



2 que 3

Conducta suicida

El suicidio es un serio problema de salud pública, multicausal y complejo, pero potencialmente evitable. Afecta no sólo al individuo, sino también a la familia y la sociedad.

Es la segunda causa de muerte en la juventud en el ámbito mundial. Cada día tres mil jóvenes ponen fin a su vida. Por cada uno que lo consigue, al menos 20 lo intentaron.

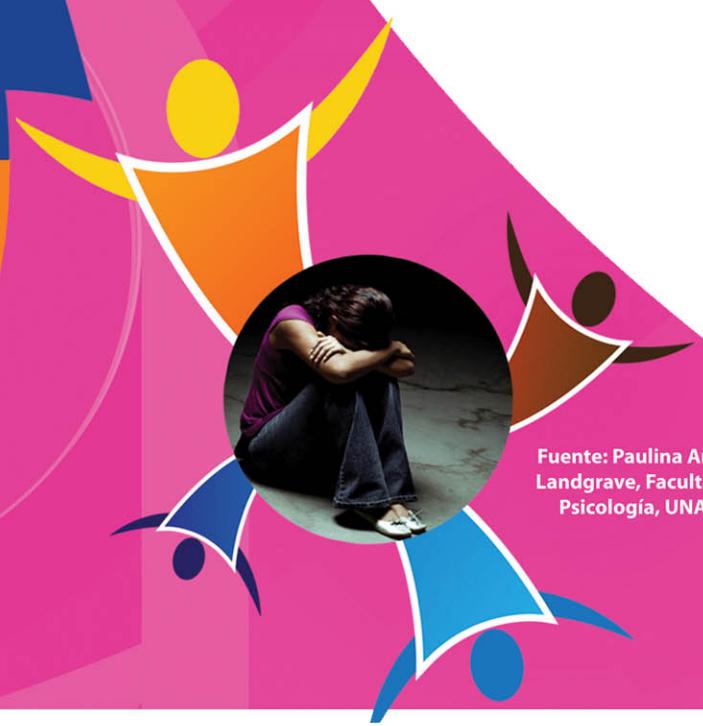
Tristeza profunda, aislamiento, desapego hacia personas o actividades importantes, sentimientos de muerte, alteraciones bruscas del ánimo, del apetito y del sueño son señales de riesgo.

En las últimas décadas en México hay un incremento constante entre los jóvenes de 15 a 29 años. Tiene mayor prevalencia (en hombres aunque las mujeres lo intentan más) en el Estado de México, Jalisco, DF y Guanajuato.

Para su prevención es esencial acudir a un experto en salud mental. En México hay servicios de emergencia vía telefónica y centros de atención psicológica.

**Problema de salud pública,
potencialmente evitable**

en jóvenes,
va en aumento



Fuente: Paulina Arenas Landgrave, Facultad de Psicología, UNAM.



Premian el Penacho de Moctezuma

El Penacho de Moctezuma, plumaria del México antiguo, es un documental donde se narra el significado y la manera en que se restauró esta histórica y famosa obra maestra.

Jaime Kuri Aiza, su realizador, con apoyo del Instituto de Antropología e Historia, se basó en la investigación de María Olvido Moreno Guzmán, del Instituto de Investigaciones Estéticas.

La cinta contiene opiniones de científicos y humanistas de diversas instituciones, que realizaron un trabajo interdisciplinario para lograr un verdadero acercamiento al valor de la pieza prehispánica.

El documental, galardonado con el Premio Nacional de Periodismo en Divulgación Científica y Cultural, es una coproducción de TVUNAM y el Sistema Público de Radiodifusión del Estado Mexicano, con la colaboración de la Österreichischer Rundfunk (ORF) de Austria.



**Documental
sobre la
famosa pieza
prehispánica**

Paternidad temprana, más desfavorable para la **mujer**

La juventud (divino tesoro) termina a los 24 años, según estableció la ONU en el año 2000. Antes de los 18, para las mujeres y de los 20, para los hombres, la paternidad tiene consecuencias negativas: trayectoria de vida menos exitosa y alteración en la estabilidad de las uniones.

