



ÁREA 59

*La revista de la secundaria
Renné Cassín
Turno Matutino*



La Epigenética: Más allá del ADN



The best version of ourselves



Editorial

¡6 EDICIÓN!

DIRECTORA EDITORIAL:
Shirley Gómez.

DIRECTORA DE DISEÑO EDITORIAL:
Sophia Loren C.

DIRECTORA DE SOPORTE EDITORIAL:
Natalia Martínez.



JEFES DE ÁREA 59:

Ciencia y tecnología -
Sophia Loren Cuesta P.

Consejos área 59 -
Shirley Gómez

Reportaje - Hannah Clavellina

Adolescentes - Yasmín Armas

Gastronomía - Citlalli Gómez

Turismo - Axel Quintanilla

Ecología - Celeste Osiris

Arte y cultura - Ian Ávila

Cine - Shai Villalobos

REDACCIÓN ÁREA 59:

- Alexa Ayelen Jiménez Meléndez
- Axel Emmanuel Quintanilla Cruz
- Celeste Osiris Rosas Vidal
- Citlalli Montserrat Gómez Francisco
- Darrel del Ángel García
- Ebani M. Victoria Gutiérrez
- Fernanda Ramírez Hernández
- Hanna Clavellina Sandoval
- Ian Fabián Galicia Gómez

¡Amigos, estamos muy felices de presentar la sexta edición de Área 59!

Les agradecemos el tiempo que dedican a leer la revista y compartirla. Gracias a ustedes podemos seguir realizando esto con mucho más amor y cariño.

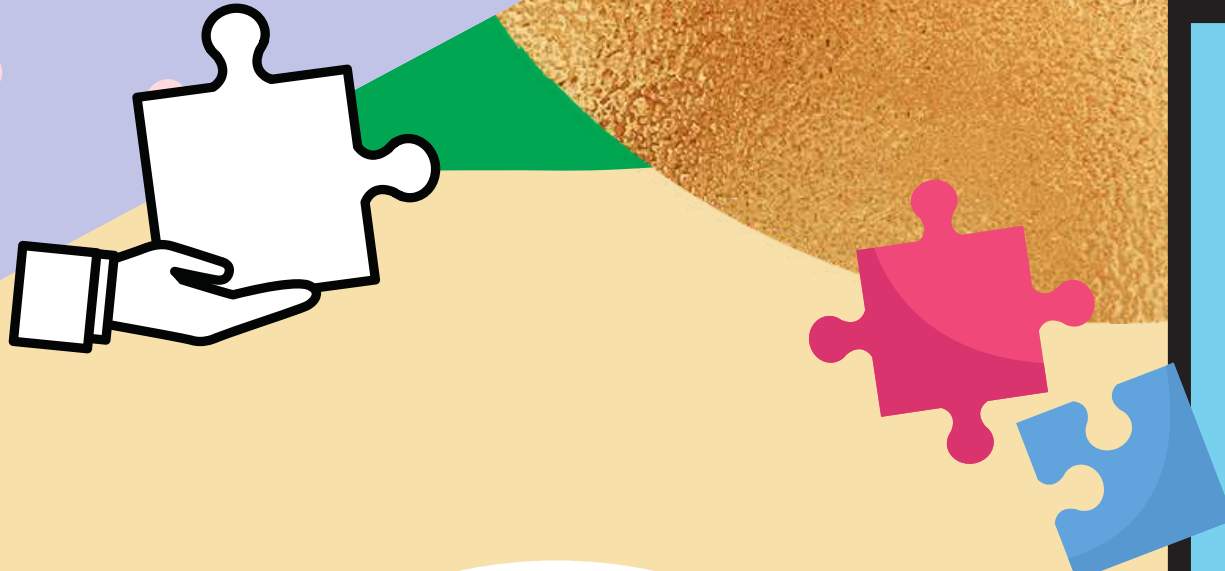
¡A disfrutar de esta nueva edición!

¿QUÉ ES ÁREA 59?

Esta revista es un proyecto que ha sido una de nuestras metas desde hace mucho tiempo y un sueño hecho realidad.

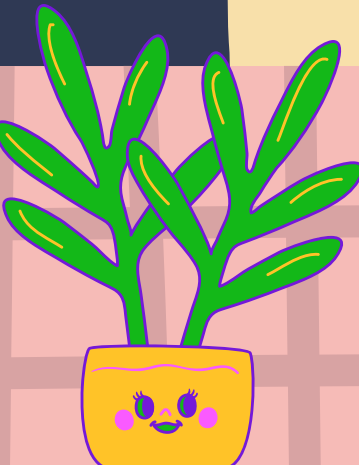
Área 59 es un lugar en el que cada uno de nosotros podemos expresar libremente nuestros gustos e intereses.

- Ian Julian Ávila López
- Italia Stefania Ayala López
- Karla María Ambriz Pérez
- Natalia Martínez Castro
- Shai Satiago Villalobos Huerta
- Shirley Harumi Gómez Ramos
- Sophia Loren Cuesta Palomino
- Xaeny Mavy Medina Torres
- Ximena Fernanda Serafín Pérez
- Yasmín Teresa Armas Gallardo



El reto de las habilidades virtuosas

ARTÍCULO ESCRITO POR:



Shirley
Gómez

*Natalia
Martínez*

Y Reyna Pérez



EL RETO DE LAS HABILIDADES VIRTUOSAS

El día del maestro se festeja en México el 15 de mayo. Este día se reconoce la importante labor que los profesores hacen y podemos dar gracias a Dios que muchos de ellos lo eligen por vocación, teniendo así habilidades virtuosas que donan al mundo entero y que son parte del ideal colectivo del magisterio: el poder proveer a un tercero de **conocimiento** que fomenta la **inspiración**

En mi familia hay una gran cantidad de personas que dedicaron al menos treinta años de su vida a dar clases en distintos niveles educativos. Entonces, he tenido la fortuna de conocer a personas que sus vidas fueron impactadas por los conocimientos adquiridos a consecuencia de ellos, pero lo que más agradable de escuchar es que fueron inspirados por sus profesores, ello reflejado en la carrera que eligieron estudiar y más aún gustos y costumbres adquiridos por la convivencia diaria con ellos. Aunque realmente todos tienen grados académicos más altos que la licenciatura, les encanta que les digan profesores, pues, si meditamos por un momento en lo que la palabra significa, es sumamente inspirador e incluyente. La palabra proviene del latín profesor que significa "persona que declara públicamente su conocimiento y lo transmite a otra u otras generaciones".



Por lo que podemos deducir que las primeras profesoras de nuestra vida son nuestras mamás y abuelitas. También, a cualquier experto en alguna actividad podemos llamarlo maestro, pues tiene el nivel más alto de conocimiento o competencia que se puede aspirar, que, cuando decide compartirlo se convierte en un auténtico profesor y aunque no haya didáctica ni pedagogía, hay interés por la persona que se quiere instruir y es una forma de transmitir parte de lo que somos en una herencia invaluable, el conocimiento.

En una frase podemos resumir la idea anterior, "**Tranquilos , deben de dormir en paz, estamos bajo la sombra de los grandes**", frase dicha por un profesor cuando hablaba sobre los conocimientos que sostienen las teorías científicas de hoy en día, es decir, ¡somos herederos del conocimiento de muchas generaciones antes de que nosotros!.

INSPIRACIÓN

La inspiración es una de las cosas más místicas, pues desde la antigüedad podemos rastrear personajes que inspiran. Por ejemplo, en la cultura griega, las musas inspiradoras, pero realmente es que toda actividad humana que se ha hecho y se hará nace de la inspiración, pero que una persona logre ejercer en otra ese estímulo para favorecer la creatividad por el ejemplo mostrado, es simplemente mágico, pues da la posibilidad de retar el alcance de la idea o habilidad que fue el motivo de la inspiración, quizá trabajando en equipo, quizá compartiendo la idea con otros, un sin fin de cosas se pueden lograr cuando una persona está inspirada.

