

Organo de información del Instituto de Educación Media Superior del Distrito Federal

BOLETIN IEMIS

- **Abriendo camino al campo laboral**
- **Ingenio en construcción**

Septiembre 2012

Num. 122

Publicación mensual

“¡No pasa nada...!”

Contaminación, cambios de temperatura, excesos, descuidos... son algunas de las tantas causas que nos pueden cambiar el panorama de vida. El dinero, los placeres, las emociones, en ocasiones tienden a ser nuestras prioridades. ¿Y dónde dejamos la salud? Al parecer sólo terminamos valorándola cuando la vemos disminuida, a veces a extremos irremediables.

Hay quienes afirman que la juventud no está caracterizada por la sensatez... ¿Será eso cierto? ¿Acaso el ser joven implica el riesgo desmedido y el desprecio por lo importante?

BoletIEMS te invita a hacer de la prudencia una de tus más preciadas cualidades. Sin pretender convertirte en un ser paranoico o lleno de obsesiones, te sugerimos acercarte a varias de nuestras notas, cuyo propósito es llevarte a pensar un poco más en penosas situaciones que puedes evitar o solucionar.

La salud física y mental es indispensable para el logro y goce de todas las metas. Las riquezas materiales, intelectuales, afectivas y de cualquier índole requieren de este tipo de bienestar. Sea cual sea tu situación, es pertinente ocuparte de tu salud y, de paso, de la salud de los tuyos. Te aseguramos que no será tiempo perdido.



COMUNIDAD

4 Abriendo camino al campo laboral

6 Por una vida sin violencia

8 Aguas con la inseguridad

TECNOLOGÍA

10 Ingenio en construcción

SALUD

12 ¿Qué hay detrás de un tatuaje y una perforación?

14 Nutrición con color

16 Intolerante a la lactosa

18 ¿Salud?

TOMA NOTA

20 Detrás del Premio Nobel

VENTANA CULTURAL

22 Tarjeta TDU: tu pasaporte al ahorro

23 soundcloud.com: la fonoteca en casa

Abriendo camino al campo laboral

Cuando la plática gira en torno al curso *IT Essentials*, los ojos del ingeniero Ezequiel Vite Cruz se abren y su cara se le ilumina de emoción. Y no es para menos. Su trayectoria como profesor externo en el IEMS le ha permitido transformar la vida de sus alumnos, quienes al egresar del curso cuentan con las herramientas para hacerse un lugar en el competitivo mundo laboral.

Gracias a su compromiso y su vocación, Ezequiel Vite Cruz ha logrado excelentes resultados en los cuatro planteles donde imparte el curso *IT Essentials*, un proyecto de *CISCO Systems* enfocado a los jóvenes de nivel medio superior que hoy en día sólo opera en tres instituciones de este tipo, entre las que se encuentra el Instituto de Educación Media Superior.

El objetivo principal de *IT Essentials* es brindar a los muchachos la capacitación necesaria para trabajar en el campo del mantenimiento y la reparación de computadoras, sin importar si se requiere resolver conflictos en el sistema operativo o si se trata de ejecutar un programa.

En opinión de Vite Cruz, el curso rinde mayores beneficios cuando es acompañado de la certificación *compTIA*, la cual no sólo abre el panorama laboral de los jóvenes egresados, sino que les brinda ventajas competitivas en un amplio campo de empresas a nivel nacional e internacional, tal como sucedió hace poco con el primer alumno que obtuvo dicho documento, quien fue contratado por *Toyota* tras terminar su formación en el plantel *Josefa Ortiz de Domínguez*, Cuajimalpa.

Además de la *compTIA*, el *IT Essentials* te brinda la oportunidad de obtener la certificación *USIL*, avalada por las naciones europeas, y te abre las puertas para trabajar en Europa.

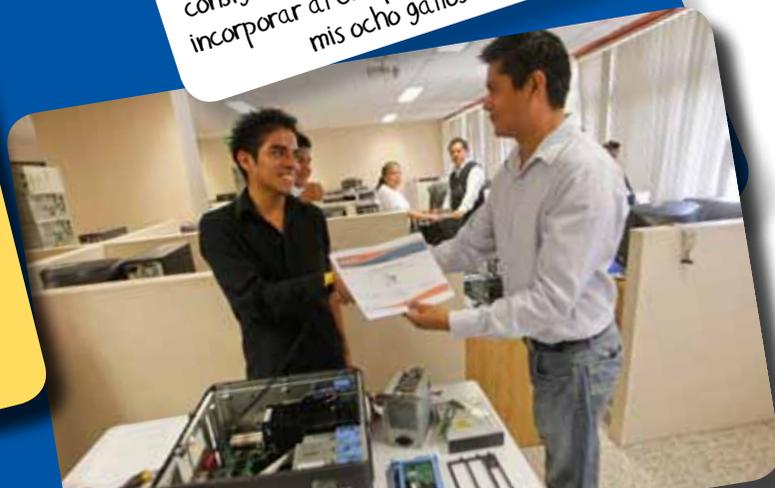
Por estas razones, este comprometido profesor tiene la meta de incrementar a 100 la cifra de alumnos que lleven a término el *IT Essentials* y elevar el número de egresados que cuenten con certificación *compTIA*:

“Uno de los objetivos principales es que obtengan la certificación *compTIA*. No basta con que tengan el *IT Essentials*. La meta es que salgan realmente capacitados para que puedan incorporarse al campo laboral.”
Ing. Ezequiel Vite Cruz.

