



**CATÁLOGO DE  
TRANSFORMACIÓN  
SOCIAL**

# ÍNDICE

<b>PRESENTACIÓN</b>	<b>5</b>
<b>EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN</b>	<b>7</b>
Centro de apoyo para familias en crisis	8
Campaña LGBTTTIQ+	9
Prevención del embarazo NO deseado en la adolescencia	10
Capitalismo y consumismo	11
La cultura lectora en la sociedad mexicana	12
Mudando sociedades: Carpool La Salle	13
<b>ENFERMERÍA</b>	<b>15</b>
Prevención de Cáncer de Mama	16
Diabetes Gestacional	17
Taller de creatividad: Técnicas anti estrés	18
Universidad saludable	19
<b>INGENIERÍA</b>	<b>21</b>
Ayuda social a comunidades necesitadas	22
Terapia motriz: bicicleta	24
Comedor comunitario para la población vulnerable en Pachuca de Soto, Hgo.	25



Hábitat	26
Propuesta para ejecución	27
Rehabilitador de rodilla VIDAEF	28

## **ARQUITECTURA Y DISEÑO** **31**

Pentágono de Educación: Arquitectura Social	32
¿Qué fue de los espacios públicos en tiempos de COVID-19?	33
Vivienda digna para Tulancingo	34
Vacunas contra COVID-19 en México	35
Arquitectura sustentable: campaña de consientización	36

## **DERECHO** **39**

Discriminación laboral contra la mujer	40
Violencia contra la mujer en la pandemia	41
Teletrabajo	42

## **CONTADURÍA** **45**

IVAVI: Cultura en Finanzas. Revista Digital	46
---	----







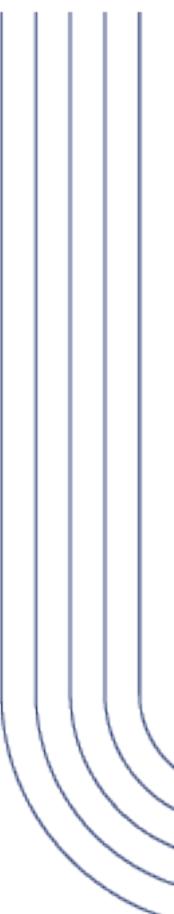
El presente catálogo es una iniciativa propuesta por la academia de la materia **Seminario de Transformación Social** como parte de las asignaturas comunes de humanidades que se imparten en nuestra Universidad. Tiene como finalidad reconocer los intereses de nuestros alumnos y alumnas para estudiar, analizar y proponer estrategias de solución a problemáticas que vivimos en nuestro Estado, en México, América Latina y en el mundo.

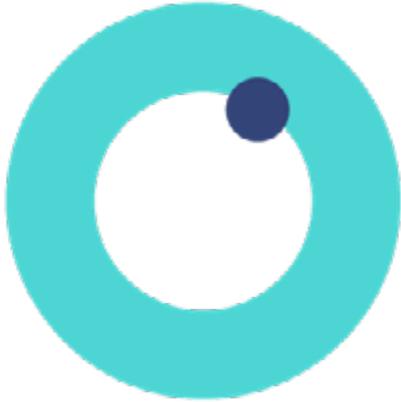
Cada infografía está vinculada con una mirada específica de ver el mundo con esperanza por parte de nuestrxs alumnxs, ya sea desde las ingeniería, el derecho, la educación, arquitectura, la administración, contabilidad, el diseño gráfico, la enfermería, la psicología, la comunicación y, sobre todo, el pensamiento crítico de nuestros estudiantes.

Esperamos que este catálogo permita encontrar luces , soluciones en un mundo a veces tan sombrío, y también, encontrar en tiempos de agotamiento por la devastación del mundo, lo que Mario Montalbetti señaló como:

“Ofréceme una sombra que dure”.

**Muchas gracias**  
**Indivisa Manent**  
**junio 2021**





---

**Centro de apoyo para familias en crisis**

**Campaña LGBTTTIQ+**

**Prevención del embarazo NO deseado en la adolescencia**

**Capitalismo y consumismo**

**La cultura lectora en la sociedad  
mexicana**

**Mudando sociedades: Carpool La Salle**



# **PSICOLOGÍA EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN**

**Docente: Juan Carlos Gómez Ríos**

# Centro de apoyo para familias en crisis



## Introducción.

El CAFC busca intervenir en la dinámica familiar desde el ámbito educativo y psicológico, con la intención de brindar información confiable y fidedigna para ayudar a las familias a sobrellevar el confinamiento de una forma más sana y segura para sus integrantes, reduciendo casos de violencia intrafamiliar, posibles desarrollos de trastornos en la conducta y/o dificultades en el aprendizaje y socialización.



## Problemática

En la actualidad, la sociedad se enfrenta a una deshumanización a causa del utilitarismo, el consumismo y la desinformación por exceso de fuentes no confiables ni fidedignas; aunado a el contexto ya mencionado, desde 2020 (en México), la llegada de la pandemia por coronavirus (COVID-19) vino a cambiar toda la estructura y dinámicas sociales en todo el mundo, sobretodo a nivel escolar, familiar y laboral.

El sector de la población al que se dirige nuestro proyecto es a el publico en general, especialmente a las familias



## Cronograma

- **Transmisión de podcast informativos:** miércoles de 10:00 a 11:00 am
- **Orientación telefonica:** de Lunes a Sábado de 8:00 am a 3:00pm
- **Apoyo emocional de grupos de padres:** Reunión mensual
- **Talleres:** Semestrales
- **Iniciativa "Respiro":** Sábados de 9:00 am a 4:00pm
- **Iniciativa "Dinamización":** Sábados de 9:00 am a 4:00pm
- **Inicio de actividades presenciales:** Septiembre 2021

## Incremento en:

Depresión

Ansidad

Estrés

Mental Health Research Canada



## Propuesta de solución

- Información y orientación
- Orientación telefónica
- Apoyo emocional
- Formación
- Respiro
- Dinamización
- Planes de apoyo a las familias



## BIBLIOGRAFÍA:

México, O. (2020, 10 septiembre). La pandemia de COVID-19 afecta todavía más a familias con niños, señala UNICEF. ONU México | Enfermedad por el Coronavirus (COVID-19). <https://coronavirus.onu.mx/la-pandemia-de-covid-19-afecta-mas-a-las-familias-con-ninos-unicef/#%3Ftext=COVID19>

# CAMPAÑA LGBTTTIQ+



El objetivo de nuestra campaña es sensibilizar y concientizar a la sociedad de la diversidad sexual fomentando el respeto hacia la comunidad LGBTTTIQ+

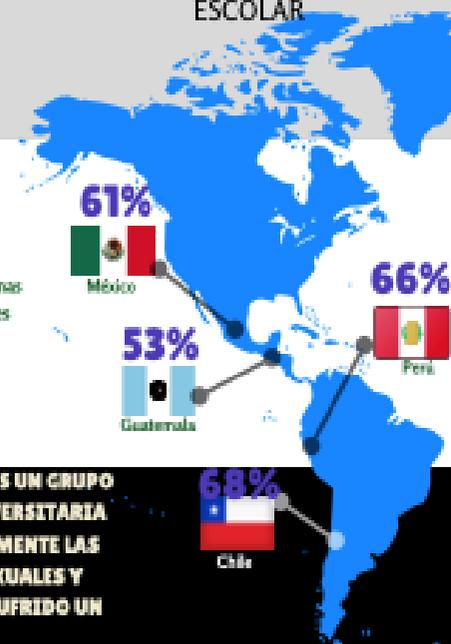
## PROBLEMÁTICA

La problemática que deseamos resolver es dar conocimiento de la discriminación, la homofobia que actualmente sucede en nuestro contexto, con la ayuda de un grupo conformado por chicos de la comunidad que ayudará a transformar a la sociedad.



## ESTIGMA Y DISCRIMINACIÓN EN POBLACIÓN LGBTTTIQ+

ALTOS PORCENTAJES DE ESTUDIANTES LESBIANAS, GAY Y BISEXUALES EN LA REGIÓN, INFORMARON DE BULLYING HOMOFÓBICO EN EL ÁMBITO ESCOLAR



NUESTRA ESTRATEGIA A REALIZAR ES UN GRUPO DE APOYO EN LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA DONDE SE PUEDA EXPRESAR LIBREMENTE LAS DIFERENTES ORIENTACIONES SEXUALES Y AYUDAR A CHICKS QUE AÚN HAN SUFRIDO UN CASO SIMILAR



## CONTEXTO

La campaña se realizará en Pachuca Hidalgo, en la Universidad La Salle Pachuca (Agosto-2021)



# Prevención del embarazo no deseado en la adolescencia.



Se pretende la impartición de un taller corto que proporcione la información necesaria respecto a los riesgos y cuidados recomendados para prevenir un embarazo no deseado durante la adolescencia.

Nombre: Erika Pérez  
Casandra Mejía  
Diana García

Materia: Seminario de Transformación de la realidad social desde las humanidades

Maestro: Juan Carlos Gómez Ríos.  
Fecha: 25/05/2021

Gobierno de México (2021). Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes. Recuperado desde <https://www.gob.mx/inmujeres/acciones-y-programas/estrategia-nacional-para-la-prevencion-del-embarazo-en-adolescentes-33454>  
El país (2021). El Gobierno mexicano calcula que los embarazos adolescentes aumentarán un 12% por el confinamiento. Recuperado de <https://elpais.com/mexico/sociedad/2021-02-12/el-gobierno-calcula-que-los-embarazos-adolescentes-se-incrementaran-un-12-debido-al-confinamiento.html#:~:text=M%C3%A9xico%20es%20el%20pa%C3%ADs%20con,de%2015%20a%2019%20a%C3%B1os>

## EL EMBARAZO PRECOZ

Comienza en la adolescencia a partir de la pubertad, lo que afecta su desarrollo y cambia su vida y su papel dentro de la sociedad.