El reto aquí es ser consciente que la persona que decidimos elegir como inspiración puede fallar, puede que la idea no estaba bien fundamentada, pero eso no quiere decir que haya sido un error la elección, sólo es una muestra más de la imperfección humana.

La inspiración no es algo que se pueda dar u obtener voluntariamente, sino es el resultado de un sentimiento y el corazón volcado hacia lo que realizamos, esto puede resultar difícil para unas personas, mientras que otras ya tienen la manera en que la que logran sentirse inspirados, ya sea un atardecer, la música, dibujar, haciendo algo que los haga realmente felices. Nuestros profesores son los que nos dan aquella inspiración de seguir en la materia, nuestras madres nos dan la inspiración de que a pesar de todo seguiremos adelante, para confiar en nuestras habilidades y destrezas.



CONOCIMIENTO

El conocimiento se puede obtener de distintas formas y ocasiones, tanto por ti mismo como cuando alguna persona esté involucrada, puede ser sencillo o muy complicado, este resulta ser mucho más sencillo cuando lo que aprendemos nos atrae o nos sentimos identificados.

Podemos obtener conocimiento para mejorar nuestras relaciones interpersonales, materias académicas, etc. y sin duda es fundamental en nuestras vidas. Es por ello que siempre será necesaria la presencia de los profesores en este mundo. Cuando uno obtiene conocimiento, entre más y más se desarrolla se hace más grande nuestro deseo por el saber y nos convertimos en investigadores que pueden ayudar al desarrollo del tema para las futuras generaciones, esta es la razón por la que nos dicen que al elegir la carrera sea algo que nos guste, ya que nuestro disgusto es un obstáculo.

El conocimiento se gesta desde la pasión con la que se nos entregue o nos motiven a investigarlo.

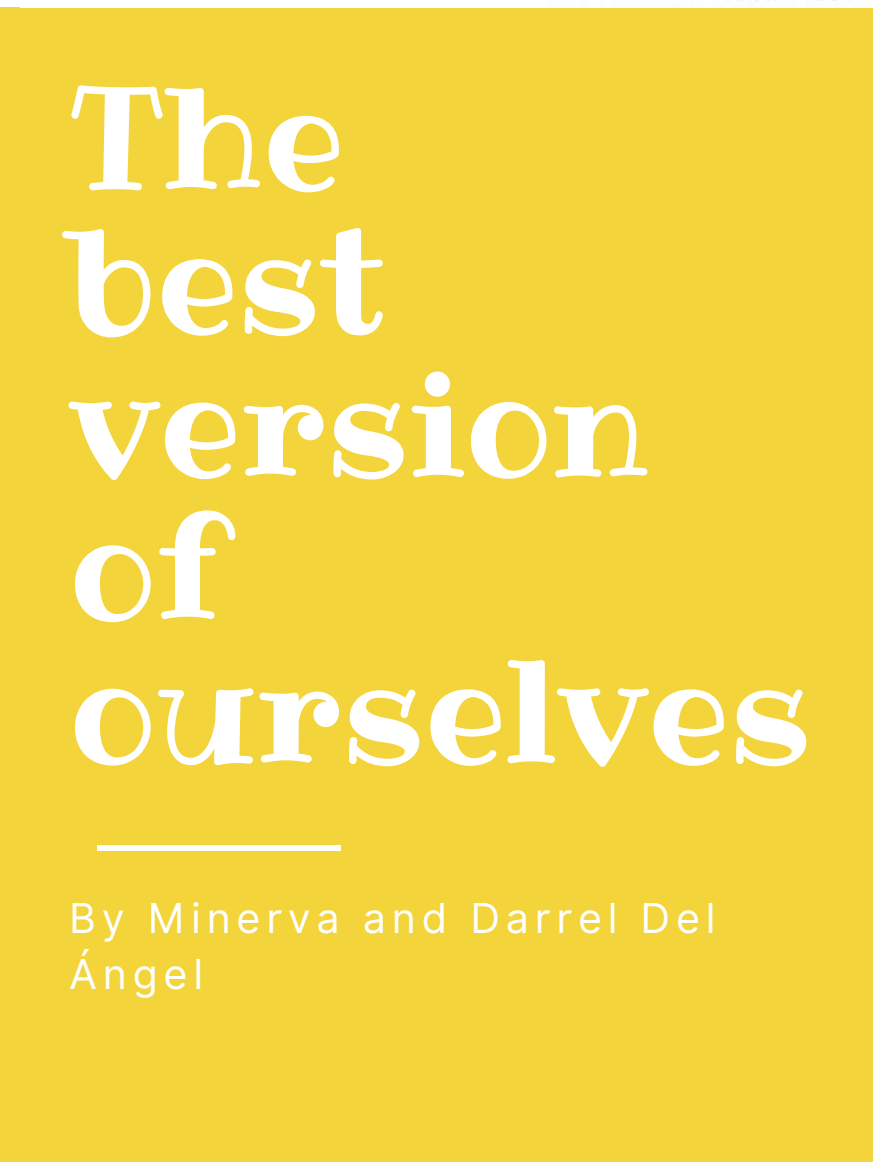


La inspiración y el conocimiento están estrechamente entrelazados, ya que de la inspiración se puede obtener el conocimiento y viceversa. Ninguna es totalmente fácil de conseguir, pero estos dos valores son altamente necesarios.

Con ellos podemos realizar un sin fin de cosas; de la inspiración podemos realizar música, una pintura, algún escrito, etc., mientras que en el conocimiento se desarrolla la habilidad. Y aunque ya pasó el día del maestro y se avecinan más días efemérides en nuestro país, no podíamos dejar pasar la fecha para felicitarlos por su día y aprovechando la oportunidad, agradecer los aprendizajes donados y las experiencias de vida transmitidas. Para nosotros el objetivo de estos artículos es persuadirlos a poner en desarrollo dichos valores para un mayor crecimiento y conocimiento personal de cada uno de nosotros.

Esperando que cada vez más evolucione el mundo a algo más humano y cooperativo por el bien común, privilegiando la comunidad y el bienestar general. Donemos nuestros conocimientos, estamos seguras que habrá resultados que nos sorprenderán e inspirarán.





In this report, we want to do an introspection of the following question: What and why is a good reason to donate things or immaterial objects to another? and, what could happen with any of us during this process?