“Mi objetivo para esta generación es que al menos ocho muchachos consigan este documento para que se puedan incorporar al campo laboral. Voy a mandar a mis ocho gallos fuertes.”



Networking
Academy





Gracias al trabajo de Vite Cruz, el plantel *Felipe Carrillo Puerto* (Iztacalco), es uno de los planteles que cuentan con un laboratorio exclusivo de *CISCO*, donde los estudiantes tienen la oportunidad de aplicar sus conocimientos tanto en equipo actual como en los que no son tan recientes:



“ Cuando yo empecé a trabajar en el laboratorio del plantel Iztacalco, había equipos obsoletos y quise llevar a mis alumnos un paso adelante, enfrentarlos a máquinas más recientes para que en un futuro no les dé miedo trabajar cuando se incorporen al mercado laboral, sin importar si son computadoras actuales o viejitas. Básicamente el curso se enfoca en sistema operativo *Windows XP*. Lo más actual que tenemos dentro de este laboratorio es la tecnología *SATA*, que sirve para conectar discos duros y unidades ópticas; respecto al procesador, trabajamos con la tecnología *Pentium IV*, en velocidades de 3.0.”

El curso *IT Essentials* tiene un costo en el mercado de 20,000 pesos.

Los alumnos del IEMS pueden acceder a él en forma completamente gratuita.

¿Qué debes hacer para obtener la certificación?

Si quieres obtener la *CompTIA*, es necesario haber presentado los 16 módulos que componen el curso *IT Essentials* y tramitar tu constancia. Posteriormente, cuando ya hayas adquirido dicho documento, debes tramitar tu certificación, la cual tiene un costo de entre 180 y 200 dólares.



Por una vida sin violencia

¿Alguna persona cercana a ti no controla sus impulsos? ¿En tu familia alguien se pasa de la raya? ¿Tienes ataques de ira? Te recomendamos este artículo, donde encontrarás algunos consejos para evitar la violencia y fomentar la convivencia en tu entorno.

Para entrar de lleno en materia, es necesario retomar el planteamiento del psicólogo Jorge Corsi, ex presidente de la Asociación Argentina de Prevención de la Violencia Familiar. De acuerdo con este especialista, las diferentes formas de violencia tienen un común denominador que consiste en el ejercicio del poder a través del uso de cualquier tipo de fuerza, ya sea física, psicológica o económica.

¿Eres víctima del algún tipo de violencia? ¿La ejerces con los demás? La agresión va más allá de las lesiones, empujones o golpes y se manifiesta con actitudes tan obvias que incluyen desde la discriminación y el acoso sexual hasta sutiles tácticas de ataque como el control mediante el dinero o la privación de algún bien. ¡Detéctalas y haz algo para detenerlas! El siguiente cuadro muestra las señales más comunes.

Violencia física

- Golpes con alguna parte del cuerpo u objetos.
- Consumo involuntario de drogas o alcohol.
- Quemaduras con líquidos y cigarros.
- Descuido físico.
- Restricción de alimentos.
- Sobrealimentación.
- Descuido Físico.

Violencia Psicológica

- Descalificación.
- Control a través del miedo.
- Gritos.
- Abandono.
- Condicionamiento del afecto.
- Muestra de actitudes frías o de rechazo.





Violencia sexual

- Tocamiento no consentido.
- Violación.
- Relaciones sexuales obligadas o que generan dolor.
- Celos incontrolables.
- Manipulación.
- Condicionar la satisfacción de las necesidades sexo-afectivas.

Violencia económica

- Controlar actitudes a través del dinero.
- Utilizar el dinero de la pareja.
- Restringir la ropa, la comida, el transporte o el techo.

Si detectas alguna de estas conductas en ti o en las personas a tu alrededor y quieres mejorar la convivencia, te recomendamos que continúes tu lectura y pongas mucha atención a la siguiente información.

En opinión de la Licenciada Emeteria Pérez Morales, funcionaria del Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, puedes combatir la violencia si tomas en cuenta los siguientes consejos:

- Establece contacto visual con aquella persona conflictiva y pregúntale: "¿Cómo te sientes?", "¿Qué te está causando molestia?", "¿Por qué me gritas?", "¿Esto es lo que quieres hacer?"...
- De ser posible, debes comentarle que tienes toda la disposición para escucharle y ayudarle a resolver sus problemas, evitando a toda costa cualquier recriminación.
- Si tienes un vínculo estrecho con esa persona, dale un abrazo en cuanto sea prudente.
- Pídele que te escuche y te atienda. En caso de haber cometido un error, no dejes de pedir perdón en forma sincera –a veces sólo basta un "disculpa" o un "me equivoqué"–.
- Todas las noches, tómate cinco minutos para practicar ejercicios de respiración.
- Recuerda que la violencia muchas veces va a depender de la forma como se dé una respuesta.
- No olvides que el ejercicio de la libertad implica respeto, confianza y tolerancia, reglas básicas para una convivencia libre de violencia.