México se encuentra en el primer lugar de esta problemática, ya que 1 de cada cinco embarazos pertenecen a adolescentes que aún no alcanzan la mayoría de edad (OCDE, 2020).



## PROPUESTA

Se pretende la impartición de un taller teórico-práctico, en todo tipo de contexto que sea solicitado.

Con este proyecto, se pretende atender a las personas de entre 9 a 21 años de edad en el estado de Hidalgo, quienes se encuentren en una situación de vulnerabilidad ante temas referentes al embarazo y conductas de riesgo al respecto.

## OBJETIVOS

- Compartir conocimientos básicos respecto a la prevención de un embarazo no deseado: métodos anticonceptivos, prácticas responsables en la sexualidad, plan de vida, sus riesgos y datos estadísticos.
- Contribuir en la disminución del número de embarazos no deseados en adolescentes.

## ESTADÍSTICAS

México es el país con las tasas más altas de embarazos adolescentes, alrededor de 73 de cada 1.000 partos corresponden a madres de 15 a 19 años.

El 98% de las adolescentes conocen métodos anticonceptivos, pero solo un 21% dice haberlos usado y un 13,45% desconoce cómo se usan.

Los embarazos adolescentes arrastrarán con ellos el abandono escolar en una espiral indeseable donde no se encuentra una solución adecuada. Según el Gobierno mexicano calcula que los embarazos adolescentes aumentarán un 12% por el confinamiento.

# Capitalismo y Consumismo

## “Una mirada a la realidad”



David Pavón: El sistema capitalista destruye todo al explotarlo con dinero, porque todo se ha vuelto negocios. El capitalismo no solo produce objetos, también a los sujetos que los producen, es decir, consumidores.

- Lo que se busca es que las personas vuelvan a ser ellas mismas y no lo que se espera de ellas.
- No perder la comunicación/interacción/vincularse con los demás, uno o una misma y el mundo.
- No dejarse llevar por el materialismo y evitar egoísmo, competitividad, infelicidad o sentimientos de vacío.

El consumismo comporta despilfarros y causa degradación, contaminación y escasez de recursos naturales. Tiene connotaciones negativas, en referencia a un fenómeno social y psicológico que va con la mano con el mismo capitalismo, una necesidad para el movimiento continuo de bienes y servicios para generar el crecimiento que sustenta este modelo económico



Fecha	Actividades
21 de junio 2021	Creación de la páginas (Facebook, twitter, instagram, youtube)
23 de junio 2021	Realización de poster y posteriormente subirlo a las paginas correspondientes
2 de junio 2021	Crear capsula informativa y subirlo a las páginas.
25 de junio 2021	Realizar flyer y subirlo a la páginas creadas
28 de junio 2021	Subir información e imágenes a las páginas
30 de junio 2021	Subir tips sobre cómo hacer un consumo responsable

**El propósito:** Compartir información relevante sobre las distintas problemáticas que conlleva el consumismo y a que puedan tener un consumo más responsable y tomar conciencia, esto será dirigido especialmente a jóvenes ya que son más susceptibles a los fenómenos de grupos, de modas y que pueden ser presa fácil del consumo de la sociedad postcapitalista, donde la publicidad sirve de cebo (Schuman, 2015).

- Crear una página para concientizar a la gente sobre el consumismo
- Subir posters, flyers, cápsulas
- Dar tips sobre cómo hacer un consumo responsable
- Dar a conocer los diferentes problemas acerca del consumismo y el capitalismo
- Fomentar valores medioambientales

### Estadísticas en México:

Testa Marketing: Consumo de ropa: 2 mil 255 millones de dólares

Dispuestos a gastar: 2000 a 4999 pesos (Manrique, 2019).

AMVO Y Marketing: 70% de los viajeros señala haber realizado algún viaje en los últimos 6 meses, el 46% de los mexicanos señalan que viajar se ha vuelto más accesible a su presupuesto familiar.

Dispuestos a gastar: 5000 a 9,999 pesos (Manrique, 2019).

Expansión (2019): Entre 2016 y 2018, los mexicanos enfrentaron una reducción en sus ingresos y un repunte en sus gastos.

Para crear la página no se requiere de recursos económicos ni financieros, únicamente es necesario crear un perfil en distintos tipos de redes sociales en donde se subirá el contenido.



Rodríguez, S. (2012). Consumismo y sociedad: una visión crítica del homo consumens. Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas, 34 (2).

Schuman, A. (2015). Consumismo y consecuencias: La historia de la creación de deseos y una propuesta alternativa. Centros de Estudios Científicos y Sociales.

Expansión (31 de julio de 2019). Los mexicanos ganan menos, pero gastan más. Disponible en: <https://expansion.mx/finanzas-personales/2019/07/31/los-mexicanos-tienen-menos-ingresos-pero-gastan-mas-en-gasolina>

Manrique, A. (23 de abril 2019). ¿En qué gastan los mexicanos? Disponible en: <https://testamarketing.com/blog/articulos/en-que-gastan-los-mexicanos>

# La cultura lectora en la sociedad mexicana

## La cultura lectora en la infancia mexicana

Fomentar la cultura lectora en las y los pequeños, a través de la creación de un espacio donde los niños tengan fácil acceso a libros, talleres o experiencias que ayude a despertar su interés lector.

### Problemática

Lo que deseamos resolver es la falta de cultura lectora en la comunidad de Tilcuautla situada en el municipio de San Agustín Tlaxiaca, enfocándonos en niños y niñas de 5 a 12 años de edad de la primaria Francisco I. Madero. Esta idea surgió gracias a nuestro acercamiento y experiencia con esta población pues, a partir de est, nos dimos cuenta de esta necesidad y encontramos que debido a que pertenecen a una zona semirural, el reto para acceder a materiales de lectura es mayor.



### Impacto

El problema de la lectura puede verse reflejada en los datos estadísticos registrados en el Anuario estadístico y geográfico de Hidalgo (2017), en donde se menciona que el 51.46% de los niños y el 48.54% de las niñas de entre 6 a 14 años de edad en San Agustín Tlaxiaca no saben leer ni escribir. Además, el Anuario Estadístico también registra que San Agustín Tlaxiaca cuenta con 10 bibliotecas mientras que en el municipio de Pachuca de Soto hay 73 de ellas.



### Estrategia a realizar

Buscamos un espacio dentro de las instalaciones de la universidad La Salle Pachuca para poder generar estos momentos de lectura que implican:

- Espacio disponible para que las/los niñas/os tomen los libros que deseen.
- Préstamo de libros.
- Sesiones de cuentacuentos.
- Clubs de lectura.
- Taller mensual sobre lectura.
- Reforzamiento y aprendizaje de lectura entre pares.

La razón por la que pensamos dentro de la universidad debido a que la distancia entre la comunidad y la universidad es relativamente mínima, esto hará que la asistencia sea buena y el proyecto crezca poco a poco.

### Cronograma de actividades

- Campaña de Donación de Libros.(24 de julio del 2021)
- Apertura (21 de agosto de 2021)
- Primer cuenta cuentos (28 de agosto de 2021)
- Inicio del club de lectura (4 de septiembre de 2021)
- Reforzamiento y aprendizaje de lectura entre pares (11 de septiembre de 2021)
- Taller mensual de lectura (18 de septiembre de 2021)

### Requerimientos

- Humanos: Estudiantes de la universidad, maestras/os de la universidad.
- Materiales: Libros (donaciones), muebles (sillas, mesas, estantes, sillones, pufs).
- Financiera: Recurso brindado por la universidad La Salle Pachuca y recaudaciones.

#### FUENTE

INEGI. (2017). ANUARIO ESTADÍSTICO Y GEOGRÁFICO DE HIDALGO 2017. RECUPERADO DE: [HTTP://INTERNET.CONTENIDOS.INEGI.ORG.MX/CONTENIDOS/PRODUCTOS/PROD\\_SERV/CONTENIDOS/ESPAÑOL/BVINEGI/PRODUCTOS/NUUEVA\\_ESTRUC/ANUARIOS\\_2017/702825095093.PDF](http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/anuarios_2017/702825095093.pdf)  
INEGI. (4 DE FEBRERO DE 2016). DIRECCIÓN GENERAL DE ESTADÍSTICAS SOCIODEMOCRÁTICAS. ENCUESTA INTERCENSAL 2015. RECUPERADO DE: [WWW.INEGI.ORG.MX](http://WWW.INEGI.ORG.MX)

# Mudando Sociedades: Carpool La Salle



Caminar para tomar tu transporte e ir a la escuela.  
Subirte a la combi, llena de gente, para ir a la escuela.  
Caminar en la obscuridad para volver a casa.

¿Recuerdas cuando fue la última vez que hiciste todo eso sin sentirte insegura?  
¿Te imaginas poder hacerlo de nuevo sin preocupaciones?

## LIFT US - El proyecto visionario que te garantizará **seguridad**



### Objetivo

Proteger a las mujeres de la comunidad la sallistas mediante una aplicación interna que funcionaría como un taxi. La diferencia radica en que todas seríamos mujeres y todas nos conoceríamos porque tenemos algo en común: permanecer unidas.

### Problemática

Las instalaciones de la Universidad La Salle Pachuca Campus La Concepción se encuentran en una zona poco poblada y con circulación de transeúntes escasa, por lo que puede llegar a ser riesgoso para las alumnas a momento de salir a buscar cualquier transporte público y dirigirse a su lugar de destino.