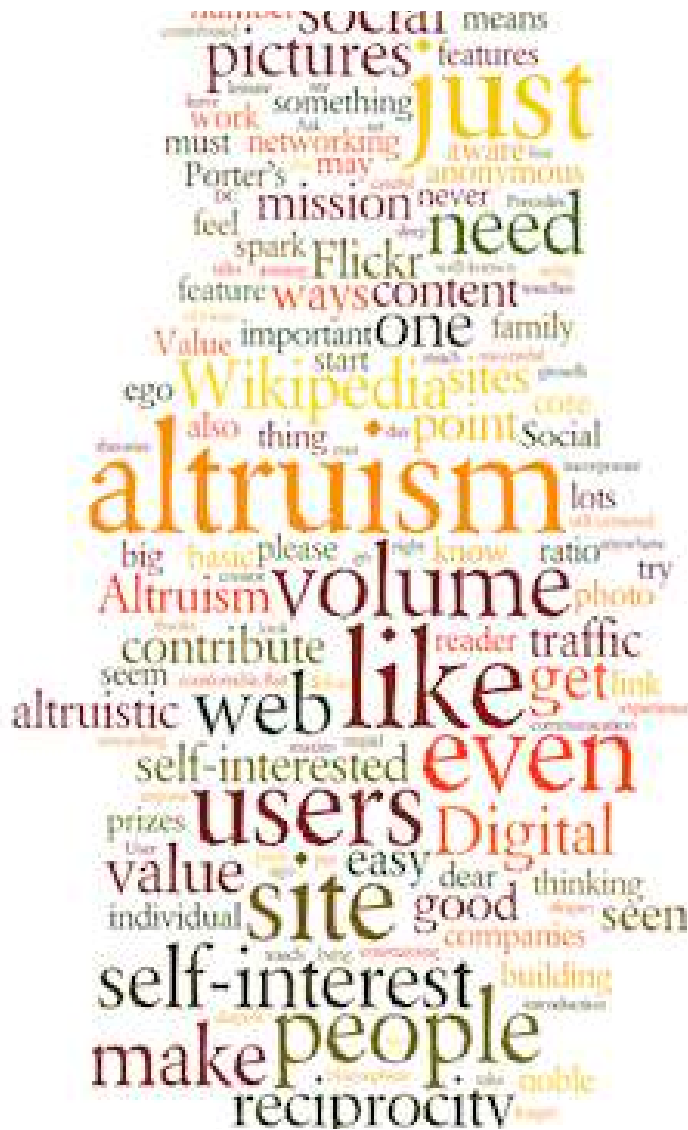
Well, the wish to be selfless is to forget the usual idea that the globalized world offers us to get our own well-being first.

This idea broke down when we understood that we were born uncertain in the society and made consciousness about the role that we play in the human development progress of our community and the responsibility within.

The reflection around altruism worrying about the welfare and trust of other people is a base element to act and impact the world for the greater good. If we commence to think freely to contribute for the well-being of others, even if we don't know them, we can positively influence their lives because each one of us can start to change our midst when we create our own well-being and balance.

If we search the meaning of altruism, we can find that it's "the belief in or practice of disinterested and selfless concern for the well-being of others".

This idea has been discussed because it always received a special social recognition with satisfaction and affection among others. Nevertheless, several times, many people don't get the correct reason to do it. For example, the enterprises that only look for the tax-deductible of their donations. However, altruism challenges the position of individualism that we live in by



motivating us to be more aware of the needs of others and also to be aware of our possibilities that can contribute to the solution.

Nevertheless, not all of us can impact in the same way the context that surrounds us because we provide different opinions that produce a discussion of ideas.

Disagreements are not problem,
but rather an opportunity that
encourages us to reflect more
deeply and seek to understand the
position of others' point of view.

Whether or not the construction of a consensus is possible, our diversity challenges us to review how we can make decisions that not only contribute to our own satisfaction, but also to the common good.

We can all produce improvements in our environment if we combine our skills and interests. But first, the most important thing is to recognize them, develop them and trust in our own talents. It's shown that each person has the potential to contribute, we must begin by deciphering our capacities and defining how to use them for the benefit of others.

Our actions and decisions affect other people in a direct and indirect way. An action that engages a responsibility of happiness for another person is contagious and can generate new ideas that contribute to the improvement of our society.

A great example that develops this idea is the donation of computers that was disseminated from a college in the Netherlands to our elementary institution in Mexico. It was a simple act that changed the reality of 23 of our classmates that couldn't buy a computer to do their homework. Even if we didn't receive one of those computers, it was a

al·tru·ism :

selfless concern for the well-being of others.



life changing experience for all of us at our school.

To "change the world" is a challenge that may sound unattainable, but by projecting small acts that have positive repercussions on others or the environment, we could make a huge difference.

Self-confidence strengthens self-esteem and promotes the execution of new projects; the help, support and trust that is placed in others and others placed in you is essential. So, the more a project or idea that seems impossible works, the more it spreads. Thus, we can change the world.





So, what...??

Once we get the essence of “altruism”, the main point is to realize if that gesture must be very expensive, or if it has to encompass many people. Is it enough to sow a seed in someone so that this root of goodness can spread from one to another, as in the movie “Pay it forward”? Let’s see...

I believed that he was not a very altruistic person, because he had no recent memory of something that could exemplify it.

However, my parents reminded me of one of several altruistic episodes in my life:

I was 11 years old, and I went to buy some bread with my parents. At the entrance of the bakery, there was a lady with two children younger than me. She was selling "mazapanes".

The kids were sitting next to her, doing their homework. I had money to buy "conchas", because I really like them, and I did it.

When I passed next to them, I asked my parents to give me a second.

I went back, took a bread for me, and I gave the children all that were in my bag.

They smiled and thanked me ... Their mother saw me and said "God bless you!", and I felt so happy!!

Then I realize that, with a gesture of kindness, sharing not what we have left over, but what we have, we are creating that "Chain of Favors" that little by little will make this blue marble a better place to live.

La voz adolescente





Vacíos



emocionales



Seguro has escuchado la expresión **carencias emocionales** más de una vez, pues es muy utilizada para describir el porqué de estados emocionales concretos que abarcan actitudes y conductas específicas dañinas para la persona, ya que no les permiten tener un desarrollo emocional sano.

Por lo que, al hablar de carencias, es más preciso hablar de vacíos emocionales que tanto niños, adolescentes y adultos buscan incansablemente muchas maneras externas, que no siempre son saludables, para llenarlos o evadirlos.



Los vacíos emocionales son muy comunes en los adolescentes, pues están descubriendo su identidad en cada una de las áreas de su vida, desde las emocionales hasta la sociales, pasando por los cambios físicos relacionados a su edad, pero muchas veces no saben cómo identificarlos ni mucho menos cómo sanarlos.



El vacío emocional es un concepto tan complejo que existen diferentes maneras de llegar a su significado: con metáforas, comparaciones, descripciones, ejemplos de situaciones, etc. Sin embargo, es un sentimiento tan personal, que no se puede explicar completamente, pues produce una sensación de malestar e incomodidad consigo mismo, teniendo como resultado la autopercepción de estar sólo, desconectado de los demás y del universo mismo, generando, insatisfacción, infelicidad y pensamientos de que todo carece de sentido, llevando a la pérdida de identidad o incluso a una grave depresión.

¿Por qué ocurren los vacíos emocionales?

Quizá haya gente que piense que son el producto de algún trastorno o problema.

Nada más lejos de la realidad.

La mayoría de vacíos emocionales surgen a partir de la constante adaptación al entorno.

La vida es cambio, cuestión que se da incluso en nuestras relaciones afectivas alterando nuestra estabilidad. Ya sea creando vacíos, agrandando los que existen o llenándolos total o parcialmente, nuestras experiencias vitales condicionan nuestro estado emocional.



¿Cuáles son los síntomas?

Un vacío emocional se puede expresar mediante muchos síntomas, la gran mayoría psicológicos y/o conductuales. Estos suelen ir variando dependiendo de la causa del vacío y pueden reunirse en tres grandes grupos.

- Apatía, aburrimiento, desinterés, falta de motivación, desgana, alienación
- Tristeza, aislamiento, melancolía
- Frustración, ansiedad, hastío, fatiga

artículo escrito por

Alexa Ayelen Meléndez Jiménez, Ebani Moshé Victoria Gutiérrez y
Natalia Martínez Castro

¿Cómo superar el vacío emocional?