El efecto negativo de la paternidad temprana es igual en los hombres, pero no en las mujeres. Si pertenecen a un sector bajo, la pobre escolaridad limita sus oportunidades laborales, tienen gran demanda de trabajo doméstico y de cuidados de hijos, acentuada por la falta de una pareja estable.

En México, de los 10.9 millones de mujeres jóvenes que había en 2013, 2.8 millones tenían hijos. ¿Cuántas dejaron la escuela, lo que les impidió tener una mayor valoración de otros campos, como un proyecto de vida personal?

Fuente: Marta Mier y Terán, Instituto de Investigaciones Sociales, UNAM.

*Propicia una
trayectoria de vida
menos exitosa*



Emociones, esenciales para tomar decisiones

¿Qué son y cuál es la naturaleza de las emociones? Son estados mentales que con las creencias, pensamientos, intenciones, sensaciones y percepciones tienen en común el llamado objeto intencional, es decir, son “acerca de algo” y están dirigidas a un objeto.

Hoy se ven más cerca de la razón y se piensa que son esenciales para la toma de decisiones. Son útiles para sobrevivir en un mundo que puede ser hostil: alguien sin miedo podría perecer por no saber distinguir las situaciones peligrosas de las inocuas.

Hay emociones primitivas –como el miedo– y otras que pueden considerarse normales; fundamentales, incluso para la moral: sentir remordimiento es útil porque puede llevar a reparar el daño causado.

Las disciplinas que las analizan son filosofía, psicología, neurociencias, sociología, antropología, economía, ciencias cognitivas, arquitectura y derecho, entre otras.

Fuente: Olga Elizabeth Hansberg Torres,
doctora *Honoris Causa* por la UNAM.



*Útiles para
sobrevivir en
un mundo que
puede ser hostil*



Ya está en línea, Gaceta UNAM

en versión digital

Para estar en sintonía con los tiempos, la Dirección General de Comunicación Social (DGCS) elaboró la versión digital de *Gaceta UNAM*.

En la página electrónica <http://www.gaceta.unam.mx> puedes consultar de manera ágil y desde cualquier dispositivo electrónico sus secciones Comunidad, Academia, Cultura, Gobierno y Deportes. También encontrarás ligas a la versión impresa y al acervo histórico.

Este formato ofrece la información universitaria en archivos digitales; asimismo, dispone de las fotografías de la publicación en alta resolución.

De manera amigable, la página te conecta a otras páginas de la DGCS que ya se encuentran en Internet: Voces, Valor, Quehacer Universitario, Proyecto UNAM, Boletines UNAM y este mismísimo Mural. ¡Consúltalos!

Consúltala en <http://www.gaceta.unam.mx>



Qué leer



Una bicicleta plegable para la ciudad

Un velocípedo plegable para trasladarse en la ciudad, hoy una innovación más de la Facultad de Ingeniería, fue una idea de Carlos Francisco Vázquez Hernández, Isaac Hernández Quevedo y Octavio Jiménez Espinosa, bajo la asesoría de su maestro Fernando Velázquez.

Tiene mayor eficiencia y ruedas más grandes que una *bici* convencional. Cuenta con un neumático *hubless* (sin centro ni radios). A través de un rodillo se transmite movimiento a la rueda trasera. Es rodada 26, como los modelos urbanos comunes, superior a otros modelos compactables disponibles en el mercado.

Su estructura ocupa 70 centímetros de base por 75 de alto y un espesor de 25, similar a los que se doblan.

Ya está en trámite de patente y se desarrolla el segundo prototipo de lo que será un vehículo compatible con otros medios de transporte en la ciudad.



**Será compatible
con otros medios
de transporte**



Tip

Introdúcete al dibujo artístico

Si de músico, poeta y loco todos tenemos un poco ¿por qué de pintor no tendríamos también algo? Si quieres encauzar mejor tu creatividad a través del trazo y el color, bájate el PDF de *Introducción al dibujo artístico*.