### Propuesta

Una app gestionada por la Universidad La Salle Pachuca que únicamente pueda ser utilizada por mujeres (profesoras, administrativas, alumnas, etc.)

Una app en la que los usuarios registrados puedan ser conductores (en caso de tener carro) o puedan recibir un ride en caso de que la ruta a su destino coincida

#### ¿Para qué?

Es muy importante la seguridad de nuestras compañeras la sallistas, por lo que es necesario implementar un sistema en donde se registren mujeres que tengan automóvil, así como aquellas que deseen un ride.

#### ¿Cómo?

Para ellas con automóvil:

- Hago mi registro en donde me pedirán ingresar mi matrícula, licenciatura, nombre completo, edad y correo institucional.
- Seleccione la opción "con automóvil"
- Coloco mis rutas y mis horarios para saber si coinciden con los de alguna chica.

Para ellas sin automóvil:

- Hago mi registro en donde me pedirán ingresar mi matrícula, licenciatura, nombre completo, edad y correo institucional.
- Seleccione la opción "sin automóvil"
- Busco las rutas y horarios ya establecidos para saber si puedo compartir auto con otra la sallista.

#### ¿Cuánto?

Se cobraría ya sea por viaje, \$20.00 pesos máximos, o una mensualidad de bajo costo para aquellas chicas que utilicen el servicio diariamente.



### Cronograma y Recursos Humanos

Teniendo a los inversionistas, la propuesta podría estar en funcionamiento a partir de los 6 meses que ya se haya invertido en el desarrollo del software. Meses en los que se buscarían alumnas que quieran participar en el proyecto como parte de su servicio y sus prácticas profesionales, se requiere una mujer de: ciencias de la comunicación, diseño y administración. Por otro lado, se buscaría el apoyo de la universidad con un equipo de cómputo.

### Costo

En cuanto al costo de la aplicación, se iniciaría con una inversión de \$24 900.00 pesos para comenzar con el desarrollo del software (personalización, panel administrativo, soporte técnico, hospedaje, disponibilidad en IOS y Android).

### Dato importante

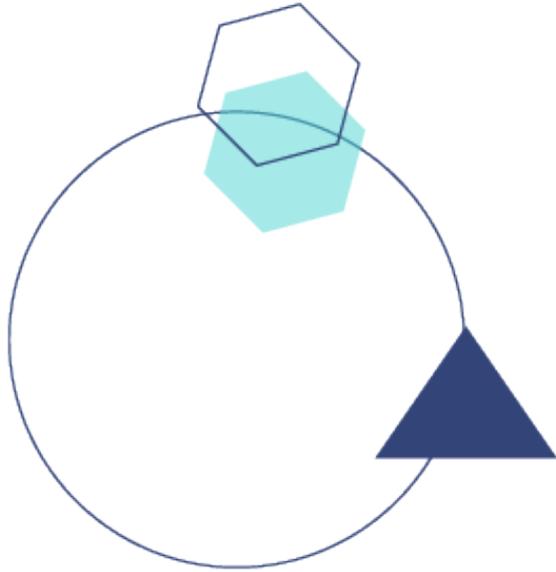
El 96% de las mujeres han sido víctimas por lo menos una vez de algún acto de violencia en el transporte público - (El Economista, 2019).



#### Referencia

Kares, A. (2019). Transporte público acentúa la violencia contra las mujeres, El Economista. <https://www.eleconomista.com.mx/politica/Transporte-publico-acentua-la-violencia-contra-las-mujeres-20190908-0003.html>

Hecho por: Rebeca Fernández Reyes // Karime Lara Montaña // Sophia Moreno Hernández



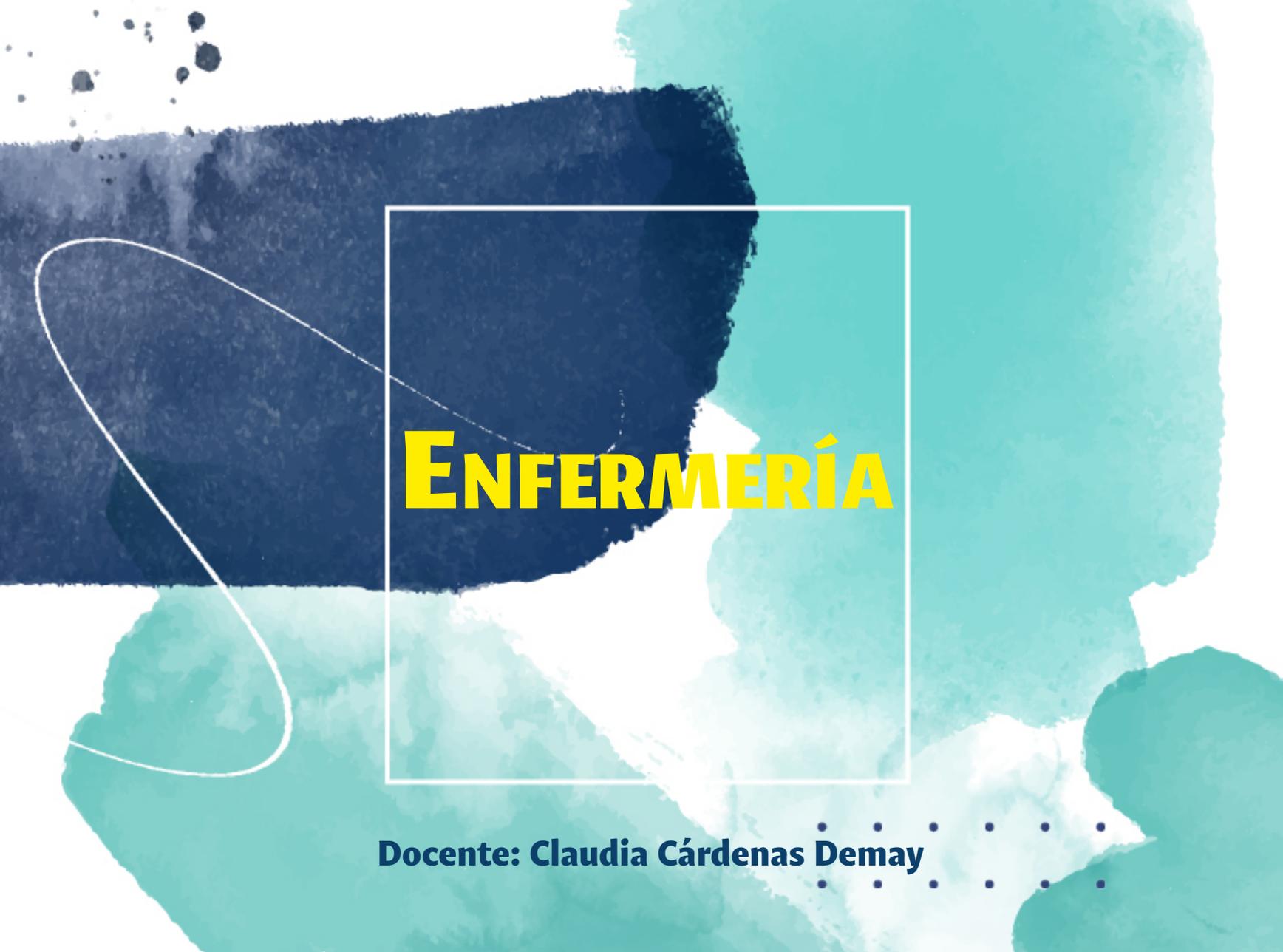
---

**Prevención de Cáncer de Mama**

**Diabetes Gestacional**

**Taller de creatividad: Técnicas anti estrés**

**Universidad saludable**



# ENFERMERÍA

Docente: **Claudia Cárdenas Demay**





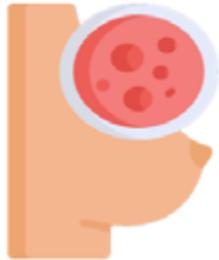
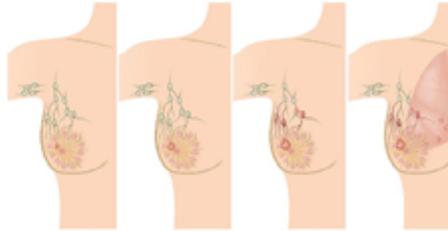
## PREVENCIÓN DE CÁNCER DE MAMA

El cáncer de mama es el tumor más frecuente en mujeres y la primera causa de muerte en todo el mundo: casi 10 millones de fallecimientos en 2020, 2.26 millones de casos y 685 000 defunciones (OMS, 2021).

**OBJETIVO:** El proyecto de cáncer de mama tiene como finalidad tener un impacto social para la educación enfocada a la prevención.

**METAS**

- Realizar maniobras de la autoexploración mamaria.
- Conocimiento previo de la glándula mamaria
- Integración de actividades de información y educación sobre el cáncer de mama.

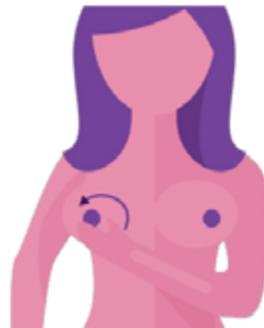


**MANIFESTACIONES CLINICAS:**

- Asimetría de mamas
- Bulto interno y/o externo
- Erosión y/o hueco en la piel
- Endurecimiento y enrojecimiento
- Flujo desconocido
- Dolor

**PREVENCIÓN:**

- Autoexploración.
- Examen clínico
- Mastografía.