Salir del vacío emocional nunca es fácil, pero aquí te dejamos una serie de pasos que podrían ayudar:

1. Identifica la carencia emocional.
2. Sé consciente de las emociones que te detona ese vacío. Es necesario abrazarlas, sentirlas con toda su intensidad. Éste es el paso más difícil, pues en vez de lidiar con sus emociones internas, muchos prefieren evadir sentirlas con sustancias externas como el uso desmedido alcohol, comida chatarra, drogas ilegales, compras compulsivas, sexo desenfrenado, entre otras adicciones.
3. Trabaja tu autoestima. Escucha con atención tus necesidades, deseos, inquietudes y atiéndelos con amor propio. Pasa de cuidador de los demás a ser primero cuidador de ti mismo, sin tratar de complacer a todo el mundo. Se vale decir no.
4. Enfrenta tus miedos. No te sumerjas en el bucle de estar angustiado por no hacer nada ni hacer nada por estar angustiado. Una vez que los afrontas y empiezas a vivir, los miedos pierden poder.
5. ¡ÁMATE!

Lo opuesto del miedo es el amor. El amor y la paciencia llenan todos vacíos. Este proceso es largo y doloroso, lleno de éxitos y de fracasos, recaídas, desesperación, luz y esperanza.

Cómo evitar los vellos encarnados

Hoy les queremos contar un problema de piel muy común que más de una vez los chavos presentamos conforme vamos creciendo. Los vellos encarnados que son sumamente incómodos, sobre todo en un día caluroso, y eliminarlos a veces puede convertirse en una verdadera pesadilla. Estos granitos antiestéticos pueden desaparecer. Te contaremos todo lo que necesitas saber de ellos y lo más importante, cómo eliminar las molestias que ocasionan.



¿Qué son los vellos encarnados?

Los vellos encarnados se producen cuando un vello crece y se curva hacia adentro de la piel. A veces, no llegan a salir del todo y puedes ver cómo están creciendo horizontalmente bajo la superficie de tu piel.

¿Cómo evitar los vellos encarnados?

Dado que la acumulación de piel muerta puede atrapar al vello debajo de la piel, para evitar los vellos encarnados es fundamental remover esas células para no darle ninguna oportunidad de que crezca horizontalmente. Para eso, es necesario exfoliar la piel (en especial las zonas que te depilas) de forma regular, idealmente cuando te bañes y, al menos, una vez por semana.

Una solución puede ser la depilación a largo plazo. Hay distintos métodos que atacan el folículo del vello para interrumpir su crecimiento. Al impedir el crecimiento del vello, no hay forma de que éste se encarne. Lo mejor es que ya puedes depilarte en casa cuando quieras y obtener resultados profesionales.

Sobre todo si es algo importante para ti, pues realmente es un tema estético que puede ayudar mucho con tu autoestima, ya que puede cambiar la percepción de ti mismo y reflejas una mejor versión de ti.

Siempre busca que tú seas la persona a la que más tiempo le dediques, incluso buscando cómo eliminar los vellos enquistados.

Celeste Osiris
Rosas Vidal





EXPLORANDO EL
mundo

Explorando lugares del Estado de México

En este espacio nos gustaría contarles de dos lugares icónicos del Estado de México: se trata de La Marquesa y la hacienda Panoaya en Amecameca. Esperemos les guste y que se animen a visitarlos muy pronto, pues ¡hay que explorar los alrededores de la ciudad!

La Marquesa

La marquesa tiene un horario de 10 am a 6 pm los 7 días de la semana.

Está ubicada en el Kilómetro 37.5 Carretera México Toluca, Estado de México.

La entrada cuesta de \$100-\$250 mx pesos, con una palapa incluida.



ATRACCIONES

GO KARTS, GOTCHA, CUATRIMOTOS, TIROLESAS, MONTAR A CABALLO, TELEFÉRICO, ENTRE OTROS.



Estas atracciones tienen un costo extra; sin embargo, no es muy elevado. Se puede acampar, llevar comida, hay restaurantes para pasar un tiempo muy agradable y hacer cosas fuera de lo cotidiano. Aunque debemos de decir que si no son muy adictos a las bajas temperaturas, no vayan en épocas de lluvia, pues el clima es muy frío.

AMECAMECA

Amecameca es un pequeño pueblito del Estado de México que se ubica a tan solo una hora de la ciudad de México. Cuenta con muchos atractivos para distraerse un rato, uno de ellos es la *Hacienda Panoaya* que esta a 11 minutos de Amecameca.

La Hacienda Panoaya es un parque de diversiones de tipo ranchero. Cuenta con diferentes actividades, incluye un *parque de venados* a los que puedes acariciar. También, hay una granja con llamas, gansos, jabalíes y jirafas. incluso se da un espectáculo de animales en donde se puede admirar a serpientes, cocodrilos, águilas, entre otros animales.



Amecameca Panoaya



En esta hacienda se encuentra el museo de Sor Juana Inés de la Cruz, quien vivió en la Hacienda Panoaya de los 3 a los 8 años de edad (1651 a 1656). Aquí, ella aprendió a leer a escondidas en la biblioteca de su abuelo quien arrendaba la Hacienda. Además está el museo internacional de los volcanes, es un sencillo espacio, pero que cumple con ayudar a comprender este fenómeno natural



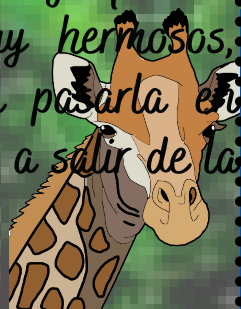
En la Hacienda Panoaya se pueden encontrar áreas verdes que conforman un laberinto inglés, también posee un lago y una tirolesa que se encuentra arriba de éste. También, hay una alberca y una zona en donde se hacen fiestas de espuma.



El organizar un picnic para conectarte con la naturaleza es una idea fenomenal que se puede complementar con una noche bajo las estrellas en un área de acampado o para mayor confort un hotel que se encuentra dentro de la misma hacienda.



Nos gustó hablar sobre este tema ya que son lugares que nos parecen muy hermosos, divertidos y excelentes para pasarla en familia. Además de ayudarnos a salir de la rutina y escapar de lo cotidiano.



Axel Quintanilla Cruz

Italia Stefania Ayala López

"Cualquiera puede cocinar"



Restaurantes de series en la vida real

Bienvenidos a este artículo que sabemos que a más de uno les va a interesar. En esta ocasión, hablaremos sobre un lugar que seguro has visto en una serie bastante conocida. Nos referimos a la pastelería de "Miraculous: las aventuras de Ladybug" les platicaremos donde están ubicadas, qué comidas venden, entre otras cosas. Pues nos declaramos fans de esta serie televisiva y qué mejor que empezar a trabajar de forma colaborativa en los artículos, reto que nos propusieron para esta edición.

Boulangerie Boris pastelería-panadería de "Miraculous: Las aventuras de Ladybug"

Primero, iniciaremos explicando de lo que trata esta serie. **"Miraculous: las aventuras de Ladybug"** es una serie creada por Thomas Astruc y se estrenó en septiembre de 2015. Marinette Dupain-Cheng y Adrien Agreste son dos adolescentes de preparatoria que fueron elegidos para combatir el mal causado por Hawt Moth en París, Francia.

Gabriel Agreste es el padre de Adrien y el famoso diseñador de modas, mientras que Tom y Sabine son los padres de Marinette, dueños la mejor pastelería, que tiene el nombre de **"Boulangerie Boris"**, que es el lugar del que a continuación les hablaremos.



Hay un establecimiento ubicado en la calle **Gotlib no. 12** en la ciudad de París, como fue mencionado en el episodio **Titiritera** de la serie que inspira totalmente a **Boulangerie Boris**; el exterior está pintado de color blanco. En la parte inferior se encuentra la pastelería, mientras que en la parte superior de la locación está la casa de los residentes.

Este local tomó la gestión de panadería y pastelería en el año 2013, DOS AÑOS antes del estreno del primer episodio de la serie.

