



CONTENIDO

A FONDO

VIDA ESCOLAR

01

*Iniciamos el Ciclo Escolar
con la Eucaristía de
Viernes Primero de Mes*

02

**ACTO CONMEMORATIVO
POR EL DÍA DE LA
INDEPENDENCIA**

03

**Las Mujeres en la Lucha por la
Independencia de México:
Heroínas Olvidadas
que Cambiaron la Historia**

06

**140 aniversario de la fundación
de la Congregación HPSSC**

07

DÍA DE LA RAZA

08

**DÍA INTERNACIONAL DE LA
LUCHA CONTRA EL
CÁNCER DE MAMA**

09

XII Festival de Órgano en Zamora

10

**Semana Vocacional
2024**

La Reforma Judicial en México:
Una entrevista con el Lic.
Francisco Barrera García

14

**¿Qué se siente ser alumno de
nuevo ingreso en el CEJA?**

17

**¿Qué significa estar en
tu último año de prepa
o de secundaria?**

22

LUPA ACADÉMICA

**BENEFICIOS DE
LA LAVANDA**

27

LAVÁNDULA ANGUSTIFOLIA

**Uso medicinal de la MARIHUANA
EN PACIENTES CON TEPT**

30

INTERSTELLAR

33

JUVENTA*
ÓRGANO DE DIFUSIÓN
DEL CENTRO ESCOLAR
JUANA DE ASBAJE
ZAMORA, MICH.

Directora General
Ma. Leticia Ríos Hernández
Coordinadores:
Rodrigo Méndez Navarro
Paloma Méndez Pacheco

SEPTIEMBRE – OCTUBRE 2024

*Las opiniones emitidas en Juventa son responsabilidad de
quienes las emiten y no representan necesariamente el punto
de vista de la institución.

Iniciamos el ciclo escolar con la Eucaristía de Viernes Primero de Mes

El 6 de septiembre, la comunidad educativa del Centro Escolar Juana de Asbaje (CEJA) retomó la tradición de los viernes primeros de mes y encomendó el curso escolar 2024-2025 al Sagrado Corazón de Jesús. La homilía giró en torno a la parábola de los odres y el vino nuevo, resaltando la necesidad de apertura ante la novedad del mensaje evangélico, en contraste con la actitud de los fariseos, tan aferrados a la tradición que eran incapaces de reconocer los signos de Jesús:

En aquel tiempo, los fariseos y los escribas le preguntaron a Jesús: “¿Por qué los discípulos de Juan ayunan con frecuencia y hacen oración, igual que los discípulos de los fariseos, y los tuyos, en cambio, comen y beben?”

Jesús les contestó: “¿Acaso pueden ustedes obligar a los invitados a una boda a que ayunen, mientras el esposo está con ellos? Vendrá un día en que les quiten al esposo, y entonces sí ayunarán”.

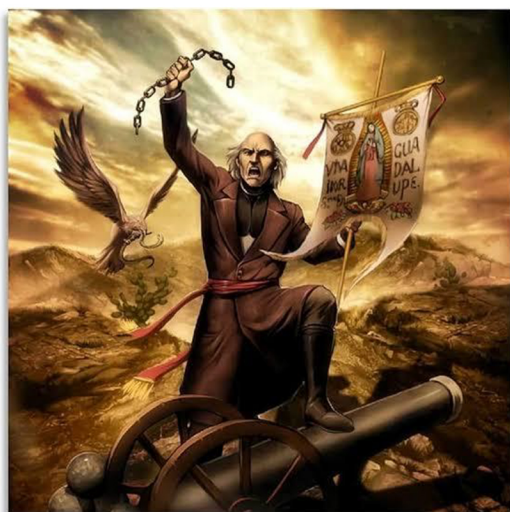
Les dijo también una parábola: Nadie rompe un vestido nuevo para remendar uno viejo, porque echa a perder el nuevo, y al vestido viejo no le queda el remiendo del nuevo. Nadie echa vino nuevo en odres viejos, porque el vino nuevo revienta los odres y entonces el vino se tira y los odres se echan a perder. El vino nuevo hay que echarlo en odres nuevos y así se conservan el vino y los odres. Y nadie, acabando de beber un vino añejo, acepta uno nuevo, pues dice: El añejo es mejor. (Lc 5, 33-39)

El pasaje destaca la importancia de adaptarse a las nuevas enseñanzas y de no aferrarse a formas que ya no pueden contener la plenitud de la nueva realidad que trae el Reino de Dios. Su mensaje nos invita a renovarnos constantemente, a estar abiertos al cambio y a recibir las nuevas oportunidades que la vida y Dios nos ofrecen. No podemos aferrarnos a viejas formas o pensamientos si queremos acoger plenamente el mensaje evangélico que viene a transformar nuestra vida.