- Finalmente, ten en presente que el amor no implica violencia.

¡Aguas con la inseguridad!

¿ Te has puesto a pensar qué puedes hacer ante la ola de violencia que azota al país?

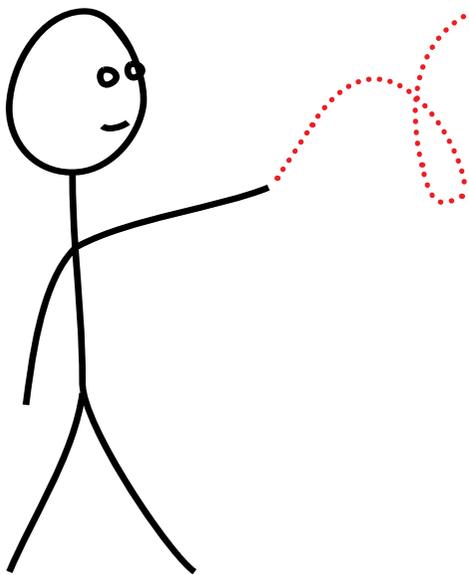
¿ Te gustaría saber cómo protegerte de los delincuentes?

¿ Sabes cómo evitar un asalto?

En este texto encontrarás la respuesta con información obtenida durante la conferencia "Sendero seguro y seguridad escolar", la cual se llevó a cabo en el plantel *Felipe Carrillo Puerto*, Iztacalco. En dicho evento, la oficial Mireya González y el policía segundo Omar Mendoza Cortés señalaron que día con día la violencia y el crimen se vuelven algo cotidiano en nuestra vida. También afirmaron que, a pesar de eso, es posible evitarlos y hacerles frente mediante diferentes acciones.

Entre otras cosas, se recomienda observar todas las situaciones de riesgo en la ruta que hay desde casa hasta la escuela, tal como lo sugiere el programa "Sendero seguro", puesto nuevamente en marcha desde febrero del 2012.

Si ya te cansaste de ser víctima del crimen en tus recorridos diarios, pon atención a los consejos que tienen para ti los oficiales adscritos a la unidad de seguridad escolar:



-No lles objetos de valor a la vista.

-Evita caminar con audífonos ostentosos; además de distraerte, son uno de los objetos que más llaman la atención de los asaltantes, en especial cuando son de marcas exclusivas.

-Observa a todas las personas de tu alrededor. Pon atención e identifica a los que muestran actitudes sospechosas, en especial a quienes están parados y aquellos bajo la influencia de una droga o el alcohol.

-Una vez que hayas distinguido a los sujetos sospechosos, aléjate de ellos lo más pronto posible. Trata de acelerar el paso.

¿Qué hacer si recibes una llamada de extorsión?

-Si te amenazan o te dicen que tienen secuestrado a uno de tus familiares, guarda la calma, termina y deja descolgado el teléfono; si te marcan al celular, apágalo para evitar que sigan atormentándote psicológicamente.

-No te desesperes. Ponte en contacto con la persona que presuntamente está secuestrada; al cabo de unas cuantas horas seguramente la encontrarás.



¿Qué hacer si pasas por zonas de alto riesgo delictivo?

-Si viajas en coche o en transporte público, no dejes objetos de valor a un lado de ti y sube la ventana.

-Pon atención a tu alrededor.

-Porta únicamente el dinero suficiente para transportarte de un lugar a otro.

-En caso de que necesites llevar más dinero, no lo dejes en una sola bolsa, distribúyelo en otras partes de tu ropa.

-Si te están asaltando, haz única y exclusivamente lo que el criminal te pide; esto evitará poner en riesgo tu integridad e incluso tu vida.

¿Qué hacer para evitar el robo en un cajero automático?

-Acude a una unidad ubicada en un lugar concurrido.

-Observa todo a tu alrededor.

-Al teclear tu número confidencial, cubre el tablero con tu mano desocupada.

Si quieres hacer una denuncia ciudadana, la mejor opción es marcar al teléfono 52089898.

En este número contarás con un operador las 24 horas del día y los 365 días del año.





Ingenio en construcción

La actitud y dedicación de tus compañeros del IEMS los ha llevado a hacerse un lugar en la Olimpiada Nacional de Robótica y seguramente en el mundo laboral del mañana.

El 22 de septiembre pasado, los alumnos de los planteles José Revueltas Sánchez (Venustiano Carranza) e Iztapalapa IV comenzaron su día desde muy temprano, quizá en la madrugada, con el objetivo de llegar puntuales a su cita en el Teatro San Benito Abad, ubicado al interior del Centro Escolar del Lago, Cuautitlán Izcalli, sede de este evento durante el cual se seleccionó a los equipos que representarán a México en la ciudad de Kuala Lumpur (Malasia), donde se llevará a cabo la *World Robot Olympiad 2012*, competencia internacional de robótica con ocho años de trayectoria.