**Su horario es de de
martes a domingo de
7:45am-20:30pm**



POSTRES QUE OFRECE

Tarta Fraisier

La tarta Fraisier, o Tarta de fresas, siempre está presente en las mejores pastelerías de Francia. Consiste en un pastel de capas de bizcocho genovés bañado con licor de cereza, una capa de crema y fresas.



Saint-Honoré



Es una de las tartas más tradicionales de la repostería francesa. Está elaborada con profiteroles y nata montada sobre una base cilíndrica elaborada con una masa ligera. Se llama así en honor al patrón de las pastelerías y panaderos.

Macaroon

El macaroon es un tipo de galleta tradicional hecha con clara de huevo, almendra molida, azúcar glass y caña de azúcar procesada. Se unen de 2 en 2 y llevan un relleno en medio hecho de base de crema que puede ser de distintos sabores (fresa, limón, etc.)



COULANT DE CHOCOLATE

También se le conoce como volcán. Se representa como un pequeño bizcocho de chocolate con el interior fundido.

De este modo, al cortar el bizcocho, de su interior sale una crema de chocolate muy espesa.

DATO INTERESANTE

La panadería-pastelería Boris está en la lista de los monumentos históricos de Francia, y los pasteles que hace Boris son unos pequeños monumentos en sí mismos.





Se le denomina crepe o crepa, a la receta europea, hecha fundamentalmente de harina de trigo, con la que se elabora una masa en forma de disco, de unos 16cm de diámetro. Se sirve habitualmente como base de un plato o postre aplicándole todo tipo de ingredientes dulces o salados.

Los países de origen son Francia y Alemania.

En este espacio les comparto una receta de crepas fácil y rica para hacer en familia.

INGREDIENTES

- 2 tazas de harina de trigo
- 3 tazas de leche
- 1 cucharadita de vainilla
- 4 cucharadas de mantequilla
- 6 huevos
- 2 cucharadas de azúcar

PREPARACIÓN

- 1- Agregue harina, huevos, azúcar, vainilla, y una taza de leche en un tazón grande.
- 2- Mezcle los ingredientes para obtener una masa suave.
- 3- Añada las 2 tazas restantes de leche y mezcle hasta que la masa quede sin grumos. Si está preparando la masa en este momento se puede refrigerar hasta el momento de cocinarlas.
- 4- Agregue una cucharada de mantequilla antes de empezar a hacerlas.
- 5- En un sartén mediano precalentado derrita una cucharada de mantequilla a fuego lento.
- 6- Utilice una cuchara para verter la masa en el sartén; rápidamente vaya inclinándolo a los lados para que la masa de la crepa quede distribuida en toda la superficie del sartén.

6- Cocine el primer lado de la crepa aproximadamente un minuto o hasta que los bordes se empiecen a dorar. De vuelta y cocínela de 15 a 25 segundos.

7- Retire la crepa de el sartén y póngala en un plato. Repita el proceso hasta que haya terminado con toda la masa.

Las puede preparar a su gusto, poner algunas frutas, helado, lechera, crema de avellanas y/o crema chantillí.

Incluso, las puede acompañar con cualquier bebida de su elección.



A mí me encantan las crepas, porque es un platillo que se puede comer a cualquier hora del día, además de que son deliciosas.

La crepa que más me gusta es la de Nutella con plátano y chantillí.





ECOLOGÍA

COMPOSTA

En los últimos años, las autoridades de algunas delegaciones de la ciudad de México nos han obligado separar la basura y clasificarla como orgánica e inorgánica para fomentarnos la conciencia ecológica. Por lo tanto, reducir, reciclar y reutilizar son tres acciones que se van haciendo cada vez más importantes en los hábitos de la vida de las personas, pues nos ayudan a utilizar con más eficiencia los recursos que este maravilloso planeta nos ofrece. Del mismo modo, cada vez hay más personas que dedican su tiempo a elaborar compostas caseras a partir de los desechos generados en los hogares, aunque no toda la basura es compostable.



¿Qué es una composta?

El compost o la composta es un producto obtenido a partir de diferentes materiales de origen orgánico, los cuales son sometidos a un proceso biológico controlado de oxidación denominado **compostaje**.



Posee un aspecto terroso, libre de olores y de patógenos. Es empleado como abono de fondo y como sustituto parcial o total de fertilizantes químicos. Se usa en agricultura y jardinería como ayuda para el suelo (abono orgánico).

Se forma cuando animales como la lombriz y sus variantes se comen los restos orgánicos. Entonces, las heces de esos animales son llamadas **compost**.

Pero, ¿qué residuos son compostables?

Todos los residuos vegetales son compostables, no así los residuos animales como restos de carne, lácteos o aceites.

Algunos de los residuos que pueden arrojarse al compost son:

- Hojas secas, pasto cortado y otros residuos vegetales del jardín
- Aserrín
- Ceniza
- Cáscaras de frutas y verduras
- Fruta echada a perder
- Plumas
- Cáscaras de huevos
- Semillas y carozos
- Bosta (excremento de caballo o de vaca)
- Pelo
- Uñas cortadas
- Polvo que se junta al barrer, o de la bolsa de la aspiradora
- Café
- Saquitos de té
- Yerba mate



¿Qué elementos no son compostables?

- Aceite de cocina
- Arroz ni crudo ni cocido
- Nueces
- pan y derivados
- carne y derivados
- plantas
- lacteos
- productos de higiene
- latas de aerosoles
- pilas
- cristal
- residuos medicos
- papel
- objetos de ceramica
- plasticos
- tubos fluorescentes



Celeste Osiris
Rosas Vidal y
Darrel del Ángel



Ciencia increíble



Los componentes del Universo

Las estrellas y sus elementos químicos

Como anunciamos en la edición anterior, hablaremos sobre los componentes del Universo... Especialmente, de las estrellas y sus elementos químicos porque aunque aún somos estudiantes de secundaria, tenemos mucho que decir al respecto. Así que esperamos que lo disfruten tanto como nosotros al trabajarlo, pues debemos decir que somos amantes de la ciencia ya que ésta está en todo lo que nos rodea.



Posiblemente, todos alguna vez en la noche hemos podido observar puntos luminosos en el cielo. Muchos de estos puntos son estrellas, pero en el día sólo podemos ver la estrella que tenemos más cerca, el Sol.



En la muy conocida frase de Carl Sagan **"Somos polvo de estrellas"** se encierra una gran verdad: si no hubiera estrellas, no habría vida, pues todo lo que nos rodea, todos los átomos que nos conforman se cocinaron primero dentro de una estrella que murió y llegó a nosotros.



En este artículo, podrás descubrir cómo son las estrellas, de qué están hechas, su ciclo de vida y otras cosas más. Nuestro objetivo al hacer este artículo es crear curiosidad a nuestros lectores para que quieran saber más sobre las estrellas.



Primeramente las estrellas son motores de energía que producen calor, luz propia y rayos ultravioleta, principalmente están compuestas de hidrógeno y helio.

Y aunque no lo creas las estrellas tienen un ciclo de vida que comienza cuando una nebulosa que es una nube de polvo cósmico, compuesta principalmente de hidrógeno sufre diversas reacciones físicas de compresión de los elementos químicos formando protoestrellas.



Las protoestrellas son esferas de gas que se comprimen hasta que la radiación deja de escapar y por lo tanto, poco a poco, son calentadas.

