

Comunidad

DCSBA

BOLETÍN INFORMATIVO 14

julio - agosto 2018



Editorial



En clase



Clic



Cultura



Psst... Psst



Juventud hacia el desarrollo sostenible



División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales



Editorial

Juventud hacia el desarrollo sostenible
Pág.03

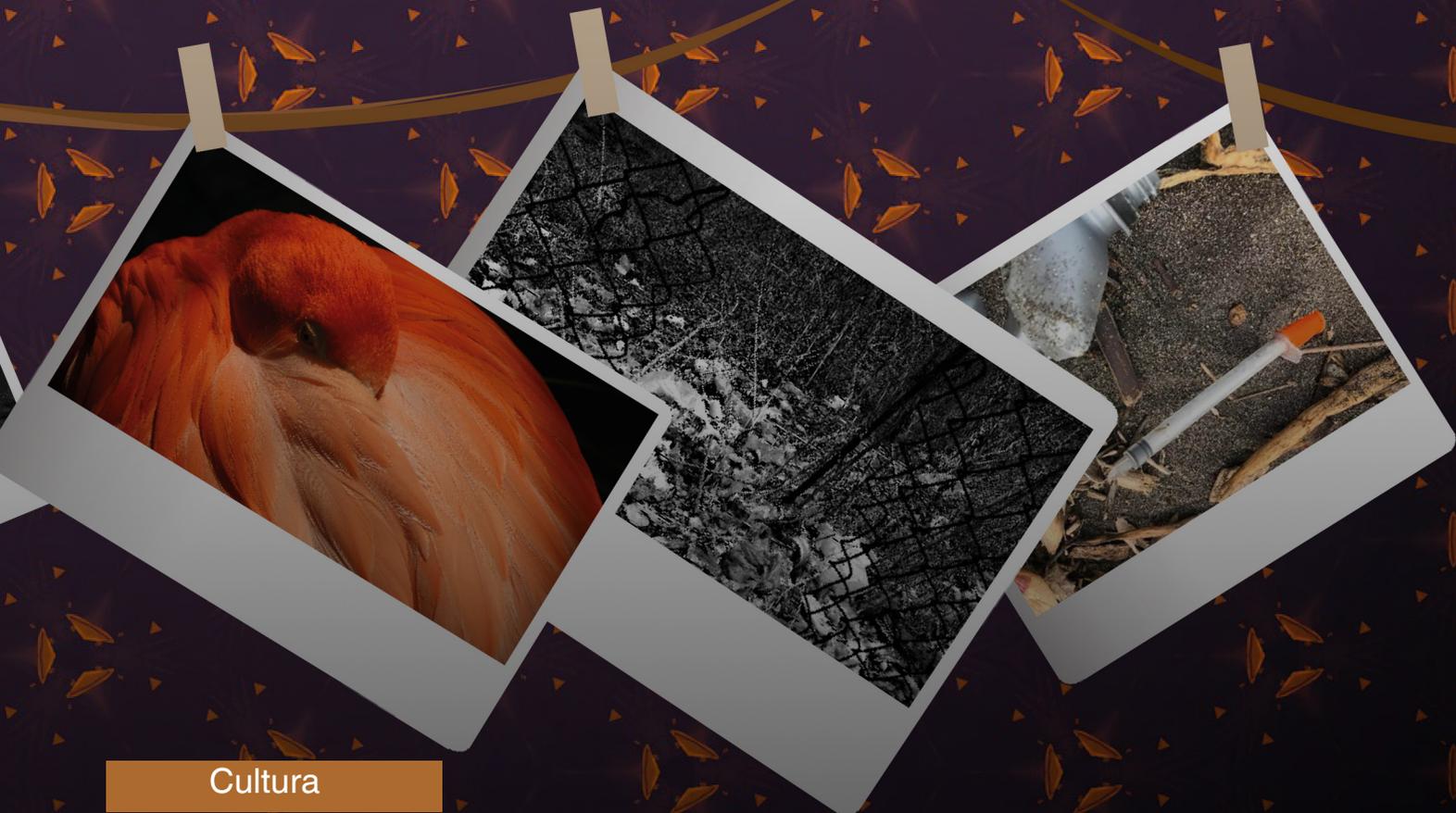
En clase

Lactancia materna: una prioridad de salud pública
Pág.05

¡Atrévete a escribir!
Pág.05

Clic

¿Qué es Office 365?
Pag.12



Cultura

Vamos al teatro
Pág.13

Rock, la voz de la juventud
Pág.15

Psst... Psst

Promotor educador de la salud: un profesionalista para consolidar la salud
Pág.17

Si no puedes reutilizarlo: recházalo
Pág.21

Institucional

UnADM en movimiento
Pág.25

Editorial

Juventud hacia el desarrollo sostenible

La juventud es una etapa del desarrollo humano que ha adquirido relevancia en los últimos tiempos porque desde finales del siglo XIX, y con mayor fuerza a partir de la segunda mitad del siglo XX, los grupos de entre 19 y 25 años de edad comenzaron a actuar colectivamente en procesos sociales definidos a partir de la condición misma de la juventud; estos movimientos generacionales han estado, en muchos casos, vinculados a transformaciones estéticas en la música como pasó con el Rock & Roll o el Punk. En otros casos, el movimiento hippie estaba vinculado a cuestiones éticas como las derivadas de la revolución sexual o el pacifismo frente a las guerras.

La importancia de los jóvenes en la sociedad es fundamental debido a que el futuro de cualquier sociedad duerme en las nuevas generaciones, pero al mismo tiempo son el presente, por lo cual tienen un rol fundamental en el mundo ya que mucho de lo que ellos puedan hacer por México en los años venideros dependerá de lo que piensan, sientan y hagan hoy. De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas “los jóvenes del mundo, que conforman la generación de jóvenes más numerosa de la historia, pueden encabezar el impulso mundial para romper con los patrones del pasado y situar al mundo en la senda de un futuro más sostenible”.

“Los jóvenes se ven directamente afectados por las trágicas contradicciones contemporáneas: la pobreza abyecta y la riqueza ostentosa, el hambre atroz y el vergonzoso desperdicio de comida, los vastos recursos naturales y las industrias contaminantes. Los jóvenes pueden aportar soluciones a esos problemas, que ocupan un lugar central en la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible”.

En este proceso hacia el desarrollo sostenible, los jóvenes están llamados a ser actores esenciales en el logro de los objetivos de la Agenda 2030 al estar en la vanguardia del progreso como empresarios, activistas y líderes comu-

nitarios. Los jóvenes tienen una enorme capacidad de producir un cambio para ellos, pero también para sus comunidades y el resto del mundo.

La Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM), a través de la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales, oferta programas educativos que permitan a los jóvenes de nuestro país cumplir con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y apoyar de esta manera el cumplimiento de la Agenda 2030 en México, debido a que la sustentabilidad ha pasado de ser una moda a una necesidad; así como ofrecer a la población seguridad alimentaria; nutrición adecuada; garantizar una vida sana; promover el bienestar y la salud de la población; incentivar el uso de las energías asequibles y no contaminantes; gestión de riesgos de eventos catastróficos, y adoptar medidas para combatir el cambio climático, porque durante los próximos 15 años, la juventud no solo experimentará directamente el resultado de los ODS, sino que será el motor clave para su implementación exitosa.