ACTO CONMEMORATIVO POR EL DÍA DE LA INDEPENDENCIA

El martes 17 de septiembre se celebró el acto cívico conmemorativo del inicio del movimiento de independencia convocado en 1810 por el cura Miguel Hidalgo* con el famoso “Grito de Dolores”, que llamaría al pueblo de México a levantarse en armas contra el yugo español.



Aunque su plan era derrocar al virrey y así traer al rey de España para que gobernara nuestro territorio, éste sería el camino que nos llevaría a nuestra independencia, la cual culminaría 11 años después, el 27 de septiembre de 1821, con Guadalupe Victoria como el primer presidente del México independiente.

*Dato Curioso:

El nombre original de Miguel Hidalgo era **Miguel Gregorio Antonio Ignacio Hidalgo y Costilla Gallaga Mandarte y Villaseñor**.

De hecho, algunos personajes de la historia llegaron a tener hasta 38 nombres. Esto se debía a la tradición cristiana europea en la que cada santo nombrado significaba mayor protección, además de que se debía preservar el nombre del padre, del abuelo, etc., para evocar la estirpe, e incluso se hacía referencia a personajes importantes de la época en que se nació.

Las Mujeres en la Lucha por la Independencia de México: Heroínas Olvidadas que Cambiaron la Historia

Cuando hablamos de la independencia de México, los nombres que suelen venir a la memoria son los de Miguel Hidalgo, José María Morelos o Vicente Guerrero; sin embargo, hay un aspecto crucial que a menudo se pasa por alto: Las mujeres, heroínas anónimas que arriesgaron sus vidas, desafiaron los roles tradicionales y aportaron a la lucha por la libertad de formas diversas: ya sea como conspiradoras, informantes, espías, combatientes o proveedoras de apoyo logístico. Aunque no siempre fueron reconocidas, su impacto fue fundamental para el éxito insurgente.



Las Mujeres Más Conocidas y su Impacto en la Lucha de la Independencia

Una de las mujeres más conocidas de la independencia es **Josefa Ortiz de Domínguez**, conocida como “La Corregidora”, (esposa del corregidor de Querétaro, Miguel Domínguez), utilizó su posición para facilitar las reuniones clandestinas donde se planificaba la rebelión.

Al descubrir la conspiración, ella alertó a los insurgentes, acelerando el inicio de la lucha por la independencia; su valentía fue crucial.

Otra figura importante en la lucha fue **Leona Vicario**, primera periodista de México que apoyó económicamente a los insurgentes y actuó como espía, arriesgando su vida para transmitir información crucial; A pesar de ser capturada varias veces, nunca traicionó.

En el campo de batalla, mujeres como “**La Capitana**” **Manuela Medina** y **Altagracia Mercado** se destacaron por liderar y resistir valientemente contra las fuerzas realistas en distintas batallas insurgentes.

Entre las mujeres comunes destaca **María Soto “La Marina”**, quien fabricaba cartuchos para los insurgentes y cuidaba a los heridos en batalla. Otras, como **Ana Villegas**, ayudaban a los combatientes a escapar y se aseguraban de que las fuerzas insurgentes contaran con los recursos necesarios.



El Papel Invisible de las Mujeres Comunes

Más allá de estas figuras icónicas, miles de mujeres anónimas también desempeñaron un rol esencial en la independencia, mientras algunos hombres luchaban en el campo de batalla, las mujeres asumieron roles cruciales en las ciudades y pueblos, apoyando a los insurgentes con alimentos, ropa y refugio; en muchos casos actuaron como espías, aprovechando que las autoridades no las consideraban una amenaza, lo que les permitió obtener y transmitir información vital para el movimiento.



Un Legado de Valor y Resistencia



La lucha de las mujeres por la independencia de México no solo fue una batalla por la libertad política, sino también un desafío a los roles tradicionales de género. Estas mujeres rompieron con las expectativas de su tiempo, mostrando que la valentía y el patriotismo no eran cualidades exclusivas de los hombres.

El reconocimiento de su papel en la historia es esencial para comprender la magnitud de la gesta independentista. Su coraje y compromiso nos recuerdan que la independencia no fue obra de unos pocos héroes, sino el resultado del esfuerzo colectivo de un pueblo que, sin importar su género, estaba dispuesto a luchar por su libertad.



140 aniversario de la fundación de la Congregación HPSSC



El viernes cuatro de octubre se celebró la segunda misa del ciclo escolar 2024-2025, la cual tuvo un motivo especial: el aniversario número 140 de la congregación de Hermanas de los Pobres, Siervas del Sagrado Corazón, fundada el cuatro de octubre de 1884 por el obispo José María Cázares y Martínez, con 12 jovencitas provenientes de Sahuayo: María del Refugio Villaseñor, Emilia Zepeda, Ma. de los Dolores Gutiérrez, Ma. de Jesús López, las hermanas Dolores y Jacoba Del Río, así como Concepción y Ma. Guadalupe Arreguá, Ignacia Osio, Rosario Zepeda, María Álvarez y Petra Sánchez.