Estas protoestrellas se seguirán compactando y calentando aumentando su masa, comenzando las reacciones nucleares de los hidrógenos que crearán otros compuestos químicos como el helio, el carbono, el oxígeno, etc. obteniendo como resultado el nacimiento de una estrella al obtener una estabilidad en las reacciones químicas y el fin de la vida de la estrella ocurre cuando tras billones de años todo el hidrógeno combustible y el helio de la estrella se ha agotado. Aquí, la estrella comienza a contraerse elevando su temperatura y, aumentando su núcleo, formándose elementos más pesados y tras una serie de reacciones químicas, obtenemos combustibles nuevos causando la muerte de la estrella, pero regresando todos esos elementos y compuestos al cosmos, permitiendo la formación de una nueva estrella.

Algunas estrellas, como nuestro sol, al consumir todo el Hidrógeno y tener una abundancia de elementos más pesados que el Hidrógeno, se expandirá hasta convertirse de nuevo en una nube de gas y el núcleo como una enana blanca que después de miles de millones de años se apagará convirtiéndose en una enana negra.

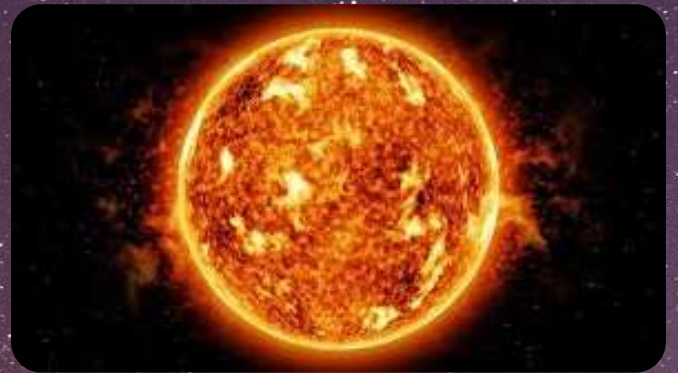
Otras más masivas explotan en una supernova dejando una estrella de neutrones a través de un proceso muy complejo. Existe una tercera muerte para estrellas increíblemente masivas en las que la gravedad se lleva al límite y se crean agujeros negros.

Cuando la estrella muere, todos esos elementos y compuestos regresan al cosmos permitiendo la formación de una nueva estrella, es así como de la muerte de una estrella se crean otras.



El tamaño de las estrellas. Las estrellas pueden tener muchos tamaños, y se clasifican en un rango desde enanas a supergigantes, un dato curioso es que una estrella supergigante puede tener radios mil veces mayores que el Sol.

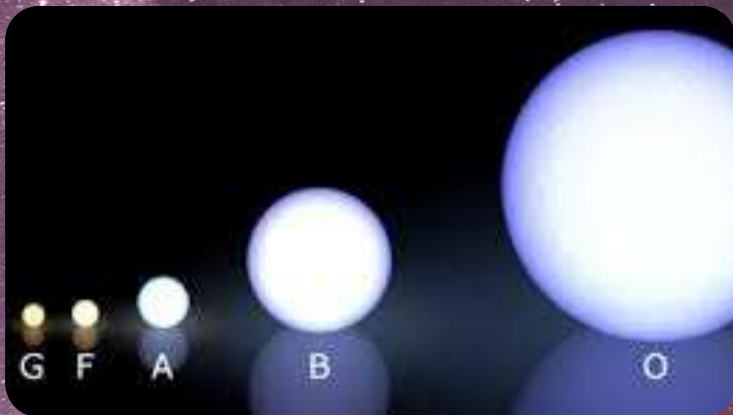
Las estrellas son los únicos cuerpos del Universo que emiten luz. El Sol, la estrella más cercana a la Tierra, está situado a unos 150 millones de kilómetros de la Tierra y es, con mucho, el objeto celeste más brillante que podemos ver.



Cuando una estrella es muy joven, su temperatura es muy elevada y su color, dentro del espectro de luz visible es entre azul y morado. Una vez evoluciona y dependiendo de su masa, se convertirá en amarilla o anaranjada, para terminar su vida como estrella con un color rojizo. Finalmente, tras su «muerte», algunas estrellas se convierten en enanas blancas.

Cuanto mayor es la masa de una estrella, más rápido quema el combustible de su núcleo y eso acelera su evolución y su desenlace final.

La Astronomía califica las estrellas en 7 categorías, según su tamaño y su color, y cada categoría se subdivide en números. Así, las estrellas más jóvenes, más pequeñas y muy calientes son de color azul y se catalogan como estrellas O. Las viejas, mucho más grandes y frías, entran en la categoría M.



FORMA DE LAS ESTRELLAS.

Las estrellas no poseen una forma definida, ésta variará dependiendo de distintos factores como: la gravedad, la tasa de rotación y la proximidad a otros cuerpos celestes.

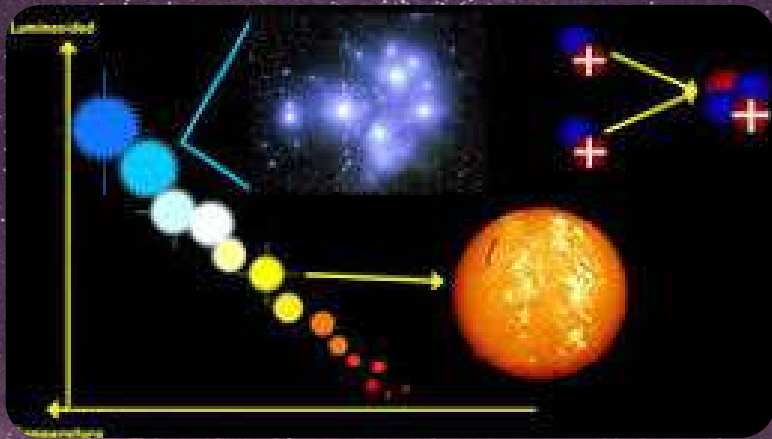


Usualmente, la forma casi redonda que tienen se debe a dos fuerzas que luchan entre sí dentro de ellas: por un lado, **la presión de las reacciones termonucleares** que empuja el plasma hacia afuera; y por otro, **la atracción gravitacional** que ejerce la masa de la estrella hacia su centro, pero son tan perfectamente equilibradas las fuerzas que le dan esa forma geométrica.



¿Por qué brillan las estrellas?.

Durante casi todo el ciclo vital de la estrella emiten luz debido a la fusión termonuclear del hidrógeno en helio que se producen en el núcleo de la estrella, la cual libera la energía necesaria para irradiar la luz traspasando la estrella hacia el espacio exterior, llegando así a nuestro planeta, permitiéndonos observar las estrellas.

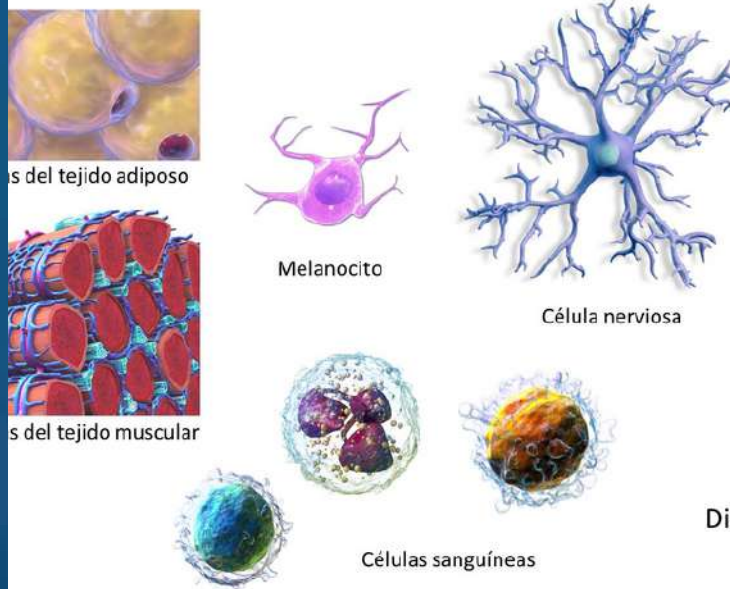


La importancia de las estrellas va más allá de un cielo hermoso que podemos ver durante la noche, ya que son los motores de energía cósmica que producen calor, luz, rayos ultravioleta, rayos X y otras formas de radiación. ¡Nuestro universo podría albergar más de 100.000 millones de galaxias, y cada una de ellas podría tener más de 100.000 millones de estrellas, eso quiere decir que podría haber más estrellas que granos de arena en la Tierra!. Son hermosas esferas de gas muy calientes que brillan con luz propia, produciendo calor y rayos ultravioletas. Son hermosas esferas de gas muy calientes que brillan con luz propia, produciendo calor. Las estrellas son organismos vivientes que nacen y mueren en determinado tiempo y siguen su ciclo natural en el cual van agotando sus recursos hasta morir, pero todos los elementos regresan al cosmos permitiendo la formación de una nueva estrella.