**Bibliografía**

Ramirez, M. E. (2018). CÁNCER DE MAMA. *Revista Médica Sinergia*, 1-4. Salud, O. M. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>  
 Salud, O. M. (3 de Marzo de 2021). Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>  
 Salud, O. M. (3 de Marzo de 2021). <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>

**INTEGRANTES:**

DURAN DURAN LUPITA ESMERALDA  
 HERNANDEZ SANCHEZ NYDIA MILDRED  
 LOPEZ ESQUIVEL NAYELI  
 ROJAS FRUCTUOSO DULCE SELENE  
 VELAZQUEZ BLANCAS MARIA ANGELICA



### CREADORAS:

Lizbeth Godínez Diguín, Ise Granados Bautista, Grecia Rubí Jiménez Villeda, María Teresa Monroy García, Elizabeth Muñoz Juárez, Diana Laura Villeda Segovia.

# Diabetes gestacional



La diabetes gestacional es la presencia de azúcar alta (glucosa) en la sangre que empieza o se diagnostica por primera vez durante el embarazo

## Implicaciones

La glucosa en sangre que no está bien controlada durante la gestación puede llevar a problemas en la madre y su bebé, como:

- Un bebé muy grande.
- Cesárea.
- Alta probabilidad de desarrollar diabetes a futuro.
- Niveles bajos de azúcar en la sangre del bebé.



## IMPLICACIONES

Tienen como finalidad mantener niveles óptimos de azúcar en sangre. Concesionado con tu ginecólogo.

**HACER EJERCICIO CON REGULARIDAD**  
Caminar después 30 minutos al día

**DIETA ADECUADA**  
Consumir alimentos saludables que tienen los nutrientes en la cantidad adecuada en un plan de alimentación.

**CONTROLAR LOS NIVELES DE AZÚCAR EN SANGRE**

**DIABETES GESTACIONAL**

- ✓ Saber interpretar los resultados
- ✓ Conocer los ajustes de la insulina si está prescrita
- ✓ Ser escrupulosos cumpliendo las pautas de insulina prescritas
- ✓ Tratar rápidamente los niveles bajos de azúcar

Síntomas durante el embarazo		Factores de posibilidad de padecerla	
Vaca borrosa	Muchas ganas de orinar	Hipertensión arterial	Exceso de líquido amniótico
Fatiga	Náuseas y vómitos	Antecedentes familiares con diabetes	Sobrepeso
Mucha sed		Más de 30 años de edad durante el embarazo	Abnormalidades

\*Regularmente, esta diabetes desaparece después del parto.

Aunque cualquier complicación del embarazo es preocupante, hay buenas noticias. Las futuras madres pueden ayudar a controlar la diabetes gestacional comiendo alimentos saludables, haciendo ejercicio y, si es necesario, tomando medicamentos. Controlar la glucosa sanguínea puede mantener a la madre y al bebé sanos y evitar un parto difícil.

Es una de las condiciones más comunes en el embarazo: entre el dos y el 10 por ciento de las futuras mamás desarrollan esta enfermedad.

Las mujeres latinas tienen probabilidades más altas de tener diabetes gestacional



Fuentes de información:  
 Mayo Clinic. (2020). Diabetes gestacional. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/condiciones/gestacional-diabetes/sintomas-causa/sym-2015539> y Grajeda, G. (2008). Diabetes gestacional: síntomas, causas y tratamiento. Recuperado de <http://laguiadelasdamas.com/diabetesgestacional/#-1ca-La%20diabetes%20gestacional%20es%20un%20sintoma%20que%20se%20desarrolla%20durante%20el%20embarazo>



# Universidad Saludable



ESTILO DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES.

La Universidad Saludable, es aquella que incorpora la Promoción de la Salud a un proyecto educativo y laboral, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida de quienes allí estudian o trabajan

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El presente programa de salud hace referencia a las universidades saludables y a la importancia de implementar programas de educación de estilos de vida que favorezcan la salud, contemplando la esfera cognoscitiva de los alumnos del instituto, con especial prioridad en los alumnos de la Universidad La Salle Pachuca



## OBJETIVOS

### GENERAL

- Al finalizar los alumnos serán capaces de reflexionar y hacer conciencia de la importancia del autocuidado como futuros profesionistas.

### ESPECÍFICOS

- Reconocer las principales causas de morbimortalidad en la adolescencia, lo que llevará a crear conciencia en la importancia del autocuidado.
- Despertar el interés de la promoción a la salud en el ámbito educativo y laboral para mejorar el estilo de vida de los estudiantes.



## METAS

- Crear conciencia de la importancia del autocuidado en los alumnos de la Universidad La Salle Pachuca.
- Lograr que los estudiantes de la Universidad La Salle Pachuca adquieran y fomenten estrategias de autocuidado.
- Implementar un diseño curricular, sin importar de qué carrera se trate sobre promoción de la salud y facilitar la participación activa a todos los estudiantes
- Fortalecer en los alumnos el conocimiento y las habilidades necesarias para tomar decisiones pertinentes acerca de su salud.
- Proveer un ambiente saludable que favorece el aprendizaje a través de sus áreas y edificaciones, zonas de recreación, bienestar universitario y medidas de seguridad.

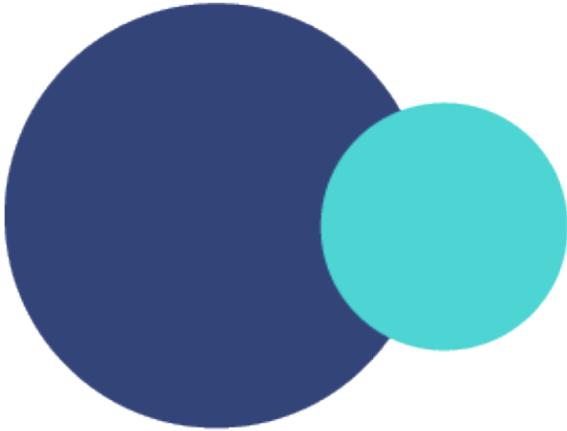


-PREVENIMSS. Propuesta de Modelo Nacional de Universidad Saludable. Universidad de Colima, México. 2007. disponible en: <http://www2.uacj.mx/universidadsaludable/memorias/documentos/>

Propuesta%20de%20Modelo%20Nacional%20de%20Universidad%20Saludable%20PREVENIMSS.pdf

Decena Herud, S. (2012). Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante. Revista de Psicología (PUCP), 31(2), 287-314.

-Arroyo, H., Rice, M., Franceschini, M. C., Valenzuela, F., Alguero, L., & Avedaño, M. (2009). Una nueva mirada al movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en las Américas. Documento de trabajo. San Juan.



**Ayuda social a comunidades necesitadas**

**Terapia motriz: bicicleta**

**Comedor comunitario para la población vulnerable en Pachuca de Soto, Hgo.**

**Hábitat**

**Propuesta para ejecución**

**Rehabilitador de rodilla VIDAEF**



# INGENIERÍA

**Docente: Luz María Hidalgo Lugo**

# AYUDA SOCIAL A COMUNIDADES NECESITADAS

Ayudar a las personas que más lo necesiten de la comunidad de La Cañada la cual es una población de escasos recursos y la cual se ha visto afectada por la pandemia de la COVID-19

## OBJETIVOS Y METAS

- Buscar capacitar a jóvenes y adolescentes de la comunidad para dirigir y organizar nuevos proyectos en beneficio a ellos que permitan mejorar la calidad de vida de su propia comunidad.
- Brindar asistencia a familias con niños afectados cultural y educativamente apoyando en aspectos que los beneficien para así motivarlos a estudiar.
- Fomentar y afianzar los hábitos de lectura en los alumnos de los primeros años de primaria.
- Buscar alimentar niños y personas de zonas marginales de la región utilizando productos de la despensa básica para ser obsequiados y que la gente pueda comer sanamente.



Nosotros como equipo no enfocaremos a ayudar a la comunidad de La Cañada la cual es una población de escasos recursos y la cual se ha visto afectada por la pandemia de la COVID-19 ya que ha sido una población olvidada y que tiene muchas carencias de abastecimiento de recursos y que además tiene el mismo mucho desempleo por lo tanto esto le afecta a la mayoría de las comunidades viven al día ya que estas comunidades que la mayoría de ellas viven de lo que venden o trabajan y se ha pasado a tener un confinamiento obligatorio muchas veces lo que ha llevado a que poco a poco se vayan agotando sus recursos en una de estas comunidades y se ha visto verdaderamente afectada ya que se puede llegar a quedar sin comer uno o dos días y que en la cual el gobierno no se ha preocupado en lo más mínimo y que cada uno de sus



Las personas que más lo necesitan de la comunidad los recursos y la cual se ha visto afectada por la pandemia causada por nuestro gobierno y la cual se encuentra con problemas económicos ya que esta pandemia ha traído consigo el estado a las comunidades más pobres ya que la mayoría de las comunidades la mayoría de su población vive al día ya que trabajan día con día y que esta pandemia nos ha olvidado de estas persona se quedaron sin empleo y eso los a falta de recursos económicos para poder llevar el pan a cada uno de los afectados ya que muchas veces es gente que no están teniendo ningún tipo de ingresos, lo mínimo y los ha dejado en el abandono y a la suerte de sus pobladores.

Por lo cual hacemos un atento llamado a nuestro gobierno para que se fije más en estas poblaciones vulnerables las cuales se han dejado en el olvido y abandono. Ya que esta crisis la vivimos todos no solo las grandes empresas sino también nuestros propios hermanos que no tiene para comer.



Nuestro equipo en sus propias localidades estará recolectando estos útiles escolares para poder llevarlos a dicha comunidad están buscando con familiares ay, amigo ese apoyo y así mismo promoviendo la solidaridad con nuestros amigos en la comunidad de La Cañada esperando lograr una meta, y que cada vez más personas con ganas de ayudar a los de más se una a esta bonita causa de solidaridad con todas aquellas personas que no necesitan.