Damos gracias a Dios por todas las bendiciones derramadas a través de ellas y de todas las generaciones de religiosas de esta querida Congregación, cuyo testimonio de vida y entrega se ven reflejadas en nuestra vida y en la de tantas instituciones educativas que conforman la gran Familia Cazariana. Felicidades y enhorabuena.





El 12 de octubre es una fecha en la que se festeja internacionalmente el día del respeto por la diversidad cultural, recordando la llegada de Cristóbal Colón a América en 1492.

Si bien ha sido un acontecimiento que se celebra desde hace varias décadas en la mayoría de los países de Hispanoamérica y Estados Unidos, últimamente ha sido motivo de acalorados debates ya que muchos argumentan que en realidad celebra el sometimiento y la eliminación de los pueblos indígenas y de sus culturas, afectando de manera irreversible el proceso de evolución natural de los pueblos originarios de América.

La forma de recordar esta fecha ha cambiado a través del tiempo y actualmente sirve para concientizar acerca de la riqueza cultural de los diversos grupos étnicos no sólo de nuestro continente, sino del mundo entero y de la necesidad de conocer y convivir en armonía porque, más allá de nuestras diferencias, todos pertenecemos a una misma raza: la humana, capaz de empatía, respeto y solidaridad como ninguna otra especie en el planeta.



DÍA INTERNACIONAL de la Lucha contra el CÁNCER DE MAMA

Desde 1988 la Organización Mundial de la Salud (OMS) designó el mes de octubre para concientizar al mundo acerca del cáncer de mama. Aunque es conocido como el mes rosa, por su referencia a la mujer, esta enfermedad puede afectar tanto a mujeres como a hombres, solo que en diferente medida.

El cáncer de mama es el tipo de cáncer más común, llegando a cobrar alrededor de medio millón de vidas al año en todo el mundo.

En el CEJA no nos quedamos con los brazos cruzados pues sabemos que estar bien informados es la mejor manera de prevenir ésta y todas las enfermedades. Con este fin, el 10 de octubre nos visitó un grupo de especialistas, quienes nos hablaron acerca de las causas, los síntomas, los tratamientos y la forma de prevenir este tipo de cáncer.





XII Festival de Órgano en Zamora

En el marco del decimosegundo Festival Internacional de Órgano de Zamora, los estudiantes de 2° de Secundaria asistieron al Santuario de Nuestra Señora de Guadalupe para participar en un concierto didáctico dirigido por el maestro Ramón Barajas Padilla, en el que pudieron apreciar diversas composiciones musicales con este majestuoso instrumento.



Fotografía: Alejandro Torres

Además de su increíble estructura arquitectónica, el Santuario Guadalupano es reconocido a nivel internacional por albergar uno de los órganos tubulares más grandes de Latinoamérica; el diseño de este complejo instrumento es de manufactura alemana, con una capacidad de 3 mil 500 voces o sonidos.

Los alumnos que asistieron no solo se maravillaron como espectadores sino que tuvieron la oportunidad de participar con sus melódicas deleitándose con la variedad de sonidos de este tipo de música, cuya sensación es para muchos la más celestial que haya logrado el ser humano.

Escucha el concierto:

<https://www.instagram.com/juventa.institucional>

Semana Vocacional 2024

Durante la semana vocacional 2024, tuvimos un panel vocacional en el que participaron personas con distintas vocaciones, destacando la idea de que toda vocación implica compromiso y servicio.



Matrimonio, soltería o vida consagrada: diversos caminos para un mismo fin: el Amor.

Los ponentes compartieron perspectivas únicas sobre la vocación, abordando la soltería, la vida religiosa y el matrimonio como caminos valiosos para la realización personal, el servicio a los demás y en el compromiso con Dios. La pareja nos habló sobre el matrimonio como un llamado a amarse y acompañarse en la fe, superando juntos los retos que la vida les presenta.

Tanto las religiosas como el sacerdote y el seminarista coincidieron en que la vida consagrada es un camino de amor y dedicación plena a Dios a través del servicio de los demás.

El sacerdote nos explicó que la soltería puede ser un tiempo de autoconocimiento, para desarrollar habilidades y acercarse más a Dios, preparando el corazón para un compromiso mayor, ya sea en la vida religiosa, matrimonial o incluso para una misión personal de servicio.



Se abordó un tema preocupante, el distanciamiento de los jóvenes hacia la religión y hacia Dios. Compartieron que muchos jóvenes perciben la vida espiritual como una carga o como algo incompatible con sus intereses y aspiraciones modernas.

Sin embargo, los panelistas explicaron que la vocación es, en esencia, un camino de realización y felicidad genuina. “Alejarse de la fe es como ignorar una brújula que guía y da sentido a nuestras decisiones y a nuestros días”, expresó una de las religiosas.

