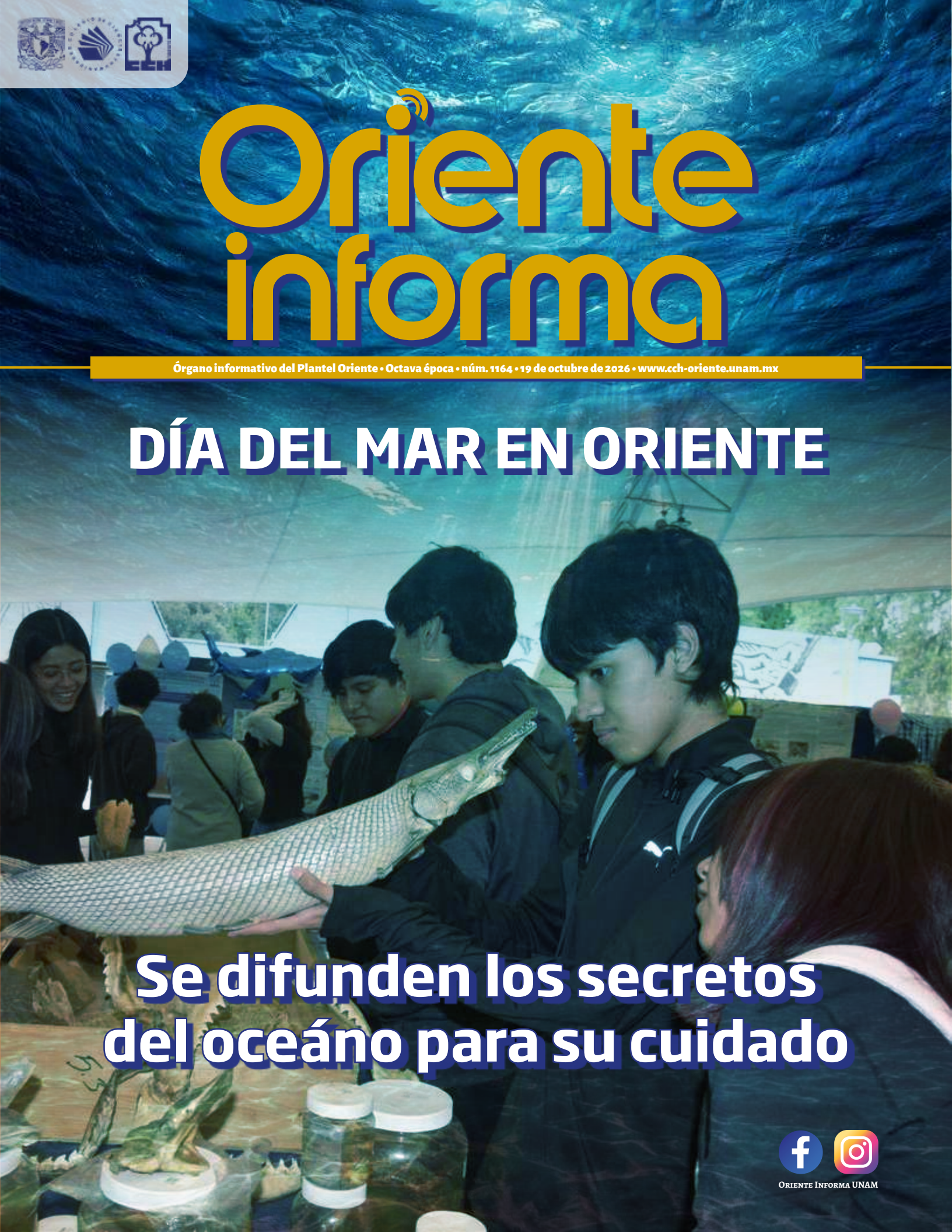
Oriente informa

Órgano informativo del Plantel Oriente • Octava época • núm. 1164 • 19 de octubre de 2026 • www.cch-oriente.unam.mx

DÍA DEL MAR EN ORIENTE



Se difunden los secretos del oceáno para su cuidado

Oriente Informa UNAM



El mar sigue adelante

Los océanos contienen una extraordinaria diversidad de especies, regulan procesos fundamentales para la vida y proporcionan recursos indispensables para el equilibrio de nuestro planeta. Sin embargo, hoy día la contaminación y las actividades desmedidas amenazan sus ecosistemas, por lo que resulta necesario reflexionar y dar el primer paso para conservarlo.

Fue así que, en el CCH Oriente, la conmemoración del Día del Mar permitió acercarse a ello desde distintas perspectivas. Las charlas científicas, los talleres y las actividades mostraron la riqueza de la biodiversidad marina y los desafíos que enfrenta. Asimismo, el concurso de poesía Voces del Mar recordó que el arte y la literatura también permiten expresar inquietudes y reflexionar sobre nuestra relación con la naturaleza y el medio ambiente.

Experiencias que, además, se vinculan con el eje transversal de sustentabilidad, pues muestran que el cuidado ambiental requiere conocimientos científicos, pensamiento crítico y una amplia participación. No basta con conocer los problemas que afectan al planeta: es necesario cuestionar nuestros hábitos de consumo, reducir los residuos y asumir prácticas responsables en nuestra vida diaria.

Desde el Colegio, la ciencia, la investigación y el arte pueden ayudarnos a ser más conscientes de nuestro entorno y lo que se requiere para preservarlo, empezando desde nuestra casa, aula y comunidad. Sin importar cuánta tierra tengamos de por medio, cuidar el mar es cuidar la vida de nuestra y de las futuras generaciones, pues como dice José Emilio Pacheco: *Entre tanto guijarro de la orilla / no sabe el mar / en dónde deshacerse.*

Directorio

Rector
Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
Secretario general
Dr. Javier de la Fuente Hernández

Directora General del CCH
Mta. María Patricia García Pavón
Secretario General
Mtro. Keshava Rolando Quintanar Cano

Director
Q.F.B. Reyes Flores Hernández
Secretaria General
Mtra. Belem Torres Romero
Secretaria Académica
Mtra. Claudia Martínez Solís
Secretario Administrativo
Lic. Oscar López García
Secretario de Servicios Estudiantiles
Ing. Héctor González Pérez
Secretario de Apoyo al Aprendizaje
Mtro. Omar Alejandro Sánchez Sierra
Coordinador de Gestión de la Dirección
C. Alejandro Hernández Gómez

Jefe del departamento de Información
Mtro. Bryan Hernández Torres
Coordinador editorial
Lic. Miguel Ángel Landeros Bobadilla
Diseñadora editorial
Lic. Rosa Dafne Chávez Pérez
Redes sociales
Profa: Claudia Andrea Saldaña Bautista

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

Correo electrónico
informacion.oriente@cch.unam.mx

Festejos por el “Día del mar”



Los océanos: hábitat de especies, fuente de recursos y motivo artístico



El mar es una gran masa de agua salada, pero también es hábitat de numerosas especies, una fuente de recursos naturales y motivo de inspiración artística, tal como se demostró con la conmemoración en nuestro plantel del “Día del mar”, efectuada el seis de octubre.

Por lo anterior, se realizaron diversas actividades, entre las que se incluyó la plática “La iguana marina de las Galápagos: entre la tierra y el mar”, a cargo de Manuel Feria Ortiz, docente e investigador de la FES Zaragoza.

En primer lugar, comentó que el inglés William Bullock, que en el siglo XIX coleccionaba muestras de especies marinas, viajó a México y adquirió un ejemplar de iguana marina y se la entregó a Thomas Bell, un zoólogo famoso, quien bautizó al espécimen como *amblyrhynchus costatus*, en referencia a su hocico romo y la cresta. Afirmó que era una especie mexicana, aunque luego se descubrió que no es así.

Por su parte, el célebre Charles Darwin viajó por el mundo de 1831 a 1836 y visitó las Islas Galápagos, cerca de Ecuador, donde encontró iguanas marinas, sobre todo en la isla de San Cristóbal, que le llamaron la atención por considerarlas muy feas, por lo que las denominó “duendes de la oscuridad”.

Posteriormente, el experto comentó las características de estos animales, los cuales son capaces de sumergirse en el agua fría del océano y comer algas marinas, algo singular en su especie. También destacó que pueden reducir su tamaño en épocas de escasez, lo cual es una habilidad sorprendente.





Este tipo de iguanas, dijo, son animales ectotérmicos, es decir, no generan calor a través de su metabolismo con el consumo de alimentos como carbohidratos, proteínas y grasas, tal como lo hacen los mamíferos y las aves, sino que lo obtienen de manera externa.

De esta forma, los anfibios y reptiles tienen que absorber el calor del Sol. En este sentido, los de tamaño pequeño pierden muy rápido el calor; en cambio, los más grandes lo hacen con más lentitud. Por ello, cuando son bebés, las iguanas marinas no se meten a las frías aguas del mar y se comen las heces de los adultos para obtener energía y desarrollar microflora intestinal.

Por su parte, las iguanas pequeñas y medianas se alimentan en la zona intermareal, que es la parte de la playa que se inunda cuando sube la marea y que, cuando desciende, deja algas a su paso. En cambio, las adultas se hunden en el mar en el área submareal a una profundidad de 10 a 12 metros, que es una zona rica en nutrientes.

Para lograr lo anterior, su cuerpo experimenta cambios radicales, como reducir su tasa cardiaca a solo cuatro o cinco latidos por minuto, mientras que su cola planta funciona como propulsor. Asimismo, su hocico es corto y plano para morder las algas de las rocas y sus garras son muy afiladas para aferrarse de las piedras. En tanto, sus dientes tienen tres puntas para cortar las algas, y han desarrollado una glándula en su cráneo para expulsar el exceso de sal.

Por último, sobre la fascinante capacidad de reducir su tamaño corporal, Manuel Feria dijo que lo pueden hacer hasta en un 20% mediante la pérdida de músculo, reabsorción ósea y comprensión postural, en un fenómeno único entre los seres vivos, concluyó.

También se brindaron otras charlas como “Ecología de peces”, “Accidentes por fauna marina: cómo actuar ante una lesión”, “Animales venenosos del mar” o “Tiburones y rayas en México”, además de que se llevó a cabo la proyección de la cinta “La canción del mar”.















Actividades lúdicas y de aprendizaje

Como complemento de este festejo, se presentaron talleres y actividades como la elaboración de rehiletes haciendo alusión al aire como parte de los recursos naturales renovables, mientras que en la mesa de papiroflexia se elaboraron camarones, tortugas, cangrejos y tiburones a partir de un video revisado en un QR.

También hubo juegos como identificar diferentes especies de peces como huachinango, róbalo, cochi, cuche o pez aguijón. Asimismo, las y los asistentes tuvieron la opción de armar la estructura interna de un caracol con piezas de fomi, porque en los laboratorios se trabaja con moluscos. Asimismo, se "pescaron" peces de papel que se abrían por la mitad y se tenía que identificar si era macho o hembra al analizar los órganos sexuales.

En otro estand se presentó la colección herpetológica de la FES Zaragoza, con muestras de tortugas preservadas mediante la taxidermia o preparaciones con alcohol, con especies como carey, laúd, loro y olivácea. En tanto, el laboratorio CREA del Siladin local montó una muestra de conchas, esponjas, corales y de especies como pejelagartos y cangrejos.

También se pegaron carteles como el análisis del impacto de los micro y macroplásticos en el mar, así como de la física de los océanos, otro sobre las corrientes, olas y mares, así como un estudio sobre la alimentación de la raya marina y de la presencia del mar en la literatura con obras como "Moby Dick" o "El viejo y el mar".









Concurso de poesía Voces del Mar

Como cierre, se llevó a cabo el concurso de poesía Voces del Mar. Durante la premiación, el profesor del área de Talleres de Lenguaje y Comunicación, Aldo Fabián Morales, celebró la amplia participación del alumnado, la cual refleja su interés por la poesía y por su deseo de expresarse a través de la escritura.

Asimismo, recordó a los presentes que los orígenes de la poesía están en la oralidad, mencionando "La Ilíada" y "La odisea" de Homero. "Los griegos decían que era tener un arrebato divino", expresó. "Y más interesante es que, todavía en el siglo pasado, la figura del poeta se consideraba divina".

En ese sentido, comentó que la principal pregunta del jurado fue "¿qué es lo que hace poesía a la poesía?", por lo que parte de la premiación de los poemas no solo se basó en la rima, sino que se consideraron otros elementos estéticos.

Por otra parte, el profesor de la misma área académica, Jesús Soto Torres, dijo que el mar y la poesía tienen un matrimonio muy antiguo. Ejemplo de ello está en la ya mencionada "Odisea", comentó, pero también en otros libros como "Los Argonautas".

Posteriormente, las maestras de Talleres, Lina Magdalena Xochitlahuac Mejenes López e Isabel Campos, felicitaron a las y los participantes y reconocieron su compromiso, pues hoy día la inteligencia artificial puede hacer "un poema", lo que también se consideró a la hora de elegir a las y los ganadores. "La verdad, fueron trabajos muy sensibles, muy bien cuidados. Poemas donde se veía una preocupación, un coraje, un tema pendiente, lo que finalmente nos pone pensar que hay otro mundo que no vemos".

Así pues, tras la lectura del poema "El mar", de Pablo Neruda, se precedió a la premiación. Cabe mencionar que los estudiantes tenían que enviar un poema relacionado con el mar, original e inédito y firmado con seudónimo. De esta manera, se anunció a los ganadores, incluyendo menciones honoríficas, entre los que estuvieron la estudiante Pia Melani Ramírez García, con "Hueles a mar", y el alumno José de Jesús Miranda, con el poema "Indiferencia".

De este modo, cada uno de los premiados leyó su poema al público. Finalmente, jurados y organizadores —los ya mencionados docentes—, les entregaron sus respectivos diplomas y cerró este evento organizado por el Acuario Didáctico y la Colección Biológica del plantel, que demostró la conciencia del alumnado con el medio ambiente y su interés por el arte.



Mención Honorífica

Hueles a mar

Melani Ramírez García

Una vez alguien me dijo que olía a mar,
y desde entonces llevo aquella frase
como quien guarda una brújula sin norte,
como un secreto que no se deshace.

Tal vez era la sal en mi memoria
o esa manera de mirar la distancia,
donde el cielo de la tarde se vuelve cárdena
y el viento desordena la luz con elegancia.

La arena cruje bajo mis pasos lentos,
diminuta constelación que la espuma destruye;
frente a mí, el agua extiende su azul,
mientras debajo todo conspira y fluye.

Hay cardúmenes que relampaguean veloces,
madréporas que levantan ciudades de nácar,
criaturas que jamás conocerán el sol
y misterios que en la oscuridad se destacan.

Un pez abisal enciende su pequeña lámpara
donde la claridad del día naufraga,
quizá por eso tememos las profundidades:
por el reflejo de aquello que nos amaga.

Nos gusta contemplar el océano infinito
porque desde la orilla parece tan dócil,
podemos mirarlo sin que nos mire de vuelta,
ignorando que el equilibrio es frágil.

Las olas llegan con su antigua caligrafía,
escriben espuma, borran el rumor,
dejan un mensaje que nadie traduce,
un canto antiguo cargado de dolor.

En esa escritura caben ballenas migratorias,
medusas transparentes, caballitos de mar,
también nuestros puertos, nuestras anclas
y la sombra de lo que arrojamos al andar.

El coral, paciente arquitecto del fondo,
levanta sus palacios de intenso color,
mientras la marea insiste y nos trae
restos de luna con un viejo fulgor.

Pienso en aquella voz que me dio el océano,
sé que hay recuerdos que son como una costa:
uno vuelve siempre a buscar la orilla,
pero el agua nunca nos da una respuesta.

Conocer la historia rompe mitos y estereotipos



Charla “¿Cómo escuchar las voces de los afrodescendientes en la Nueva España?”

Si bien hubo esclavos nativos de África en nuestro país durante el periodo Novohispano, su situación fue distinta a la que experimentaron los que vivían en Estados Unidos, al grado de poder ser libres y hacer importantes aportaciones socio-económicas y culturales, afirmó la maestra Andrea Ayala Hernández, durante su charla “¿Cómo escuchar las voces de los afrodescendientes en la Nueva España?”

Para dar inicio a su intervención, comentó que mucha gente piensa que África es un solo país, pero son 54 naciones soberanas con múltiples grupos étnicos y culturas distintas. Durante siglos, millones de personas llegaron a América por el tráfico de esclavos, aunque la esclavitud ya había existido en culturas antiguas como Egipto o Grecia.