Otro aspecto que contribuye a que los jóvenes alcancen una situación de bienestar, así como una vida independiente, es la presencia de entornos seguros donde desenvolverse y este es justo el tema 2018 del Día Internacional de la Juventud: Espacios seguros para la juventud, el cual prioriza la provisión de actividades de esparcimiento como esenciales para el desarrollo psicológico, cognitivo y físico de los jóvenes.

En México se promueven ambientes seguros en donde los jóvenes pueden generar, consumir e intercambiar cultura mediante el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE). La UnADM, en conjunto con IMJUVE, trabaja para que los jóvenes de México tengan las herramientas que les permitan desarrollarse en lo personal y profesional para forjar un futuro más próspero para toda la sociedad.

Asimismo, la UnADM sabe que las relaciones interpersonales entre la comunidad universitaria adquieren un altísimo significado en los temas de fraternidad y apoyo porque crean escenarios donde interactúan diversos factores personales e institucionales que inciden directamente sobre la salud y el bienestar de la comunidad universitaria, de esta manera mediante el Reglamento Escolar, el Aviso de Privacidad y el Código de Conducta crean espacios seguros entre todos los miembros que forma parte de esta universidad.

Juventud es una palabra cargada de mil significados y que todos encontramos a cada momento en nuestra experiencia vital. Comunidad DCSBA está consciente de que el significado de la palabra juventud representa un concepto nuevo, característico de nuestra civilización: progreso. Por ese motivo la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales está comprometida en crear entornos saludables, en la comunidad educativa, para que se optimicen y multipliquen las oportunidades de formación, cultura, sustentabilidad y productividad de nuestros estudiantes.

Te invitamos a disfrutar de Comunidad DCSBA julio-agosto.



En clase

Lactancia materna: una prioridad de salud pública

Del 1 al 7 de agosto se celebra en más de 170 países la Semana Mundial de la Lactancia Materna, destinada a fomentar la lactancia natural y a mejorar la salud de los bebés de todo el mundo.

El Programa Educativo Promoción y Educación para la Salud apoya a la lactancia materna porque es la mejor forma de nutrición para los lactantes y niños pequeños, así como para que la misma sea una prioridad de salud pública.

Por: DCSBA

La Semana Mundial de la Lactancia Materna (SMLM) tiene este año como lema Lactancia materna: fundación de vida. Por tanto, se centrará en la lactancia materna como la base para una buena salud para toda la vida para bebés y mamás. La lactancia previene el hambre y la malnutrición en todas sus formas y asegura la seguridad alimentaria para bebés, incluso en momentos de crisis.

Con la semana mundial se conmemora la Declaración de Innocenti, formulada por altos cargos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para

la Infancia (UNICEF) en agosto de 1990 con el fin de proteger, promover y respaldar la lactancia materna.

Reconocer la importancia de promover la salud a través de la adecuada educación sobre la leche materna, es un importante reto, de tal manera que las estrategias de promoción de salud y prevención de enfermedades debe incluir la acción para el cuidado de la salud materna mediante mensajes claros y específicos respecto a las múltiples ventajas de la lactancia, tanto para el bebé como para la mamá.

Estrategia Nacional de la Lactancia 2014-2018

La Estrategia Nacional de Lactancia tiene cinco objetivos específicos, entre los que se encuentra el trabajo coordinado interinstitucional, para desarrollar las acciones, la medición y evaluación de indicadores y para el seguimiento de los resultados; el fortalecimiento de las capacidades institucionales, que contempla los beneficios de la lactancia materna, no solo para aquellos recién nacidos en hospitales amigos del niño y la niña, sino que también, fortalecer las capacidades que permitan otorgar estos beneficios y reducir los riesgos de enfermedad y muerte de aquellas/os que nacen más vulnerables, como son las niñas y niños prematuros y/o de bajo peso, para quienes se ha considerado el funcionamiento en red de bancos de leche humana, que permitan alimentarlos con leche humana pasteurizada y el fomento de la técnica canguro que favorezca una pronta recuperación además de mejorar su estado de nutrición; el apoyo a las mujeres que trabajan fuera de casa, para continuar la lactancia materna exclusiva los primeros seis meses y hasta los dos años, aun cuando regresan a trabajar, impulsando la creación de salas de lactancia o lactarios institucionales y empresariales; así como la protección y promoción de la lactancia en las unidades de primer nivel de atención, haciendo énfasis en aquellas unidades de salud con menor índice de desarrollo humano que contempla la Cruzada Nacional contra el Hambre.

La Estrategia Nacional es el instrumento de la política pública mexicana en materia de lactancia materna que permitirá alinearnos y avanzar para que sea una intervención efectiva que contribuya al cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible relacionados con la reducción de la mortalidad infantil, cero hambre y cero malnutrición infantil; además de coadyuvar

en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles como el sobrepeso, la obesidad, la diabetes y enfermedades cardiovasculares que representan un problema grave de salud pública en nuestro país y para las cuales la lactancia materna, hasta los dos años o más, representa una alternativa de prevención con evidencia científica al favorecer la programación epigenómica (etiquetas químicas) de los lactantes alimentados con leche humana.



Secretaría de Salud (2014) "Estrategia Nacional de Lactancia Materna 2014-2018" https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/75383/ENLM_2014-2018.pdf. Secretaría de Salud.

Legislación en pro de la lactancia materna

En relación a la legislación que protege la lactancia materna está dividida en diferentes leyes, reglamentos, normas y acuerdos poco difundidos haciendo incierta su aplicación, cumplimiento y sanción.

La Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria refiere lo siguiente en cuanto a la lactancia materna:

- Lactancia materna exclusiva: a la alimentación de los niños o niñas con leche materna, como único alimento durante los primeros seis meses de vida.
- Leche materna o leche humana: a la secreción producida por las glándulas mamarias después del calostro y cuya función es alimentar al lactante; contiene todos los nutrimentos que el niño o niña requiere para su crecimiento y desarrollo en los primeros meses de la vida, y le proporciona los anticuerpos o sustancias que lo protegen de las infecciones.
- Se debe promover la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y a partir del sexto mes de vida la alimentación complementaria.
- Se debe promover el inicio de la lactancia materna en la primera media hora de vida continuando a libre demanda hasta el sexto mes en forma exclusiva. A partir de esta edad, además de iniciar la alimentación complementaria continuar la lactancia materna hasta los dos años de edad.
- Se debe explicar que la lactancia materna exclusiva implica que no es necesario dar ningún otro líquido, incluso agua.
- Se debe promover las ventajas de la lactancia materna frente a los sucedáneos, así como hacer énfasis en los riesgos que implica una falta de higiene, la inadecuada dilución y la adición innecesaria de otros ingredientes en su preparación.

El 2 de abril de 2014 se publicó en el Diario Oficial de la Federación el Decreto Presidencial que reforma la Ley General de Salud; de la Ley Federal de los Trabajadores al Servicio del Estado; de la Ley del Seguro Social; entre otras disposiciones.