Este material didáctico del CCH Sur fue elaborado por Carlos Villegas Maciel, Angélica Pineda García y Maritza F. Vargas González para el Taller de Expresión Gráfica 1.

Contiene el desarrollo de la expresión gráfica y del arte, así como una descripción de los estilos pictóricos. Te introduce a las técnicas del dibujo (boceto, imitación y a mano alzada, volumen por tonalidades, las proporciones en la figura humana).

Dedica un capítulo también a la composición: el punto, la línea, el plano, la perspectiva y los elementos relacionados visualmente: dirección, posición, intervalo, ritmo y armonía, equilibrio y proporción.

Bájalo de <http://portalacademico.cch.unam.mx/materiales/prof/matdidac/paquedic/ExpGraf1.pdf>

Material didáctico del CCH en línea

El puma,

imagen del deporte



El 20 de abril de 1974 se oficializó el escudo que todos los equipos representativos, y cada aficionado, portan con orgullo.



De ahí que la imagen de identidad deportiva se haya formado a partir de la "U", donde se marcan los goles de campo: la boca y la nariz es la base, y los ojos se forman con los banderines que ondean en la cúspide de los postes.

Cuenta la tradición que el *coach* Roberto Tapatío Méndez relacionó las cualidades del felino con las virtudes de los jugadores de fútbol americano: velocidad, sagacidad y poco peso.



A principios de los años 70, Manuel *El Pajarito* Andrade reunió la historia, la tradición y el espíritu del deporte universitario en un símbolo.

Décadas antes, los equipos representativos de la UNAM habían adoptado como mascota a un puma, cantos y porras (como el Goya), y los colores azul y oro.



**Manuel *El Pajarito* Andrade,
autor del diseño**



***Que el miedo no te impida
contestar acertadamente***

Para un día antes del examen



Instrucciones

¿Nervioso ante un examen? Al mejor preparado se le puede ir un 10. Para que no te gane el miedo y te impida contestar acertadamente, sigue las siguientes instrucciones:

Evita extenuarte. La concentración se agota después de un par de horas. Para mejores resultados, estudia en intervalos y descansa. Hazlo en sitios que propicien la tranquilidad y la concentración.

Combina diversas técnicas de estudio como la pre-lectura, la lectura (subrayado, resumen y esquema), la memorización y la autoevaluación.

Planifica tu tiempo en temporada de exámenes: comienza con las asignaturas que se te faciliten, sigue con las que no te sean tan sencillas y termina con las intermedias.

Prográmate en positivo: concéntrate en acciones y mensajes positivos (“puedo”, “lo haré”). Relájate. Escucha música tranquila. Aliméntate bien y no te desveles.

Fuente: <https://www.fundacionunam.org.mx/educacion/miedo-a-las-evaluaciones-consejos-para-enfrentar-el-terror-ante-los-examenes/>

Presenta el MUAC obra de Jeremy Deller

Muestra de
la cultura
contemporánea



A partir de lo *kitsch* (“lo fallidamente bello”), el británico Jeremy Deller construyó una sutil crítica social; el pretexto es una batalla entre mineros y la policía de South Yorkshire, Inglaterra, que en su momento fue vista y comentada por miles de telespectadores.

El suceso que derivó en la represión a los mineros de Orgreave es resimbolizado para imprimirle otros significados que tienen como centro del discurso artístico a la gente de la calle.

En el MUAC, Deller construyó con piezas monumentales un diálogo fresco y dinámico entre símbolos de distinto origen y tiempo social: lo minimalista y lo pop, este último centro gravitacional de su propuesta artística. En otro segmento de la exposición se hace un análisis del movimiento artístico conocido como *Pop art*.

Jeremy Deller. El ideal infinitamente variable de lo popular estará en el MUAC hasta el 7 de febrero de 2016.