En el caso de nuestro continente, países como Portugal comenzaron a traer trabajadores forzados desde distintos reinos africanos por un comercio que traficaba desde marfil y piedras preciosas hasta seres humanos, quienes eran raptados de sus poblaciones o vendidos a cambio de armas. De este modo, se les llevaba fuera de su hogar y se les ponía a trabajar en plantaciones o minas en un negocio muy lucrativo.

Cuando los españoles desembarcaron en América, ya traían esclavos consigo. Después de la conquista, millones de indígenas fallecieron por los combates, epidemias o por causas de la depresión, por lo que fue necesario traer mano de obra a través del comercio trasatlántico, cuyos barcos llegaban a Veracruz o al puerto de Acapulco por la ruta de la Nao de China, lo que implicaba un gran rodeo.

Una vez en estas tierras, podían conseguir su libertad de una forma más sencilla que en Estados Unidos, ya sea mediante el matrimonio con una persona libre o, en última instancia, comprarla. De este modo, tenían una dinámica distinta a la de los esclavos del país vecino, pues podían convivir con varias personas, crear redes de apoyo y hacer contribuciones a la economía, sociedad y cultura novohispanas.

De este modo, los afrodescendientes podían ser esclavos, pero también pajes, damas de compañía o dedicarse al comercio, pero también propietarios o tener negocios, por lo que vivieron varias experiencias.

Así, dijo experta de la Escuela Nacional de Antropología e Historia, estudiando documentos históricos —entendidos

como actas de carácter legal o administrativo que ya perdieron su función original y se vuelven fuentes de consulta—, además de testimonios, diarios y memorias, se pueden reconstruir historias y explicar sucesos, por lo que son un patrimonio cultural e insustituible.

Estos textos se guardan en diversos archivos históricos que se pueden consultar, es decir, constituyen un conjunto orgánico producidos por una persona, sociedad e institución, en el desarrollo de sus actividades, y que son resguardados, clasificados, protegidos y conservados. El más famoso es el Archivo General de la Nación, ubicado donde antes era el Palacio de Lecumberri, el cual la ponente invitó a conocer.

Posteriormente, explicó cómo buscar antecedentes históricos en los archivos, los cuales se pueden consultar en los repositorios cibernéticos y documentos digitalizados. "Para leer los textos antiguos se emplea la paleografía, que es la disciplina que estudia e interpreta la escritura antigua. Asimismo, se realiza la transcripción paleográfica, que consiste en pasar el texto del soporte original a otro para que sea más fácil leerlo e interpretarlo".

Con este método, Ayala Hernández ha rescatado historias de afrodescendientes en el mundo novohispano. En primer lugar, mencionó a María de la Cruz, una mujer que nació en 1686 en la casa de su amo y luego compró su libertad. En otra experiencia de vida, contó sobre Polonia de Ribas, hija de esclavos nacida en Veracruz, quien obtuvo su libertad e hizo una gran fortuna.

También platicó el caso de Miguel de la Flor, vendido a los ocho años y que aprendió gramática y latín, escribió poemas, villancicos religiosos, comedias y obras de teatro. Por tener suerte en las apuestas, fue llevado ante la Santa Inquisición y acusado de "tener un pacto con el demonio", se le impuso una pena severa y, posteriormente, fue liberado. Finalmente, narró la aventura de Nicolasa de la Cruz, nacida en 1623 y quien vivió en un convento y fue vendida después de que se embarazó.

De este modo, dijo, dichas experiencias son lazos reconstruidos a partir de la lectura de diferentes documentos, e historias interesantes que sirven para analizar un lado muy poco difundido de la historia nacional.

"Es importante conocer estos relatos, pues ser afrodescendiente en la Nueva España no necesariamente significaba esclavitud. Tenían las oportunidades para modificar sus condiciones de vida y hacer aportes, por lo que es importante estudiar sus trayectorias para romper mitos y estereotipos", concluyó.

Cabe agregar que esta charla, presentada el 30 de septiembre, fue organizada por los docentes del área Histórico Social Lilia Montiel Dávalos y Sergio Andrés Hernández García.







Fotovoltaica, líder en el sector de las energías renovables



Opciones de energía sustentables, baratas y limpias

La generación de energía, en sus múltiples fuentes, es un motivo de preocupación para la humanidad pues cada vez se requiere en cantidades más grandes. Para explicar las alternativas que han ido surgiendo con el tiempo, se realizó la charla "Fotovoltaica, líder en el sector de las energías renovables" a cargo de Xavier Mathew.

El especialista, quien es investigador y jefe de Departamento de Tecnología, Innovación y Sustentabilidad en el Instituto de Energías Renovables UNAM, en Temixco, Morelos, aseveró que existe una fuente energética inagotable, gratuita, silenciosa, limpia sin residuos ni emisiones y disponible en todo el mundo, que es el Sol, por lo que durante décadas se ha estudiado cómo aprovecharla.

Para ofrecer un contexto, presentó un panorama histórico de la evolución de los avances de la fotovoltaica, por lo que comentó que en 1839, Becquerel descubrió el efecto fotovoltaico, mientras que en 1954 se brindó la primera demostración de un panel solar, lo que ha avanzado al grado de que en 1958 se lanzó el primer satélite con celdas solares y en 1998 se construyó la primera estación espacial con la mayor cantidad de paneles voltaicos en el mundo.

Posteriormente, para el 2016, se igualaron los precios de esta tecnología con lo de la electricidad, y su precio ha ido disminuyendo, por lo que es una opción accesible, además de que su capacidad y eficiencia ha hecho avances espectaculares. Por ejemplo, pasó de 6% a sus inicios al 28.1% en celdas sencillas, mientras que con celda tándem llega al 29.5% y con concentración alcanza el 47.6%.

De este modo, ha ido desplazado a otras fuentes como son los combustibles fósiles y el gas natural, o aquellas renovables como son la eólica y la hidroeléctrica. Por ello, en la actualidad la producción de electricidad en México depende 62.4% del gas, 21.1% de renovables, en tanto que la fotovoltaica ya representa el 34.3%.

Con los números anteriores, aseveró que para atender la creciente demanda, el número de celdas instaladas debería ser cuatro veces mayor. Sin embargo, en México existen 90 parques fotovoltaicos en estados como Aguascalientes, Puebla, Sonora, etc., que produjeron 25.7 TWh en 2024.





A continuación, Mathew explicó las bases científicas y técnicas para hacer funcionar una celda solar, que es un generador de corriente en un sistema fotovoltaico, que absorbe luz y la transforma en electricidad, por lo que su cantidad depende de la radiación solar.

Acto seguido, mostró el esquema de una celda y las partes que lo conforman, además de que aclaró que un módulo son varias celdas unidas, mientras que un panel lo conforman varios módulos juntos el cual, unido a una unidad de control electrónico que regula la salida y suministro eléctrico al consumidor, conforma el sistema fotovoltaico.

Para finalizar su charla realizada el 22 de septiembre y presentada por la Coordinación de Difusión de la Ciencia de la DGCCH y el Programa Jóvenes hacia la Investigación en Ciencias Naturales y Matemáticas del plantel, Xavier Mathew puso un video donde se mostró el proceso industrial de fabricación de paneles solares, e invitó a la concurrencia a estudiar la Ingeniería en Energías Renovables.



Feria de la Salud





El cuidado del bienestar físico y mental se sigue impulsando en nuestro plantel, en esta ocasión con la realización de la Feria de Salud, realizada el cinco de octubre en la explanada del plantel y en el audiovisual 1.

En este contexto, se presentó una charla por parte del personal del Centro de Integración Juvenil donde se platicó del uso de sustancias psicoactivas. En el caso de México, según estudios, entre los jóvenes de 12 a 17 años, se estableció que el 6% fuma, el 28% bebe alcohol y el 34% ha probado alguna sustancia ilegal. Esto llega al grado que desarrollan una relación afectiva con lo que consumen y defienden su adicción.

Lo anterior se asocia a muchas enfermedades como malestares cardíacos, embolias, cáncer, sida, hepatitis y trastornos mentales. Esto último es especialmente preocupante, pues se calcula que uno de cada siete jóvenes sufre ansiedad, depresión, conductas suicidas y otros males. También se ofrecieron datos de enfermedades transmisibles que, en el mundo, afectan a tres de cada diez menores de 20 años.

Como consecuencia de todo lo anterior, en México los jóvenes de 15 a 24 años ya presentan casos de tumores malignos, diabetes mellitus o enfermedades del corazón, en tasas mucho más elevadas que antes, a lo que hay que sumar embarazos no planeados y, en el caso nacional, 534 muertes maternas anuales por abortos clandestinos, hemorragias graves, presión arterial alta, etc.

Otro grave problema es el sobrepeso y la desnutrición. Según datos oficiales, en nuestro territorio, en las personas de 12 a 19 años, 41% sufre sobre peso y obesidad, mientras que el 17% tiene obesidad mórbida con sus respectivas consecuencias como cardiopatías, accidentes cerebrovasculares y enfermedades degenerativas de las articulaciones, entre varias más.

Por otro lado, se comentaron las señales de alerta de las adicciones o de algún trastorno mental, como son cambiar de hábitos de sueño, sentir poca energía, la imposibilidad de realizar actividades cotidianas, sufrir cambios de ánimo drásticos o aislarse, por lo que, en esos casos, es importante contactar con especialistas del área.

Posteriormente, se dijo que no está mal experimentar tristeza, enojo u otras emociones, pero si se vuelven persistentes e impiden realizar las tareas diarias, se debe buscar ayuda, adoptar prácticas saludables, fortalecer la mente y fomentar los vínculos sociales.

Asimismo, se recomendó levantarse y acostarse a la misma hora, identificar pensamientos negativos y reemplazarlos por positivos, aprender a decir “no” si nos ofrecen alguna sustancia y no dedicarle tanto tiempo al celular. También se propuso reconocer las emociones y aprender a expresarlas, aprender a manejar el estrés, tener metas claras y mantener la mente ocupada, concluyeron.

En tanto, en la explanada se presentaron módulos informativos del Instituto para la Atención a la Salud Mental y las Adicciones (IASAMA), que informó sobre la salud mental y de la Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria (SSACU) con estrategias de bienestar y autocuidado, nutrición inteligente y rutinas de movimiento y mental para relajarse, lo que se complementó con información sobre sexualidad, métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual, además de que en la biblioteca se realizó la Jornada de lentes de armazón.

Trabajo conjunto para fortalecer al plantel







En una reunión encabezada por el director, Q.F.B. Reyes Flores Hernández, así como por la maestra Belem Torres Romero, secretaria General, se realizó el nombramiento del Lic. Oscar López García como nuevo secretario administrativo del plantel.

Durante este acto, efectuado el 16 de octubre en el Audiovisual 2, Flores Hernández reconoció el trabajo de la maestra Alejandra Barrios Rivera, quien deja el cargo para atender nuevos proyectos, y agradeció su compromiso y todas sus aportaciones.

Por su parte, se destacó la trayectoria académica y administrativa de Oscar López, licenciado en Matemáticas por la Universidad Autónoma Metropolitana y quien ha desempeñado diversas funciones en el plantel, entre ellas, la jefatura del Área de Matemáticas y la Secretaría Docente.

Con más de 24 años de antigüedad en el Colegio, también cuenta con una amplia trayectoria docente, en donde destacan el Diplomado en Competencias Docentes en el Nivel Medio Superior, así como la impartición de cursos de formación docente.

Al asumir esta nueva responsabilidad, López García expresó su agradecimiento por la confianza depositada en él y reiteró su compromiso de trabajar en equipo para fortalecer las actividades del plantel.

Finalmente, Reyes Flores convocó a las y los integrantes de la comunidad a mantener la colaboración y el esfuerzo conjunto para dar continuidad a los resultados y reconocimientos obtenidos por el CCH Oriente.

Quioscos Universitarios llegan al CCH Oriente para reflexionar sobre el cuidado del agua





El pasado ocho de octubre, al CCH Oriente llegaron los Quioscos Universitarios, estands itinerantes por parte de la Dirección General de Atención a la Comunidad de la UNAM. Estas actividades estuvieron enmarcadas en el tema "Piensa en azul", con el propósito de reflexionar en torno a los cuerpos de agua de nuestro planeta.

En la inauguración —en donde se contó con la presencia de María del Valle, subdirectora de proyectos para las comunidades incluyentes y saludables; Brenda Rodríguez Herrera, de la Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad, y Aracely Nava, jefa del Departamento de Proyectos para la Comunidad Sustentable DGACO —, el director de nuestro plantel, Q.F.B. Reyes Flores Hernández, dijo que esto representa una oportunidad para que nuestras y nuestros estudiantes encuentren actividades como propuestas deportivas, culturales, lúdicas y recreativas que contribuyen a fortalecer la convivencia.

"En esta ocasión, además, nos sumamos a Piensa en Azul. Hablar del agua también significa hablar de nuestro futuro, de nuestra responsabilidad como sociedad y de la necesidad de generar espacios donde las nuevas generaciones puedan informarse, reflexionar y participar", puntualizó.









Posteriormente, invitó al alumnado a acercarse, participar y aprovechar todas las actividades de los Quioscos Universitarios.

Entre los estands estuvieron la Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad y el de Atención a la Comunidad, que en conjunto propusieron un mural colectivo con el alumnado, además de actividades como sopa de letras de animales acuáticos y regalos como separadores, postales, estampas y revistas.

En el módulo de Red del Agua UNAM se les brindó información al alumnado sobre la red y calidad del agua de la Ciudad de México, mientras que en Puntos Cultura UNAM había revistas "Punto de partida" como regalo.

También estuvieron presentes Deporte UNAM, con juegos de ajedrez y de resistencia, así como el grupo musical Galactika Deep Roots, banda del caribe mexicano que mezcla de reggae, funk, calipso, cumbia, con toques de blues y psicodelia, creando un sonido único.

Cabe señalar que estas actividades contaron con la organización del profesor Alfonso Tavira Carmona, jefe del Departamento de Difusión Cultural del CCH Oriente.

Así pues, la jornada concluyó entre música, juegos y deporte, a la vez que se concientizaba al alumnado sobre el agua de nuestro planeta azul.



Festival Synapsia



Un viaje al antiguo barrio universitario

Anuar Israel Ortega Galindo
Secretaría de Apoyo al Aprendizaje

La Dirección General de Divulgación de la Ciencia (DGDC) convocó a la comunidad universitaria a través de la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje a celebrar una fiesta para "acercar la ciencia, las humanidades y las artes a todas las personas de manera creativa, inclusiva y significativa".

Por ello, el 9 y 10 de octubre se llevó a cabo el 2do Festival Synapsia de ciencias, humanidades y artes, en un conjunto de edificios del antiguo barrio universitario del Centro Histórico de la Ciudad de México. Como plantel tuvimos la fortuna de participar, como expositores y asistentes con la presencia de tres grupos, incluyendo el 361 de Historia de México, del cual soy profesor y tutor, lo que representó una experiencia significativa y sumamente relevante para las y los estudiantes.

A continuación, reproduzco algunas reflexiones del alumnado sobre su experiencia en el festival:

"Recomiendo esta experiencia del festival Synapsia y más si vas con tus amigas, ya que las risas no faltaron".

- Heidi Mariana Soto Maya

"La experiencia es muy buena, ya que nos hace aprender mediante dinámicas, y el hecho de estar fuera del plantel lo hace más emocionante".

- Dulce Karina Olivares Cedillo

"El festival me gustó mucho y me la pase bien. Aprendí varias cosas y fueron interesantes. No le cambiaria nada, siento que está muy completo y las personas de los stands fueron muy buena onda, hasta te daban ganas de participar, hasta los tímidos. Se podía bromear con ellos y tenían mucha energía positiva".

- Alexa Fernanda García Martínez

"Me gustó bastante asistir a este festival y que sea una actividad promovida por las escuelas. Me entusiasmó acudir a los módulos y aprender. Me faltó ver más y me quedé con ganas de expandir el aprendizaje".

- Camila Alexsa Soriano Pérez

De este modo, la visita al festival sirvió para realizar una práctica de campo en el marco de la materia de Historia de México y funcionó para promover en el alumnado la conciencia histórica, la identificación y el sentido de pertenencia a la institución universitaria.

Pensar históricamente permite entender que el presente es resultado de la combinación de cambio y permanencia, de un constante transcurrir. Partiendo de lo anterior, se alentó al estudiantado a realizar un ejercicio de imaginación de tiempos pasados y a pensarse como estudiantes en aquel antiquísimo barrio universitario en la bulliciosa zona céntrica. De este modo, llegamos a los recintos de la Universidad, a espaldas de las ruinas del Templo Mayor, sorteado de vendedores ambulantes tendidos en las banquetas y negocios copados de clientes.