#### REFERENCIAS

TODO SE ESCRIBIÓ PERSONALMENTE POR LOS ALUMNOS RESPONSABLES DEL PROYECTO.



# TERAPIA MOTRIZ

## Bicicleta

## Aditamento de Bicicleta para Terapia Motriz

El mundo actual experimenta cambios para el desarrollo de la **INCLUSIÓN SOCIAL**. Por la naturaleza de la Ingeniería Mecatrónica, se ha decidido enfocar el proyecto a la transformación de la realidad social de las personas en **SITUACIÓN DE DISCAPACIDAD MOTRIZ**. La idea del proyecto es el **DISEÑO** y la **IMPLEMENTACIÓN** de un dispositivo que permita el **EJERCICIO** y la **PRÁCTICA** de la **MOVILIDAD** en brazos y piernas de niños y adolescentes.

### PLANTEAMIENTO

- La población entre 0 y 17 años representa el 30.8% del total de la población; en México residen 29.3 millones de **niños, niñas y adolescentes**. De esta población poco más de **580 mil** presentan alguna **discapacidad**. (INEGI, ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA DEL NIÑO, 2020)
- Dentro de este grupo poblacional el **21.2%** tiene **problemas para caminar** y el **10.9%** tiene **problemas para mover los brazos** (INEGI, Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica, 2018).
- La terapia física para niños suele ser **agobiante** y les genera un sentimiento de **aislamiento**.



### DESCRIPCIÓN

- **Dispositivo adaptable** para bicicletas que consta de una silla para realizar ejercicios en los brazos y en las piernas; utiliza un **sistema de transmisión** para que, mediante la bicicleta, los pedales y el manubrio del módulo, se puedan mover.
- Hacer la experiencia de **rehabilitación**, más **amena y disfrutable**.
- Promover la inclusión social de las personas en situación de discapacidad motriz



### ACCIÓN

- Investigar **métodos de rehabilitación** para pacientes con problemas motrices.
- Diseñar el dispositivo mecatrónico (**seguro, práctico y adaptable**).
- Crear el **prototipo** del dispositivo y realizar las **pruebas** necesarias para su rediseño.
- Obtener una **versión final**, probada en personas con y sin discapacidad motriz.
- **Donación de 50 dispositivos**.
- **Requerimientos:** Material metalmecánico, eléctrico, electrónico, impresión 3D.
- **Alianzas:** Empresas que proporcionen el material necesario.
- **Medios de difusión:** Redes sociales, comunicación virtual y telefónica con los centros de rehabilitación.



Estudiar una carrera y formarse como profesionistas, no implica solamente desarrollar los conocimientos (prácticos y teóricos) y/o la trascendencia laboral y económica, sino también la responsabilidad de utilizar tales conocimientos para aportar y generar cambios positivos en la realidad social, rescatando y practicando los valores y la ética humana.

### Fuentes de información

-INEGI. (2018). *Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica*.  
-INEGI. (30 de Abril de 2020). *ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA DEL NIÑO*. Obtenido de DATOS NACIONALES: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP\\_Nino.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/EAP_Nino.pdf)  
-Velasco, E. (30 de 05 de 2013). *Sólo hay 10 mil fisioterapeutas en el país, y 10 millones requieren esa atención: experto*. Obtenido de La Jornada: <https://www.jornada.com.mx/2013/05/30/sociedad/041n1soc>

# ★ COMEDOR COMUNITARIO ★

**PARA LA POBLACIÓN  
VULNERABLE EN PACHUCA DE  
SOTO, HIDALGO**



Un comedor comunitario o comedor social es una organización pública de beneficencia para brindarle alimentos gratuitos a las personas necesitadas o en situación de calle, y a veces, con una pequeña contribución, estos comedores son subsidiados en muchas ocasiones no solo con apoyos gubernamentales, también con apoyos privados a través de organizaciones sin fines de lucro. Este proyecto de transformación social surge a raíz de la falta de apoyos para poder subsanar la alimentación de las personas que lo requieran en Pachuca, Hidalgo.



Objetivo: Garantizar que todos, independientemente de su nivel de ingresos o posición tengan acceso a una alimentación saludable y gratuita.

Nuestra meta, como organización sin fines de lucro es hacer la apertura del comedor, tener un lugar limpio y sano para que las personas que requieran el servicio puedan estar seguros de comer con tranquilidad.



Población vulnerable de  
estudiantes

**63,566**

El comedor buscará apoyar con comidas completas a aquellos estudiantes con dificultades económicas, para así evitar que la alimentación no frene su desempeño académico

Porcentaje de pobreza

**32.7 %**

Lo que equivale a 52,179 personas, en este caso el objetivo será atender a aquellas personas que se encuentren en las situaciones más desfavorables.

## ¿Cómo lograremos ejecutar el proyecto?

- Juntar firmas necesarias para tener apoyo por parte de la comunidad.
- Encontrar financiamiento por parte de patrocinios / donaciones.
- Elegir un lugar estratégico para el establecimiento del comedor.
- Conseguir el mobiliario del comedor.
- Promocionar el comedor en redes sociales, mencionando las causas para conmovir a la comunidad y que pueda brindar apoyo.
- Asignación de responsabilidades y puestos a los participantes del comedor, quienes deben estar comprometidos a brindar sus servicios.
- Selección de proveedores de alimentos

**Creadores: Agustín Pérez, Aldo Conejo, Pierre Chamoun, Jesús Becerril y  
Montserrat Ahuatzi**

# HÁBITAT

Estructura metálica que permite aislar cultivos de las condiciones climáticas del exterior. Dentro de este se pretende obtener condiciones artificiales que genera a las plantas una mayor productividad con un costo mínimo y en menor tiempo. Hábitat intensificará la producción de verduras y será el principal proveedor en comunidades de la región Huasteca en el estado de Hidalgo.



## INVERNADERO

### OBJETIVO PRINCIPAL

Diseña y construye un invernadero que sea capaz de producir frutas y verduras, tales que aumenten la variedad de alimentos consumidos por los habitantes, y reduzcan los costos al público.

### ACCIONES

- Diseñar y ejecutar el proyecto "Hábitat" que consiste en la construcción de un invernadero destinado a la producción de frutas y verduras.
- Acercamiento con la comunidad
- Disminuir la desnutrición en niños indígenas

### PARA CONCLUIR...

Los datos informativos constituyen una realidad que se traduce a tragedia vivida, golpeando nuestros ojos y mostrándonos los niveles extremos de hambre y desnutrición que muchas personas están viviendo. Por ello es que surge Hábitat.

Datos reportados en el artículo "La Huasteca hidalguense: pobreza y marginación social acumulada" mencionan que la dieta "Tortilla, frijol, chile y sal" puede llegar a ser más cara de lo que parece.

#### Fuentes de consulta

- Madueño Paulette, Ruth (2000). La Huasteca hidalguense: pobreza y marginación social acumulada. Sociológica, 15(44), 97-131. [fecha de Consulta 3 de mayo de 2021]. ISSN: 0187-0173. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305026537005>
- Raymond, E. (2019, 25 abril). ¿Por qué cultivar en invernadero? Ventajas y desventajas. Berger - ES. <https://www.berger.ca/es/recursos-para-los-productores/ips-y-consejos-practicos/cultivar-invernadero-ventajas-desventajas/>

#### Creadores:

- Andrea Yeraidín González Espinoza
- Víctor Daniel Rodríguez Sánchez
- Gabriel Domínguez Cruz
- Erik Isías Méndez



## PROPUESTA PARA EJECUCIÓN



El objetivo principal es brindarle los servicios básicos a zonas de escasos recursos dentro del Estado de Hidalgo

### Actividades

- 1.- Hacer estudio de población.
- 2.- Visitar la zona en cuestión para escuchar a la gente.
- 3.- Diseñar una propuesta ejecutiva general.
- 4.- Concurar la obra.
- 5.- Construcción de la misma



### INVERSIÓN



- 1.- Federal
- 2.- Estatal
- 3.- Municipal



### ESTATAL

En el caso de la inversión Estatal se trataría de llegar con CEEA para generar un plan de obra para su licitación y ejecución.

### FEDERAL

En el caso de la inversión Estatal se trataría de llegar con CEEA para generar un plan de obra para su licitación y ejecución.

### MUNICIPAL

Con los municipios y platicar y han las zonas con mayor necesidad para darle prioridad de los proyectos y de esta manera presentar necesidades puntuales de la población.



## BENEFICIOS

Con estas acciones se planea beneficiar a la población de la Sierra alta y Huasteca Hidalguense mejorando las condiciones de vida.

**TÚ ERES PARTE DEL MILAGRO**



# REHABILITADOR DE RODILLA VIDAEF



**VIDAEF**

MOVILIDAD A TU ALCANCE

## MOVILIDAD A TU ALCANCE

La rodilla es la **articulación más importante** del cuerpo humano, esta permite acciones como **caminar y correr**, siendo la más expuesta a sufrir impactos directos, generando una serie de traumatismos causando lesiones que van desde lo más simple hasta lo más complejo, en donde es necesario una intervención quirúrgica y posteriormente rehabilitaciones.

1

## PARTES DE RODILLA

La rodilla es capaz de **soportar el 75% del peso del cuerpo humano**. Las partes que involucran a la rodilla son: **huesos, tendones, ligamentos y músculos**.



2

## INVESTIGACIÓN

· **Etapa 1:** Se realizó tanto investigación y consultas de información con un **médico terapeuta** entorno a la articulación de la rodilla, como enfermedades que presenta esta importante articulación.