(Un Recorrido de Conocimiento y Experiencia) Los participantes narraron su camino espiritual, destacando que alcanzar el nivel de paz y claridad en la vocación requiere tiempo y esfuerzo.

A través de estudio, oración, experiencias de misión y momentos de incertidumbre, cada uno de ellos se ha ido forjando, encontrando en su vocación no solo una realización personal, sino también una responsabilidad hacia los demás.

La pareja compartió cómo la fe en Dios los ha ayudado a superar dificultades y a fortalecer su relación, reconociendo que el esfuerzo ha sido recompensado con la estabilidad y la paz en su familia.

El seminarista concluyó: “Toda recompensa implica un gran esfuerzo. Es un compromiso continuo y exige sacrificios, pero el fruto de una vida entregada al servicio de los demás es invaluable”.



Los panelistas dirigieron un último mensaje a los jóvenes presentes: La vocación es un regalo y una responsabilidad.

Cada uno de nosotros tiene un llamado único y especial, que puede hacer del mundo un lugar mejor y más justo.

Todos hicieron un llamado a los jóvenes a no temer explorar su relación con Dios y a recordar que cada esfuerzo en la vida, especialmente en el camino de la fe, siempre tendrá una recompensa que va más allá de lo material y visible.

2ºda Feria Vocacional



Escucha la opinión estudiantil del CEJA!

<https://www.instagram.com/juventa.institucional>



La Reforma Judicial en México: una entrevista con el Lic. Francisco Barrera García

La reforma judicial en México es un tema que ha generado debate en diversos sectores. Por ello el equipo Juventa entrevistó al Lic. Francisco Barrera García, profesor de Derecho, quien nos explicó de manera detallada en qué consiste esta reforma y cuáles serían los posibles impactos en el sistema de justicia del país.



La reforma judicial y su propósito

El Lic. Barrera explicó que la reforma judicial se centra en uno de los tres poderes que conforman el sistema político mexicano: el Poder Judicial. Recordó que el sistema está estructurado en tres poderes (Ejecutivo, Legislativo y Judicial) para mantener un equilibrio y evitar la concentración de poder. Este esquema, introducido desde la eliminación de la monarquía, asegura que el control no esté en manos de una sola entidad.

En el contexto actual, **la reforma plantea que el pueblo pueda elegir, mediante votación popular, a jueces, magistrados y ministros de la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN).**

Este cambio es considerable, ya que hasta ahora los cargos en el Poder Judicial no eran elegidos directamente por el voto ciudadano, a diferencia del Ejecutivo y el Legislativo. **La reforma, según explicó el Lic. Barrera, busca acercar el sistema de justicia a la ciudadanía, pero no sin enfrentar ciertos desafíos.**

Los cambios propuestos y sus implicaciones

Entre los cambios más significativos de la reforma está **la posibilidad de que personas sin la experiencia técnica adecuada puedan llegar a puestos judiciales de alta responsabilidad.**

El Lic. Barrera señaló que, si bien la idea de evolución y mejora en el sistema judicial es positiva, este modelo podría llevar a que personas sin los conocimientos jurídicos y técnicos necesarios lleguen a estos cargos debido a su popularidad, en lugar de su preparación.

Actualmente, para ocupar un cargo en el Poder Judicial, es necesario haber construido una carrera a través de diversos niveles de responsabilidad, pasando por exámenes y procesos rigurosos que aseguran la competencia del candidato. En palabras del Lic. Barrera, **“no necesariamente el que apoya el pueblo es la persona idónea para ocupar esos cargos”**, por lo que este cambio podría traer riesgos si no se asegura una formación adecuada de los jueces electos.

La importancia de la información verificada

El Lic. Barrera enfatizó que, en un país con problemas de desinformación y desigualdad, los ciudadanos deben ser cuidadosos al informarse sobre el tema. Como ejemplo, mencionó **la posibilidad de que los votantes pudieran decidir sobre el pago de impuestos**, en cuyo caso, **la mayoría probablemente optaría por no pagar**, aunque esto no necesariamente sea lo mejor para el desarrollo del país.

Esta analogía subraya la importancia de analizar el impacto de cualquier reforma desde una perspectiva informada. **No siempre lo que la mayoría considera beneficioso lo es en realidad.**

El Lic. Barrera destacó que **la falta de interés y conocimiento** en temas de esta magnitud **podría llevar a decisiones que no favorezcan a todos los sectores de la sociedad.**

Participación juvenil informada en el debate

Para finalizar, el Lic. Barrera invitó a los jóvenes a participar activamente en el debate sobre la reforma judicial. Recomendó estar informados, leer sobre los detalles y propuestas de la reforma, y buscar fuentes confiables que ofrezcan un análisis profundo del tema. Además, **sugirió que los jóvenes interesados en la justicia y los derechos constitucionales también pueden proponer sus propias ideas para mejorar el sistema.**

En conclusión, el Lic. Francisco Javier Barrera García nos brinda una visión completa sobre la reforma judicial y sus posibles repercusiones. Su mensaje para los jóvenes es claro: **informarse y formar una opinión fundamentada es clave para participar activamente en los cambios que podrían moldear el futuro de México.**

Este artículo aborda la reforma con un lenguaje adecuado para un público juvenil que busca comprender los temas de actualidad de manera profesional y clara.