Se insistió, a nivel de calle y durante un paseo por los distintos pisos y patios del Museo de San Idelfonso, en la idea de que la realidad que ahora habitamos, que nos es palpable y verificable, debe apreciarse y entenderse como producto de la concatenación de momentos y escenarios que le antecedieron. Y que, como ejemplo, podíamos tomar el lugar donde estábamos como un recinto museístico que alberga obras del muralismo mexicano realizadas como parte del mensaje pedagógico de la Revolución Mexicana. Además, cuenta con salas museográficas para exposiciones temporales, por lo cual, al ser un museo, se debe mostrar cierto comportamiento.

Por otro lado, por un momento, se pudo pensar e imaginar ese mismo lugar más como una escuela (en su momento, para el año de 1968), como la sede que fue del plantel 1 (matutino) y 3 (vespertino) de la Escuela Nacional Preparatoria, un sitio







que albergaba una comunidad estudiantil radiante, viva, ruidosa y nada solemne, como la que suele visitar los museos.

Cabe advertir que, para lograr el ejercicio de imaginación y como condición necesaria, se advirtió al estudiantado de la necesidad de desarraigar de nuestras estructuras mentales, la idea de que el "centro" (es decir, esa zona del Centro Histórico de la Ciudad de México, que comprende el polígono circundante a Catedral Metropolitana, Palacio Nacional y el Zócalo) siempre ha estado repleto de comerciantes de productos de origen asiático, en otros tiempos denominada "fayuca".

Se pidió visualizar esas calles (Republica de Argentina, Justo Sierra, San Idelfonso, República de Guatemala y Del Carmen) habitadas y abarrotadas por jóvenes estudiantes y por todo lo que rodea la vida estudiantil, con los servicios y productos que requerían. Pensar el escenario urbano del centro de la ciudad como una pequeña ciudad con vida universitaria antes, mucho antes, de que se edificara la Ciudad Universitaria del Pedregal de San Ángel. Se trataba de un conjunto de escuelas de educación media y superior como la Escuela de Medicina (Palacio de la inquisición), Escuela de Minería (palacio de Minería) o la Escuela de Jurisprudencia, Escuela de Odontología y Rectoría (palacio de la Autonomía).

También se pidió imaginar las loncherías, cafeterías, restaurantes de chinos, casas de estudiantes de provincia, librerías, bibliotecas, pulquerías, cantinas, billares y cinemas, repletos de estudiantes como ellos y ellas, pero que portaban los outfits de su época. En ese sentido, relacionando con los establecimientos que visitaba el estudiantado de entonces, se abordó la relevancia del Cine Goya, que se encontraba ubicado en la calle Del Carmen (a una cuadra de San Idelfonso), y del que en la década de 1940 surgió la porra institucional, nuestra querida Goya universitaria, como señal para matar clase y reunirse en ese lugar.

Por otro lado, recupero lo escrito por dos alumnas, que comprueban que el objetivo planeado en la práctica de campo se cumplió:

"Me sorprendió bastante la historia detrás del barrio universitario, se me hizo muy interesante que ahí estuviera en la prepa 1 y 3. Esto me hizo reflexionar acerca del lugar a donde fuimos, cómo se transforma al pasar del tiempo y sobre el pasado de una institución que más allá de haber sido una escuela, tiene toda una historia que contar, y que es necesario conocerla para saber en dónde estamos parados."

- Camila Alexsa Soriano Pérez

"Mi parte favorita del festival fue haber ido con mis amigos y que el profe haya encabezado un recorrido guiado alrededor del recinto, con enfoque en el arte mural del lugar. También me gustó lo del contexto sobre el Goya".

- María Fernanda Ruiz Nájera

Para concluir, vuelvo nuevamente a la experiencia del festival Synopsia. En algún momento pasó que unos chicos tuvieron que salir a la calle de San Idelfonso, donde estaba el quiosco para canjear los premios para quienes lograron llenar su pasaporte con sellos y stickers por participar en las distintas y diversas actividades presentadas que, dicho sea de paso, requerían permanecer más tiempo, del que pudimos estar.

Así, regresando a ese instante (tiempo y lugar) nos encontrábamos en una calle atiborrada de gente, particularmente jóvenes estudiantes; se escuchaba el bullicio, las risas, y se apreciaba alegría en los rostros. Entonces, en ese escenario, fue posible imaginar que nos encontrábamos a la hora del cambio de turno o del cambio de clases, como cualquier día hábil y común en la década de 1940 o 1950 en el barrio universitario de la Ciudad de México, siquiera antes de que se imaginara la construcción de Ciudad Universitaria.

Pensar la sustentabilidad desde la Historia



Ir más allá del presente para entender las injusticias ambientales

Lic. Sergio Andrés Hernández García

Nuestro planeta atraviesa una crisis ambiental que no tiene precedentes conocidos. Si bien en otras eras geológicas han ocurrido eventos como extinciones masivas de especies y cambios notorios en la temperatura del mundo, esos procesos no habían sido ocasionados por las actividades de un animal en específico. Nosotros, los *Homo sapiens sapiens*, hemos modificado a la Tierra de una forma tan profunda que pronto será irreversible. Alteramos la atmosfera con los diversos gases que los automóviles y las industrias como la ganadera liberan a diario por millones de toneladas. También llenamos el mar con metales pesados y microplásticos que se integran en el metabolismo de la fauna marina que después servimos en nuestros platos. Deforestamos para cambiar el uso del suelo: convertimos ecosistemas megadiversos en tierras de monocultivo que ocasionan erosión y dependen de sustancias peligrosas, como los insecticidas, herbicidas y fertilizantes.

Los anteriores son algunos de los problemas ambientales más evidentes que afrontamos y padecemos en la actualidad. Por esa razón, la Universidad Nacional Autónoma de México ha integrado en sus programas operativos y metas institucionales a la sustentabilidad como eje transversal; una forma de entender la realidad e incidir en ella a través de la formación de sus estudiantes. Pero, antes de seguir conviene preguntarnos: ¿qué es la sustentabilidad?

En 1987, la Comisión Mundial para el Medio Ambiente y el Desarrollo de la Organización de las Naciones Unidas definió a la sustentabilidad como una forma de desarrollo material de las sociedades que "satisface las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las futuras generaciones para satisfacer a las propias" (Comisión Mundial para el Medio Ambiente y el Desarrollo [CMMAD] 1987). Aunque el concepto ha evolucionado, esa definición nos ayuda a entender -de forma general- qué pretendemos lograr cuando hablamos de la urgencia por transitar a una economía con prácticas menos contaminantes, predatorias e injustas. Necesitamos vivir sin dejarle un futuro estéril a quienes nos sucederán. En ese sentido, conviene recordar el Programa Integral de Formación Docente de nuestro colegio, donde se sugiere que la universidad "integre principios y prácticas sustentables en las acciones institucionales, para garantizar el desarrollo adecuado y equitativo de las personas, de sus comunidades, el respeto a sus culturas, la protección del medio ambiente y la conservación de los recursos naturales" (Programa Integral de Formación Docente, 2023).

Plantear la posibilidad de un futuro con esas características requiere de lo que la misma UNAM reconoce como una perspectiva transdisciplinaria e integrativa que analice las relaciones entre la sociedad y la naturaleza (UNAM, Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad [CUOS], 2023). No podemos pensar los problemas ambientales sólo desde la biología o la ecología. La realidad es tan compleja que requerimos del trabajo en conjunto de distintas disciplinas de conocimiento para entenderla.



Derivado de esos esfuerzos transdisciplinarios se han planteado conceptos como el del Antropoceno: una edad geológica caracterizada por el impacto de las actividades humanas en el planeta. Pero también se ha señalado —especialmente desde las ciencias sociales y las humanidades— que no todos los seres humanos tenemos la misma carga de responsabilidad en el oscuro panorama que atraviesa la Tierra. Autores como Jason W. Moore y Donna Haraway han propuesto otros nombres para la época que habitamos: Capitaloceno. No todos los seres humanos en todas las épocas de la historia han arrasado a su ambiente de la misma manera y a la misma escala que las sociedades capitalistas de los últimos siglos. En la actualidad hay naciones industrializadas (sobre todo en el llamado norte global) que producen más contaminantes, emiten más gases de efecto invernadero, libran más guerras y expolian los recursos naturales de los países subdesarrollados. Además, el modo de vida de las personas del primer mundo tiende a dejar una mayor huella ambiental que el de las personas que habitan el tercer mundo.

Pensar en la sustentabilidad es, entonces, un enorme desafío. Tenemos que vislumbrar un futuro donde nuestra especie y las demás sigan existiendo y coexistiendo, a la vez que imaginamos escenarios menos crueles un ambiente que en el marco del capitalismo inevitablemente se depreda sin mesura. No obstante, no podemos renunciar a entender cómo ha sido el desarrollo histórico de la crisis que nos atraviesa, ni a ubicarnos históricamente en ese proceso. A entender qué papel está jugando nuestro país, ciudad y comunidades en el Capitaloceno y, en consecuencia, tratar de emprender acciones para enfrentar los problemas actuales y venideros.

Esa es una de las razones por las que estudiamos historia en el CCH. Por cuatro semestres discutimos en las aulas acerca del desarrollo del capitalismo en el Medio Oriente y Europa, así como su expansión por el mundo al final de la Edad Media. En historia de México analizamos a los pueblos precolombinos y sus milenarias culturas, el periodo virreinal y el nacimiento de la nación mexicana con todas las complejidades que eso implicó. Los ejes transversales sirven como un hilo que da cohesión a esos temas diversos. A través de una perspectiva histórica de la sustentabilidad, podemos reflexionar sobre la relación entre las comunidades humanas y el ambiente que habitaron, así como la forma en que se transforman mutuamente a través del tiempo. Lo anterior no sólo nos ayuda a entender mejor el desarrollo del capitalismo, sino a desnaturalizarlo. A ver que otros mundos han sido posibles y a sensibilizarnos respecto a los tipos de violencia que el mismo capitalismo ejerce sistemáticamente.

Si volteamos a ver a la Historia Ambiental, podemos adoptar conceptos como el de justicia socioambiental, que implican dar voz a las poblaciones que históricamente han sido violentadas en favor del desarrollo económico, de la urbanización y la modernidad. Un ejemplo de lo anterior lo podemos hallar en el historiador Jayson Maurice Porter, quien ha investigado cómo las poblaciones afrodescendientes de los Estados Unidos han sido ambientalmente marginadas por siglos. Fue a los afrodescendientes a quienes se obligó a vivir en los espacios que se sacrificaron ambientalmente: barrios contaminados y campos envenados por insecticidas (Porter, 2022, p.4).

En México han ocurrido fenómenos similares que podemos discutir en las aulas. En el porfiriato, mientras se erigían palacios y los extranjeros literalmente hacían desaparecer a los bosques del país (Altamirano, 1895) eran los campesinos indígenas quienes realizaban las pulverizaciones de arsénico en los huertos de los hacendados. En la capital, las familias de los obreros pobres vivían acinadas en vecindades junto a las nauseabundas acequias, rastros decadentes de una ciudad anfibia (Hernández, 2023, p. 98). En el presente encontramos más ejemplos de conflictos socioambientales que debemos analizar y cuestionar, como la contaminación del suministro de agua potable en Guadalajara. Si nos preguntamos qué tienen en común todos esos procesos históricos, habremos abonado en el pensamiento crítico de nuestra comunidad.

Sergio Andrés Hernández García es licenciado en Historia y maestro en Historia de la Ciencia por la UNAM. Actualmente cursa un doctorado en la misma institución. También es profesor de asignatura en el CCH Oriente donde imparte las materias de Historia Universal Moderna y Contemporánea e Historia de México. Ha participado en distintos proyectos de investigación como "Ciencias ambientales y bioética: una mirada desde la historia del conservacionista mexicano del siglo XX" y "La era del Antropoceno y la gran aceleración: personajes, ideas y políticas medioambientales en México durante el periodo 1945-1995".

Referencias

Altamirano, F. (2018). *Necesidad de la repoblación de los bosques en J. H. Urquiza García* (Ed.) Vivir para conservar. Tres momentos del pensamiento ambiental mexicano (pp.95-117). UNAM. (Original Publicado en 1895).

Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad. (2023). *Por qué una UNAM sustentable.* Consultado el 10 de octubre de 2026. https://cous.sdi.unam.mx/por-que-una-unam-sustentable/que-nos-referimos-cuando-hablamos-de-sustentabilidad

Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades. (2025). *Programa Integral de Formación Docente.* (Gaceta CCH, suplemento 30 de mayo de 2025). https://www.cch.unam.mx/sites/default/files/Suplemento_Programa_Integral_de_Formacion_Docente_2025.pdf

Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades. (2024). Programas de Estudio 2024. Área Histórico-Social. *Historia de México I-II.* UNAM.

Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades. (2024). Programas de Estudio 2024. Área Histórico-Social. *Historia Universal Moderna y Contemporánea I-II.* UNAM.

Hernández García, S. A. (2023). *La ciencia contra las plagas en México. Los trabajos de entomología aplicada en la Comisión de Parasitología Agrícola (1900-1908)* [tesis de maestría, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional Tesiunam. https://tesiunamdocumentos.dgb.unam.mx/ptd2023/octubre/0848636/Index.html

Porter, J. M. (2022). *Agrochemicals, Environmental Racism, and Environmental Justice in U.S. History.* The organic center. https://organic-center.org/sites/default/files/publication_files/agrochemicals_racism_and_justice_in_us_history.pdf

Diversidad, amenazas y desafíos en la conservación de las tortugas de México



Mtra. Elizabeth Karina Galván Sánchez

En nuestros ríos, lagos, valles y matorrales habitan las tortugas. México ocupa un lugar de verdadero privilegio en la biodiversidad mundial al posicionarse como el segundo país con mayor riqueza de especies de tortugas en el planeta, siendo superado únicamente por los Estados Unidos (Flores-Villela & García-Vázquez, 2013). Si se consideran las especies continentales, dulceacuícolas y marinas, el territorio nacional alberga 52 especies distintas, cifra que asciende a 68 taxones al incluir a las subespecies.

Aún más sorprendente es el fenómeno del endemismo, ya que más del 54% de las especies de tortugas registradas en México son endémicas (cifra que sube al 60% si se analizan únicamente las especies terrestres y de agua dulce), lo que significa que 37 taxones no existen de manera natural en ningún otro rincón de la Tierra. A pesar de esta inmensa riqueza biológica y de que las tortugas representan el grupo de vertebrados más amenazado del planeta, el conocimiento científico sobre las especies mexicanas no marinas ha sido históricamente limitado e invisibilizado frente a la atención que reciben las especies marinas.

¿Por qué México, siendo un epicentro mundial de diversidad y endemismo de tortugas, enfrenta severas amenazas de conservación y profundos vacíos de conocimiento sobre sus especies terrestres y de agua dulce, y qué oportunidades científicas existen para garantizar su protección?

DIVERSIDAD. La riqueza de tortugas en México no se distribuye de manera uniforme a lo largo del territorio nacional. La mayor concentración de diversidad por área se localiza en el sureste mexicano, particularmente en estados como Tabasco (9 especies), Campeche (11 especies), Chiapas (13 especies) y Veracruz (13 especies), así como en las tierras bajas del Golfo de México y el sur de la Península de Yucatán.

Además, México destaca por presentar casos marcados de microendemismo, donde la presencia de una especie o subespecie se restringe exclusivamente a una sola cuenca, valle o cuerpo de agua. Entre los ejemplos más representativos destacan:

La tortuga de bisagra de Cuatro Ciénegas (*Terrapene coahuila*), un reptil confinado al valle de Cuatro Ciénegas en Coahuila, expuesto a severos problemas de conservación.

La casquito del Valle de México (*Kinosternon hirtipes hirtipes*), adaptada a áreas reducidas y altamente urbanizadas, sin registros reportados en la literatura científica en varias décadas.

Especies de descubrimiento reciente, como *Kinosternon vogti*, restringida a la zona urbana de Puerto Vallarta, y *Kinosternon cora*, localizada en el sur de Sinaloa.

Las tortugas son reconocidas biológicamente como un símbolo de longevidad. Sin embargo, este rasgo evolutivo representa una importante desventaja para su conservación. Al presentar tiempos generacionales largos y alcanzar la madurez sexual tras varios años o décadas, sus poblaciones tienen una capacidad de recuperación sumamente lenta frente a la pérdida de individuos adultos.