WORLD ROBOT OLYMPIAD 2012

Esta batalla campal de robots se llevará a cabo los días 10 y 11 de noviembre de 2012, en la que participará México, gracias al trabajo conjunto de *Legu Education* y la fundación *Care & Share for Education*, quienes jugaron un papel decisivo en la organización de la primera Olimpiada Nacional de Robótica, donde se eligió al equipo que próximamente pondrá en alto el nombre de nuestro país.

Por la expresión en su rostro se podía percibir que no sólo habían madrugado para estar ahí a las 8:30 horas del día, se les notaba también nerviosos. Algunos incluso llegaron con el cabello revuelto y las manos sudorosas a este concurso convocado por *Legó México* y la fundación *Care & Share for Education*, donde participaron estudiantes de nivel primaria, secundaria y medio superior de todo el país, quienes dieron todo en el terreno de juego para dar vida a un robot durante aproximadamente dos horas con 30 minutos.



El reto en la categoría bachillerato, donde participaron tus compañeros del IEMS, involucraba la construcción y programación de un robot capaz de identificar cada uno de los cuatro cubos distribuidos aleatoriamente, tomarlos y finalmente colocarlos en las casillas correspondientes a su color. Además de todo esto, se agregó una regla sorpresa, la cual incluía un cubo verde al centro de la pista, el cual debía ser transportado cuando el robot terminara el recorrido con los primeros cuatro objetivos.

En la primera ronda, el equipo del plantel *José Revueltas Sánchez* (Venustiano Carranza) trataba de seguir los consejos de su *coach* y dio su máximo esfuerzo para enfrentar los contratiempos que se le presentaron hasta agotar todas las posibilidades. Mientras tanto, los equipos uno y dos del plantel Iztapalapa IV corrieron con más suerte y pudieron contar otra historia.

Tras armar un robot que prometía colocarse entre los primeros diez lugares, los equipos uno y dos de Iztapalapa IV salieron adelante y les dieron batalla a los conten-

dientes de la Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ), quienes daban vueltas ansiosos mientras sometían a prueba su prototipo unos momentos antes de acercarse a la recta final del concurso y convertirse en ganadores del viaje a Malasia, donde en noviembre del 2012 representarán a México.

Finalmente, llegó la hora de la verdad y el IEMS escribió una

¿Qué es y qué hace *Care & Share for Education*?

“Trabajamos en conjunto con *Legó* en un área específica que se denomina *Legó Educación*, la cual desarrolla material específico para la formación académica; nosotros lo donamos a escuelas ubicadas en zonas poco favorecidas, cuya población enfrenta problemas como el crimen y la marginación. Obviamente el IEMS posee estas características y llegamos con el objetivo de que los alumnos encuentren una motivación en la vida. Hace tres años hicimos el primer piloto; ya con la fundación tenemos año y medio, con resultados increíbles: han reprobando menos Física y Matemáticas, incluso se interesan por estudiar alguna ingeniería.”

Licenciada Erika Valenzuela Alarcón
Directora de esta fundación

nueva página en su historia, al figurar como la institución educativa que obtuvo el quinto y el noveno lugar del concurso, los cuales corrieron a cargo de los equipos del plantel Iztapalapa IV, cuyo éxito no hubiera sido posible sin el seguimiento de los profesores Oscar Hueyopa y Guillermo Guadarrama, quienes fueron la pieza clave al figurar como los *coachs* de estas alineaciones.

¿Qué hay detrás de un tatuaje o una perforación?

¿Crearías si alguien te dijera que por un tatuaje o una perforación puede cambiar tu futuro?