Escucha la Entrevista en Instagram:

<https://www.instagram.com/juventad.institucional>



¿Qué se siente ser alumno de nuevo ingreso en el CEJA?

Preguntamos a los alumnos de primero de secundaria y de primero de preparatoria

¿Cómo te sientes en tu primer año de secundaria?



Anonimo de 1E:
Me siento equis, aceptable. 😊

Luis de 1B:
Siento nostalgia porque extraño a mis amigos, pero me siento bien :)

Leonardo de B:
Me siento nervioso por conocer gente nueva. 😬

Belén de 1B:
Me siento bien y emocionada porque voy a aprender cosas nuevas! 📝

¿Cómo te sientes en tu primer año de Preparatoria?



Emilio de 1F:
Me siento confiado. 😎

Juan Pablo de 1F:
Me siento bien porque ya estuve aquí en secundaria. ✌️

Lya de 1A:
Me siento angustiada por muchos cambios y porque tengo que empezar a desarrollar mi vida profesional... pero me siento muy feliz! 😊

¿Te gustan las instalaciones de la escuela? ¿Qué opinas de ellas?



Anonimo de 1E:
Me gustan! Lo mejor son los baños porque pensaron en que a las niñas nos gusta vernos en el espejo y tiene lo necesario. 😘

Luis de 1B:
Me gusta que hay variedad de cosas y puedo estar en lugares sin sentirme apretado. 😞

Leonardo de 1B:
Me gustan porque son limpias y cómodas. 😊

Belén de 1B:
Me gustan porque tiene mucha naturaleza. 🌳

¿Te gustan las instalaciones de la escuela? ¿Qué opinas de ellas?



Emilio de 1F:
Siento que están muy bien. 👍

Juan Pablo de 1F:
Me gustan pero le agregaría una cancha de básquet de duela. 🤔

Lya de 1A:
Me gustan, pero mejoraría los baños y también más espacio para la cafetería. 🙌

¿Ya te acoplaste?
¿Ya tienes amistades?



Anonimo de 1E:
Sí!!! Ya tengo amigas nuevas.

Luis de 1B:
Sí, ya tengo amigos nuevos y me la paso bien!

Leonardo de 1B:
Ya me acoplé y tengo muchos amigos.

Belén de 1B:
Ya me acoplé y me siento bien!

**¿Ya te acoplaste a prepa?
¿Tienes nuevas amistades?**



Emilio de 1F:
Ya tengo amigos de todos los grados.

Juan Pablo de 1F:
Ya me acoplé a prepa y tengo varios amigos!

Lya de 1A:
Ya tengo más amigos y estoy consciente de que ya estoy en prepa.

**¿Cuál es tu materia favorita?
¿Y por qué es tu favorita?**



Anonimo de 1E:
Biología! Porque el maestro hace las clases divertidas! 🌳

Luis de 1B:
Matemáticas porque me gustan las matemáticas.

Leonardo de 1B:
Matemáticas porque me siempre me ha gustado! $\frac{12}{34}$

Belén de 1B:
Matemáticas porque aprendo mucho de eso.

¿Cuál es tu materia favorita?
¿Y por qué es tu favorita?



Emilio de 1F:
Matemáticas, química y música.

Juan Pablo de 1F:
Matemáticas porque el profesor es
un buena onda.

Lya de 1A:
Matemáticas, artísticas y laboratorio



¿Qué significa estar en tu último año de prepa o de secundaria?

(Alumnos de tercero de secundaria y de tercero de prepa)

Sabemos que es una etapa llena de diversas emociones que nos genera un torbellino impresionante.

Para muchos de nosotros, es dar por finalizada una etapa que nos llevó tres años de nuestras vidas, donde en este camino, conocimos, reímos, experimentamos, lloramos y aprendimos diversas cosas, que cada uno lleva guardado en su corazón y mente.

Es por ello que el equipo JUVENTA nos dimos la tarea de averiguar qué pasa por la mente y el corazón de quienes atraviesan esta etapa, tanto en la secundaria como en la prepa.

A continuación te compartimos las respuestas de algunos de tus compañeros.

¿Cómo te sientes respecto a que ya es tu último año?

Secundaria

Me siento nostálgico, un poco triste, debido a que ya no voy a ver a algunos de mis compañeros; eso me genera desagrado

- Emilio Rodiles Lúa



Pues me encuentro feliz ya que mi siguiente nivel es prepa, pero por otra parte también me encuentro nostálgica porque me pueden separar de mis compañeros.