AMENAZAS. Las tortugas en México enfrentan múltiples presiones ambientales y antropogénicas como la pérdida y degradación del hábitat, ya que la intensa contaminación de cuerpos de agua, la fragmentación por urbanización y la alteración de humedales en regiones como Cuatro Ciénegas, Chapala o Puerto Vallarta amenazan la supervivencia de diversas especies. Además, la sobreexplotación y captura accidental, como sucede en el sureste, ya que especies como

la tortuga blanca (*Dermatemys mawii*), la tres lomos (*Staurotypus triporcatus*) y la chopontil (*Claudius angustatus*) han sufrido explotación intensiva para consumo humano. Por otro lado, en lagos del centro y occidente, la pesca con redes agalleras causa la captura accidental y ahogamiento de especies pequeñas como *Kinosternon hirtipes*. Asimismo, el tráfico ilegal y mercado de mascotas que se da en comercios clandestinos de manera considerable, al respecto se han documentado decomisos masivos de hasta 15,000 ejemplares en el Aeropuerto Internacional de la Ciudad de México de los géneros *Kinosternon*, *Staurotypus*, *Trachemys* y *Claudius*.

Otra actividad antropogénica negativa es la introducción de especies exóticas, en el caso de las tortugas liberadas como mascotas comerciales, como la tortuga japonesa (*Trachemys scripta*), genera competencia con especies nativas en ecosistemas como los canales de Xochimilco. Por último, es importante mencionar que existe desconexión en la protección legal de especies, por ejemplo, existen discrepancias entre las actualizaciones de la taxonomía científica y las listas oficiales de protección ambiental del gobierno mexicano (como la NOM-059-SEMARNAT-2010), lo que deja a especies recién descritas o de distribución restringida sin estatus legal de protección.

DESAFÍOS. Existen oportunidades de investigación y acción para el futuro para contrarrestar la amenazas que impactan a las tortugas, ya que pese a los riesgos, el estudio de las tortugas de México ofrece un campo fértil para el desarrollo de la ciencia; por ejemplo, la taxonomía y herramientas moleculares ayudan a la secuenciación genética, lo cual permite descubrir especies crípticas y esclarecer la historia evolutiva de linajes poco comprendidos. Entre más conozcamos a las tortugas mejor podremos cuidar de ellas. Por su parte, la ecología evolutiva comprende la variación en la morfología de la concha (carapacho y plastrón), los mecanismos de adaptación local como la diapausa embrionaria o la determinación del sexo por la temperatura del nido. Dichos datos ayudan a la conservación de cada especie. Las investigaciones biomédicas estudian la microbiota intestinal y los mecanismos inmunológicos que permiten a las tortugas resistir a bacterias patógenas como salmonella.

Además, se requiere consolidar colecciones biológicas y bancos de tejidos de referencia, articular grupos de especialistas impulsados por instituciones como la Comisión Nacional de Biodiversidad (CONABIO) y promover el trabajo científico ético mediante permisos formales de colecta otorgados por la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (SEMARNAT).



CONCLUSIONES. La conservación efectiva de la biodiversidad de especies como las tortugas debe apoyarse en el conocimiento científico, la participación e involucramiento social, y el soporte institucional. Hasta el momento, la protección de las tortugas terrestres y dulceacuícolas en México tiene mucho trabajo al respecto, debido principalmente a la falta de difusión y al histórico déficit de investigaciones enfocadas en el grupo.

No obstante, el escenario actual plantea un llamado directo al cambio. México resguarda un patrimonio evolutivo irremplazable que requiere con urgencia de nuevas generaciones de estudiantes, jóvenes investigadores y apasionados de la naturaleza que se sumen a su estudio y protección. Reconocer que la supervivencia de especies microendémicas depende de la salud de nuestras cuencas, ríos y humedales es el primer paso para asegurar que la extraordinaria riqueza natural de nuestro país continúe existiendo en el futuro.

Elizabeth Karina Galván Sánchez es maestra en Docencia para la Educación Media Superior por la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, con especialidad en Biología para el bachillerato por la Facultad de Ciencias de la UNAM. Desde hace casi 10 años imparte la asignatura de biología en el Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Oriente. Estudió la Maestría en Educación Ambiental en la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, plantel del Valle y la licenciatura en Biología en la Universidad Autónoma Metropolitana Xochimilco. Actualmente continúa con su preparación y actualización académica ya que estudia el doctorado en educación.

Referencias

Flores-Villela, O.A. & García-Vázquez, U.O. (2013). *Biodiversidad de reptiles en México.* Revista Mexicana de Biodiversidad. 85:S467-S475.

Macip-Ríos, R. (2024). *I. Diversidad de tortugas de México: retos y oportunidades de investigación en un sistema lagunar en la Reserva de la Biosfera Selva el Ocote*, Chiapas, México, 7-15.

NOTAS VIOLETA

¿Tu alimentación puede cambiar cómo vives tu menstruación?



Lic. Ambar V. Martínez Roldán



Cada 29 de octubre se conmemora el **"Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo".** A raíz de esto, durante todo el mes de octubre, la UNAM organiza actividades que favorezcan el reconocimiento y revaloración de las tareas y espacios de cuidado. En el CCH Oriente, por ejemplo, buscamos apoyar la menstruación digna y, por ello, la **Biblioteca** y la Comisión Interna para la Igualdad de Género (**CInIG**, frente a audiovisual 2) son lugares donde puedes acudir para recibir **productos de gestión menstrual gratis.**

No obstante, tenemos una conversación pendiente. **Detente un poco a pensar en tu menstruación.** ¿Cómo la vives?, ¿Qué sueles sentir? Probablemente vinieron a tu cabeza una variedad de síntomas físicos y psicológicos como acné, migrañas, irritabilidad, dolor de pechos, ansiedad, tristeza, y muchos más. Todo esto lo podemos experimentar debido a los cambios hormonales del ciclo menstrual, especialmente en la fase lútea (o fase pre-menstrual) cuando el nivel de estrógenos baja y, a su vez, aumenta la concentración de progesterona.

Pero **¿qué ocurre con tu apetito?**, ¿te ha pasado que te dan muchas ganas de comer chocolate o papas fritas días antes de tu menstruación? Investigaciones recientes han encontrado que las mujeres y personas menstruantes[1] suelen tener más "hambre emocional" y aumentan su ingesta alimentaria durante su fase pre-menstrual. Este deseo intenso por consumir alimentos dulces o grasosos se ha llamado **"food craving"** o "craving menstrual" y, no te preocupes, no es un comportamiento patológico. Aunque faltan más estudios, se cree que esta conducta se debe a que ciertos alimentos, especialmente los carbohidratos simples como el chocolate, aumentan la producción de serotonina que alivia los síntomas premenstruales y por ello aumenta su consumo durante la fase lútea.

Sea como sea, hay algo claro: **es muy importante cuidar de nuestra alimentación para un ciclo menstrual sano.** Como prueba de ello, por ejemplo, los trastornos menstruales durante la adolescencia, a pesar de depender de muchos factores, pueden atribuirse en un 43.7% a trastornos en la alimentación. Asimismo, se ha encontrado que los factores nutricionales juegan un papel clave en el control y alivio de los dolores menstruales. Y existe bastante evidencia que relaciona el hambre y la emaciación (subnutrición) con la amenorrea, una de las perturbaciones más profundas del ciclo menstrual.

¿Qué podemos hacer para equilibrar nuestra alimentación y ciclo menstrual? Para mujeres y personas menstruantes se recomienda:

• Prestar atención a la **ingesta adecuada de proteínas** (como pollo o legumbres), **calcio** (ejemplo: leche, yogurt o almendras), **hierro** (lentejas) y **vitamina B12** (cuando se consume hígado o en suplementos), siendo esta última la más especial si llevas una dieta a base de plantas (vegetariana o vegana).

• **Reducir el consumo alto de grasas** (ya sea animal o vegetal) porque se ha relacionado con los dolores menstruales.

• **Limitar el consumo de azúcares refinadas** (presentes en ultraprocesados) debido a que se ha encontrado un vínculo con la irritabilidad e inflamación en mujeres y personas menstruantes.

• **Disminuir el alcohol**, ya que ocasiona niveles más altos de estrógenos que afectan el ciclo menstrual.

• **Evitar la cafeína** en cualquiera de sus versiones (como chocolate o bebidas energéticas) ya que se ha demostrado que empeora la intensidad de los síntomas premenstruales.

Sin embargo, sea como sea, la clave está en dejar de contar calorías para bajar de peso, no culparte por el consumo de carbohidratos o grasas, y cambiar tu perspectiva para dejar de odiar tu menstruación. **Mejor empieza a comer en los términos que te hacen sentirte feliz y sana para transitar a una mejor relación con tu ciclo menstrual.**

Por años nos han hecho sentir vergüenza por nuestros cuerpos menstruantes. Hoy alzamos la voz para resignificar esto: hablar de menstruación es hablar de salud. **Recuerda: nuestros cuerpos son el primer territorio de lucha y resistencia. Por eso ¡Hablemos más de menstruación saludable y digna!**

[1]Se ocupa el término "mujeres y personas menstruantes" para visibilizar que no solo las mujeres menstrúan (porque también existen, por ejemplo, hombres trans menstruantes) y no todas las mujeres menstrúan (porque es un proceso único de personas en etapa reproductiva).





Ambar V. Martínez Roldán es licenciada en Ciencias Ambientales y actualmente estudia la maestría en Psicología Ambiental, ambas de la UNAM. Sus intereses se centran en la intersección entre género y ambiente, con temas como ecofeminismo, antiespecismo, liberación animal, feminismo queer y ambiente como sistema complejo. Es integrante de la Comisión Interna para la Igualdad de Género (CInIG Oriente) y también participa en iniciativas de educación para la sustentabilidad en el plantel. Lema: "¡Lo personal es político!"

Referencias:

Igualdad de Género, UNAM. (2024). *Actividades octubre: Mes de los Cuidados 2024*. https://coordinaciongenero.unam.mx/actividades-mes-de-los-cuidados-2024/

Martínez Roldán, A. V. (2023). *Influencia del consumo de productos de origen animal y el tipo de producto de gestión menstrual en la duración del flujo menstrual* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. TesiUNAM. https://tesiunamdocumentos.dgb.unam.mx/ptd2023/marzo/0836773/0836773.pdf

Moreno-Gómez, E., & Jáuregui-Lobera, I. (2022). *Variables emocionales y food craving: Influencia del ciclo menstrual*. Journal of Negative and No Positive Results, 7(1), 28–63. https://doi.org/10.19230/jonnpr.4429

Roselló-Soberón, M. E., Morales-Carmona, F., Pimentel-Nieto, D., Abadi-Levy, T., Bustos-López, H. H., & Casanueva, E. (2003). *Ciclo menstrual y alimentación. Perinatología y Reproducción Humana*, 17(2), 61–71. https://www.medigraphic.com/pdfs/inper/ip-2003/ip032b.pdf



OCTUBRE, MES DE LOS CUIDADOS

¿Quién o quiénes te cuidan?... ¿A quién cuidas?

Psic. Ma. del Carmen Melin Cabrera
Orientadora del Departamento de Psicopedagogía

La Organización de las Naciones Unidas, ONU, ha establecido el día 29 de octubre como el Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo, de ahí que, octubre, se ha convertido en el mes de los cuidados.

Los objetivos del establecimiento de este día son:

• Dar visibilidad al valor y a la importancia de la redistribución y de la reducción del trabajo de cuidados no remunerado, es decir, del que se realiza sin tener un sueldo.

• Reconocer el trabajo de cuidado remunerado, con un salario, como esencial para el bienestar social

En este contexto al hablar de cuidados nos referimos a actividades específicas como:

• Comprar lo que se necesita en el hogar, con lo que se prepara el desayuno, la comida y la cena del diario, los productos de limpieza para los espacios y personales como jabón, champús, pino, cloro, etc.

• El cuidado de los niños y niñas, limpieza, alimentación, educación, recreación, etc., y de las, les y los adolescentes, acompañamiento, escucha, etc.

• Y de quienes se encuentran enfermos/as o presentan alguna discapacidad, compra de medicamentos, supervisión de la toma de los mismos, desplazamiento a sus citas médicas, de rehabilitación o terapéuticas, etc.

El trabajo de cuidados cuando es remunerado se refiere a profesiones como la enfermería y la medicina así como al personal doméstico.

Sin embargo actualmente, la gran mayoría de personas que lo realizan no reciben un salario por él e históricamente son las mujeres (realizan el 76.2 %) y las niñas quienes asumen la mayor parte de esta carga, invirtiendo entre tres y ocho veces más tiempo que los hombres en los cuidados, teniendo una "doble jornada" aquellas quienes también cuentan con un trabajo remunerado y limitando su desarrollo profesional y autonomía económica

La economía de los cuidados incluye todas las actividades, tanto remuneradas como no remuneradas, que sostienen la vida humana, cuidan la salud y el bienestar, y crían o asisten a quienes lo necesitan.

Esta economía se encuentra en crecimiento, la estimación para 2030 es que la población de personas que necesiten de cuidados será de 2300 millones, lo que generará en los próximos años empleos dentro de esta área. Hay aquí camino por andar, para garantizar políticas que reconozcan y dignifiquen este trabajo, asegurando protección, equidad y bienestar para quienes cuidan, ya que estos empleos, cuidadoras/es de adultos mayores, de niñas/as, trabajan en la limpieza de nuestra ropa o casa, etc., actualmente están marcados por la falta de derechos laborales, salarios bajos y condiciones precarias.

La propuesta de trabajo de la economía de los cuidados, conocida como las cuatro R, se basa en cuatro ejes, promovidos por organismos como la Organización Internacional del Trabajo.

• Reconocer el valor social y económico del trabajo de cuidados.

• Reducir la sobrecarga de trabajo físico y de tiempo en los hogares.

• Redistribuir las tareas de forma equitativa entre hombres, mujeres, y el Estado.

• Remunerar justamente a quienes realizan trabajos de cuidado de forma profesional.

Dentro de estos ejes de trabajo se incluye también como parte importante al Estado, hay un proverbio africano que en contra de este sistema capitalista que individualiza los cuidados destaca la importancia de la comunidad en los mismos, hace falta todo un pueblo para cuidar a un niño/a, y podríamos agregar a un adolescente, adulto mayor, enferma/o, a quien tiene alguna discapacidad o neurodivergencia, y deberíamos concluir diciendo que hace falta todo un pueblo para cuidar a cualquier persona. La relevancia de estas palabras es que la educación, el desarrollo y la protección de una persona no son una tarea exclusiva de los padre y madres o la familia nuclear, sino de toda la comunidad y deberíamos agregar, y obligación del estado y sus instituciones, generar las condiciones para que así pueda suceder

La Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM, por cuarta ocasión, se suma a esta jornada con el objetivo de fomentar la reflexión dentro de su comunidad sobre el papel esencial que desempeñan las actividades de cuidado en nuestras vidas, asignadas históricamente desde el capitalismo a las familias y en particular al género femenino.

Y a ti ¿quién te cuida?, y tú, ¿cómo cuidas y cómo te cuidas?

• Visibiliza y reconoce las actividades que realizas para tu autocuidado, tus minutos de música, de sueño, de tiempo para tu alimentación, para tu esparcimiento, para tu control de estrés, son importantes. Recuerda que son tan importantes como las que realizas para obtener buenas evaluaciones en tus asignaturas o para obtener alguna remuneración.

• Reconoce y visibiliza las actividades de quienes te cuidan, familiares, amigas, amigos, amigues.

• Reflexiona referente a las acciones del estado y sus instituciones para fortalecer una comunidad que abandone el individualismo y permita el cuidado desde la comunidad.

Desde el arte también se reflexiona, va un fragmento de la canción "La siembra", (dentro del estilo cultura urbana/juvenil) de los Chikos del Maíz con el grupo Tribade.

. . . . . .
Mira, a mí me cuidan las mías
ni la guardia civil ni la policía
suda del turista, habla a la vecina
y pasa de Amazon, hay tiendas en cada esquina
Dormidina, opiáceos
la ansiedad nos ata, nos mata despacio
distribuyamos la riqueza y los espacios
Pongamos en el centro de la vida los cuidados
Somos esclavos del tiempo
siempre cosas de provecho
dolores de cabeza, malestar y tristeza
por eso la pereza debe ser un derecho
quiero aburrirme, ya no quiero competir por un premio que no existe
Quiero domingos eternos y apacibles
. . . . . .
un techo pa' mis hermanas
que duren más los fines de semana
. . . . . .