IAN FABIÁN GALICIA GÓMEZ
SOPHIA LOREN CUESTA PALOMINO

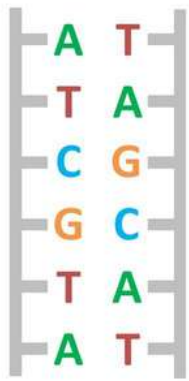
La Epigenética: Más allá del ADN

En una ciudad han nacido dos personas que son gemelos idénticos. Crecen y se desarrollan en un ambiente muy similar. Una de las personas se muere por un ataque al corazón a los 30 y el otro fallece a los 80, pero sufre de esquizofrenia ¿Por qué si son gemelos idénticos tuvieron diferentes problemas? Pues tiene que ver con la Epigenética.

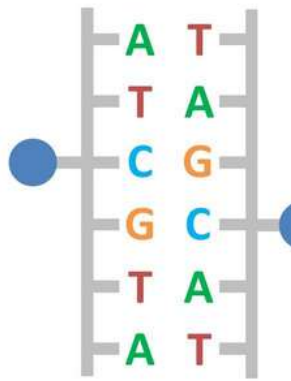


Epigenética significa *por encima del ADN* y tiene que ver con la manera en la que este es expresado. *Es como cuando se lee un libro, las letras son el ADN y los demás signos de puntuación, la Epigenética.*

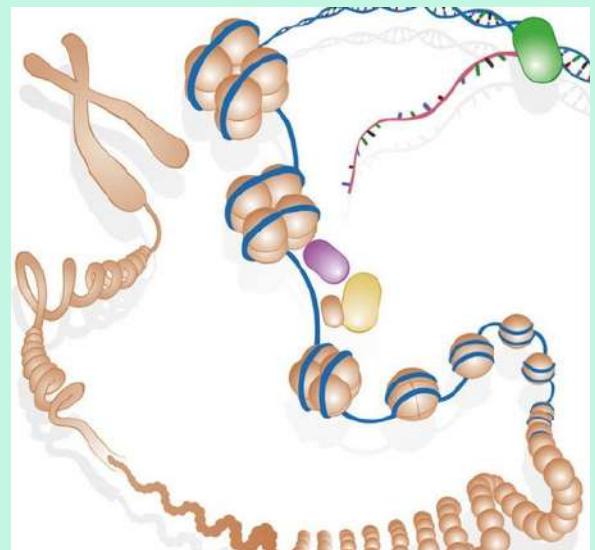
Como sabemos todas las células del cuerpo humano tienen el mismo ADN (con un pelo humano sabemos quien eres), pero ¿por qué una célula de la piel es totalmente diferente a una neurona? Por mucho que tengan el mismo código genético no tienen el mismo epigenoma, es decir, no se leen igual.



ADN sin metilar



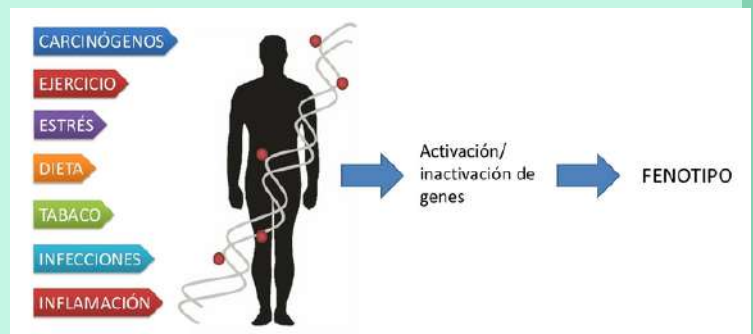
ADN metilado



El epigenoma posee varias formas de funcionar, puede tener compuestos químicos en el código que hacen que ciertas zonas sean ilegibles por los ribosomas (Grupos metilos), o pueden estar demasiado enrolladas ciertas zonas en el cromosoma.

La relevancia de este tema radica en que el *epigenoma puede ser modificado por estímulos del ambiente*. La epigenética actúa como puente entre los genes y el ambiente. Algunos factores ambientales, como el tabaco, o la nutrición pueden iniciar procesos químicos que lleven a cambios en el epigenoma.

Si logramos entender y manipular el epigenoma, casi más que el propio ADN, lograremos quizás *revertir el envejecimiento o curar el cáncer* (Se ha probado que ha medida de que envejecemos el epigenoma es diferente por la mala replicación y los estímulos externos).



[illegible]

LOS COLORES

¿SABES CÓMO FUNCIONAN?

Hola de nuevo, soy Ian Julian Avila. Esta vez me dijeron que no podía hablar sobre mi tema favorito, pero decidí hablar sobre los colores porque es una de las partes importantes al momento de dibujar. ¡Comencemos!

La gran diversidad de colores que existen en el espectro cromático se derivan de tres colores primarios que son el azul, rojo y amarillo, pero si vez los cartuchos de tu impresora este no es su nombre. Para estos casos se les dice: cian, magenta y amarillo.

A lo mejor, no están familiarizados con estos colores, pero es bueno saberlo. El cian es el equivalente al azul el magenta al rojo y el amarillo no cambia de nombre.

Los colores secundarios son: verde, morado y naranja. Si volvemos a combinar un color primario y uno secundario obtendremos un color intermedio como el rojo naranja, amarillo cromo, amarillo naranja, púrpura, etc.

La mezcla de 2 intermedios produce un color terciario y la de 2 terciarios los cuaternarios, y así sucesivamente.



COLORES CONTRASTANTES

Los colores secundarios son complementarios, los complementos del color son "opuestos" del color ya que no entran en la composición del otro, estos colores contrastan uno con el otro. Ayudan para hacer el uno al otro más activos, ya que resaltan entre sí, logrando efectos visualmente agradables. Los complementos del color están en los lados opuestos del círculo cromático, en las imágenes de abajo podemos ver como contrasta el color amarillo sobre su opuesto que es el verde, el verde sobre el rojo, el agua marina sobre el anaranjado y el morado sobre el verde.



IAN
CROWLER

IAN
CROWLER

IAN
CROWLER

IAN
CROWLER

LOS COLORES

¿SABES CÓMO FUNCIONAN?

Hola de nuevo, soy Ian Julian Avila. Esta vez me dijeron que no podía hablar sobre mi tema favorito pues me pidieron retarme a mi mismo y salir de mi zona de conocimiento amplio, pero decidí hablar sobre los colores porque es una de las partes importantes al momento de dibujar. ¡comencemos!

La gran diversidad de colores que existen en el espectro cromático se derivan de tres colores primarios que son el azul, rojo y amarillo, pero si vez los cartuchos de tu impresora este no es su nombre. Para estos casos se les dice: cian, magenta y amarillo.