Nervioso ya que no sé qué es lo que me espera en prepa, o qué es lo que puede pasar.



Me siento feliz en cierta parte por qué es el último año, pero al mismo tiempo me siento triste por el mismo motivo, y porque ya me voy a universidad.

- Ricardo Miranda



Emocionada por todo lo que viene, pero en general, tengo muchas emociones.

-Anneth Ríos 18

Prepa



Me siento relativamente bien, de igual forma siento nostalgia porque conocí muchas personas aquí, de las cuales me debo de despedir

- Milagros Ayala 1A

Qué es lo que más vas a extrañar?

En lo personal, yo voy a extrañar a los maestros, porque generé buenos vínculos con ellos.

- Emilio R.L. de Sec

Yo considero que mis amigos, porque llevo tres años con ellos y tal vez ya no, nos toque juntos.

- Anónimo de Sec

A todas las amistades que hice dentro de la prepa.

Los salones, porque para mí son instalaciones cómodas.

Y algunos amigos.
- Anónimo de Sec

Pues yo creo que todo en general, amigos, compañeros, maestros.

Todo lo que fue prepa.

- Annetth de 1B prepa

Voy a extrañar a mis amigos, a las personas con las que tuve trato aquí, incluyendo maestros o compañeros en general.

- Milagros de 1A prepa

Pues, que les echen ganas a las materias, y que procuren no irse a ningún extra para que no se queden a repetir secundaria.
- anónimo de Sec

Cuándo entre a prepa les confirmo si los rumores eran ciertos, aprecien las instalaciones de la escuela, y hagan diversos amigos para su futuro salón en prepa.
- Anónimo de Sec

¿Qué consejo les darías a los que van en grados más abajo que tú?

Que sepan organizarse, siento que si te sabes organizar puedes hacer todo lo que ocupas en tu día. Mi opinión es que la clave está en la organización.
- Cristian de 1B prepa

Mi consejo es que tengan resiliencia para poder avanzar con éxito estos años de preparatoria, y tengan una buena organización, sin dejar nada al último para obtener buenos resultados.
- Milagros de 1A prepa

Que aprovechen su tiempo, porque oportunidades solo hay pocas en la vida.
- Anneth de 1B prepa

Llegamos a la conclusión de que en general, los alumnos sienten la misma emoción por descubrir qué es lo que viene para cada uno de ellos en la siguiente etapa de estudios, pero sobre todo nos dimos cuenta de que hay algo que puede llegar a jugar un papel muy importante en el futuro y es la nostalgia.

Estar por “brincar” a una etapa desconocida y decir adiós a tres años de tu vida donde compartiste tanto de ti con diversas personas, no es para nada sencillo. Sin embargo, debemos ir siempre adelante y cumplir con éxito nuestro propósito en la vida. Somos alumnos del CEJA y llevamos buenas raíces para obtener grandes resultados.





BENEFICIOS DE LA LAVANDA

LAVÁNDULA ANGUSTIFOLIA

El 6 de septiembre del 2024, en la preparatoria “José Sixto Verduzco”, uno de los equipos de trabajo realizó la aplicación de un método científico, se eligió como fenómeno de estudio, las pantas, de manera específica, la lavanda, se inclinaron en saber cual es la función medicinal. Para hacer posible esta investigación, en primer lugar, se plantearon tres hipótesis:

1. Problemas gastrointestinales.
2. Aliviar dolor en las articulaciones.
3. Cuidado personal.

También se indagó en algunas fuentes escritas para saber con más precisión que contiene y que funciones cumplía esta planta medicinal. Se encontró que la lavanda cuenta con una gran cantidad de propiedades las cuales provienen de sus principios activos, entre los que están los flavonoides, taninos, cumarinas y fitoesteroles.

Al igual que se encontró que esta ayuda con problemas gastrointestinales, acelera la curación de heridas y sirve como relajante. En seguida, se realizaron tres experimentos para lograr comprobar nuestras hipótesis ya planteadas.

En el salón de clase se encendió un incienso, en seguida, se les untó un aceite de lavanda en las sienes a personas que ayudaron en esta investigación, de una manera rápida comenzaron a padecer de sueño y se sintieron relajados, debido a que se encontraban estresadas pues habían estado en clase de matemáticas.



A lo lejos se pudo escuchar a una persona comentando que se le había descongestionado la nariz, pues se encontraba enferma.

En este punto ya se había logrado comprobar algunas de las hipótesis; sin embargo, aún no se tenía el dato de si realmente ayudaba con problemas gastrointestinales, para ello se realizó un té de lavanda y lo ingirió una persona que en ese momento presentaba molestias estomacales, alrededor de 30 minutos, las molestias desaparecieron casi con su totalidad, esta misma persona comentó que hace meses atrás se aplicaba aceite de lavanda para la curación de heridas, y en un corto periodo de tiempo comenzó a notar que su herida sanaba de forma rápida, con este mismo aceite le agregaba de 10 a 15 gotas a su shampoo, después de unos días comenzó a notar que su pelo estaba más brillante y con una mejor textura.