- Las autoridades sanitarias deben llevar a cabo “acciones de orientación y vigilancia institucional, capacitación y fomento para la lactancia materna y amamantamiento, incentivando a que la leche materna sea alimento exclusivo durante seis meses y complementario hasta avanzado el segundo año de vida.”
- Las mujeres trabajadoras al servicio del Estado (ISSSTE) “disfrutarán de un mes de descanso antes de la fecha que aproximadamente se fije para el parto, y de otros dos después del mismo. Durante la lactancia tendrán derecho a decidir entre contar con dos reposos extraordinarios por día, de media hora cada uno, o bien, un descanso extraordinario por día, de una hora para amamantar a sus hijos o para realizar la extracción manual de leche, en lugar adecuado e higiénico que designe la institución o dependencia y tendrán acceso a la capacitación y fomento para la lactancia materna y amamantamiento, incentivando a que la leche materna sea alimento exclusivo durante seis meses y complementario hasta avanzado el segundo año de edad.”
- Las mujeres trabajadoras bajo el régimen del Seguro Social (IMSS) recibirán “ayuda en especie por seis meses para lactancia y capacitación y fomento para la lactancia materna y amamantamiento, incentivando a que la leche materna sea alimento exclusivo durante seis meses y complementario hasta avanzado el segundo año de vida; y durante el período de lactancia tendrán derecho a decidir entre contar con dos reposos extraordinarios por día, de media hora cada uno, o bien, un descanso extraordinario por día, de una hora para amamantar a sus hijos o para efectuar la extracción manual de leche, en lugar adecuado e higiénico que designe la institución o dependencia.

El papel de los promo educadores de salud

La nutrición, la seguridad alimentaria y la reducción de la pobreza son fundamentales para conseguir los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas. Los objetivos de la SMLM 2018 se centran en la relación de la lactancia materna con la nutrición, la seguridad alimentaria y la reducción de la pobreza y para ello es importante:

- Informar a la población.
- Anclar la lactancia materna dentro de diferentes agendas políticas (salud, sostenibilidad, etc.)
- Promover el trabajo conjunto y en red de personas individuales y organizaciones.
- Desarrollar estrategias de difusión y apoyo a la lactancia materna.

Todos tenemos un papel importante para asegurar el crecimiento, el desarrollo y la supervivencia de los niños alrededor del mundo. La lactancia materna es considerada una política nacional de salud pública de alta prioridad porque es la primera vacuna de los bebés por los anticuerpos que transfiere la madre, regula el crecimiento y peso del bebé; además, facilita el contacto físico, reduce el riesgo de obesidad y sobrepeso, evita infecciones intestinales y respiratorias, evita muerte de lactantes y sobre todo tiene proteínas propias de especie para la y el recién nacido. Todo este proceso biológico genera un crecimiento saludable en las primeras etapas de la vida.

Las estrategias de promoción de lactancia materna (LM) exclusiva son un canal sostenible para la promoción de la lactancia materna, no obstante en México se documentaron barreras importantes para la promoción de la lactancia

materna debido a las creencias/costumbres y alta valoración de fórmulas infantiles por la población; falta de programas/campañas y homogeneización de la información en pautas de atención por parte de las políticas públicas) e inconsistencia de las recomendaciones más actuales sobre nutrición infantil en los SS del primer de nivel de atención en salud que atiende a la población que vive en condiciones de pobreza. Abordar estas barreras es fundamental para lograr una adecuada promoción de LM y mejorar estas prácticas en el país, esto de acuerdo con el libro *Lactancia materna en México: Recomendaciones para el diseño e implementación de una política nacional multi-sectorial de promoción, protección y apoyo de la lactancia materna en México*.



¡Atrévete a escribir!

Un artículo científico es un medio muy importante para los investigadores ya que gracias a estos pueden hacer la difusión del conocimiento generado y para mostrar cuáles son los productos de su labor.

Por: Sergio Oliva Maheda, responsable del Programa Educativo Seguridad Alimentaria.

La investigación científica y el desarrollo de proyectos de investigación son procesos cuyas finalidades son resolver un problema, satisfacer una necesidad, aprovechar un área de oportunidad y generar nuevos conocimientos, así como difundir los hallazgos y las soluciones a las cuestiones planteadas. Para propagar los resultados un instrumento muy recurrido es la publicación de artículos científicos.

Los artículos científicos son documentos sistematizados que tienen como meta principal difundir los resultados de un estudio científico, estos de manera forzosa, deben ser evaluados y validados por su publicador, ya sea en medios impresos o digitales, en eventos de difusión, entre otros, la construcción de estas publicaciones requiere considerar diversos aspectos, la presente participación va enfocada a manifestar de forma general los criterios básicos para su desarrollo. Para la construcción de una publicación científica deben considerarse dos factores principales: la estructura misma y los criterios que integrarán cada elemento del artículo.

La estructura se constituye de forma general siguiendo el principio IMRYD, que son las siglas de la introducción, la cual es un elemento que responde a la pregunta cuál es el problema; luego la metodología que se encamina a contestar cómo se estudió el fenómeno, los resultados que se relacionan a qué fue lo que se encontró, y finalmente la discusión referida a qué significan los hallazgos. Asimismo, se deben definir los criterios que deben integrar cada elemento del artículo de tal forma que el producto final sea de interés y tenga la calidad requerida para que este pueda ser publicado.

Convirtiendo mi proyecto en artículo científico

El proyecto terminal, las prácticas profesionales y las estancias profesionales, son medios en donde los estudiantes pueden aplicar los conocimientos y competencias adquiridos en la UnADM; aquí se construyen estudios extensos, cuyos resultados deben ser socializados.

La construcción de un artículo científico es un proceso ideal para la difusión de la información obtenida de un proyecto de investigación.

La presentación de los resultados de un proyecto de investigación en cualquiera de las modalidades indicadas, es decir el desarrollo de un artículo científico, requiere del asesoramiento de un tutor o un director que guíe el proceso, de una forma segura y objetiva, siguiendo los parámetros requeridos e incluyendo los elementos del IMRYD, cumpliendo con las líneas editoriales fijadas por la institución u organización que solicita la publicación. Al seguir las líneas editoriales de la organización donde pretendes publicar tu proyecto, debes tener en cuenta que la escritura debe ser concisa, clara y coherente.

El proyecto terminal, al formar parte de la educación de cualquier profesional, auxilia en la adquisición de conocimiento.

Elementos del artículo científico

A continuación, se describen de forma general los elementos que constituyen una publicación científica y sus características básicas:

1. **Título.** Es importante su construcción, debido a que este determina el tema de investigación y hace énfasis en los contenidos del trabajo, su extensión no debe ser mayor a 12 palabras.
2. **Resumen.** Este elemento sintetiza el trabajo y consta de un máximo de 250 palabras, este con un estilo y en tercera persona, aquí se incluye el objetivo y enfoque del proyecto, descripción general de la metodología, resultados, conclusiones principales, se redacta en pasado y no se incluyen las referencias.
3. **Introducción.** Se estructura básicamente estableciendo los antecedentes del proyecto; determinando posteriormente el problema o área de oportunidad no satisfecho; finalmente, integra las hipótesis, objetivos y la justificación del trabajo.
4. **Metodología.** Este factor se construye mediante la descripción del diseño experimental; la población o muestra o factores a estudiar y sus características principales; el montaje detallado de las técnicas empleadas y finalmente se establecen los métodos estadísticos que se aplicaron a los estudios.
5. **Resultados.** Los datos producto de la investigación deben presentarse empleando instrumentos tales como tablas, gráficas, diagramas, entre otros; las determinaciones estadísticas mismas que deben ser significativas; emplear el Sistema Internacional de unidades y finalmente, evitar la información repetida.
6. **Discusión.** Aquí se interpretan los resultados y se comparan las conclusiones propias del autor con las obtenidas por otros investigadores; se integran las nuevas aportaciones; la redacción de esta sección debe ser en presente debido a que son generados nuevos conocimientos; es im-

portante identificar los errores y dificultades que se produjeron en el entorno de la investigación ya que estos contribuyen a facilitar el desarrollo de nuevos proyectos; también, es válido teorizar respecto a los puntos más importantes de las conclusiones y resultados que representan desvíos en el proceso del estudio con la intención de realizar estudios paralelos.