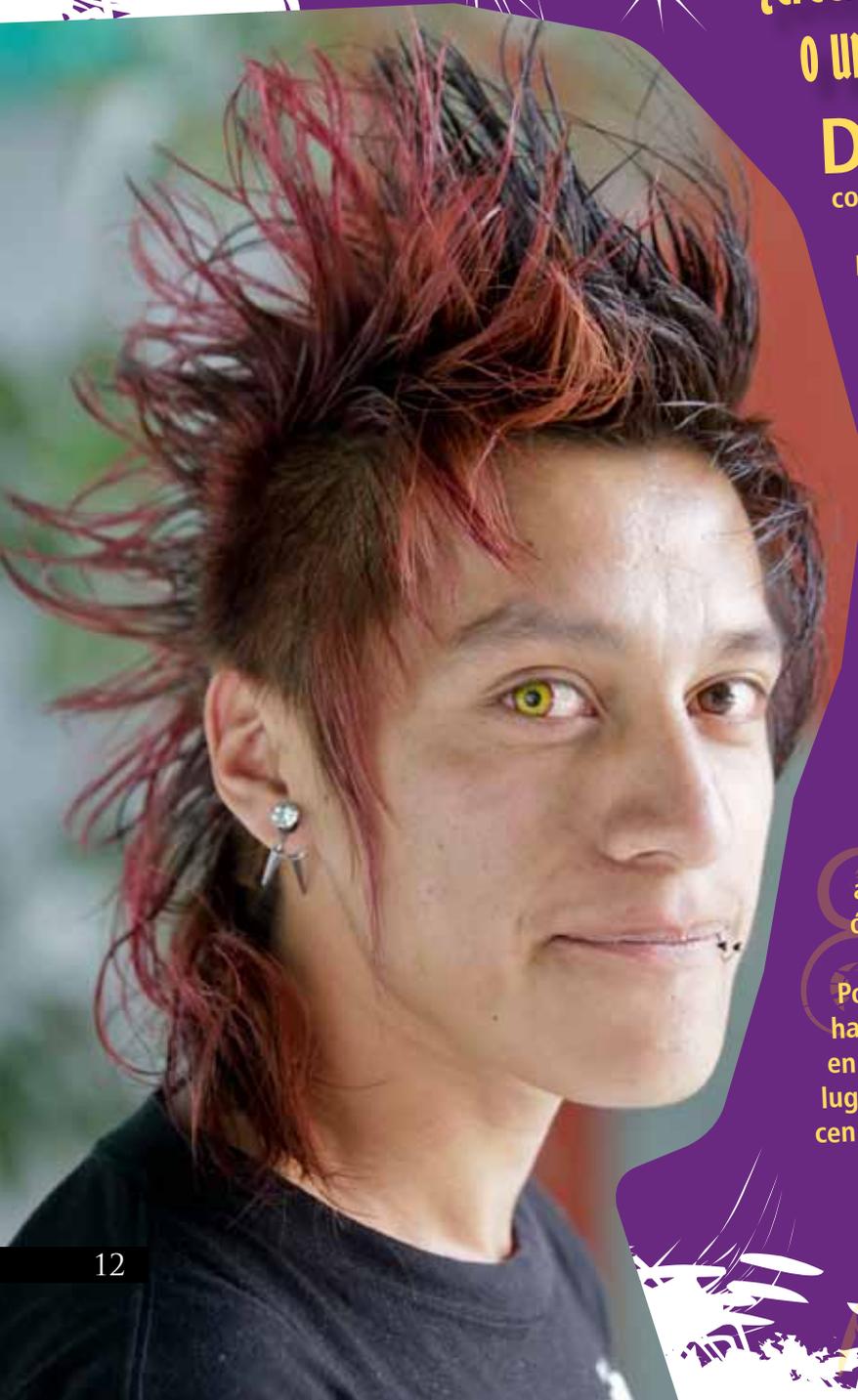
Decidir hacerte un tatuaje o una perforación no es algo que debas tomar a la ligera, ya que esto puede traer consecuencias irreversibles.

El doctor Raúl Aguilar Ávila, quien da atención a los jóvenes del plantel "Felipe Carrillo Puerto", Iztacalco, explicó que cuando no se asiste a un lugar confiable, donde cuenten con todas las medidas de seguridad para realizar estas aplicaciones en tu cuerpo, se pueden contraer enfermedades como VIH y Hepatitis, además de infecciones, alergias y/o el riesgo de parálisis de la zona donde se realice la perforación.

Especificó la necesidad de hacer una evaluación médica antes de decidir tatuarse o perforarse, porque no para todos puede ser funcional, como por ejemplo para quienes padecen diabetes, ya que podrían tener problemas de coagulación.

Otro tipo de complicaciones, éstas de tipo social -continuó el doctor Aguilar- es la de ser rechazado al momento de solicitar trabajo, debido a que algunas empresas no admiten a personas con esta clase de marcas en la piel u órganos diversos.

Por ello, si decides -después de haberlo pensado muy bien- hacerte una perforación o un tatuaje, es necesario que sepas en qué condiciones de salud te encuentras, y que acudas a un lugar donde se cumplan todas las disposiciones que garanticen que tú no corras peligro.



Considéralo si piensas hacerte un tatuaje o una perforación:

Para retirar un tatuaje debes someterte a un tratamiento con láser e incluso, en los casos más extremos, es necesario recurrir a un procedimiento de rasurado que deja la piel en carne viva.

De acuerdo con información de El Universal, el retirarse un tatuaje requiere hasta seis sesiones con láser, cuyo costo varía de \$60,000 a \$120,000

El número de infecciones por una simple perforación en la oreja representa miles de afectados en Estados Unidos.

La mayoría de las personas se remueven un tatuaje que involucra a una antigua pareja sentimental.

El sistema de salud en México menciona que como requisito indispensable, el donante no debe haberse tatuado o perforado por al menos un año antes.

Si el tatuaje contiene pigmentos de diferentes colores, es imposible borrarlo por medio del láser y es necesario recurrir a una extirpación o al rasurado que deja la piel en carne viva.

NUTRICIÓN **CON COLOR**

La frase "come sanamente" es repetida constantemente en nuestro contexto, más aún cuando sabemos que México ocupa uno de los primeros lugares a nivel mundial por el problema de la obesidad. Pese a ello, llevar una dieta adecuada resulta un enorme reto debido a que la información sobre alimentación puede ser confusa o de poca utilidad.

**¿CÓMO SABER CUANDO ESTAMOS COMIENDO SALUDABLEMENTE?
¿UN PLATO REBOSANTE DE UN COLOR VERDE SIGNIFICA QUE NOS ESTAMOS NUTRIENDO?**

He aquí un camino simple hacia la verdadera nutrición...
¡Guíate por los colores!