Con esta serie de experimento se logró comprender que la lavanda tiene un olor peculiar a notas persistentes florales, aromáticas frescas, y con cientos matices que recuerdan a una familia amaderada.

Por otra parte se logró entender que si contiene un cierto aroma que te relaja, sin embargo, cabe recalcar que este olor no es agradable para todas las personas, puesto que algunos presentan molestia o dolor de cabeza con este olor, debido a que esta planta contiene linalool, el cual es un compuesto orgánico presente en una variedad de plantas, se ha mostrado un creciente interés en la comunidad científica y de aficionados por sus efectos en el aroma y sabor de diferentes especies vegetales, incluida el cannabis.



Gracias a esta investigación documental y experimental, se logró validar algunas de las hipótesis, entre ellas se encuentra, que la lavanda ayuda a eliminar casi en su totalidad problemas gastrointestinales, la lavanda es utilizada para el cuidado personal, en específico para el cabello.

Durante esta investigación documental, se encontró que la lavanda normalmente es utilizada como relajante, para comprobar esta teoría se realizó el experimento del incienso, en cual resultó exitoso, y se logró comprobarlo, por último, también se logró validar que si es de gran ayuda al momento de sanar heridas, ya que ayuda acelerar este proceso.

Como era de esperarse, no todas las hipótesis fueron validadas, y solo una rechazada, la cual consistía en que aliviaba el dolor en las articulaciones, se rechaza la teoría de que la lavanda disminuya el dolor en las articulaciones.

Bibliografía:

Whitlock c,2023, (pp 126-127).

Brotanicum Medicinal.



Extracto artículo científico sobre la lavanda realizado por alumnos del grupo 2°B de preparatoria:

Aguilera Álvarez AMAIRANI MARIANA
 Álvarez Cruz SANDRA REGINA
 Cázares Carmona CAMILA BELÉN
 Hernández Núñez STEPHANY
 Quintana Rodiles ANDREA RENATA
 Rodríguez Méndez ARANTZA NOEMÍ
 Zavala Hernández MARÍA FERNANDA

Clase de Biología impartida por el PROF. VÍCTOR MANUEL RAMÍREZ



Uso medicinal de LA MARIHUANA EN PACIENTES CON TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)

El tema elegido para desarrollar fue “La marihuana”, con enfoque en la marihuana medicinal en pacientes que sufren de síntomas de ansiedad causados por trastorno de estrés postraumático.

En la investigación se busca información de diversas fuentes para entender y explicar la cuestión inicial: **¿Cuál es el impacto del uso de marihuana medicinal en la reducción de síntomas de ansiedad en pacientes con trastorno de estrés post traumático?** Se plantean tres hipótesis: El uso de marihuana medicinal reduce significativamente los síntomas de ansiedad en pacientes con trastorno de estrés postraumático, mejorando su calidad de vida y funcionamiento diario.

Los pacientes con TEPT que utilizan marihuana medicinal rica en CBD experimentan una mayor reducción en los síntomas de ansiedad en comparación con aquellos que utilizan cepas ricas en THC; La marihuana medicinal es efectiva para reducir la ansiedad en pacientes con TEPT, pero su uso prolongado puede llevar a una disminución de la efectividad y a la necesidad de aumentar la dosis para lograr los mismos efectos.



Se encuentra que el término marihuana hace referencia a las hojas secas, flores, tallos y semillas de la planta *Cannabis sativa* o *Cannabis indica*. La planta contiene tetrahidrocannabinol (THC) y cannabidiol (CBD), entre otros compuestos similares. La principal diferencia entre estos dos cannabinoides es que el THC es psicoactivo y el CBD no.

El THC provoca una sensación de placer y bienestar cuando se utiliza con fines recreativos, y a dosis bajas, tiene potenciales efectos medicinales que ayudan a aliviar el dolor crónico, provocar el sueño, y mejorar el apetito en diversas enfermedades. Sin embargo, también puede acarrear efectos no deseados, como paranoia y pánico.

El CBD reduce los niveles de ansiedad, tiene efectos desinflamatorios y reduce las crisis convulsivas en pacientes con epilepsia refractaria. El CBD también interactúa con el sistema endocannabinoide, pero lo hace de forma diferente. Esta sustancia no se une con mucha afinidad a los receptores cannabinoides, lo que explica por qué no produce efectos psicoactivos.

Se encontró que el cannabis puede ayudar a combatir los efectos negativos en el comportamiento y los de carácter psicológico que acarrea el síndrome de estrés postraumático, según los resultados de una investigación realizada en la Universidad de Haifa (norte) ***"La administración de marihuana sintética (cannabinoides) poco después de un evento traumático puede prevenir síntomas típicos del síndrome de estrés postraumático en ratas, tanto aquellos causados por el trauma como por recuerdos angustiosos recurrentes"***, dice un comunicado de la universidad.