7. **Referencias.** Las citas y la bibliografía son elementos que dan validez a los argumentos presentados en la publicación científica, dependiendo del área de conocimiento en dónde se lleva a cabo la investigación se emplea el estilo apropiado, actualmente existen diversos como APA (para educación y psicología), Chicago (para arte), IEEE (para tecnología y electricidad), Harvard (biológicas y ambientales), entre otros.

Escribir un artículo científico no es una labor imposible, pero si es necesario tomar en cuenta los detalles y criterios para obtener un producto de calidad, impecable y confiable. Como mencionó el artículo científico es esencial para la difusión de nuevos conocimientos y puede lograr un gran impacto en el entorno donde se desarrolla el investigador, su construcción es un proceso que debe ser cuidado, actualmente existen un sinnúmero de guías e instructivos que facilitan la construcción de estos medios para difundir nuevos conocimientos. Consúltalos y ¡atrévete a escribir!





Ofimática: aplicaciones para optimizar tus tareas

La ofimática es una solución profesional que integra el sistema de paquetería de siempre con las herramientas necesarias para trabajar en equipo, colaborar en tiempo real y acceder a los documentos siempre que lo necesite.

Por: Beatriz Hernández Altamirano, responsable del Programa Educativo Técnico Universitario en Urgencias Médicas.

La Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM) brinda a sus estudiante desde 2017, el beneficio gratuito de ofimática directamente en su cuenta de correo institucional, todo ello como apoyo a tu trabajo académico.

Esta paquetería puede ser instalada en cinco dispositivos para uso personal; asimismo, la universidad, comprometida con el desarrollo académico, provee a los estudiantes y docentes almacenamiento 1TB en la nube, así como el uso de varias aplicaciones.

Estas herramientas están siempre accesibles tanto desde la nube como desde tu computadora y/o dispositivo móvil. Además se mantiene actualizado para que siempre tenga las últimas características de las aplicaciones mencionadas. Las aplicaciones (siempre la versión más reciente) te permiten crear, editar y compartir con cualquier persona, y en tiempo real, desde tu equipo PC o Mac, o desde cualquier dispositivo iOS o Android.

Beneficios de la ofimática

- Almacenamiento necesario en la nube, sin necesidad de borrar ningún mensaje.
- Accede a tus mensajes, contactos y calendario donde sea y en cualquier dispositivo.
- Ya sea que estés dentro o fuera de la oficina o lugar de trabajo siempre podrás seguir trabajando en tus documentos y/o tareas desde tu PC, Mac, Smartphone o Tablet.
- Es una herramienta de colaboración como chat y videoconferencias.

Con la implementación de esta paquetería la UnADM homogeneizó los recursos tecnológicos en beneficio de sus estudiantes. Este software es utilizado por estudiantes, docentes y personal administrativo de esta casa de estudios, lo que permite el trabajo colaborativo entre todos sus actores, ya sea en investigación, realizar tareas o llevar a cabo trabajo en equipo. Esta solución ha contribuido a fortalecer la relación docente-estudiante facilitando las interacciones entre ellos.





Cultura

Vamos al teatro

Ir al teatro es buena opción para pasar tiempo con la familia o con los amigos; además fomenta el pensamiento crítico porque defiende o critica lo que acontece en nuestra sociedad. Comunidad DCSBA sabe lo importante que es la cultura para la tu formación integral, por lo que te invita a que participes de manera activa en actividades artísticas y culturales.

Por: Sergio Oliva Maheda, responsable del Programa Educativo Seguridad Alimentaria y DCSBA.

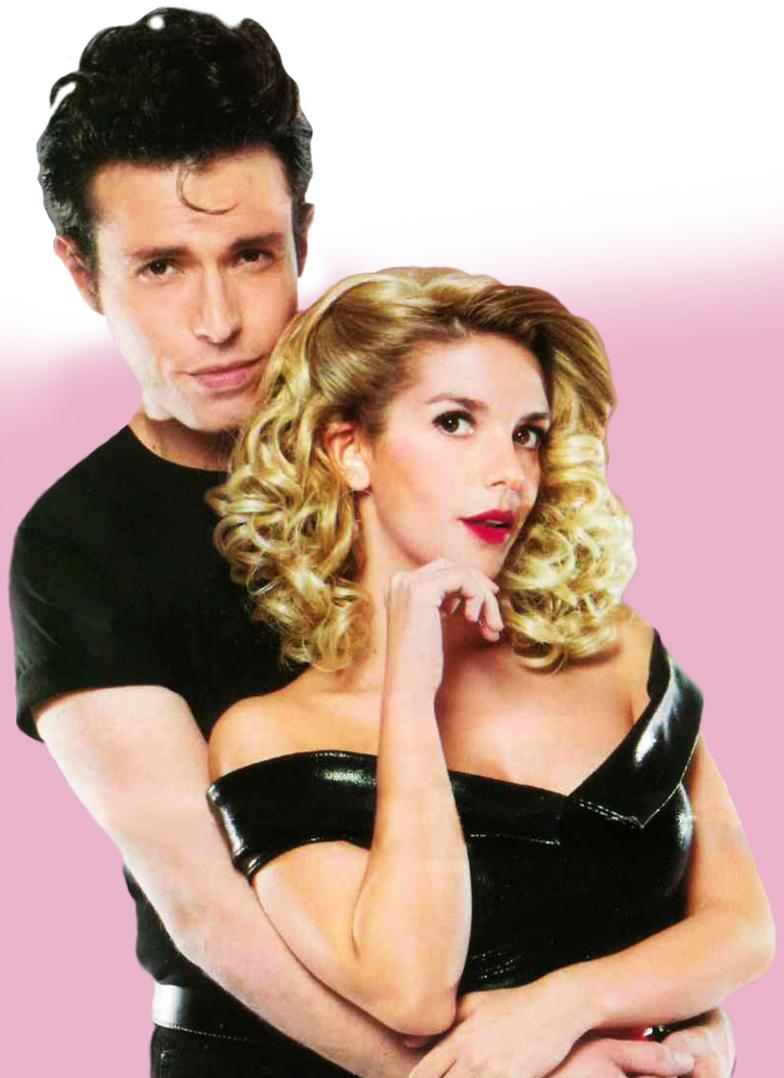
El teatro es una expresión artística que nutre la cultura y el buen ánimo, y permite la reflexión sobre algunos aspectos personales y de la sociedad en la que vivimos. El teatro representa la realidad humana mediante diversas realidades cuestionando lo establecido; además, de acuerdo con estudios de la Universidad de Wisconsin Madison, ayuda a liberar emociones mediante la risa y el llanto. También, asistir a puestas teatrales ayudará a tu memoria y te auxiliará al momento de comprender razonamientos abstractos. Así que, ¿cuándo vamos al teatro?