En el Departamento de Psicopedagogía estamos para acompañarte. Acércate siempre que lo desees.



Maria del Carmen Melin Cabrera es psicóloga, hecha en C.U. y en el Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Oriente. Actualmente orientadora del Departamento de Psicopedagogía, corresponsable de los programas de Desarrollo Personal y Social y Comunicación Educativa; con actualización en diplomados de Competencias Básicas para Intervenciones Psicosociales en Salud Mental y Riesgo Suicida, Formación Docente con Perspectiva de Género en la Educación Media Superior, Autocuidado y Salud Integral, y diversos cursos, Intervención Humanista en Situaciones Difíciles, Habilidades Emocionales, etc. Ha impartido charlas, talleres y cursos, para la población estudiantil y docente y para madres y padres. Docente dentro de la UNAM desde hace 18 años.

Fuentes consultadas.

Rocío Valdés Quintero (2026). *Octubre: el mes de los cuidados*, recuperado el 12/10/2026 de https://gaceta.cch.unam.mx/es/octubre-el-mes-de-los-cuidados

Organización de las Naciones Unidas (s.f.). *Día Internacional del Apoyo y los Cuidados 29 de octubre*, recuperado 07/10/2026 de https://www.un.org/es/observances/care-and-support-day

Coordinación para la Igualdad de Género en la UNAM (2024). *Impulsa la UNAM su segunda Jornada Octubre: mes de los cuidados*, recuperado el 13/10/2026 de https://coordinaciongenero.unam.mx/actividades-mes-de-los-cuidados-2024/

Letras. La siembra (s.f.). Recuperado el 07/10/2026 de https://www.letras.com/los-chikos-del-maiz/la-siembra-part-tribade

Organización Internacional del Trabajo (s.f.). *¿Qué es la economía del cuidado?*, recuperado el 13/10/2026 de https://www.ilo.org/es/temas-y-sectores/economia-del-cuidado

¿Nos quedan dos años para cambiar el rumbo del planeta?

La ciencia advierte que esta década es decisiva. Desde el CCH Oriente también podemos ser parte de la respuesta



Mtra. Alma Kalid Martínez Juárez

Cuando escuchamos hablar de cambio climático, es común imaginar glaciares derritiéndose, incendios forestales o fenómenos extremos que ocurren en lugares lejanos. Sin embargo, el cambio climático también está presente en nuestra vida cotidiana: temperaturas cada vez más elevadas, periodos de sequía, lluvias intensas, problemas de disponibilidad de agua y afectaciones a nuestra salud y a los ecosistemas.

En los últimos años ha circulado la idea de que "quedan dos años para que el cambio climático sea irreversible". Aunque esta afirmación es demasiado categórica, sí refleja una preocupación respaldada por la comunidad científica: los próximos años serán fundamentales para reducir las emisiones de gases de efecto invernadero y limitar los impactos más graves del calentamiento global.

El Panel Intergubernamental sobre Cambio Climático (IPCC) señala que cada incremento adicional de la temperatura aumenta los riesgos para las personas y los ecosistemas. Limitar el calentamiento global requiere reducciones profundas y rápidas de las emisiones de dióxido de carbono y otros gases de efecto invernadero. Para mantener abierta la posibilidad de limitar el calentamiento a 1.5 °C, las reducciones deben comenzar de manera inmediata y mantenerse durante las próximas décadas (IPCC, 2023).

La situación actual es preocupante. La Organización Meteorológica Mundial informó que el periodo de 2015 a 2025 comprende los once años más cálidos registrados. Además, 2025 fue aproximadamente 1.43 °C más cálido que el promedio del periodo preindustrial de 1850-1900. Estos datos muestran que el calentamiento global no es un problema distante: está ocurriendo ahora y sus efectos ya pueden observarse en diferentes regiones del planeta (World Meteorological Organization [WMO], 2026).

A pesar de ello, todavía hay posibilidades de reducir los riesgos. El Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente estima que, si se mantienen las políticas actuales, el planeta podría alcanzar alrededor de 2.8 °C de calentamiento durante este siglo. Incluso si los compromisos climáticos actuales de los países se cumplieran completamente, la proyección se encuentra entre 2.3 y 2.5 °C. Por ello, se necesitan acciones mucho más rápidas y ambiciosas (Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente [PNUMA], 2025).

¿Y esto qué tiene que ver con el CCH Oriente?

Mucho. Una comunidad universitaria no solamente es un espacio donde se transmiten conocimientos; también es un lugar donde se construyen preguntas, se analizan problemas y se buscan alternativas.

Desde el CCH Oriente podemos acercarnos al cambio climático no solamente como un tema de clase, sino como

una problemática que permite relacionar distintas áreas del conocimiento. La Biología nos ayuda a comprender sus efectos sobre los ecosistemas y la biodiversidad; la Física y la Química permiten explicar procesos relacionados con la energía y los gases de efecto invernadero; las Ciencias Sociales ayudan a analizar sus consecuencias económicas y sociales, mientras que otras disciplinas permiten reflexionar sobre sus dimensiones éticas, políticas y culturales.

Nuestro propio plantel es también un espacio donde podemos actuar. En el CCH Oriente existen proyectos relacionados con la sustentabilidad, el cuidado y conservación de las áreas verdes, que buscan involucrar a la comunidad en el conocimiento y protección del entorno. Estos espacios representan una oportunidad para que las y los estudiantes no solamente aprendan sobre el ambiente, sino que participen directamente en su cuidado.

Y participar puede ser más sencillo de lo que imaginamos. Las y los estudiantes interesados pueden acercarse al edificio G, en el departamento de Educación ambiental los días viernes de 13:00 a 15:00 horas para colaborar en actividades de cuidado de las áreas verdes del plantel. Dedicar un par de horas a estas actividades permite contribuir al mantenimiento de nuestros espacios comunes, conocer más sobre las especies que habitan en el plantel y fortalecer una cultura de responsabilidad ambiental.

No existe un día específico en el calendario en el que el planeta vaya a convertirse de repente en un lugar inhabitable. Tampoco estamos frente a un problema que pueda resolverse únicamente con acciones individuales. Lo que sí existe es una ventana de oportunidad que se está haciendo cada vez más estrecha.

El cambio climático no es solamente un problema del futuro. Es un desafío del presente y, también, una oportunidad para que, desde nuestras aulas, nuestros espacios universitarios y nuestra comunidad construyamos otras formas de relacionarnos con el ambiente.





Profesora Alma Kalid Martínez Juárez Bióloga por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y Maestra en Docencia para la Educación Media Superior (MADEMS-UNAM), con experiencia en la enseñanza de las ciencias a nivel bachillerato. Su trayectoria académica se ha enfocado en el estudio y divulgación de las plantas medicinales y su incorporación en los procesos educativos. Actualmente colabora en la Comisión Interna para la Igualdad de Género (CInIG), participando en actividades de acompañamiento, sensibilización y promoción de una comunidad universitaria más igualitaria y libre de violencia.

Referencias

Intergovernmental Panel on Climate Change. (2023). *Climate change 2023: Synthesis report.* IPCC. https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/

Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente. (2025). *Informe sobre la brecha de emisiones 2025: Fuera del blanco.* PNUMA. https://www.unep.org/es/resources/informe-sobre-la-brecha-de-emisiones-2025

World Meteorological Organization. (2026). *State of the global climate 2025.* WMO. https://wmo.int/publication-series/state-of-global-climate/state-of-global-climate-2025



The spooky season is coming!

By Cecilia Ortega García

Have you ever worn a Halloween costume? Maybe you were a vampire, a witch, a superhero, or your favorite movie character. But... have you ever wondered why people started wearing costumes? In the past, the original purpose of wearing a costume was not to look cool or funny!

Let me tell you a little bit about the history of Halloween costumes. The tradition began in Britain and Ireland more than 2000 years ago and it has changed over the time. Halloween celebration is connected to an ancient Celtic festival called Samhain. People celebrated Samhain at the end of summer and the beginning of the darker part of the year. They thought that, on this special night, the world of humans and the world of spirits could meet. So, the spirits could walk among them.

Some people left food and treats for the spirits as offering. Others wore masks and animal skins; they wanted spirits to think they were spirits too. Later, Halloween traditions traveled to the United States with Irish and Scottish immigrants in the 1700s. In 1980-1990 Halloween came to Mexico mainly through movies, TV shows, and products from other countries. Little by little, the idea of wearing costumes on October 31 became popular, especially in cities. Once Halloween entered American culture, its popularity quickly spread. According to fashion historian and director of New York University's costume studies MA program, Nancy Deihl. People began having parties and wearing costumes. At first, many costumes were homemade with things such as old sheets, makeup, and simple masks (Cerini, 2020).

However, Halloween costumes have changed a lot over time. In the 20th century, movies, television, and comic books gave people new ideas for their Halloween costumes. Hollywood and comic books introduced famous characters such as Dracula, Frankenstein, and superheroes. These characters quickly became popular, and many people wanted to dress like them. Halloween was not only about ghosts and scary spirits anymore. It also became a time to have fun with family and friends. It also represents an opportunity to become a favorite character for one night.

In the 21st century, Halloween costumes are even more creative. Today, people can get ideas from many different places, such as movies, TV shows, internet memes, video games, and social media. Costumes can be scary, funny, strange, or completely original. People also enjoy creating their own costumes instead of buying them. They can wear old clothes, simple materials, makeup, and their imagination. This is called a DIY (Do It Yourself) costume.

Now, Halloween is not just about scaring, but also about self-expression, creativity, and individuality. A costume can show what a person likes, what makes them laugh, or how they want to express themselves. Halloween gives people the opportunity to be creative and be someone different for one night.



In 2025, K-pop and animated characters were some of the biggest stars of Halloween. According to Google's Frightgeist trends, Rumi, Zoey, Mira, Jinu, and Baby Saja from K-pop Demon Hunters were among the most popular costume choices. Other favorites included Chicken Jockey from Minecraft, Labubu, Derpy, Elphaba from Wicked, and the Lorax. Colorful outfits, cool hairstyles, and creative accessories made these costumes especially attractive. For many teenagers, dressing up as a K-pop character was more exciting than wearing a traditional ghost or witch costume (Jiménez, 2025).

In 2026, the trends are different! According to El Debate, Freaky Nikki from Obsession is at the top of its list, followed by Dunk and Egg from A Knight of the Seven Kingdoms. Other popular ideas include Ryland Grace from Project Hail Mary, characters from The Odyssey, Spider-Man, Ilya and Shane from Heated Rivalry, doctors from The Pitt, Backrooms operatives, characters from Huntrix, and One Wish Willow. These costumes offer a mix of horror, fantasy, science fiction, and TV drama. Some are more mysterious than others, while superhero outfits are as recognizable as ever (Velazquez, 2026).

So, what is the difference between the two years? In 2025, K-pop Demon Hunters characters dominated the top positions in Google's search trends. In 2026, the list from El Debate includes more horror, fantasy, and live-action TV characters. A K-pop costume can be as colorful as a fantasy costume, but it is not necessarily as scary as Freaky Nikki's look. Similarly, a Spider-Man costume is usually easier to recognize than a character from a new TV series. However, both years show that teenagers enjoy costumes inspired by the movies and shows they love.

Choosing the best Halloween costume is not always easy. It depends on what you want. Do you want the scariest look, the funniest outfit, or the most original idea? You can also wear a matching costume with your best friend or create a group look with your classmates. Remember, the most expensive costume is not always the best one, and the most popular character is not always the right choice for everyone. After all, Halloween is about having fun, expressing your personality, and being as creative as you want. Which costume would you choose: a K-pop demon hunter, a horror character, or a superhero?







Cecilia Ortega G, passionate about teaching and inspiring young minds, she is an English teacher at CCH Oriente, she has taught English I–VI. She holds a Bachelor's degree in English Language Teaching from FES Acatlán and a Master's degree in Management and Leadership of Educational Institutions from the University of La Rioja. She strongly believes that learning English is more than learning a language: it opens doors to new opportunities, builds confidence, and develops the values and skills students need to grow personally and professionally.

Reference

Cerini, M. (2020). *From pagan spirits to Wonder Woman: A brief history of the Halloween costume.* CNN Style. https://edition.cnn.com/style/article/history-of-halloween-costumes

Jiménez, G. (2025). *Google revela cuáles son los disfraces de Halloween más buscados en internet en 2025.* CNN en Español. https://cnnespanol.cnn.com/2025/10/16/entretenimiento/google-disfraces-halloween-populares-2025-orix

National Geographic. (2026). *Cuál es el origen de los disfraces de Halloween.* National Geographic. https://www.nationalgeographicla.com/cultura/2022/10/como-nacio-la-tradicion-del-disfraz-de-halloween

Velazquez, M. (2026). *Los 10 disfraces de Halloween 2026 más buscados de cine y TV: Tendencias y dónde comprarlos.* El Debate. https://www.debate.com.mx/tendencias/los-10-disfraces-de-halloween-2026-mas-buscados-de-cine-y-tv-tendencias-y-donde-comprarlos-20260930-0087.html

Image source:

Cerini (2020). *Three girls prepare for Halloween festivities in the College Hill neighborhood of Cincinnati*, Ohio, 1929. (Felix Koch/Cincinnati Museum Center/Getty Images)

Ruben's. (2017). *Los disfraces de las prepas de la UNAM son los más rifados de Halloween.* Erizos MX. https://erizos.mx/disfraces-halloween-prepa-unam-son-rifados/

Widow's Bay

Por: Mikhail Reyes



Widow's Bay (E.U., 2026). Creador: Katie Dippold. Elenco: Matthew Rhys, Kate O'Flynn, Kevin Carroll, Dale Dickey. Duración: 10 episodios (40 minutos cada uno). Distribuidor: Apple TV

Widow's Bay se ha convertido en una de las series más comentadas del año, con una recepción que la ha llevado a destacar durante la temporada de premios. Parte de su atractivo está en la manera en que combina distintos subgéneros del terror para construir una historia donde la amenaza nunca termina de revelarse por completo y el espectador permanece atento a cada nuevo giro. La trama es sencilla, nos presenta a los habitantes de una isla ficticia ubicada a 40 millas navales de la costa de Massachusetts en Estados Unidos, quienes atestiguan una serie de eventos inexplicables que pondrán en riesgo la supervivencia de todos los habitantes.

Widow's Bay es dirigida por múltiples directores como Hiro Murai, Andrew DeYoung y el aclamado Ti West. Esta combinación explica por qué la serie transita entre el horror sobrenatural, los rituales satánicos y el terror psicológico, sin permitir que el público se acostumbre a una sola forma de miedo. Resulta difícil anticipar lo que ocurrirá en el siguiente episodio, pues cada revelación modifica lo que creíamos saber y abre nuevas posibilidades para una trama que encuentra en la incertidumbre uno de sus mayores aciertos.

La construcción de los personajes y la puesta en escena también contribuyen a sostener esta atmósfera, especialmente en episodios donde lo cotidiano desemboca en situaciones perturbadoras. Hay un episodio en el que se realiza accidentalmente un ritual y este episodio destaca, por mucho, por su ambiente macabro y por la manera en que convierte una acción involuntaria en una experiencia inquietante.

Otro de los méritos de *Widow´s Bay* está en la construcción de personajes complejos, cuyas decisiones responden a intereses, temores y secretos que impiden dividirlos con facilidad entre buenos y malos. Esta ambigüedad alimenta una tensión dramática constante, reforzada por un diseño sonoro que aprovecha los silencios, los ruidos inesperados y la música para mantener la sensación de que algo terrible puede suceder en cualquier momento.

El resultado es una serie que aprovecha los recursos clásicos del género para construir una experiencia impredecible, donde el terror surge tanto de las amenazas sobrenaturales como de las contradicciones humanas. Su principal atributo consiste en mantener al espectador en un estado permanente de incertidumbre, sin resolver demasiado pronto los misterios que sostienen su inquietante universo.





Exámenes Extraordinarios
EB 2027-1

Las inscripciones a exámenes extraordinarios correspondientes al periodo EB 2027-1 se llevarán a cabo a través de la página del plantel:

http://escolares.cch-oriente.unam.mx/estudiantes/sae.html

Del 21 al 26 de octubre de 2026

Para concluir el trámite de inscripción atiende las siguientes indicaciones:

1. Una vez que obtuviste el **comprobante de inscripción vía internet**, acude a ventanilla de control presupuestal, para realizar el pago, ubicado en la Dirección del Plantel.