3

## SELECCIÓN DE DISEÑO

· **Etapa 2:** Se enlistan las opciones de **diseño físico y electrónico**, para posteriormente elegir la más factible de acuerdo con las necesidades requeridas.



4

## ENSAMBLE DE DISEÑO

· **Etapa 3:** Ensamble del **diseño elegido** en SolidWorks 2019.



5

## SISTEMA FISICO

· **Etapa 4:** **Construcción del sistema físicamente**, teniendo en cuenta las mejoras y/o cambios que se presenten respecto al diseño durante la ejecución de esta etapa.



6

## COSTO

· **Presentación de la parte económica.**

· El **diseño inicial** se enfocaba solo en la parte superior de la rodilla, pero este no cumplía el objetivo propuesto, por lo tanto, se ajustó a los requerimientos necesarios para obtener el **diseño final**.

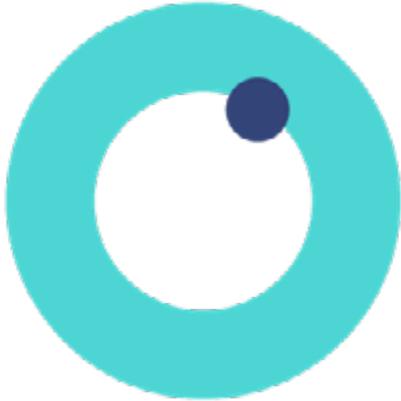
· Se observó que no cualquier tipo de material es apto para dispositivos biomédicos, puesto que, su **costo es demasiado elevado**, sin embargo se busco la manera de favorecer la **economía de los centros de salud públicos**.

Dama, P. (2021) Diseño de un Rehabilitador de Rodilla. Obtenido de Universidad de Cerebobo

Emp. B-C-K. 02 de 10 de 2020. Obtenido de <https://www.stonet.com/products/physicaltherapy-ergometer-bb-ergometer-k-ergo>

G. E. & Schmidt, D. (2013). Engineering Design. New York: McGraw-Hill.





**Pentágono de Educación: Arquitectura Social**

**¿Qué fue de los espacios públicos en tiempos de COVID-19?**

**Vivienda digna para Tulancingo**

**Vacunas contra COVID-19 en México**

**Arquitectura sustentable: campaña de consientización**



# ARQUITECTURA Y DISEÑO

Docente: Haidy Cruz Ramos

# PENTAGÓNO DE EDUCACIÓN

## ARQUITECTURA SOCIAL



La arquitectura social es dinámica e interactúa sin dispersarse con el habitante y la ciudad, contribuye a la creación de espacios para las relaciones

interpersonales y tiene un origen político-cultural que no le impide satisfacer las necesidades básicas y específicas.



La principal problemática de la zona estudiada (la comunidad del Huixmi, en Hidalgo), es la carencia en educación, el alto nivel de analfabetismo en las personas, sin importar su edad o género. Dicha problemática se puede encontrar aunada debido a la economía de la misma.



	2020	2010
Índice de fecundidad (hijos por mujer):	1.98	1.98
Población que proviene fuera del Estado de Hidalgo:	26.05%	25.48%
Población analfabeta:	1.79%	2.05%
Población analfabeta (hombres):	0.52%	1.98%
Población analfabeta (mujeres):	1.28%	3.33%
Grado de escolaridad:	9.65	8.67
Grado de escolaridad (hombres):	9.69	8.80
Grado de escolaridad (mujeres):	9.61	8.54

Otro punto importante es que debido a que un alto porcentaje de la población mayor de 12 años de edad ya se encuentran laborando, lo que impide que en muchas ocasiones puedan continuar con sus estudios.

Se busca crear espacios que permitan un desarrollo tanto cultural, intelectual, contendrá salones, biblioteca, salón de cómputo, espacios para talleres de dibujo técnico, de carpintería, electricidad, y un taller de agricultura.



Fuentes: <https://www.tierraadentro.cultura.gob.mx/arquitectura-social/>  
[http://www.elcolegiodehidalgo.edu.mx/descargas/revistas/archivos/Revista\\_Hgo\\_5.pdf](http://www.elcolegiodehidalgo.edu.mx/descargas/revistas/archivos/Revista_Hgo_5.pdf)  
<https://mexico.pueblosamerica.com/i/el-huixmi/>



# VIVIENDA DIGNA PARA TULANCALCO

Una vivienda digna alude a una edificación que permite a sus habitantes vivir de manera segura, confortable y en paz, se vincula a ciertas características estructurales y ambientales de la morada en cuestión. Contar con una vivienda digna, aumenta la calidad de vida de las personas que la habitan, teniendo acceso a todos los servicios básicos y a comodidades más necesarios para tener un descanso y vida digna.

## TULANCALCO

### Objetivo general

Plantear proyectos de remodelación para las viviendas existentes que así lo requieran y también la generación de nuevos prototipos de vivienda para implementar dentro de la comunidad.

La comunidad de Tulancalco ubicada en el municipio de Ajacuba, Hidalgo, se encuentra a 10 kilómetros en dirección Este de la localidad de Ajacuba.

A aproximadamente 40 minutos de la zona metropolitana de Pachuca y aproximadamente a 30 minutos de La Universidad La Salle campus La Concepción.

Cuenta con escasos 350 habitantes, en donde la misma lejanía con la ciudad han provocado el abandono y deterioro de la misma.

Se planea lograr el proyecto con la participación y el diálogo abierto con los habitantes de la comunidad. Se necesita hacer un estudio y análisis del sitio, para poder observar las diferentes deidades del lugar, las cuales van desde factores urbanos, constructivos, etc.

Tras haber obtenido esta información que dará respaldo a nuestro proyecto se procederá a realizar propuestas de diseños para la remodelación de las distintas viviendas.

De este modo consideramos que se podrá crear todo un entorno mucho más funcional, estético y útil para sus habitantes. Desde el diseño de sus mismos hogares.

## PROPUESTA DE VIVIENDAS PROPUESTA A BASE DE PALLETES

Para construir una casa con pallets, se necesitan aproximadamente 100 piezas, esto dependiendo los metros cuadrados a construir.

Los pallets al ser elementos pesados no es recomendable hacer el techo de este material, por lo que se necesitan desarrollar unas piezas para poder hacer la estructura y fijar láminas que permitan la ligereza así no generará sobrecargas.



Los pallets son armazones, hechos a base de madera, que suelen utilizarse, ya sea para carga o como soporte de algunas producciones.

Piso y muros: Ambos elementos se pueden construir con pallets, lo recomendable es aplicarle barniz de poliuretano para poderle brindar una mayor resistencia.

Durante todo el proceso de investigación, descubrimos que la zona estudiada se encuentra en condiciones marginales, ya que los servicios son mínimos, y hablando de las condiciones de vivienda también se encuentran en un estado deplorable. También se pudo observar la gran necesidad de etargar a los habitantes de una vivienda "digna", porque normalmente los programas sociales que existen para ayudar a diversas comunidades marginales, se crean con una concepción de hacer vivienda tipo, donde cuentan con lo mínimo para una persona, cuando en realidad dentro de estos espacios llegan a vivir hasta más de cinco personas dentro, están acostumbrados a vivir con el espacio mínimo, donde se pierde este sentido de vivienda digna.

### Dato curioso

En Tulancalco hay 80 viviendas, de las cuales:

- 95.24% cuentan con electricidad
- 75.00% tienen agua entubada
- 34.52% tiene excusado o sanitario
- 86.87% televisión
- 34.52% refrigerador
- 2.38% lavadora
- 36.67% automóvil
- 1.19% una computadora personal
- 3.57% teléfono fijo
- 20.15% teléfono celular
- 0.00% internet.

Álvarez Navarro Sharon Ranata | Zurita Contreras Francisco Javier | Enciso Quintanar Elech | Trejo Cruz Ángel | Ramírez Ojeda Jovanny

Fuente de información

Julián Pérez Parfo y Ana Gorday. Publicado: 2015. Actualizado: 2016. Definición de: Definición de vivienda digna (<https://definicion.de/vivienda-digna/>). Consultado: 11/04/2020. Tulancalco (Hidalgo). 12 mayo 2021. Recuperado de: <https://medios.pueblosincero.com/tulancalco/Poblacion>

# Vacunas contra el COVID-19 en México

Desde hace más de un año el mundo entero ha estado pasando por una de las pandemias más grandes del siglo XXI, la cual inició en Wuhan, China con miles de infectados de este desconocido virus llamado COVID-19 y que después de meses su expansión empezó a notarse por diferentes países de Asia y Europa a inicios del 2020, llegando incluso a afectar a América en muy poco tiempo.

Esta enfermedad fue tan rápida e imprevista que no se tenía ningún conocimiento acerca de ella, hasta meses después en los que diferentes países e empresas farmacéuticas pusieron manos a la obra y desarrollaron un gran número de vacunas enfocadas en proveer de defensas a las personas en el mundo entero.

Sin embargo, en diferentes países pero muy específicamente en México iniciaba la desinformación y confusión acerca de las vacunas, relacionándolas a diferentes situaciones muy fuera de contexto, provocando así el absoluto rechazo a la aplicación de las vacunas. Con esto han surgido diversas dudas acerca de qué vacuna es la correcta, cuál es la más eficaz, cual se está aplicando en México, etc.