En esta ocasión la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales y el Programa Educativo Seguridad Alimentaria comparten contigo la sinopsis de dos obras de teatro: *El zoológico de cristal* y *Vaselina 2018*.

El zoológico de cristal

Dentro de la dramaturgia de mediados del siglo XX, un autor destaca por sus obras de entorno psicológicamente complicado, violento y con una fuerte carga sexual, se trata de Tennessee Williams, autor y ganador del Premio Pulitzer por *Un tranvía llamado deseo*. *Zoológico de cristal* es una obra que tiene mucho que decirles a los jóvenes porque refleja muchos aspectos de cómo viven los jóvenes en la actualidad.

La historia versa sobre Amanda Wingfield, la posesiva matriarca de una familia fracturada por el abandono del padre, que domina a sus hijos a través de exageradas historias sobre su pasado esplendoroso. El único proveedor de la casa, su hijo Tom, solo quiere escapar para vivir aventuras, mientras su extremadamente frágil y tímida hija Laura se retira a su mundo



de ensueño, dificultando los esfuerzos de su madre por encontrarle un pretendiente que rescate a la familia de su situación. Cuando aparece Jim, un posible candidato y quizás la última oportunidad para Laura de encontrar pareja, Amanda utilizará todos los medios que tiene a su disposición para asegurar el futuro de su acomplexada hija.

En esta puesta en escena los eventos tuvieron lugar durante la Segunda Guerra Mundial, al interior de una familia disfuncional, en donde cada uno de sus miembros pugna por escapar de su realidad de forma irrefrenable ante un sofocamiento mutuo y a un encadenamiento que no pueden evitar. Los hechos son un reflejo del sentimiento de culpa que una vez el autor de la obra sintió al ser hermano de una mujer lobotomizada.

El zoológico de cristal fue interpretado de manera magistral por actores de la talla de Blanca Guerra, Pedro de Tavira Egurrola, Adriana Llabrés entre otros.

Zoológico de Cristal se presentó en el Centro Cultural Helénico, cerró temporada el 24 de junio; sin embargo, puedes leer el libro bajo la firma editorial Alba.

Vaselina 2018

Musicales van y vienen en las urbes del mundo y ya hay un considerable número de ellos que han tenido el privilegio ser llevados a la gran pantalla, y si pensamos en uno que sea un referente de ello, ese es *Vaselina*. *Vaselina* es una obra musical original de Jim Jacobs y Warren Casey; su adaptación y traducción en México corre a cargo de Julissa. La obra cuenta con la participación de estrellas juveniles como Sol Madrigal, Carlos Fonseca, María Elisa Gallegos y Moisés Araiza, además de la participación de músicos y bailarines en vivo; en esta puesta en escena se transporta al



público al ambiente y vivencias de un grupo de adolescentes que juegan a la rebeldía a finales de la década de los años 50, aquí se narra la historia de amor y enredos de juventud de dos jóvenes preparatorianos y su grupo de amigos entre canciones y bailes a ritmo del rock and roll, por supuesto, no llegan a faltar las comparaciones de los espectadores con las versiones de los años 80 y la película del mismo nombre de mediados de los 70.

Sin importar la versión, este es una obra de teatro comercial y algo cursi, pero entrañable, que cuenta con buenos ratos de humor, ritmo y llena de nostalgia para los asistentes que gustan de este tipo de puestas en escena o las nuevas generaciones que tienen curiosidad por asistir y conocer los gustos de las generaciones de sus padres y abuelos.

Esta puesta en escena se presenta en el Teatro San Rafael de la Ciudad de México.

Marshall Rock, la voz de la juventud

El 13 de julio se conmemora el Día Mundial del Rock, género musical que ha sido emblema de los jóvenes por décadas. El rock ha sido un pizarrón para dibujarlo en un principio como contracultura, después como subcultura y posteriormente como material de consumo de los mass media.

Comunidad DCSBA te invita a conocer más de este género musical que no pasa de moda.

Por: Mariano Torres Pacheco, director de la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales.

Eran los años 50 cuando una extraña música invadía la escena musical. Esa advenediza era una sinfonía derivada del blues, y en el caso específico del rock and roll, del country. El rock and roll fue un ritmo que los jóvenes recibieron con gran agrado porque significaba nuevos vínculos, nuevas sensaciones y nuevos compases.

Miles de cosas se han dicho a través del rock and roll y con los años la evolución al rock permitió un género que ha trascendido muchas generaciones, que no deja de ser contestatario, que no deja de ser de lucha social, que no deja de ser el rock en todas sus formas, en todos sus géneros, con todos sus defectos y con todas sus virtudes. Mucho se ha dicho sobre este género musical, pero pocos saben que la semilla se puso para que jamás se fuera.

VOX

Epiphone

VALVE SPECIAL

Fuera del orden establecido

Esa cadencia pegajosa, que puso a bailar a más de una generación, se convirtió en icono de la juventud desde los años 50 porque mediante esa música escandalosa y estruendosa se decían cosas que no se permitían expresar de manera abierta en las generaciones anteriores; cosas que a los jóvenes les dolían y que estaban siempre presentes: “que si el sistema, que si la crisis, que si la falta de identidad, que si el dolor mismo de crecer, que si la guerra”, ¡qué sé yo!

En todo el mundo se escucha rock, en todo el mundo se produce rock -en algunos países fusionado con los ritmos propios-, en algunos perdura la dureza de la crítica sin el baile. La juventud se apropió lentamente del género para expresarse. Fue el rock quien acompañó a los grandes movimientos sociales, junto con otros géneros, por supuesto, pero la que ha perdurado y pasado la prueba del tiempo es esa música de cuatro tiempos acompasada, a veces rítmica, a veces dura, pero siempre rock.

Para la década de los 60 ya se escuchaban nombres que hasta hoy perduran, Dylan, Berry, Cash, Orbison, The Monkees, The Beatles, The Doors, The Rolling Stone, The Who, Zappa y Led Zeppelin son algunos de los cantantes y grupos que dieron ese giro, que comenzaron la historia del rock.

Rock en México

México no ha sido la excepción, desde que llegó con los repetidores del rock and roll en inglés con traducciones simplonas en español en la década de los 50 (1955 aproximadamente), exponentes que tuvieron una misión curiosa para, de alguna manera, contener a la juventud, sin pensarlo abrieron la puerta a este género musical. Ellos permitieron que sucediera, dejaron ser al rock, venido desde el norte, allende las fronteras y desde entonces, el rock no ha parado.

Esa generación de artistas plásticos de letras simples, alegres y contagiosas se convirtió en la llave para que la juventud de México expresara muchas cosas; este género ha sido el elegido de los jóvenes para vivenciar y compartir aspectos de nuestra sociedad. El rock es

la herencia musical de una década de jóvenes que decidió alzar la voz y que encontró este medio para comunicarse con las demás generaciones.

