualización en la disciplina y la didáctica.
4. Habilidades cognitivas, socioculturales y afectivas.
5. Investigación e innovación educativa.
6. Gestión académica-administrativa.

La solicitud para impartir curso y el diseño² correspondiente se enviará al correo: formaciondeprofesores@cch.unam.mx a partir de la publicación de la presente convocatoria y hasta el 12 de abril de 2019.

Los diseños de cursos o talleres recibidos serán evaluados por comités académicos para su aprobación; el registro en la Plataforma TACUR (Central y Local) y su difusión, corresponderá a la Secretaría Académica del CCH, y a las secretarías docentes de cada plantel.

Ciudad Universitaria, 25 de marzo de 2019

1. <https://www.cch.unam.mx/comunidad/programa-integral-de-formacion-de-profesores>

2. El formato de la solicitud para impartir cursos, el documento sobre el procedimiento a seguir para su registro y las características que deben observarse en el diseño del curso se localizan en la liga: https://www.cch.unam.mx/academica/sites/www.cch.unam.mx/academica/files/lineamientos_formacion_profesores.pdf