2. Posteriormente **presenta en las ventanillas de CONTROL ESCOLAR**, el comprobante de inscripción que imprimiste y la(s) órdenes de pago para sellarla(s). Es importante que la(s) conserves para cualquier aclaración.

3. **Verifica las prelistas de Inscripción 27 de octubre de 2026**, para caso de error u omisión acudas a las ventanillas de Control Escolar.

ÁREAS	FECHAS DE APLICACIÓN
Idiomas	9 de noviembre de 2026
Cs. Experimentales	10 y 11 de noviembre de 2026
Matemáticas	12 y 13 de noviembre de 2026
Talleres	17 y 18 de noviembre de 2026
Historia	19 de noviembre de 2026
Igualdad de Género	20 de noviembre de 2026
Educación Física	20 de noviembre de 2026

Recuerda que para realizar los exámenes deberás presentar tu credencial de la UNAM u otra identificación oficial con fotografía junto con tu comprobante de inscripción.

¡Prepárate!

En cuanto te inscribas al extraordinario, de manera inmediata debes acudir a la academia que corresponda la(s) asignatura(s) que registraste para que te den información acerca de los requisitos para presentar el o los extraordinario(s); también toma en cuenta que el PIA cuenta con asesorías para resolver tus dudas, además de talleres pre-extraordinario para mayores informes acude al edificio W planta alta.

Secretaría de Servicios Estudiantiles

Tramita tus lentes TOTALMENTE GRATUITOS

-Debes ser alumn_ inscrit_ en el semestre 27-1, cursando el primero, tercero o quinto semestre.

-Solicita desde tu correo institucional el expediente para realizar el trámite al correo:

apoyoaprendizaje.oriente@cch.unam.mx

-Sigue las indicaciones de la infografía y entrega tu expediente impreso en la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje, edificio O, planta baja antes del día 23 de octubre.



ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
PLANTEL ORIENTE

CONVOCATORIA AL EVENTO ACADÉMICO

MEZCLA2:
DE LO COTIDIANO A LA CIENCIA



Invitamos a los estudiantes y profesores a participar en el evento académico **"MEZCLA2: DE LO COTIDIANO A LA CIENCIA"**, que se llevará a cabo en la **explanada del SILADIN** en un horario de **11:00 a 15:00 horas**, el día **29 de octubre** del año en curso.

El propósito de este evento es acercar la ciencia a la vida cotidiana de los estudiantes, promoviendo la investigación, la creatividad y la divulgación científica mediante la elaboración y exposición de carteles sobre las mezclas que forman parte de nuestro entorno.

EJES TEMÁTICOS

Los alumnos interesados en participar deberán ser asesorados por un profesor o profesora y elegir una de las siguientes temáticas:

a) **Mezclas en la alimentación:** Elaboración de dulces tradicionales, jaleas, mermelada, fruta cristalizada, bebidas, ensaladas y ejemplos, de mezclas homogéneas y heterogéneas en la cocina.

b) **Mezclas en la limpieza y el cuidado personal:** Shampoo, jabones, cremas, perfumes, detergentes y mezclas de uso cotidiano para la higiene y el cuidado personal.

c) **Mezclas en la salud y la medicina:** Jarabes, sueros, cápsulas, pomadas y otras preparaciones farmacéuticas.

d) **Mezclas en la industria y el medio ambiente:** Pinturas, plásticos, contaminantes, reciclaje y mezclass aplicadas en procesos industriales.

e) **Mezclas en la vida escolar y cotidiana:** Tintas, pinturas escolares, refrescos, bebidas energéticas y otras composiciones utilizadas en el laboratorio y actividades diarias de los estudiantes.

CARACTERÍSTICAS DEL CARTEL

1. Los carteles deberán abordar un eje temático.
2. El cartel deberá presentarse en formato físico con dimensiones de 45 cm x 70 cm.
3. Consulta las características y rúbrica para su evaluación en:

Link: https://correocchunam-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lacesiladin_oriente_cch_unam_mx/lgCNkKPM8RCdRYgl-ywf8oemAQxRCMfi7M4Y1FMdG088NXo?e=gie4cX

4. Es responsabilidad de los autores que los nombres estén completos, así como que la redacción del cartel tenga una adecuada ortografía e imagen.

EVALUACIÓN DEL CARTEL

1. La exposición del cartel será evaluada por un Comité Evaluador en dos horarios; el equipo debe elegir en qué horario pueden estar presentes.
2. La exposición será individual o en equipos de máximo 5 integrantes.
3. Cada equipo o participante deberá exponer de manera oral su cartel en un tiempo máximo de 5 minutos.
4. Todos los carteles que cumplan con las características y sean evaluados, los participantes el día del evento recibirán constancia.

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

1. **Fecha de registro:** La inscripción quedará abierta a partir del **28 de septiembre** y cerrará el **26 de octubre de 2025.**
2. **Registro electrónico:** La inscripción es vía electrónica a través del siguiente enlace:

https://forms.cloud.microsoft/r/pGyziNnKZ1

3. **Comprobante de registro:** Los alumnos deberán llenar el formato electrónico de inscripción, descargarlo como evidencia de su registro y entregarlo el día del evento.
4. **Envío de carteles:** Los carteles deben ser enviados al correo electrónico: lacesiladin.oriente@cch.unam.mx

¡Esperamos su entusiasta participación y creatividad para difundir la ciencia de manera divertida y cercana a la vida cotidiana!

Atentamente,
Comité Organizador

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
PLANTEL ORIENTE
ÁREA DE TALLERES DE LENGUAJE Y COMUNICACIÓN
E
HISTÓRICO-SOCIAL

CONVOCA AL PROFESORADO A PARTICIPAR COMO:

ASESORES PARA EL PRIMER RALLY HISTÓRICO-LITERARIO Y ARTÍSTICO

Únete y contribuye a formar un mundo más sostenible, justo y de paz

¡INSCRÍBETE!

Perfil:

- Ser profesor(a) activo(a) del Plantel Oriente en las áreas de Histórico-Social, Talleres de Lenguaje y Comunicación o disciplinas afines.
- Impartir clases en asignaturas obligatorias de 1°, 3° y 5° semestre.
- Disponibilidad de tiempo para reuniones de coordinación, asesoría de alumnos y apoyo durante el desarrollo del evento.

Funciones del asesor:

- Coordinación y preparación: Diseñar, junto con los alumnos a su cargo, los retos, pistas o dinámicas del rally alineados a los ejes transversales.
- Acompañamiento: Guiar a un equipo de estudiantes en la investigación, elaboración de material de las asignaturas de 1°, 3° y 5° semestre.
- Evaluación y Logística: Participar como responsable de estación de reto durante la jornada de ejecución del rally.

inscripción:

- Acudir a alguna de las Jefaturas ya sea el área de Talleres o Historia del turno matutino en el horario de las 9 a 14:30 hrs.

se otorgará

- Docente: Constancia con valor curricular por veinte horas de asesoría.
- Alumnado: Regalos sorpresa por los primeros lugares.

REGISTRO
12 OCTUBRE AL 6 NOVIEMBRE

COMITÉ ORGANIZADOR:
PATRICIA GLORIA GONZÁLEZ YÁÑEZ

LILIA MONTIEL DÁVALOS

ISRAEL ALEJANDRO RAMÍREZ FLORES

"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"
Ciudad de México, 12 de octubre de 2026


ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES PLANTEL ORIENTE
CONFERENCIA
"Vacunas de ADN como alternativa para prevenir infecciones bacterianas"
MARTES 20 DE OCTUBRE 2026
10:30 AM A 12:30 PM
LUGAR: SALA 1 DE SILADIN CCH ORIENTE
PONENTE: DRA. SELENE GARCÍA REYES
CUPO LIMITADO(58 PERSONAS)


ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES PLANTEL ORIENTE
CONFERENCIAS
"LA QUÍMICA QUE ENCIENDE EL FUTURO: DE LAS BACTERIAS A LAS CELDAS DE COMBUSTIBLE"
PONENTES:
ANA LILIA OCAMPO FLORES
ALEJANDRO GUTIÉRREZ SÁNCHEZ
11:00 AM A 13:00 PM
"DEL AULA A LA CIENCIA SIN FRONTERAS"
PONENTE: AZUCENA IBETH CARBALLO VILLALOBOS
15:00 A 17:00 PM
JUEVES 22 DE OCTUBRE 2026
LUGAR: SALA AUDIOVISUAL 2
FACULTAD DE QUÍMICA


LA FACULTAD DE QUÍMICA Y EL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
TE INVITAN AL EVENTO:
QUIMITOUR 2026
FECHA: 29 DE OCTUBRE
HORARIO 12:00 A 16:00 HRS.
LUGAR: EXPLANADA DEL PLANTEL
¡NO FALTES!


UNAM
CCH
PRIMER
RALLY
HISTÓRICO-LITERARIO Y ARTÍSTICO
Pon a prueba tu mente, Juega y gana
JUEVES 26 DE NOVIEMBRE DE 2026
EXPLANADA DEL PLANTEL ORIENTE

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DIRECCIÓN DEL PLANTEL ORIENTE
DEPARTAMENTO DE DIFUSIÓN CULTURAL
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

6 CARRERA DE BOTARGAS

VARONIL Y FEMENIL

NUEVA FECHA

VIERNES 23 DE OCTUBRE | 13:00 hrs

PROGRAMA

VARONIL

13:00	Pase de lista - Explanada
13:30	Desfile de botargas por el circuito
13:45	Inicio de Carrera Varonil
13:55	Convivencia con las botargas

FEMENIL

14:00	Pase de lista - Explanada
14:20	Desfile de botargas por el circuito
14:30	Inicio de Carrera Femenil
14:40	Premiación
14:50	Convivencia con las botargas

CROQUIS DEL CIRCUITO



INDICACIONES PARA EL PÚBLICO

1. No invadas el circuito.
2. Ubícate en las zonas laterales.
3. Sigue las indicaciones del personal.




Como parte de las actividades del grupo de trabajo:
Formación de una Cultura de Paz en el Área Histórico-Social
a través de los Teóricos de la no Violencia y la Resistencia Pacífica
bajo una perspectiva Integral y Holística.
2da Jornada
Juventudes y Cultura de Paz
Ponencia
Lunes
26 de octubre
17:00 h
Audiovisual 1
Dra. Aurora González Granados
Dr. Eduardo David Nuñez
Profesores de la FES Zaragoza
Moderadores:
Mtra. Noemi Elideth González Rodríguez
Mtro. Humberto Ruíz Ocampo
CCH



Invitación
XXVI Exposición
"Los Premios Nobel en Física"

Invitamos a la comunidad estudiantil del Colegio a participar en la próxima emisión de la Exposición "Los Premios Nobel en Física" este 6 de noviembre del año en curso de 12:00 a 16:00 hrs. Descubre que la física nace de grandes preguntas que nos ayudan a comprender el mundo. ¡Participa y conoce a las mentes que transformaron la historia de la física!

BASES

1. Selecciona a un laureado con el **Premio Nobel de Física** y prepara un cartel sobre su vida, trabajo y aportación a la ciencia. Puedes realizarlo en **cartulina o pliego de papel bond**.

2. Al realizar tu registro, selecciona **dos horarios**, en orden de prioridad y en **contraturno**, para evitar afectar tu asistencia a tus clases.

3. El **3 de noviembre** se publicarán las listas del evento. En ellas encontrarás tu **horario de exposición y número de registro**.

4. Coloca en tu cartel: Número de registro, Nombre(s) del alumnado participante, Grupo y Nombre de personal docente asesor. Sube tu trabajo en formato PDF al grupo de Teams asignado para este evento, a más tardar el **5 de noviembre**.

5. Durante el evento:

- Deberás permanecer **al menos una hora en la zona de exposición**, compartiendo tu investigación y explicando tu trabajo a los asistentes.
- Para mantener el orden y cuidar nuestros espacios, queda prohibido sacar mesas o sillas de los salones.

Personal docente asesor: consulta las bases para la entrega de constancia por asesoría en el díptico de invitación que se distribuirá.

¡Regístrate y participa!

El registro está abierto desde este momento y hasta el 30 de octubre. Puedes realizarlo escaneando el código QR:

Ciudad de México, septiembre 6 de 2026

Profesores Organizadores

Carrillo Contreras Leonardo Gabriel **Galicia Toledo Gerardo**

Rodríguez Vite María Esther **Villarreal Rodríguez Carlos Alberto**

Antes de realizar tu registro, ten a la mano la siguiente información:

Nombre completo de los integrantes, nombre completo del profesor asesor, grupo y horario en el que propones presentar tu ponencia y compartir tu cartel.

Nota: Si participas en pareja, solo uno de los integrantes deberá realizar el registro del trabajo.


CCH
ORIENTE
EL ÁREA DE TALLERES DE
LENGUAJE Y COMUNICACIÓN
TE INVITA AL
TREN
DEL
TERROR
¡SÚBETE Y ATRÉVETE
A VIAJAR CON NOSOTROS!
27 DE OCTUBRE
13:00 A 15:00 H
EXPLANADA
FRENTE A LA BIBLIOTECA
SALA 1 DE AUDIOVISUAL
PABLO GONZÁLEZ CASANOVA
SALA DE DANZA
GLORIA CONTRERAS
PARTICIPAN:
Profa. Isabel Campos
Profa. Elizabeth Castro
Profa. Yadira Compeán
Profa. Patricia
Profa. González Yáñez
Prof. Roberto González
Profa. Mariana Iveth Gutiérrez
Profa. Laura Taide Mejía
Profa. María Genoveva Montelegre

Invitación a la comunidad
A participar en la 4ta. Jornada Académica de:

Calaverita Literaria

Que se realizará el viernes 6 de noviembre del año en curso, en la explanada principal del Plantel Oriente, de 12:00 a 15:00 hrs., de acuerdo a las siguientes:

Bases:

1. La participación del estudiantado podrá ser de cualquier semestre, integrados en equipos por un máximo de 4 estudiantes.

2. La modalida de participación:

Calaveritas literarias de algún científico que dejó aporte su trabajo a la humanidad. Acompañada de un cartel de creación libre y original no IA. En tamaño de 60 cm ancho por 90 cm largo, elaborar a mano o en digital. No colocar globos, ni olanes. Deberá contar con: Logos de la UNAM y de la ENCCH Oriente, título del trabajo, el nombre de los estudiantes, el nombre del profesor o profesora asesor con apellidos y número de registro. (Revisar ortografía y letra legible)

3. *Deberá estar escrita en verso y seguir estructura de las calaveritas literarias mexicanas.*
4. *El trabajo, se colocará en el lugar que indiquen los organizadores el día del evento, el cual se realizará de 12:00 a 15:00 hrs. (permanecerá expuesto durante todo el tiempo del evento) y se realizará réplica oral de su calaverita literaria a los jurados. Se entregará constancia a los 3 mejores trabajos. Se les exhorta a no sacar mesas o bancos de los salones y a dejar limpio su lugar al término del evento.*
5. *La inscripción será desde la publicación de esta invitación y hasta el 27 de octubre del 2026, en la Jefatura del Área de Ciencias Experimentales, ubicada en el 1er. Piso del edificio L, en horario matutino de 10:00 a 14:00 horas y vespertino de 16:00 a 19:00 horas.*
6. *Los alumnos deberán estar asesorados por un profesor, quien tendrá la responsabilidad de apoyar, guiar y revisar directamente los trabajos del alumnado.*
7. *Recibirán constancia los profesores que asesoren mínimo 2 equipos y entreguen durante las dos semanas posteriores al evento a los organizadores su Plan de Trabajo y el Informe correspondiente en los formatos que la Secretaria Académica proporcione (se les harán llegar). De acuerdo al protocolo de equivalencias 2020.*
8. *Los casos no previstos en la convocatoria serán resueltos por la comisión organizadora.*

Ciudad de México, 28 de septiembre de 2026

Comité organizador:

Juana Garduño Yepez.
Martha Elizet Herrera Hernández.
Norma Cano Leal.
Dulce Vania Martínez Alarcón.



5TO. CONCURSO DE CALAVERITAS LITERARIAS

Área de Talleres de Lenguaje y Comunicaciòn

Naturaleza y animales

OBJETIVO:

Escribir una calaverita literaria original dedicada a la naturaleza: bosques, mares, animales, fenómenos naturales, ríos, ecosistemas, especies en peligro de extinción.