En la década de los 60 se produjo rock and roll imitando a los cantantes de moda y eso es lo que se televisaba o radiodifundía; no obstante, se comenzaba a gestar un tipo de rock bajo la capa social del underground mexicano. Avandaro de 1971 es el suceso más recordado y el más sonado porque ya existían bandas denominadas chicanas; su música era una fusión entre el rock and roll y ritmos progresivos, sus letras eran en inglés para no despertar a las masas y a la juventud, decían los productores. En esa década, ocultos bajo la tierra, en los hoyos funkies, tocaban las bandas de “rock mexicano”, música ácida y molestona.

Las letras de las canciones eran como corridos urbanos, escritas por los jóvenes de la época, que expresaban los malestares, la crítica y la sátira sobre el mundo que vivían. Estos mozalbetes tocaban y los demás escuchaban atentos ese llamado social —me incluyo— decorado con música, a veces balada, rupestre, punk, metal, hard, a veces rock and roll, pero siempre, siempre con la esencia de rock.

Para la década de los 80, las cosas cambiaron, la música electrónica y el pop inundaban todo; el rock no fue la excepción, se comenzó a escuchar en la radio y a ver en la televisión formas, colores y sabores diferentes, de nuevo ritmos pegajosos y simples, estas fusiones dieron lugar a nuevos actores y nuevos cantantes.

Voz de la juventud

Esta es la época en donde los jóvenes en turno nos permitimos abrir los horizontes, las grandes oleadas de música venida del sur del continente y de Europa, mismas que hicieron que los jóvenes mexicanos tuvieran más para combinar, desde el rock urbano hasta el de alta escuela por llamarle así, y de “ahí pa’l real” no paró la producción, tampoco la crítica, los gritos de justicia, la sátira y las buenas rolas; todo ello porque así lo han tomado los jóvenes, esa herencia cultural y contracultural que trasciende en el tiempo, y que hoy gracias a la Internet, las redes, los espacios... las ganas, sigue siendo útil, sigue siendo joven y sigue siendo rock.



Psst... Psst

Promotor educador de salud: un profesionalista para consolidar la salud

La promoción y educación para la salud fomenta condiciones favorables para que la población de una comunidad adquiera el conocimiento y las destrezas que le permitan cuidar y mejorar su salud y la de sus familias. La UnADM está consciente de que la Promoción y la Educación para la Salud es un componente fundamental en el Sistema de Salud.

Por: Lilyana Dennise Reyes Hernández, estudiante de la Licenciatura Promoción y Educación para la Salud y DCSBA.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la promoción de la salud permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud. Abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud, y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación.

Por su parte, la definición de la Asociación Americana de Salud Pública (APHA, por sus siglas en inglés), es la más completa y estipula que el rol principal de los promotores es “servir como enlace entre la comunidad y los servicios sociales y de salud ofrecidos por el gobierno local y estatal”.

Promoción y Educación para la Salud en la UnADM

El Programa Educativo en Promoción y Educación para la Salud de la Universidad Abierta y a Distancia de México forma licenciados en promoción y educación para la salud que colaboren con el desarrollo y la aplicación efectiva de programas de intervención en prevención de enfermedad, haciendo énfasis en la promoción de hábitos socioculturales y ambientales saludables. Asimismo, integra y fortalece los cuadros de personal de salud, capacitado específicamente para la prevención de riesgos a la salud, además de la promoción de procesos de participación social que guíen el empoderamiento en salud, que favorezcan así, la calidad de vida y el bienestar en la población.

De esta manera la Universidad Abierta y a Distancia de México, específicamente la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales, fortalece su compromiso con la sociedad mexicana de brindar profesionistas especializados, que sean competentes para identificar las condiciones que afectan el bienestar del ser humano, que realicen acciones de fomento de hábitos de vida saludables, promuevan el autocuidado a la salud mediante la participación social efectiva y faciliten así la autogestión de cuidado a la salud; con ello se llegará a incidir la brecha de accesibilidad a la salud, promoviendo escenarios de discernimiento y conciencia para la creación de entornos saludables.

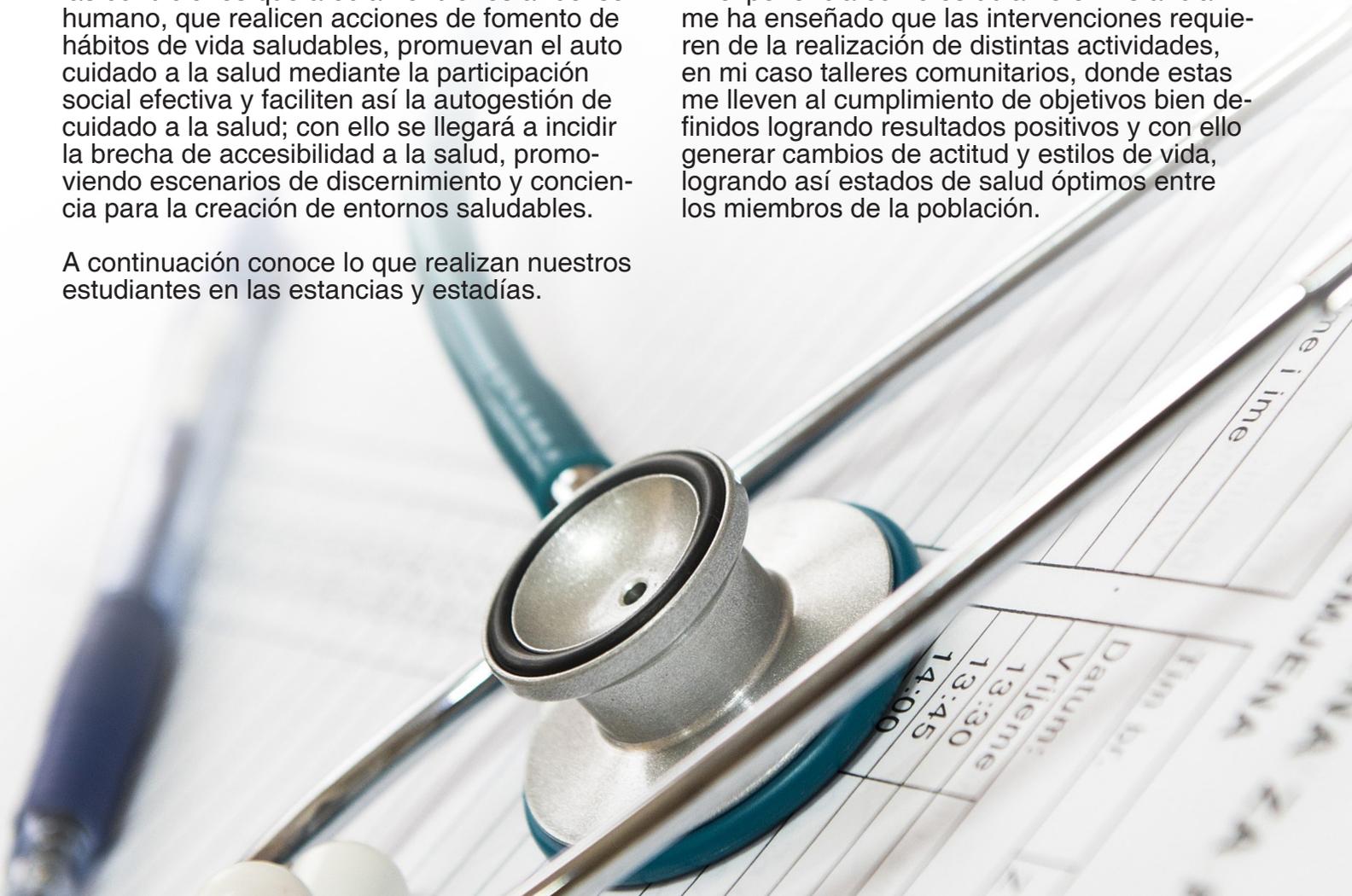
A continuación conoce lo que realizan nuestros estudiantes en las estancias y estadías.