## ASTRAZENECA

- Creada por la Universidad de Oxford en asociación con la compañía farmacéutica AstraZeneca. Principalmente la llaman "vacuna AZD1222".
- Eficacia del 63.09% posterior a la segunda dosis para prevenir la enfermedad COVID-19, en personas de 18 años y más.
- Es una vacuna "de vector viral". Toma como base otro virus (un adenovirus de chimpancé) que fue debilitado y genéticamente modificado para impedir que el coronavirus se reproduzca en el organismo humano.
- **Fácil de almacenar:** puede conservarse a la temperatura de un refrigerador, entre 2°C y 8°C, a diferencia de otras vacunas (se almacenan a largo plazo a temperaturas muy bajas).
- **Efectos secundarios:** dolor en el sitio de inyección, fatiga, dolor de cabeza, mialgia, artralgia y fiebre, (intensidad leve a moderada) resolviéndose dentro de las 48 horas posteriores a la vacunación.



## PFIZER

- Pfizer es una empresa farmacéutica alemana / estadounidense, empresa líder en la lucha contra el COVID-19.
- Se aplican dos dosis con un periodo de 21 días entre cada una.
- Para personas mayores de los 12 años.
- **Efectos secundarios:** suelen ser dolores musculares, enrojecimiento, hinchazón, cansancio, dolor de cabeza, entre otros. Son muy poco probables a largo plazo.



## CANSINO BIOLOGICS

- La vacuna ha sido probada, exitosamente, en estudios clínicos con 42,300 personas voluntarias en Pakistán, Rusia, Arabia Saudita, Chile, Argentina y México.
- No se han presentado reacciones adversas severas en ningún caso.
- Solamente se necesita de una dosis para su eficacia.
- Puede aplicarse a adultos mayores de 65 años.
- Fue probada con éxito en la población mexicana: 14,611 personas voluntarias en México participaron en el ensayo clínico fase 3.
- La Cofepris autorizó la vacuna para uso de emergencia en México el pasado 10 de febrero de 2021.



## ¿SABÍAS QUE...?



Es la **segunda vez** que se cancelan los Juegos Olímpicos en la historia. La última vez que se cancelaron los Juegos Olímpicos fue durante la **Segunda Guerra Mundial**, donde las dos competencias de los Juegos de 1944 fueron suspendidas. Los epidemiólogos hablan de la **lucha contra el coronavirus** como una guerra. En términos de historia olímpica, esa metáfora se ha convertido en realidad.

Fuentes: coronavirus.gob.mx, Forbes, Clinical Trial.

# arquitectura sustentable

## campaña de consientización

La arquitectura sustentable es un modo de concebir el diseño de manera sostenible mediante la búsqueda de la optimización de recursos naturales y sistemas de la edificación, como resultado se minimiza el impacto ambiental de la edificación sobre el medio ambiente; tiene que ver con un nuevo hombre que construye una nueva forma de vivir y de actuar en el mundo, desde esta perspectiva se concibe el espacio como un escenario no sólo del presente sino también del futuro en el que todos los habitantes coexisten en un espacio digno y armonioso.



### La problemática

La construcción es una de las industrias más dañinas para el medio ambiente, es la responsable de consumir el 50% de los recursos naturales y 40% de la energía en todo el mundo.

Existe una falta de interés por hacer arquitectura sustentable, la carencia de normatividades respecto al tema y la falta de incentivos para motivar la construcción de edificaciones ecológicas.

La problemática es la **desinformación** entre la sociedad y de desinterés por parte de las grandes compañías tanto constructoras como difusoras.



## Cifras y datos

a) La consideración de las condiciones climáticas, la hidrografía y los ecosistemas del entorno en que se construyen los edificios, para obtener el máximo rendimiento con el menor impacto.

b) La reducción del consumo de energía para calefacción, refrigeración, iluminación y otros equipamientos, cubriendo el resto de la demanda con fuentes de energía renovables y buena estrategia de orientación.

c) El cumplimiento de los requisitos de confort hidrotérmico, salubridad, iluminación y habitabilidad de las edificaciones.

d) La gráfica muestra la contribución de los materiales necesarios para la construcción de 1m sobre las emisiones CO2 asociadas en su fabricación.



## Ejemplo de nuevos materiales sustentables

### -Pisos:

- Para andadores peatonales y para circulación vehicular, ideales para grandes extensiones de superficie como parques, plazas, banquetas.
- Tiene acabado antiderrapante y agregados expuestos con medidas de 50 x 50.
- Piso de concreto reciclado elaborado con material producto de demoliciones. Disminuye un 50% de la huella de carbono.

## Conclusión

En un mercado que ya está recibiendo a una generación mucho más familiarizada con la sustentabilidad y el ambientalismo, ofrecer alternativas que marquen una diferencia es crucial. Por ello, enfocar los esfuerzos en la utilización de materiales sustentables es una buena estrategia para llamar la atención de quienes valoran el uso de técnicas amigables con el medio ambiente.

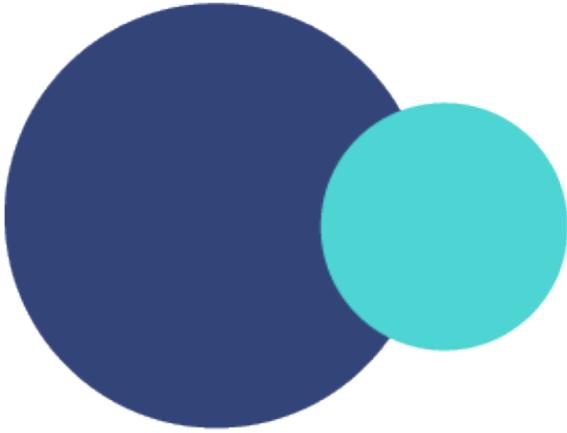
## Fuentes

SEMARNAT. (2012) Subsecretaría de Gestión para la Protección Ambiental. Unidad Protectora de la Capa de Ozono. Semarnat. México. Sitio web: <https://apps1.semarnat.gob.mx:8443/dgeia/informe18/tema/cap5.html#tema2>

Walsh, N. (11 de Enero, 2020). "Datos reales sobre la Arquitectura y la Crisis Climática". ArchDaily. Sitio web: <https://www.archdaily.mx/mx/931258/datos-reales-sobre-la-arquitectura-y-la-crisis-climatica>

IMAGEN 1 Fuente: Semarnat/DGOCARETC, 2013.

IMAGEN 2 Fuente: IPCC. Climate Change 2014: Impacts, Adaptation, and Vulnerability. Part A: Global and Sectoral Aspects. Contribution of Working Group II to the Fifth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change. Cambridge University Press. Reino Unido y Nueva York, 2014.



---

**Discriminación laboral contra la mujer**

**Violencia contra la mujer en la pandemia**

**Teletrabajo**



# DERECHO

Docente: Elma Karina Ibarra Villanueva

# DISCRIMINACIÓN LABORAL CONTRA LA MUJER

LA DISCRIMINACIÓN LABORAL ES CASI TAN ANTIGUA COMO EL PROPIO TRABAJO



1

## ¿Que es la discriminación laboral?

Situación en que un trabajador se ve perjudicado profesional, salarial o moralmente respecto a sus compañeros por motivos que no están directamente relacionados con su desempeño laboral.

2

## Discriminación por género

La discriminación de la mujer en el trabajo acá para muchos titulares en la actualidad. Este fenómeno abarca situaciones como la brecha salarial de género, esto es, las diferencias salariales entre hombres y mujeres o el déficit de mujeres en puestos directivos

3

## Desigualdad

Aún cuando las mujeres tengan la misma capacidad, niveles de estudios, formación, experiencia y desempeño que los varones, se ven en desventaja .

4

Las formas de discriminación son diversas, por ejemplo: 10.3% considera que ha tenido menos oportunidades de ascenso que un hombre, 9.2% declara que ha recibido un menor salario que un hombre que hace el mismo trabajo o está en el mismo puesto y 5.8% le han impedido realizar ciertas funciones porque están reservadas para los hombres



## LEY FEDERAL DEL TRABAJO

ART.133.queda prohibido a los patronos o a sus representantes:

5

XIV: exigir la presentación de certificados médicos de no embarazo para el ingreso, permanencia o ascenso en el empleo

V: despedir a una trabajadora o accionaria directa o indirectamente porque renuncie por estar embarazada, por cambio de estado civil o por tener el cuidado de sus hijos menores

Cada 5 días despiden a una mujer en México por ser mamá

6

## Art. 56 LFT

Las condiciones de trabajo basadas en el principio de igualdad sustantiva entre mujeres y hombres en ningún caso podrán ser inferiores a las fijadas en esta Ley y deberán ser proporcionales a la importancia de los servicios e iguales para trabajos iguales, sin que puedan establecerse diferencias y/o exclusiones por motivo de origen étnico o nacionalidad, sexo, género, edad, discapacidad, condición social, condiciones de salud, religión, opiniones, preferencias sexuales, condiciones de embarazo, responsabilidades familiares o estado civil, salvo las modalidades expresamente consignadas en esta Ley.

No permitamos el trato desigual para mujeres



# VIOLENCIA CONTRA LA MUJER EN LA PANDEMIA



## ¿QUE ES?

Es una de las violaciones de los derechos humanos más graves, extendidas, arraigadas y toleradas en el mundo. Las mujeres y las niñas sufren diversos tipos de violencia en todos los ámbitos de su vida y bajo múltiples manifestaciones.

## TIPOS DE VIOLENCIA



DISCRIMINACION Y DESIGUALDAD



PATRIMONIAL



ECONÓMICA



PSICOLOGICA

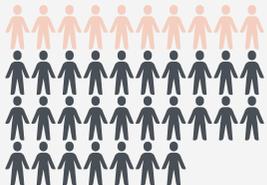


FISICA



SEXUAL

**37 mujeres fueron asesinadas durante abril de 2020 en el país**



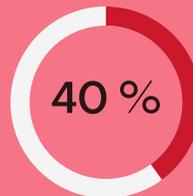
**11.2 mujeres por día**

El sistema telefónico de emergencia 911, reportó un total de 103,117 llamadas por violencia.