Los colores que no deben faltar en tu plato son:



• **Azules / violetas**
Contienen antocianina, la cual ayuda al buen funcionamiento del corazón y previene el cáncer.

• **Verdes**
Proveen la luteína que ayuda a prevenir el colesterol, reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares y evita el estreñimiento.



•Amarillo /anaranjados

Ricos en vitamina C, carotenoides, bioflavonoides.

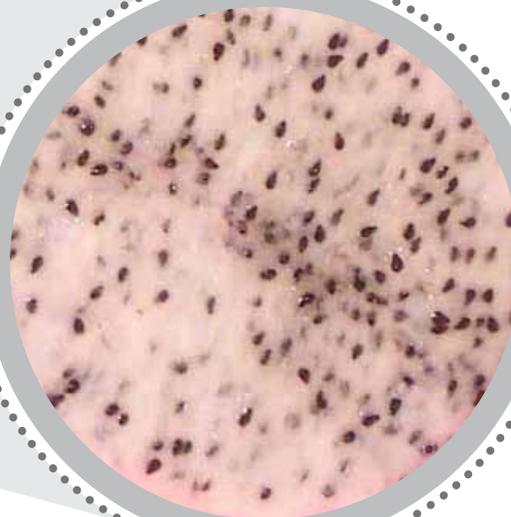


•Rojos

Dotan al cuerpo de licopene y antocianinas. Reducen el riesgo de cáncer, así como problemas de tipo circulatorio.

•Blanco

Contienen alicina, la cual combate infecciones y reduce el colesterol.



•Marrones

Contienen mayor cantidad de proteínas, vitaminas del complejo B, hierro, fibras, grasas monoinsaturadas e hidratos de carbono.



Una mala alimentación, según la OMS (Organización Mundial de la Salud), trae como consecuencias la reducción de la inmunidad, el aumento de la vulnerabilidad a diversas enfermedades, la alteración del desarrollo físico y mental, y la reducción de la productividad en la escuela y el trabajo. Por esas razones...

¡Es hora de poner manos a la obra!

INTOLERANTE A LA LACTOSA

De un tiempo a la fecha todos son intolerantes a la lactosa. Aunque podría creerse que esto se debe a un “contagio mental” gracias a la enorme publicidad a favor de los productos libres de lactosa, no es así.

Este problema es real y muy común, por lo menos para los mexicanos. De acuerdo a un estudio realizado por médicos investigadores del Centro de Educación Médica e Investigaciones Clínicas de Buenos Aires, Argentina, México es uno de los países con mayor incidencia de intolerantes a la lactosa, apenas abajo de los africanos y los tailandeses.

La lactosa es un azúcar que está presente en todas las leches de los mamíferos, es decir, en la leche de las vacas, cabras, ovejas y, sí, también en la humana; además puede encontrarse en muchos alimentos preparados. Es el llamado “azúcar de la leche”.

El problema comienza cuando nuestro intestino delgado no produce una enzima que se llama “lactasa” la cual se encarga de la correcta absorción de la lactosa.

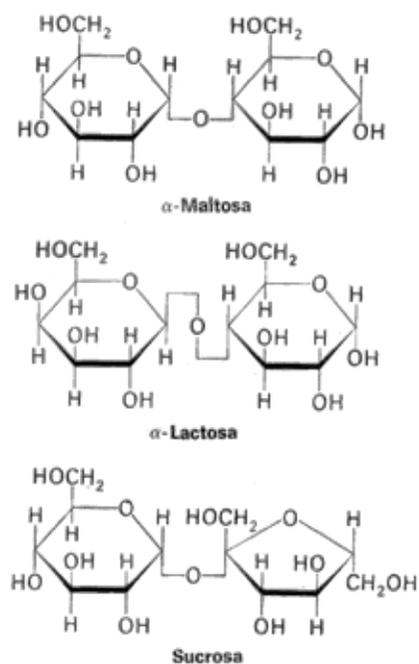


Figure 16-7
Estructura de los disacáridos comunes
maltosa, lactosa y sucrosa.

¿ERES INTOLERANTE A LA LACTOSA?

Seguramente lo eres si presentas los siguientes síntomas después de haber saboreado productos lácteos:

- Náuseas
- Dolor abdominal
- Espasmos
- Hinchazón y distensión abdominal
- Gases abdominales y flatulencias
- Diarreas ácidas
- Heces flotantes
- Defecación explosiva
- Vómitos.

SI TIENES MÁS DUDAS O ALGUNOS SÍNTOMAS SIMILARES, ACUDE AL MÉDICO.

RECUERDA QUE SÓLO ÉL PUEDE RECETARTE LOS MEDICAMENTOS QUE TE AYUDARÁN CON ESE PROBLEMA.



¿SALUD?!

Pese a las advertencias de las autoridades y padres de familia acerca del consumo de alcohol, los jóvenes siguen bebiendo sin medir consecuencias.