Desde la perspectiva de los estudiantes

La relación existente entre el conocimiento en el aula virtual y la práctica profesional es todo un reto, ya que no solo nos lleva a identificar, analizar y comprender la problemática que existe en los procesos salud-enfermedad sino que, además de buscar el bienestar de la población, tenemos el reto de empoderar a la población a partir del fortalecimiento de los conocimientos que proporcionemos, sus competencias psicosociales, sus cualidades y los valores propios de cada individuo que forma parte de ella.

Los estudiantes de la Licenciatura en Promoción y Educación para la Salud debemos tomar en consideración que las intervenciones en salud dirigidas a la población son acciones implementadas que, además de ayudar al fortalecimiento de su salud, están encaminadas a fortalecer su resiliencia a nivel individual y comunitario.

Mi experiencia como estudiante en Estancia I me ha enseñado que las intervenciones requieren de la realización de distintas actividades, en mi caso talleres comunitarios, donde estas me lleven al cumplimiento de objetivos bien definidos logrando resultados positivos y con ello generar cambios de actitud y estilos de vida, logrando así estados de salud óptimos entre los miembros de la población.



Desde el primer momento en mi estancia, me he dado cuenta que nuestra presencia como educadores y promotores de la salud tiene como tarea, adicional a la educación en salud, el incentivar en todo momento la participación y el empoderamiento de las personas que queremos beneficiar con nuestra presencia en el campo de trabajo. Conducir el proceso de enseñanza-aprendizaje siempre se debe hacer con la ayuda de herramientas metodológicas que faciliten la realización del objetivo y que a la vez sean conceptuales para así, de manera paulatina, llevar a los miembros de la población al descubrimiento y apropiación del resultado que se espera de mis talleres.

Mi trabajo como futuro educador en salud durante la estancia me ha llevado a fortalecer mi empatía y a respaldar al equipo de trabajo que está a mí alrededor, lo que sin duda constituye un medio de vinculación con la población a la que se quiere llegar.

Los procesos de diagnóstico durante la estancia han traído en mí no solo el diseño de propuestas en salud sino que además he podido involucrarme en las propuestas de intervención adicionales a las mías presentadas. Esto me ha provocado, en muchos momentos, procesos de reflexión sobre el entorno y la situación de mi comunidad, acrecentando de esta forma el compromiso con mi universidad y de tal forma que pueda definir las actividades en promoción, prevención, atención al daño o rehabilitación que requiere la población. Sin duda, la Estancia I nos enseña el quehacer profesional pero, sobre todo, nos enseña que como estu-

diantes en Educación y Promoción para la Salud tenemos mucho que aportar a la sociedad pero también mucho que transformar

Sé parte del cambio

El panorama actual de la salud pública de México presenta el desafío de manejar de manera eficaz las enfermedades crónico-degenerativas y el reto de prevenir las enfermedades transmisibles, así como fomentar hábitos saludables entre la población mediante la prevención y la reeducación en los estilos de vida, labor que los promotores de salud realizan y que tienen impacto directo sobre poblaciones vulnerables.



LICENCIATURA Y TSU EN PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD



ACTIVIDADES:

Brinda apoyo e información adecuada para facilitar el cambio de hábitos nocivos en el estilo de vida.



DÓNDE PUEDE TRABAJAR:

Se desempeña en organizaciones públicas y privadas como escuelas, centros laborales (empresas o industria), centros de salud, entre otros.



EJEMPLOS:

Escuelas, centros de trabajo (empresas o industria), Secretaría de Salud a través de la Dirección General de Promoción de la Salud, hospitales y clínicas diversos, en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), en el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), en la Organización Mundial de la Salud (OMS) y en la Organización Panamericana de la Salud (OPS).



BENEFICIO A LA SOCIEDAD:

Los promotores de salud desempeñan un papel clave en la tarea de mejorar la salud de las comunidades porque ayudan a las personas a aprender sobre temas relacionados con la salud y los motivan a llevar una vida saludable.



Si no puedes reutilizarlo: recházalo



De acuerdo con datos de ONU Medio Ambiente, cada año se generan 400 millones de toneladas de plástico en el mundo y solo el 9 % de este plástico se recicla. La UnADM buscó concientizar a la comunidad universitaria sobre este grave problema que nos aqueja mediante el concurso de fotografía digital “UnADM por el Ambiente” y la conferencia de la Dr. Blanca Estela Chávez sobre las consecuencias, conciencia y estrategias para minimizar los efectos nocivos al ambiente de los plásticos.

Por: Marcela Villar Rodríguez, responsable del Programa Educativo Tecnología Ambiental.

El Día Mundial del Medio Ambiente se celebra cada 5 de junio, desde 1973, con el objetivo de concientizar a la sociedad mundial sobre el cuidado del ambiente para garantizar un desarrollo sostenible.

La lucha por un planeta sin contaminación por plásticos fue el tema del Día Mundial del Medio Ambiente de este año con el objetivo de concientizar sobre el daño generado a la tierra y a los mares por el manejo inadecuado de los residuos plásticos desde que inició su uso comercial en la década de los 50.

El Día Mundial del Medio Ambiente es un evento liderado por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) a través de ONU Medio Ambiente para “hacernos conscientes de que nosotros mismos podemos cambiar hábitos en nuestro día a día para reducir la pesada carga de la contaminación de los plásticos en nuestra naturaleza, en nuestra vida silvestre y sobre

nuestra propia salud. Si bien es cierto que el plástico tiene diversos usos muy valiosos, dependemos demasiado del plástico de un solo uso o desechable y eso tiene graves consecuencias medioambientales”.

En este sentido, la Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM) llevó a cabo la Conferencia Consecuencias, Conciencia y Estrategias para Minimizar los Efectos Nocivos al Ambiente de los Plásticos y el Segundo Concurso de Fotografía Digital “UnADM por el Ambiente” en los que se analizaron las medidas que se están tomando a nivel mundial para frenar la contaminación por plásticos.

Este año, la UnADM fue compañera de causa de ONU Medio Ambiente para poner fin a la contaminación por plástico; comenzar no es tan complicado si todos empezamos por rechazar el uso de objetos desechables hechos de este material.

Relación tóxica con los plásticos

Según datos de ONU Medio Ambiente, cada año se generan 400 millones de toneladas de plástico en el mundo y solo el 9 % de este plástico se recicla, lo que demuestra la relación tóxica y estrecha que hemos generado con este material, relación que le hace daño al planeta desde mitades del siglo XX.