Alexander Neumeister un psiquiatra e investigador concluyó una de sus investigaciones argumentando que el THC puede proporcionar un alivio temporal a los síntomas que causa el TEPT pero su uso a largo plazo puede provocar un aumento de ansiedad, irritabilidad y alteración del sueño a personas que sufren TEPT.

Otro de los estudios significativos fue realizado en 2009, demostró que el cannabis sintético como tratamiento complementario del TEPT trae beneficios, ya que se probó con 47 personas y el 72% de los pacientes experimentaron una disminución o cese de pesadillas, una mejoría en la calidad y duración del sueño y una reducción de flashbacks diurnos.



El estudio de la efectividad del cannabis en el tratamiento del TEPT es de suma importancia para entender lo que implica tener este padecimiento y las formas en las que se puede dar alivio a sus síntomas. Se tiene la hipótesis de que el cannabis sí que es efectivo para el tratamiento del TEPT; se demostró en varios estudios que involucraban experimentación que efectivamente, es un tratamiento funcional y que puede ser factible.

Dos de las tres hipótesis que se plantearon al inicio resultaron ser ciertas; Contrario a los conocimientos previos, la hipótesis inicial sobre la cantidad de CBD en la cepa resultó ser errónea, se demostró que a pesar de que el CBD sea más calmante y que no sea psicotrópico, el THC también tiene sus beneficios a la hora de tratar el TEPT, como es aumentar la cantidad de anandamida que hay en el cuerpo.

En cambio, la primera y tercera hipótesis sí son correctas, porque a través de la investigación documental descubrimos que el uso de marihuana medicinal reduce significativamente los síntomas de ansiedad en pacientes con trastorno de estrés postraumático, mejorando su calidad de vida y funcionamiento diario; y que la marihuana medicinal es efectiva para reducir la ansiedad en pacientes con TEPT, pero su uso prolongado puede llevar a una disminución de la efectividad y a la necesidad de aumentar la dosis para lograr los mismos efectos.

Para concluir, se puede afirmar que el hecho de que la marihuana tenga compuestos tan importantes como el THC y el CBD son el punto clave más importante para la investigación, que nos permite entender cómo se desempeña el cannabis a la hora de tratar los síntomas de ansiedad causadas por el TEPT.



Extracto artículo científico sobre la marihuana realizado por alumnos del grupo 2°E de preparatoria:

Arrelano González FRIDA
Armenta Rodríguez MARÍA FERNANDA
Cruz Martínez JAZMÍN
Díaz Sánchez ERIKA ESTEFANÍA
González Magaña PAULO DAVID
González Ruiz RODOLFO
Ramírez Viteri SAMANTHA

Clase de Biología impartida por el PROF. VÍCTOR MANUEL RAMÍREZ



INTERESTELLAR

Una odisea personal más allá de las estrellas

“**I**nterstellar” narra la historia de Joseph Cooper, un ex piloto de la NASA convertido en granjero, que vive en un futuro donde la Tierra está al borde de la extinción debido a plagas y desastres ambientales.

La humanidad enfrenta una crisis inminente, y Cooper es reclutado para liderar una misión espacial a través de un agujero de gusano que se ha abierto cerca de Saturno.

El objetivo de la misión es encontrar un nuevo hogar para la humanidad en otro sistema estelar. Cooper se une a un equipo de exploradores, que incluye a la científica Amelia Brand.

El agujero de gusano: Cuando Cooper y la tripulación atraviesan este curioso fenómeno, el tiempo y el espacio se repliegan permitiéndoles atravesar una gran distancia del cosmos en apenas unos minutos.



A medida que viajan a diferentes planetas, se enfrentan a desafíos extremos y experiencias que ponen a prueba su resistencia y su comprensión del tiempo, ya que en algunos planetas el tiempo transcurre de manera diferente debido a la gravedad.

Mientras tanto, en la Tierra, su hija Murph trabaja para resolver problemas científicos que podrían salvar a la humanidad. Su relación con su padre es fundamental para la trama, ya que ambos luchan por mantenerse conectados a pesar de la distancia y el tiempo.

La película explora temas profundos como el amor, el sacrificio y la supervivencia, así como conceptos científicos complejos sobre el espacio y el tiempo.

Al final, "Interstellar" se convierte en una reflexión sobre lo que significa ser humano y los vínculos familiares que trascienden incluso las barreras del tiempo y el espacio.



"Interstellar" es una película que me dejó impactada, ya que la historia es de un grupo de astronautas que viajan por un agujero de gusano que buscan un nuevo hogar para la humanidad, ya que la Tierra está muriendo. Lo que más me gustó fue la conexión emocional entre Cooper, el protagonista, y su hija Murph.