REQUISITOS:

- Ser original, inédita y de creación propia.
- Abordar el tema "Naturaleza y animales" y llevar un título creativo.
- Tener de cuatro a seis cuartetos, con versos preferentemente octasílabos.
- Utilizar rima consonante o asonante.
- Incluir al menos una figura retórica.
- Se entregará en dos formatos:
  a) Impresa en hoja tamaño carta en Arial 12.
  b) Impresa y decorada para su exposición el día del concurso.
- **No se permite el uso de IA para escribir el texto ni para diseñar su presentación.**

PARTICIPACIÓN:

Individual y presencial el día del concurso.

REGISTRO Y ENTREGA:

Academia de Talleres de Lenguaje y Comunicación. Planta alta edificio A, a partir de la publicación de la presente convocatoria y hasta las 18:00 horas del 23 de octubre del 2026.

PREMIOS:

Los tres primeros lugares recibirán obsequios, más:

Primer lugar: $600 pesos
Segundo lugar: $500 pesos
Tercer lugar: $400 pesos

Se otorgará constancia de participación a todas y todos los concursantes que cumplan con los requisitos.

FECHA DEL CONCURSO:

Jueves 29 de octubre del 2026 a las 11:00 am. en la sala 2 de Audiovisual "Ignacio Chávez"

JURADO CALIFICADOR

Profesora: Isabel Campos Ramírez
Profesor: José Raymundo Díaz Hernández
Profesora: Nancy Karina Frias Chaires
Profesora: Agustina Mendoza Martínez

COMISIÓN ORGANIZADORA

Profesora: Estrellita Díaz Rodríguez
Profesor: Roberto González González
Profesora: Patricia Gloria González Yáñez
Profesora: Martha LeticiaHernández Valencia

Los asuntos no contemplados en esta Convocatoria serán resueltos por la Comisión Organizadora de Calaveritas Literarias

CUARTA EMISION

TENDEDERO DE CALAVERITAS TECNOLÓGICAS LITERARIAS

"ESQUELAS Y LAS SELFIES CON LA MUERTE 2027-1"

La asignatura de Taller de Cómputo perteneciente al Área de Matemáticas invita a la comunidad estudiantil y docente de cualquier asignatura del Plantel Oriente a participar con una Calaverita Literaria ingeniosa que relacione una esquela dedicada a un concepto, fórmula o personaje matemático e incorpore una selfi editada de día de muertos.

CARACTERÍSTICAS.

- Creación de una Calaverita Literaria utilizando una herramienta tecnológica (Power Point, Word o Canva)
- Creación una esquela dedicada a un concepto, fórmula o personaje matemático con la composición humorística sobre una situación relacionada con un aprendizaje de alguna asignatura del área de matemáticas o perteneciente a otra área de forma imaginaria con la muerte.
- Incorporación de una selfis de los participantes, editadas con un filtro de catrina en alguna herramienta digital o Inteligencia Artificial.
- Diseño llamativo de día de muertos en Tamaño carta A3 (43 x 28 cm.)
- Textos claros con buena redacción y ortografía .
- La impresión a color puede ser decorada con elementos externos a libre elección.
- Datos completos de los alumnos, grupo, nombre del asesor y turno.



Comité organizador: López López Erika, Rodríguez Trejo Graciela, Sánchez González Haydée Ivette, De la Paz Casasola Edith Violeta.

- Textos claros con buena redacción y ortografía .
- La impresión a color puede ser decorada con elementos externos a libre elección.
- Datos completos de los alumnos, grupo, nombre del asesor y turno.

PARTICIPACIÓN Y REGISTRO.

- Participación de 4 parejas de alumnos con la asesoría de un docente.
- El asesor registrará su nombre completo y grupo con el que participa al correo electrónico eventocchero@gmail.com desde la publicación de la presente convocatoria hasta el miércoles 4 de noviembre de 2026 hasta las 15:00 hrs. donde recibirá mensaje de confirmación.

ENTREGA DE LA CALAVERITA.

Las calaveritas tecnológicas literarias que cumplan con los lineamientos serán entregadas por los alumnos para su muestra en la jardinera central frente al edificio C, el jueves 5 de noviembre de 2026 en un horario de 15:00-17:00 hrs.

INFORMACIÓN ADICIONAL.

Los profesores asesores recibirán constancia por asesoría a los alumnos para la presentación de trabajos en actividades académicas, una vez entregado su informe al correo eventocchero@gmail.com, de acuerdo con lo que marca el Protocolo de equivalencias publicado el 17 de enero de 2026. Durante los 5 días hábiles después de la realización del evento.



Comité organizador: López López Erika, Rodríguez Trejo Graciela, Sánchez González Haydée Ivette, De la Paz Casasola Edith Violeta.

CONCURSO DE OFRENDAS

Invitación



Temática:

475+ años de la UNAM

Viernes 30 de octubre de 2026

MONTAJE: 09:00 am | **PREMIACIÓN:** 16:00 hrs

PARTICIPANTES:
equipos conformados por alumnas y alumnos del CCH Oriente

Inscripciones en el Departamento de Difusión Cultural

475+ UNIVERSIDAD MÉXICO

CCH

Difusión Cultural



BASES PARA EL CONCURSO DE OFRENDAS

1. Podrán participar equipos integrados por alumnas y alumnos del CCH Oriente.
2. Cada equipo podrá contar, de manera opcional, con la asesoría de una profesora o profesor de cualquier área.
3. La ofrenda deberá relacionarse con los 475+ años de la UNAM y podrá abordar cualquier periodo, hecho, personaje, aportación o manifestación universitaria.
4. Las inscripciones se realizarán en el Departamento de Difusión Cultural.
5. Al momento de inscribirse, cada equipo deberá entregar: nombre del equipo, relación de integrantes, copia de credencial o tira de materias de cada participante y, en su caso, nombre del maestro o maestra asesora, para la asignación del espacio.
6. El montaje de las ofrendas se realizará el viernes 30 de octubre de 2026, a partir de las 09:00 hrs.
7. La evaluación estará a cargo de un jurado calificador, que considerará creatividad, presentación, relación con la temática y resolución general de la propuesta.
8. Se premiará a las tres ofrendas más creativas y mejor decoradas. La premiación se llevará a cabo a las 16:00 hrs.
9. Se otorgará constancia de participación a las y los integrantes de cada equipo, así como constancia de apoyo al maestro o maestra asesora que acompañe la propuesta.
10. Los casos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por el comité organizador.

475+ UNIVERSIDAD MÉXICO

ÁREA DE TALLERES DE LENGUAJE Y COMUNICACIÓN

TERCER CONCURSO

CALAVERITAS LITERARIAS DE VIDA

MEMORIA FRENTE A LA VIOLENCIA FEMINICIDA

LAS PALABRAS TAMBIÉN RECUERDAN

ESCRIBIR TAMBIÉN ES RESISTIR

AQUÍ TAMBIÉN VIVEN SUS HISTORIAS



BASES

Dirigido a la comunidad estudiantil inscrita en el CCH Plantel Oriente, de manera individual o en equipo de máximo tres integrantes.

OBJETIVO

Crear una calaverita literaria, con base en una nota informativa y/o artículo de opinión sobre feminicidio, imaginando cómo habría sido la vida de la persona si no hubiera sido asesinada.
Las calaveritas deben hablar sobre la persona que fue, lo que habría podido vivir, recordando su humanidad, sus sueños y lo que representaban para quienes la amaban.

TEMA

La calaverita literaria deberá ir acompañada de un cartel de creación libre, inspirado en la historia de la mujer, joven o niña que fue arrebatada por la violencia feminicida.

FORMATO DE ESCRITURA

- Deberá ser original, no se permite el uso de IA en la redacción de la calaverita ni en el diseño del cartel. Su uso será motivo de descalificación.
- Deberá estar escrita en verso y seguir la estructura tradicional de las calaveritas
- mexicanas.
- Versos de 8 o 16 palabras, divididos en cuartetos.
- Su extensión deberá ser de cuatro a seis estrofas y escrita en letra Arial 12.
- La rima puede ser consonante o asonante.
- Debe mencionar el nombre de la niña, adolescente o mujer en quien se inspira.

CARTEL

La calaverita deberá plasmarse en un cartel tamaño 60 x 80 cm.
La composición del cartel deberá ser creativa y respetuosa, a mano o digital, aludiendo a la persona a la que se refiere la composición.

INSCRIPCIONES

Desde la publicación de la presente convocatoria y hasta las 14:00 horas del viernes 23 de octubre del 2026 en la Academia de Talleres de Lenguaje y Comunicación (Edificio A planta alta).

ÁREA DE TALLERES DE LENGUAJE Y COMUNICACIÓN

TERCER CONCURSO

CALAVERITAS LITERARIAS DE VIDA

MEMORIA FRENTE A LA VIOLENCIA FEMINICIDA

LAS PALABRAS TAMBIÉN RECUERDAN

ESCRIBIR TAMBIÉN ES RESISTIR

AQUÍ TAMBIÉN VIVEN SUS HISTORIAS

LA MEMORIA TAMBIÉN ES JUSTICIA

CCH PLANTEL ORIENTE

UNAM

LAS MUJERES NO SE OLVIDAN

FORMATO DE ENTREGA

Deberá entregarse en dos formatos:

a) Impresa en hoja tamaño carta junto con la nota informativa y/o artículo de opiniòn.

b) E impresa en tamaño en poster de 60 x 80.

En la Academia de Talleres de Lenguaje y Comunicaciòn, ubicada en el edificio A planta alta hasta las 14:00 horas del viernes 23 de octubre del 2026.

CRITERIOS DE EVALUACION

- Creatividad y originalidad en el enfoque del tema.
- Sin uso de IA.
- Calidad literaria: estructura, rima y composición.
- Profundidad en la reflexión sobre la vida que fue arrebatada y la vida que pudo haber sido.
- Diseño creativo y presentación organizada de texto e imágenes.

PREMIACIÒN

El 30 de octubre a las 13:00 en la sala 2 de audivisual "Ignacio Chávez"

PREMIOS

- 1er. lugar: Paquete de regalos con valor de $1000.00
- 2do. lugar: Paquete de regalos con valor de $600.00
- 3er. lugar: Paquete de regalos con valor de $ 300.00

Las calaveritas de vida ganadoras, serán publicadas en la gaceta *Oriente informa* con el propósito de visibilizar el mensaje y rendir un homenaje.

Los asuntos no contemplados en esta convocatoria serán resueltos por la Comisión Organizadora del Concurso Calaveritas Literarias de Vida.

COMISIÒN ORGANIZADORA

Profa. Brisa Romero Martínez
Profa. Patricia Gloria González Yáñez
Profa. Laura Gutiérrez Cervantes

JURADO CALIFICADOR

Profa. Yadira Compean Ortiz
Profa. Mariana Ivette Gutiérrez Ramírez

Colegio de Ciencias y Huamanidades
Plantel Oriente
Secretaría de Apoyo al Aprendizaje
Tejedoras y Tejedores Comunitarios para la Construcción de una Cultura de Paz

Concurso de dibujo "El miedo de la sociedad"

Presentación

El equipo de Tejedoras y Tejedores por la Paz convoca a las y los alumnos inscritos en el Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Oriente, a participar en el concurso de dibujo "El miedo de la sociedad".

Vivir en comunidad también trae miedos: a quedarnos solos, a no ser aceptados, a ser juzgados o a no ser escuchados. Muchas veces no hablamos de ellos, pero existen. Este concurso busca crear un espacio donde esos miedos puedan expresarse a través del arte, de manera libre y sincera, y donde la comunidad estudiantil pueda conocerlos y reflexionar sobre ellos.

Objetivo

Fomentar la expresión artística y emocional del alumnado, y promover la empatía y la convivencia pacífica al dar visibilidad a los temores que se viven en sociedad.

Tema

Cada participante deberá plasmar, mediante un dibujo, el miedo que siente ante la sociedad. A manera de ejemplo, puede abordar:

- El miedo a la soledad.
- El miedo al rechazo o a la exclusión.
- El miedo a ser juzgado o a no encajar.
- El miedo a no ser escuchado.
- El miedo a la violencia o a la discriminación.

No existen miedos correctos o incorrectos. Se valorará que la obra sea sincera, personal y que comunique con claridad lo que se quiso expresar.

Pueden participar, todas y todos los alumnos inscritos en el semestre 27- 1 del CCH Oriente.

Requisitos de la obra

1. Cada participante podrá participar con una sola obra.
2. El dibujo debe ser original, hecho por quien participa e inédito (que no se haya publicado antes).
3. La técnica es libre: lápiz, tinta, plumones, colores, acuarela, entre otras. Únicamente se aceptarán dibujos hechos a mano sobre papel u otro soporte físico; no se aceptará ninguna obra digital, en ninguna de sus formas.
4. La obra deberá llevar título y una breve descripción del significado que tiene. El título y la descripción se entregarán en la oficina de la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje, edificio O, planta baja.

6. No se aceptarán obras que inciten al odio, a la violencia o plasmen un mensaje directo hacia alguna persona o institución. (Denuncia personal).

7.- La obra que incumpla con alguno de estos requisitos, será descalificada en automático.

7. La recepción de obras queda abierta desde la publicación de esta convocatoria y cerrará el día 22 de octubre a las 21 horas.

8. Exposición: el viernes 23 de octubre se llevará a cabo en la explanada del plantel la exposición "El miedo de la sociedad", dónde se presentarán las obras seleccionadas que cumplan los requisitos descritos. Se solicita quedar pendientes mediante la plataforma TEAMS, para conocer la dinámica del monatje.

9. Presentación: el viernes 23 de octubre, cada participante deberá presentarse con su obra para mostrarlo al comité organizador. Las obras que no se presenten quedarán fuera del concurso.

10. Registro

Los interesados deberán registrarse en la Secretaría de Apoyo al Aprendizaje proporcionando:

- Nombre completo.
- Número de cuenta
- Copia de credencial o tira de materias

11. Selección de obras ganadoras

El jurado estará integrado por profesoras y profesores con formación en artes gráficas, además de alumnas y alumnos Tejedoras y Tejedores Comunitarios para la Construcción de una Cultura de Paz.

-Los criterios de evaluación por parte del jurado serán: Técnica, creatividad, composición.

12. Premios

Primer lugar: Kit conmemorativo del CCH y Kit de dibujo.
Segundo lugar: Kit conmemorativo del CCH y Kit de plumones.
Tercer lugar: Kit conmemorativo del CCH.

12. Resultados

Los resultados se darán a conocer el día de la exposición por parte del jurado calificador y las obras seleccionadas formarán parte de la galería virtual en el Facebook oficial del Colegio.

Informes y aclaraciones:
apoyoaprendizaje.oriente@cch.unam.mx

"Si oyes una voz dentro de ti que dice 'no puedes pintar', entonces pinta, y esa voz se callará."
-Vincent van Gogh

Secretaría de Apoyo al Aprendizaje CCH Oriente

La Dirección del Plantel, La Secretaría de Apoyo al Aprendizaje, La Secretaría del SILADIN, la Jefatura de Laboratorios Curriculares y el Comité Organizador invitan cordialmente a los profesores de física y a sus alumnos a participar en:

"IX CONCURSO DE COHETES PROPULSADOS POR AGUA"



Fecha y Horario:

- viernes 20 de noviembre de 2026.
- Turno matutino: 11:00 a 14:00 horas.
- Turno vespertino: 14:00 a 17:00 horas.
- Lugar: Explanada de SILADIN



Reglas del Concurso:

1. El cohete debe ser propulsado por agua y aire.

2. Solo podrán participar prototipos elaborados íntegramente por el estudiantado, utilizando una botella de plástico de hasta 3 litros. Deben contar con un paracaídas funcional y tener una forma aerodinámica similar a la de un cohete.

3. El cohete no debe tener partes metálicas ni estabilizador en la punta.

4. Solo se permite utilizar una bomba manual de aire y una plataforma de lanzamiento con un mecanismo de disparo remoto. Los cuáles serán proporcionados por el comité organizador.

5. Los equipos estarán conformados por dos o tres integrantes, y el registro lo realizará un integrante del equipo al acceder al código QR 'registro'.

6. Cada equipo tendrá un máximo de dos lanzamientos, en caso de fallar el primero.

7. Se recomienda realizar ensayos del 9 al 13 de noviembre en la explanada de SILADIN, de 13:00 a 15:00 horas.

8. No se permitirán ensayos el día del evento; los equipos que realicen ensayos serán descalificados.

9. Los criterios de evaluación serán: a) Altura alcanzada b) Verticalidad y estabilidad del cohete durante el vuelo c) Apertura del paracaídas d) Estética e) Cartel científico (70x100 cm) con la síntesis de la explicación aerodinámica del vuelo del cohete.