Visualiza el siguiente video:

“Clean Seas PSA 2min Spanish”
(<https://youtu.be/zCNPbHuOO0o>)

Un planeta lleno de plástico

Durante la conferencia pronunciada por la Dra. Blanca Estela Chávez Sandoval docente investigadora de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) y del Instituto Politécnico Nacional (IPN) -enfocada a la difusión y mayor conocimiento sobre las implicaciones por la contaminación por plásticos- se conocieron algunas características de este, las cuales ayudaron a una mejor comprensión de los porqués este elemento ha sustituido a muchos otros materiales, entre las que destacaron las siguientes:

- 1860 se desarrolla un antecedente cercano al plástico por John Wesley Hyatt a base de celulosa con alcanfor y etanol en sustitución de otros materiales como el marfil.
- 1909 Leo Hendri desarrolla la baquelita como resina sintética iniciando con ello la era del plástico como un material elaborado a gran escala derivado del petróleo.
- Los diferentes tipos de plástico y sus clasificaciones permiten conocer de qué material está elaborado:
 1. PET.
 2. Polietileno de alta densidad HDPE ejemplo: Tetrabrik.
 3. PVC botellas de jugo.
 4. Polietileno de baja densidad como bolsas de alimentos congelados.
 5. Polipropileno.
 6. Polietileno.

7. Otro tipo de plásticos entre ellos el Bisfenol A BPA.

- Se expusieron algunos riesgos para la salud, como el caso del BPA y la liberación de moléculas plásticas con el calor al interactuar con alimentos, lo que produce bioacumulación y algunos riesgos como alteración en el funcionamiento hormonal y alteración del DNA en espermatozoides y en ciclos hormonales de las mujeres.
- Otros daños a los ecosistemas por plásticos se ha observado en las grandes especies marinas que el 60 % llega a consumir plásticos mostrando residuos en su tracto digestivo.
- La propuesta por la conferencista mediante la aprobación de leyes es informar sobre los riesgos a la salud y al ambiente del consumo de los plásticos.

El plástico es un material cuya materia prima es el petróleo, que es un recurso no renovable y difícil de procesar. Hasta el 2017, la organización estimaba que alrededor del 9 % del plástico desechado se ha reciclado. Sin embargo, el 79 % ha quedado en vertederos o abandonado en el medio ambiente. Pero ¿podemos vivir sin plástico? La respuesta corta es no. Desde que su uso empezó a generalizarse, en los años cincuenta, este material está por todas partes: desde componentes para los automóviles hasta juguetes, muebles de oficina, máquinas de diagnóstico médico, botes de detergente y bolsas de patatas fritas. Pero sí se puede evitar su utilización innecesaria y reducir al máximo el de usar y tirar.

Visualiza la conferencia completa en Canal UnADM en YouTube:

“Plásticos: consecuencias, conciencia y estrategias para minimizar los efectos nocivos al ambiente”
(<https://youtu.be/s6YoFy7wZsw>)

UnADM por el Ambiente

Como parte de su visión, la Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM) promueve la conservación del ambiente mediante la concientización de la sociedad ante este problema, por lo cual convocó a los estudiantes, docentes y egresados de los diferentes programas educativos, así como a la comunidad de nuestra casa de estudios a participar en el Segundo Concurso de Fotografía Digital “UnADM por el Ambiente”.

¡Conoce a los ganadores 2018!



Primer lugar
Adrián Téllez García
Libélula ante la contaminación
por plásticos
PE Administración de
Empresas Turísticas



Tercer lugar
Luz Berenice Silva Canto
La playa pet



Segundo lugar
Dalia Mariana Flores
Monroy
Falsa Luna
PE Tecnología Ambiental

Menciones honoríficas

Menciones especiales



Francisco Julián
Santamaría Alvarado
Flamingo en la oscuridad
Comunidad UnADM



Cristina Alin Licona
González
Triste realidad
ENP. 9, Pedro de Alba,
UNAM



Sydney Shaw Arrivillaga
La jeringa
Guatemala, Guatemala



Raúl Vázquez Conde
Biodiversidad y ecosistemas
PE Promoción y Educación
para la Salud



Francisco Javier
Valencia Santana
Plásticos en mi hogar
La Paz, Baja California
Sur
PE Tecnología
Ambiental



Carlos Enrique Garibay
Martínez
Inerte bajo tus pies
PE Biotecnología

Institucional

UnADM en movimiento

La Universidad Abierta y a Distancia participa de manera activa y constante en eventos que enmarcan la importancia y la necesidad de proyectar el futuro de la educación abierta y a distancia a nivel mundial. La educación a distancia es, sin duda, una opción para hacer frente a los desafíos y retos a nivel universitario a nivel global.

Por: UnADM comunicación social y DCSBA.



VI Encuentro Nacional Virtual Educa Ecuador

Este evento reunió a expertos mundiales en la evaluación y la calidad de la educación superior a distancia y se llevó a cabo del 29 de mayo al 1 de junio en Loja, Ecuador.

El encuentro abordó los paradigmas que afronta la evaluación, certificación y acreditación de la educación superior a distancia y en línea en América Latina y el Caribe.

El congreso contempló conferencias en torno a temas como movilidad académica en el espacio común, métodos innovadores para el aseguramiento de la calidad y la acreditación de la educación superior a distancia en línea, proce-

so de evaluación y acreditación en el Ecuador, entre otros temas y casos de éxito de Ecuador, Colombia y México.

José Gerardo Tinoco Ruíz, rector de la Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM), manifestó que “la educación superior ha tenido un impulso global, tanto en las modalidades escolarizadas como en las no escolarizadas a distancia; modalidad que, complementada con la revolución de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), ha fomentado el aprendizaje virtual y el desarrollo de diversos métodos para la transmisión y generación de conocimiento”.

IPN, UnADM y BUAP firman convenio para impartir la Licenciatura Contaduría y Finanzas Públicas

Este convenio se firmó en las instalaciones del Instituto Politécnico Nacional (IPN) el pasado 4 de junio. El convenio signado entre la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP), el IPN y la Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM) establece la colaboración en el diseño curricular, el desarrollo de contenidos y la operación en red de la Licenciatura en Contaduría y Finanzas Públicas, basada en el modelo de competencias con estructura modular, en las modalidades escolarizada y mixta.

El rector de la UnADM, José Gerardo Tinoco Ruiz, indicó que la cantidad de alumnos que se han involucrado en sistemas no tradicionales de educación ha crecido de manera considerable, esto gracias al esfuerzo que hacen las instituciones de nivel superior para ampliar la cobertura.

Seminario de Calidad

La Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM), los Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior (CIEES), el Consejo para la Acreditación de la Educación Superior (COPAES) y la Dirección General de Acreditación, Incorporación y Revalidación (DGAIR) sumaron esfuerzos para llevar a cabo la Segunda Emisión del Seminario de Calidad en la Educación Superior Abierta y a Distancia en México, con el objeto de desarrollar y analizar los criterios nacionales para la revalidación, evaluación y acreditación de la calidad de los programas educativos en la modalidad mixta, en línea y a distancia.

El seminario se llevó a cabo el día 18 de junio en las instalaciones de la universidad Anáhuac, Campus Norte, y contó con la participación de representantes de instituciones de educación superior tanto públicas como privadas, así como de diversos especialistas quienes abastecieron de una visión actual del tema.





Boletín electrónico generado por la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales de la Universidad Abierta y a Distancia de México para ofrecer a sus estudiantes información sobre su programa educativo y fortalecer la identidad Universitaria.

Editor responsable: DCSBA
Servicios fotográficos: Pexels, Pixabay, Freepik, UnADM Comunicación Social.