Y es que más allá de la bien conocida "cruda", existen otros factores de los cuales se debe tomar conciencia. Por ejemplo:

- El alcohol afecta el sistema nervioso central provocando ansiedad, cambios en la conducta y disminución de la capacidad de pensar claramente.
- Se puede desarrollar hepatitis alcohólica y correr el riesgo de progresar a cirrosis.
- El consumo de alcohol puede provocar disfunción sexual.
- ¿Cuando ingieres alcohol, recuerdas todo lo que hiciste? Es muy posible que no sea así, ya que el beber provoca la pérdida severa de la memoria."

Infortunadamente las consecuencias son mucho peores, ya que además del deterioro físico, quienes beben grandes cantidades de alcohol suelen tener problemas con su familia, amigos e incluso con desconocidos. De hecho, la violencia doméstica y los accidentes de tránsito son algunas de las situaciones que se asocian con este problema.

Algunos de los síntomas asociados con alcoholismo incluyen:

- Beber cuando se está solo.
- Inventar excusas para beber.
- Necesidad de consumo diario o frecuente de alcohol para un funcionamiento adecuado.
- Falta de control cuando se bebe, con incapacidad para suprimir o reducir el consumo del alcohol.
- Episodios de violencia asociados con el consumo de alcohol.
- Comportamiento reservado con el fin de esconder un comportamiento relacionado con el alcohol.
- Hostilidad al momento de una confrontación acerca del consumo de licor.
- Negligencia para ingerir alimentos.
- Descuido de la apariencia personal.
- Náuseas y vómitos.
- Temblor en las mañanas.
- Dolor abdominal.
- Entumecimiento y hormigueo.
- Confusión.

Los síntomas pueden variar. Recuerda... Si no tienes cuidado, lo que comienza como diversión puede convertirse en una terrible adicción.

El cuestionario utilizado por el Instituto Nacional de Abuso de Alcohol y Alcoholismo para detectar abuso/dependencia de esta sustancia es el siguiente:

- ¿Ha sentido que debe dejar de beber?
- ¿Alguna vez maneja cuando ha estado bebiendo?
- ¿Existe alguien en su familia preocupado por su forma de beber?
- ¿Ha tenido alguna vez lagunas después de beber?
- ¿Se ha ausentado alguna vez del trabajo o perdió un trabajo por la bebida?
- ¿Bebe más que antes para lograr la embriaguez o el efecto deseado?



DETRÁS DEL PREMIO NOBEL



2012

Existen diversos premios que se otorgan a personas destacadas, pero quizá ninguno tan famoso y con mayor reconocimiento como el Premio Nobel.

Entérate...

- Los premios están financiados por los intereses obtenidos de un fondo contemplado en el testamento del químico, inventor y filántropo sueco Alfred Bernhard Nobel.
- Después de varios problemas con aquel testamento y tal decisión, a partir de 1901 se comenzaron a otorgar los Premios Nobel.
- Los Premios Nobel se conceden cada año a personas, entidades u organismos por sus aportaciones extraordinarias realizadas durante el año anterior en los campos de la Física, Química, Fisiología y Medicina, Literatura, Paz y Economía.
- Cada ganador de este premio recibe una medalla de oro, un diploma y una importante suma de dinero.
- Los mexicanos reconocidos con este premio han sido Alfonso García Robles (de la Paz en 1982), Octavio Paz (de Literatura en 1990) y Mario Molina (de Química en 1993).

Lee un pequeño extracto del testamento de Alfred Nobel:

“La totalidad de mis bienes realizables deberá ser utilizada de la manera siguiente: el capital, invertido en valores seguros por mis albaceas, constituirá un fondo cuyos intereses serán distribuidos cada año en forma de premios a las personas que, durante el año anterior, hayan aportado los mayores beneficios a la humanidad”.

En 2012, los Estados Unidos es la nación con el mayor número de galardonados, sin embargo, este reconocimiento también tiene en cuenta a individuos de otras nacionalidades.

Robert Lefkowitz y Brian Kobilka (EUA) han contribuido a mejorar el funcionamiento de miles de medicamentos, antihistamínicos y anti-depresivos, por lo que sobresalen para recibir la estafeta de Daniel Shechtman, ganador del Premio Nobel de Química 2012.



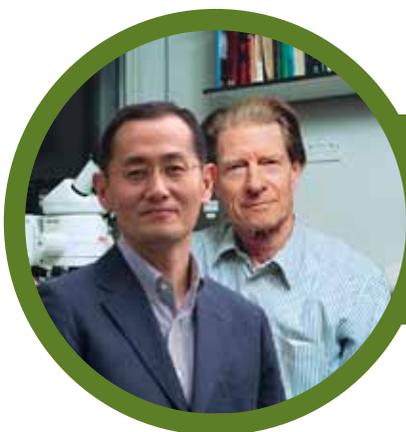
Este año, el escritor de origen chino Guan Moye figura como el sucesor del poeta sueco Tomas Tranströmer, quien recibió el Premio Nobel de Literatura en 2011.



Gracias a sus investigaciones sobre fotones y partículas portadoras de luz que abren nuevos caminos en cuanto a la medición y manipulación de sistemas individuales cuánticos, Serge Haroche (Francia) y David Wineland (EUA) figuran como los sucesores de Saul Perlmutter, Brian Schmidt y Adam Riess, ganadores del Premio Nobel de Física 2011.