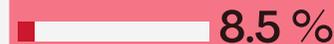
Linea Mujeres reportó 1,723 llamadas



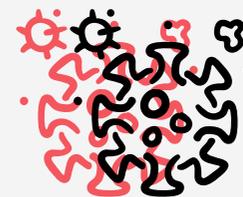
el 40% de las mujeres víctimas de violencia informan sus experiencias a los mecanismos formales



Los feminicidios crecieron un 8.5% en los primeros 100 días de la pandemia

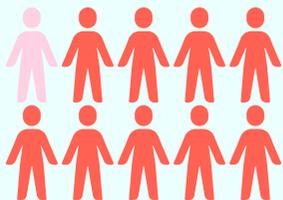


Del 28 de febrero al 13 de abril de 2020 se registraron 367 víctimas de feminicidio y 100 víctimas por COVID-19.



Las dos pandemias

# Teletrabajo



**"Los retos que implica el teletrabajo"**

Y sus posibles solución.

Que entre el empleador y el trabajador realicen un convenio modificatorio de las condiciones de trabajo; en el que ambos se comprometen a cumplir con el horario establecido en su contrato de trabajo, respetar las horas establecidas tanto trabajador que use las 8 horas de trabajo para su trabajo y que el empleador respete la hora de salida del empleado.

En el caso de que no se cumplan con estos horarios y condiciones establecidas, el empleado pueda y tenga oportunidad de reclamar lo que le podría corresponder.

Por ejemplo: el pago de horas extras.

Se pretende que, con estos convenios sean llevados a cabo de forma inmediata. Para los empleados que realizan home office cuenten con este respaldo.

## Derecho a la desconexión



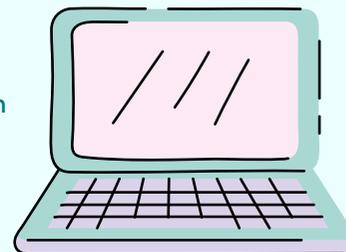
Buscamos un impacto en la conciencia del home office en un país en vías de desarrollo como es México.

El conocimiento y el mejor ejercicio de derechos y obligaciones por parte de trabajadores y empleadores.

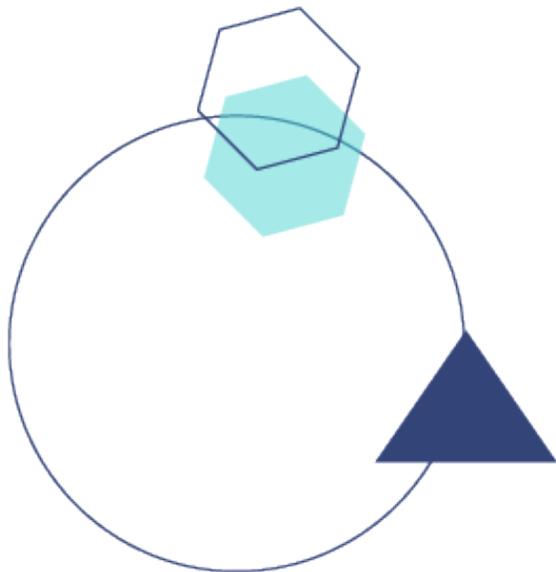
Lograr una mayor propagación de información respecto al tema y su viabilidad en Hidalgo y México.

Y, una mejor defensa de derechos por parte de ambas partes, pero sobre todo de los trabajadores, quienes siempre están en un plano dispar con respecto a sus empleadores.

Pedro Alejandro Santillán  
Héctor Rangel Amador  
Eleni Aretos Castillo  
Luis Ernesto Méndez  
Víctor Manuel Pontaza







---

**IVAVI: Cultura en Finanzas.  
Revista Digital**

# CONTADURÍA

Docente: Ángel Cisneros Contreras

# IVAVI

## Cultura en Finanzas

### REVISTA DIGITAL



**IVAVI NACE CON EL OBJETIVO DE COMPARTIR INFORMACIÓN DEL ÁMBITO ECONÓMICO**

abordando temas financieros, fiscales, administrativos, etc.



INEGI revela que el 70% de los mexicanos presentan problemas de índole financiera.

"En México, la escasa cultura financiera es una falla de mercado que contrarresta el crecimiento y desarrollo económico del país."

Bolsa Mexicana de Valores (BMV)



**MATERIALES HUMANOS**

Participación de alumnos. Nuevo equipo cada año. Son necesarias 5 alumnos para cubrir áreas básicas. Se necesita apoyo de la universidad.



**MATERIALES TECNOLÓGICOS**

El equipo de los alumnos. El número de la computadora por alumno. Se requiere apoyo de la universidad. Se requiere apoyo de la universidad para la compra de computadoras y licencias de Microsoft.

comunidad crítica e informada  
con el fin de generar una  
verdadera cultura en finanzas.

Se comparte por medios  
digitales para lograr mayor  
alcance y generar estadísticas  
cuantificables.



## IALES ÓGICOS

Desarrollará el  
contenido de la  
revista de  
investigación  
digital.  
Se requiere una  
computadora  
con acceso  
a Internet y  
equipada con  
Microsoft  
Office.

## PROMOCIÓN Y PUBLICIDAD

Uso de Redes Sociales.  
Generar base de  
seguidores.  
Se necesita apoyo para  
compartir publicaciones  
y realizar otros eventos.

## SISTEMA DE ORGANIZACIÓN

Se registrarán las actividades  
que se llevarán a cabo  
durante los meses posteriores,  
donde todas las creadoras de  
la revista tienen acceso  
mediante una invitación  
enviada a su correo.



## COLABORA CON IVAVI

Síguenos en:  
Revista IVAVI



@revista.ivavi

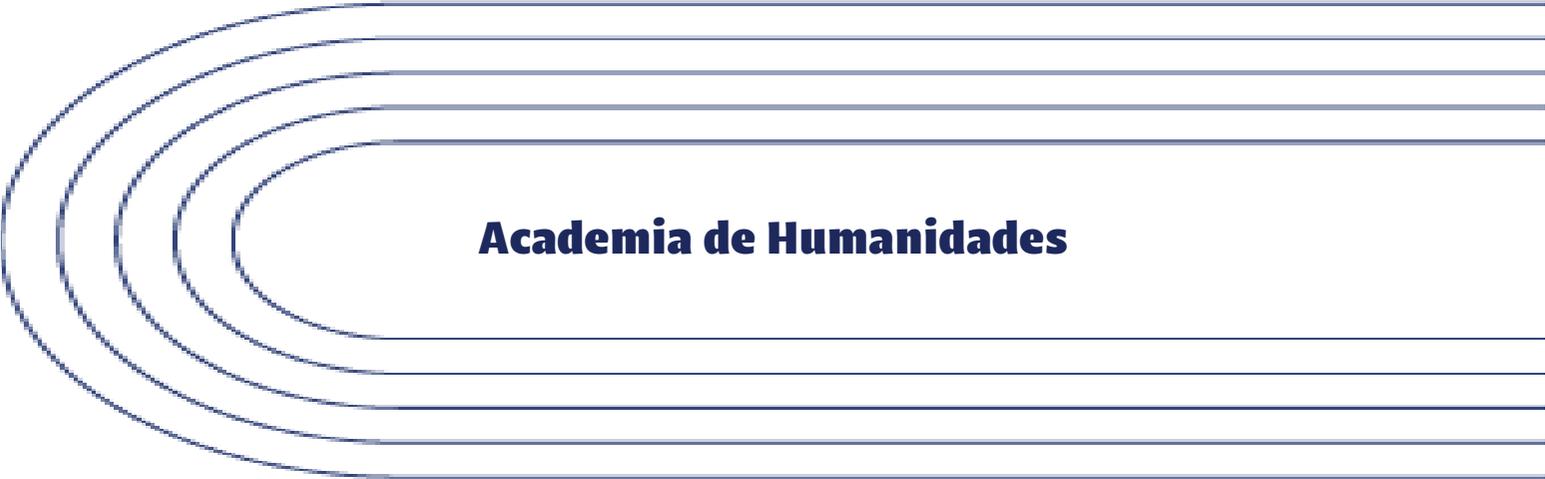


correo electrónico:  
revista.ivavi@gmail.com



Fuentes: Abadía, E., & Alcoraz, L. R. (2006). Revistas científicas digitales: características e indicadores. *RUSC. Universities and Knowledge Society Journal*, 3(1), 20. Obtenido de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1970697>. Cabrera Ignacio, E., Cupul Rosado, C. A., & Moo-Novelo, C. (2007). Conocimiento y cultura fiscal que poseen los trabajadores asalariados sobre sus obligaciones fiscales. Obtenido de: [http://www.ecorfan.org/actos/A%20T%20III/A%20TIII\\_7.pdf](http://www.ecorfan.org/actos/A%20T%20III/A%20TIII_7.pdf). Moreno, P. G. LA CULTURA FISCAL Y SUS EFECTOS ECONÓMICOS Y SOCIALES EN MÉXICO, 2000-2013. TESIS DOCTORALES EN CIENCIAS SOCIALES, 232.

JANET BADILLO PATRICIA HERNÁNDEZ SUZETTE MEDINA



# **Academia de Humanidades**

## **Presidenta de Academia**

Claudia Elena Aurora Cárdenas Demay

## **Docentes**

Juan Carlos Gómez Ríos

Luz María Hidalgo Lugo

Haidy Ramos Cruz

Elma Karina Ibarra Villanueva

Ángel Cisneros Contreras

## **Edición**

Jessica Nayely Enciso Arredondo



**–Tú eres parte del milagro–**