10. El cartel científico debe ser entregado en formato PDF el viernes 30 de octubre para su evaluación por el jurado. Las características solicitadas se detallarán en el espacio que se abrirá al escanear el código QR 'cartel', el cual también se utilizará para su entrega.

11. Los equipos notificados colocarán sus carteles aprobados en la explanada del SILADIN una hora antes de iniciar los lanzamientos de cada turno.

12. Los profesores obtendrán constancia de asesor al entregar plan e informe en formatos de la Jefatura de Laboratorios, en máximo 2 semanas tras el concurso del 4 de diciembre.

13. Los lanzamientos serán supervisados y evaluados por un jurado de académicos.

14. Los casos no contemplados en esta convocatoria serán resueltos por el panel de jurados.

15. Los tres primeros lugares recibirán una constancia de participación y el premio correspondiente.

16. Las inscripciones estarán abiertas desde la publicación de la convocatoria y hasta el 21 de octubre de 2026, las que pueden realizar en el código QR 'inscripción'.

Cartel

Inscripción

ATENTAMENTE
"POR MI RAZAHABLARÁ EL ESPÍRITU"
Ciudad de México, 14 de septiembre de 2026.

El comité organizador.
Abel Rodríguez Contreras, Agustín Mercado Rejón,
Roberto Domínguez Hernández, José Raúl Cermeño García

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
PLANTEL ORIENTE

DÍA DE LA Economía 2026

Economía que transforma: investigación, profesión y sociedad

Ponentes invitados



Gabriel Alberto Sánchez Rosas
FuturoLab | Co-Lab de Política Industrial
Oxford-México



Alejandra Bernabé García
Manager Gobierno de Comisiones y Estrategia de Ingresos
BBVA México

Conferencias, juegos, exposiciones y más...

EXPLANADA ENTRE EDIFICIOS N Y O
Lunes 9 de noviembre de 2026
11:00 a 15:00 horas

Área Histórico-Social
Noemi Elideth González Rodríguez, Leonardo Daniel Rosas Paz; Lilia Montiel Dávalos



MÓDULO DE ATENCIÓN AAPAUNAM

26 y 27 de octubre
de 09 a 15 hrs
Oficina AAPAUNAM 057

Escanea el Código QR

SERVICIOS:

1 SECRETARÍA DE PRESTACIONES

- Trámites de lentes
- Solicitud CLIDDA
- Modificación de datos ante el ISSSTE
- Trámite de préstamos
- Exención de pago cursos UNAM
- Afiliación AAPAUNAM
- Aparatos ortopédicos y auditivos
- Apoyo para Impresión de Tesis

2 SECRETARÍA DE VIVIENDA

- Consulta del simulador hipotecario: Créditos tradicional en UMAS y pesos
- Constancia de interés
- Estado de cuenta del crédito
- Apoyo a trámites FOVISSSTE
- Mejora de hipoteca para traspasar el crédito de UMAS a pesos
- FOVISSSTE para todos | SOC

3 AFORE PENSIONISSSTE

- Régimen de pensión, décimo transitorio y cuenta individual
- Beneficios de PENSIONISSSTE y ahorro solidario
- Cambio de afore a PENSIONISSSTE
- Unificación de cuentas
- Altas, bajas y cambios de beneficiarios de PENSIONISSSTE
- Aportaciones Voluntarias

4 SEGUROS

- Seguro Individual de Gastos Médicos Mayores para Académicos (con cobertura para hijos mayores de 25 a 30 años)
- Seguro de Servicios Funerarios

ALGUNOS DOCUMENTOS NECESARIOS PARA TRÁMITES (original y copia)

- Último talón de pago
- Credencial UNAM
- Credencial INE
- Comprobante de domicilio
- CURP Beneficiarios
- INE Beneficiarios (mayores de edad)
- Acta de matrimonio
- Acta de nacimiento de hijos (menores de 25 años)
- Acta de nacimiento de cónyuge

¡TE ESPERAMOS!

www.aapaunam.org.mx





EL CONSEJO EDITORIAL DE MEDIACIONES
REVISTA DE COMUNICACIÓN DEL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

INVITA

A la comunidad docente del Colegio de Ciencias y Humanidades y a quienes tengan interés en el campo de conocimiento de la comunicación y su enseñanza en la Educación Media Superior y Superior, a participar en el número TRECE de la revista, con el tema:



COMUNICACIÓN, SALUD MENTAL, CULTURA DEL SCROLL Y ALGORITMOS

- Los escritos podrán ser: artículo académico, crónica, ensayo, reseña o reporte de investigación.
- Las colaboraciones deberán ser inéditas.
- Tener una extensión mínima de cinco cuartillas y máxima de diez en el caso de artículos, ensayos y reportes de investigación.
- Deben estar escritos en letra Arial 12 puntos, a 1.5 de interlineado.
- Las referencias deberán integrarse en el cuerpo del documento con base en el sistema APA 7.
- Se debe agregar un archivo Word con los siguientes datos: síntesis curricular de 3 a 4 líneas, correo electrónico y entidad académica de adscripción.
- Se les notificará por correo electrónico el resultado de la evaluación de su escrito.
- La recepción de las colaboraciones no implica su aceptación para ser publicada.
- Los textos recibidos serán evaluados por pares.

Fecha para recibir los textos será el 15 DE ENERO DE 2027 a través de la siguiente página https://mediacionescch.com en la sección de ENVÍOS

POIÉTICA
NUEVA ÉPOCA

El Comité Editorial de la revista *Poiética. Docencia, Investigación y Extensión*, del Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Naucalpan

CONVOCA

A la comunidad docente del Colegio de Ciencias y Humanidades y a todos aquellos interesados en la Educación Media Superior y Superior, a colaborar en el **número 33 (enero-junio 2027)** de la revista *Poiética. Docencia, Investigación y Extensión*, con la publicación de un artículo académico, ensayo, reseña crítica o reporte de investigación sobre la temática:

Formación científica en el bachillerato

Preguntas eje:

1. ¿Cómo favorecer en el bachillerato una formación científica en el alumnado?
2. ¿Cómo se despierta la vocación científica con las y los estudiantes del CCH?
3. ¿Cuál es el propósito de la educación científica en estudiantes de bachillerato?
4. ¿De qué manera el Modelo Educativo del Colegio promueve la formación científica en el estudiantado?
5. ¿Cómo debe entenderse la formación científica en el bachillerato ante los desafíos del siglo XXI y qué implicaciones tiene esta concepción para el currículo y la práctica docente?
6. ¿Cómo se promueven los valores y actitudes en la formación de la cultura científica?
7. ¿Cómo influye la formación científica en la construcción de una ciudadanía participativa?
8. ¿Qué papel cumple el profesorado como mediador en los procesos de alfabetización científica?
9. ¿Qué estrategias didácticas desarrolla en su disciplina para favorecer la formación científica en el alumnado?
10. ¿De qué manera las actividades experimentales contribuyen a que las y los estudiantes comprendan la ciencia?
11. ¿Cómo vincular estrategias de enseñanza-aprendizaje del Área Histórico-Social con la formación científica del alumnado?
12. ¿Cómo contribuyen los Programas Institucionales Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, y Jóvenes hacia la Investigación en Ciencias Naturales y Matemáticas, a la formación científica de las y los estudiantes del CCH?
13. ¿Qué competencias y habilidades se busca desarrollar en la lectura y escritura de textos científicos?
14. ¿Qué dificultades presentan los estudiantes al leer y escribir textos científicos?
15. ¿Cómo evaluar la producción escrita y la comprensión lectora en ciencias?
16. ¿Cómo favorece la producción de géneros académicos escolares la apropiación del lenguaje y de las formas de razonamiento propias de las ciencias en el bachillerato?
17. ¿De qué manera las prácticas de lectura intertextual permiten que las y los estudiantes relacionen conocimientos científicos con problemas sociales, culturales y ambientales de su entorno?

Consideraciones específicas:

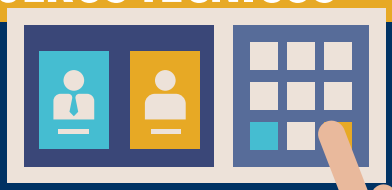
- La propuesta de escritura puede elaborarse desde otras preguntas que no se incluyan en el listado anterior, solo es necesario que se ajusten a la temática general.
- Los escritos deben ser inéditos, con una extensión mínima de cinco cuartillas y máximo de ocho, en formato Word, tipografía Arial de 12 puntos, interlineado de 1.5.
- El título del artículo se presentará en español e inglés.
- El artículo se acompañará de un resumen en español, un *abstract* en inglés y palabras clave en ambos idiomas.
- Agregar al texto una síntesis curricular de 3 a 4 líneas que contenga correo electrónico, antigüedad docente y entidad académica de adscripción.
- Los autores pueden acompañar sus propuestas de material visual que sea libre de derechos y preservando los derechos de autor. Este material debe tener una resolución 300 dpi en formato jpg.
- Las referencias deberán integrarse en el cuerpo del documento con base en el sistema APA 7ª edición. Generador de citas y referencias APA online http://bit.ly/3tnGXCM
- La fecha máxima para recibir las colaboraciones será el próximo 30 de septiembre de 2026 en el correo electrónico: poieticacchnaucalpan@gmail.com
- Se otorga constancia emitida por parte de la Universidad Nacional Autónoma de México y el Colegio de Ciencias y Humanidades, Plantel Naucalpan.



revistapoietica.com.mx | www.facebook.com/POIETICACCHN | issuu.com/poiticacch
poieticacchnaucalpan@gmail.com | @POIETICA | instagram.com/revista_poietica/

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECRETARÍA GENERAL

ELECCIÓN DE CONSEJEROS UNIVERSITARIOS Y CONSEJEROS TÉCNICOS



FECHAS CLAVE	
Registro de fórmula y representantes	Del 6 al 19 de octubre de 2026
Modificación o adición al listado de elegibles	19 de octubre de 2026
Modificación o adición al padrón de electores	6 de noviembre de 2026
Límite para realizar actos de propaganda electoral	9 de noviembre de 2026
Jornada electoral	**12 de noviembre de 2026**



CONSEJO UNIVERSITARIO

PROFESORADO		
Propietarios	Suplentes	Total
3	3	6 profesores
Características de la fórmula: Diferente plantel, diferente turno y diferente área o departamento		
ALUMNADO		
Propietarios	Suplentes	Total
2 matutino	2 matutino	4 matutino
2 vespertino	2 vespertino	4 vespertino
Total	8 alumnos	
Características de la fórmula: Diferente plantel y mismo turno		

CONSEJO TÉCNICO

PROFESORADO		
Propietarios + Suplentes	Representación	Total
2 + 2	En cada área	16
1 + 1	En cada departamento	6
1 + 1	En cada plantel	10
Total		32
Características de la fórmula:	**Paridad de género (hombre y mujer) En área o departamento: diferente plantel Idiomas: Diferente especialidad (Inglés y Francés) y distinto plantel Plantel: Distinta área o departamento y distinto turno**	
ALUMNADO		
Propietarios + Suplentes	Representación	Total
1 + 1	Matutino en cada plantel	10
1 + 1	Vespertino en cada plantel	10
Total		20
Características de la fórmula: Paridad de género (hombre y mujer)		
PERSONAS TÉCNICAS ACADÉMICAS		
Propietario	Suplente	Total
1	1	2
Características de la fórmula:	**Paridad de género (hombre y mujer) Diferente plantel Diferente área, departamento o Secretaría**	

COORDINACIÓN PARA LA IGUALDAD DE GÉNERO EN LA UNAM (CIGU)

5 cosas que las POC pueden hacer por ti

Las **Personas Orientadoras Comunitarias** son integrantes de la comunidad UNAM capacitadas para ser tu primer contacto ante situaciones de violencia de género

Te escuchan
De forma activa y sin juzgarte.

Te orientan
Sobre la ruta de atención a la Defensoría UNAM.

Te acompañan
a presentar tu queja, si así lo decides.

Te informan
sobre el reconocimiento de tu identidad de género.

Te vinculan
con las instancias adecuadas que pueden ayudarte.



Síguenos en redes: /IgualdadUNAM

IGUALDAD DE GÉNERO UNAM

UNAM Nuestra gran Universidad

475+ UNIVERSIDAD MÉXICO

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DIRECCIÓN GENERAL

La Secretaría Académica, a través del Departamento de Formación de Profesores

CONVOCAN

A la comunidad académica en servicio del CCH interesada en **diseñar e impartir** cursos en las modalidades **sincrónica en línea, semipresencial y presencial** para el periodo **INTERSEMESTRAL 2027**, de acuerdo con los siguientes ejes prioritarios del Programa Integral de Formación Docente del Colegio[1]:

Eje 3 - Actualización en la disciplina y la didáctica.
Eje 4 - Habilidades cognitivas, socioculturales y afectivas.
Eje 7 - Prácticas educativas para atender la formación no presencial.
Eje 8 - Formación en perspectiva de género para la docencia.
Eje 9 - Salud y desarrollo humano en la docencia.
Eje 10 - Formación para la Ciudadanía.
Eje 11 - Formación para la Sustentabilidad.

La solicitud y el diseño[2] del curso podrán ser registrados en la plataforma **TACUR (central)** en la sección de **"Registro de cursos"**, ubicada al final de la página en el siguiente enlace: ***http://www.cch.unam.mx/tacur***

Los cursos de la **Secretaría Académica de la DGCCH** serán impartidos en la semana del **11 al 15 de enero de 2026**, por lo que no podrán registrarse propuestas en esas fechas.

Los cursos de las Secretarías de la DGCCH, TACUR y locales se llevarán a cabo en los turnos matutino y vespertino en la semana del **18 al 22 de enero de 2027**.

Las solicitudes y diseños recibidos serán evaluados por los Comités Académicos y se notificará el dictamen correspondiente a través del correo electrónico registrado en la plataforma.

La inscripción a los cursos será habilitada el **lunes 7 de diciembre de 2026** a las 13:00 horas en la plataforma TACUR.

Esta convocatoria estará vigente a partir de su publicación y hasta el 13 de noviembre de 2026.

Ciudad Universitaria, 5 de octubre de 2026

[1] Las y los docentes podrán hacer propuestas de cursos con otras temáticas de acuerdo con sus proyectos de trabajo ya aprobados por el Consejo Técnico. La evaluación de su pertinencia estará a cargo de los Comités Académicos. Programa Integral de Formación Docente – 2025: *https://www.cch.unam.mx/comunidad/programa-integral-de-formaci%C3%B3n-docente-versi%C3%B3n-actualizada-2025*
[2] El formato para el diseño de cursos se encuentra en la siguiente liga: *https://www.cch.unam.mx/academica/sites/www.cch.unam.mx.academica/files/PLANTILLA_DISENO_CURSOS_2025_TACUR_V2.docx*



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

DGOAE

La Universidad Nacional Autónoma de México
a través de la Secretaría de Servicio y Atención
a la Comunidad Universitaria, y
la Dirección General de Orientación y Atención Educativa

Participar a todo el alumnado regular de la ENP y el CCH inscrito en el ciclo escolar 2026-2027, sin sanciones disciplinarias. La participación será individual o grupal, en una sola categoría."

UNAMITAS con valor 2026

Categorías a reconocer

- **Convivencia pacífica**
- **Responsabilidad ambiental**
- **Responsabilidad social**
- **Arte y cultura**

Cierre de convocatoria
20 de noviembre de 2026

Registrarse en
https://dgoae.servicios.unam.mx/Premios/Valor/

UNAM Nuestra gran Universidad

475+ Universidad de México

DGOAE*contigo*

BIBLIOTECA DIGITALUNAM

ALUMN@ DE PRIMER INGRESO

Obtén tu **cuenta de Acceso Remoto** de la **Biblioteca Digital UNAM**



01

Revisa tu correo institucional

Ingresa tanto a la **Bandeja de entrada** como al **Correo no deseado** y verifica si recibiste un mensaje con tu contraseña de Acceso Remoto.

02

¿No encuentras el correo con tu contraseña?

Puedes restablecerla desde la página **https://www.bidi.unam.mx/pPassword/**
Sigue las instrucciones que recibirás en tu correo institucional del CCH.

¿TIENES DUDAS SOBRE ESTE SERVICIO? PUEDES ESCRIBIR A:

ar-bidi@dgb.unam.mx
coordinacion.bibliotecas@cch.unam.mx
También puedes acudir con el
Coordinador de Biblioteca en tu plantel

CONSULTA QUIÉNES SON