Tras descubrir que las células adultas pueden ser reprogramadas para ser capaces de crear cualquier tejido, el británico John B. Gurdon y el japonés Shinya Yamanaka sobresalen en el campo de la medicina.



En Economía, Alvin E. Roth y Lloyd S. Shapley (EUA) figuran con su teoría de las asignaciones estables. Al igual que Thomas J. Sargent y Christopher Sims, galardonados de la edición pasada, ambos son estadounidenses.



En cuanto al Premio Nobel de la Paz, la Unión Europea sobresale como sucesora de Leymah Gbowee y la activista yemení Tawakkul Karman, ganadoras de la edición pasada.

Tarjeta TDU: tu pasaporte al ahorro

En entrevista con Julieta Vargas, encargada de relaciones públicas de la tarjeta TDU, el equipo de BoletIEMS descubrió una excelente manera de ahorrar sin grandes sacrificios:

“TDU es una empresa privada que tiene patrocinadores para beneficiar a los alumnos. En las escuelas públicas de nivel medio superior vemos que el poder adquisitivo es menor y ahí es donde entran los patrocinadores para darles un beneficio y un apoyo. Ellos absorben una parte y TDU otra.”

¿Qué ofrece TDU?

“Cada miembro, al presentar su tarjeta, va a tener descuento durante 12 meses en forma ilimitada. Sólo basta con presentarla en los establecimientos donde tenemos convenio. Esto es un gran aporte, porque no es una tarjeta de crédito ni de débito, sólo es cuestión de presentarla para tener estos beneficios.”

¿Cómo usarla?

“Nosotros les damos un directorio donde viene explicado cómo se aplican estas rebajas. Es una ventaja porque puedes conseguir desde un 10 hasta un 50% de descuento. Además, les estamos dando unas cortesías para que prácticamente la membresía les salga gratuita.”

Por si esto fuera poco, Vargas señaló que es muy fácil saber

cuáles son las marcas participantes y sólo es cuestión de echarle una hojeadita al directorio o hacer una consulta en línea a partir de las APPS para teléfono móvil.



¿Beneficios de TDU?

“Tenemos 700 marcas afiliadas en toda la República Mexicana, esto representa un total de aproximadamente 900 establecimientos distribuidos en todo el país. Lo anterior quiere decir que si van de vacaciones, podrán tener acceso a muchas ventajas, dependiendo del lugar donde se encuentren.”

Soundcloud.com: la fonoteca en casa

Si creías que el Facebook y el Twitter eran lo último en redes sociales, te vas a quedar con el ojo cuadrado al conocer soundcloud.com, el cual fue creado especialmente para aquellos melómanos y aficionados a la creación musical.

Todo comenzó en el 2008, cuando Alex Ljung y Eric Wahlforss dieron vida a un proyecto que hace posible no sólo subir audios desde la computadora, sino grabarlo en tiempo real desde una fuente de sonido para compartirlos en un servidor donde todo el mundo es bienvenido, sin importar si le gusta el *hardcore*,

el *punk*, el *trash*, el *metal*, el *pop* o el *electrónico*.

Aunado a lo anterior, esta fascinante herramienta te permite una mayor interacción con tu grupo o artista de música favoritos. Gracias a ello, hoy tiene aproximadamente 7.5 millones de usuarios repartidos en todo el planeta, quienes cuentan con *gigabytes* y *gigabytes* de música lista para entrar por tus oídos.

De acuerdo con la información proporcionada por TDU, esta tarjeta ofrece descuentos y beneficios en los establecimientos de comida y entretenimiento de mayor prestigio en el país; para muestra de ello, basta un botón:

- En *Six Flags* el descuento es para cuatro personas.
- En *McDonald's* el postre va gratis ilimitadamente.
- En *Recórcholis* se abonan \$40 por cada recarga de \$100.

En todos los restaurantes incluidos, se hace un descuento de entre el 10 y el 15% a la cuenta total.

En palabras de Julieta Vargas, el adquirir esta tarjeta representa un ahorro de aproximadamente \$3,600, por lo que vale la pena echarle un vistazo en la siguiente dirección:

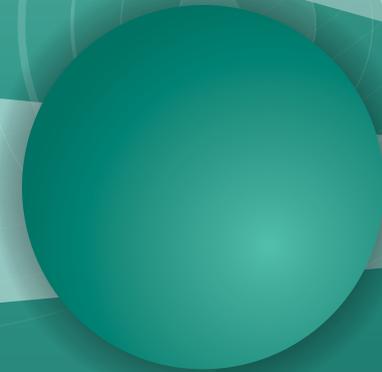


LUCES DE LA CIUDAD

un diálogo con la capital

DOMINGO 22:30 HORAS

POR TU ESTACIÓN DE RADIO FAVORITA



entretenimiento, salud, ciencia, arte, literatura, música, tecnología, medio ambiente



e-mail: lucsdelaciudadmx@gmail.com

www.noticiasdetuciudad.df.gob.mx

 Luces de la Ciudad  @lucsradio

Ciudad de **vanguardia**