A lo mejor, no están familiarizados con estos colores, pero es bueno saberlo. El cian es el equivalente al azul el magenta al rojo y el amarillo no cambia de nombre.

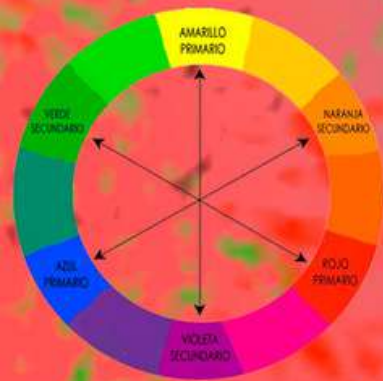
Los colores secundarios son: verde, morado y naranja. Si volvemos a combinar un color primario y uno secundario obtendremos un color intermedio como el rojo naranja, amarillo cromo, amarillo naranja, púrpura, etc.

La mezcla de 2 intermedios produce un color terciario y la de 2 terciarios los cuaternarios, y así sucesivamente.



COLORES CONTRASTANTES

Los colores secundarios son complementarios, los complementos del color son "opuestos" del color ya que no entran en la composición del otro, estos colores contrastan uno con el otro. Ayudan para hacer el uno al otro más activos, ya que resaltan entre sí, logrando efectos visualmente agradables, Los complementos del color están en los lados opuestos del círculo cromático, en las imágenes de abajo podemos ver como contrasta el color amarillo sobre su opuesto que es el verde, el verde sobre el rojo, el agua marina sobre el anaranjado y el morado sobre el verde.



IAN
CROWLER

IAN
CROWLER

IAN
CROWLER

IAN
CROWLER

CUALIDADES DEL COLOR

Las tres características del color son:

1-El tono: Cualquier color del espectro cromático.



2-La saturación: Cantidad de blanco con el que se esté mezclando el color.



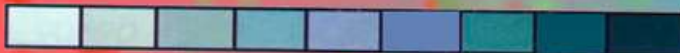
3-La intensidad: Fuerza o brillo del color.



¡EL COLOR TIENE TEMPERATURA!

Aunque no lo creas los colores también puedes transmitir una temperatura en particular, hay dos clasificaciones: cálidos y fríos. Se dice que un color es cálido cuando pertenece a la gama que va del amarillo al rojo carmesí (rojo violeta), y los fríos cuando van del violeta al azul.

Se denominan cálidos porque tienen un mayor porcentaje de amarillos y rojos en sus combinaciones, dando una sensación de calor o tibieza.



Mientras que los fríos carecen de amarillo y el porcentaje de azul es mayor en sus combinaciones y gama, visualmente se relacionan con frescura.

Ahora al apreciar una pintura, ya puedes saber por sus colores lo que quiere transmitir, ya sabes porque se usan algunos colores sobre otros, que tipos de colores se usan en alguna serie o película, puedes darte una idea de cómo se combinan los colores y hasta puedes aventurarte a hacer tus propias combinaciones.

Esto ha sido todo por esta ocasión.

¡Nos vemos la próxima!



HOMBRES G

Los **Beatles hispanos**, mejor conocidos como los **Hombres G**, son una banda de rock/pop española muy reconocida.

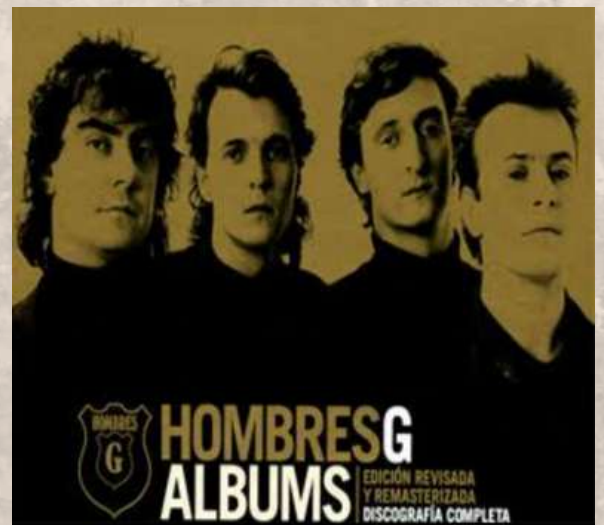
¿Cómo inicio su carrera? ¿Porqué les dicen los Beatles hispanos?. En lo personal, a mí no me agradan los Hombres G, sólo me gusta la canción "Devuélveme a mi chica", pero a una amiga le fascinan y me pidió escribir sobre ellos, por lo que decidí darles una oportunidad para conocer su historia con ustedes.

La banda de pop español Hombres G ha sido liderada desde 1983 por David Summers (1964), hijo del conocido humorista y cineasta Manuel Summers. Fue integrada inicialmente por:

- **David Summers (voz y bajo),**
- **Rafael Gutiérrez (guitarra),**
- **Daniel Mezquita (guitarra y teclados) y**
- **Javier Molina (batería)**



Su pop desenfadado y sin complejos arrasó en las generaciones más jóvenes de la segunda mitad de los años 80 y pulverizó los récords de ventas de los grupos españoles del momento. Ídolos iniciales de la post-modernidad madrileña, pasaron de malditos a admirados con temas como **Venezia** o **Devuélveme a mi chica** (más conocido como *Sufre, mamón*, otro de los versos del estribillo) se convirtieron en superventas en el verano de 1985.



Antes de fichar por el recién creado sello **Twins**, los **Hombres G** se habían ganado una buena legión de seguidores que asistían a sus conciertos en locales de moda como el madrileño **Rock-Ola** y que se sabían de memoria las letras de **Marta tiene un marcapasos** o **Milagro en el Congo**, canciones grabadas entre abril y mayo de 1983.

Pasado el éxito de álbumes como **La cagaste, Burt Lancaster** (1986), **Estamos locos, ¿o qué?** (1987) o de **Voy a pasármelo bien** (1989), el grupo intentó un cambio de estilo poco comprendido por sus fans con su disco **Ésta es su vida** (1990). Finalmente, tras **Historia del bikini** (1992) y el recopilatorio de sus **Éxitos** (1993), la banda se disolvió.

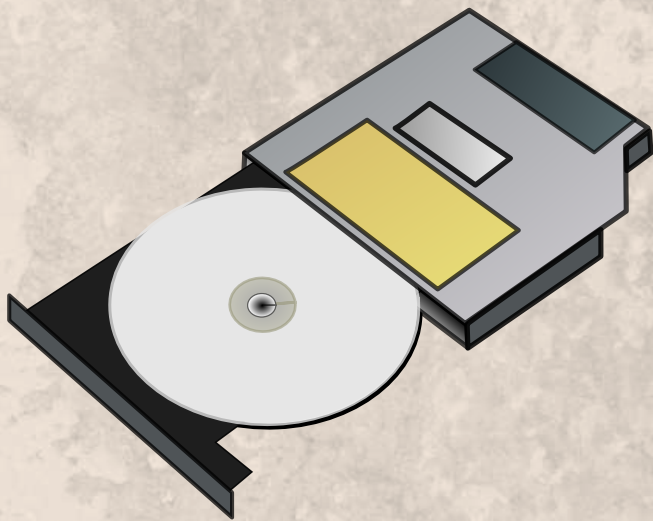


Convertidos desde aquel mágico verano en fenómeno de masas, el grupo repitió los tics de los más populares del pop español de los sesenta, incluido el de rodar un par de películas **Sufre Mamón** (1987), y **Suéltate el pelo** (1988), (ambas dirigidas por el padre de David y fue pronto imitado por grupos como Modestia Aparte o Terapia Nacional).



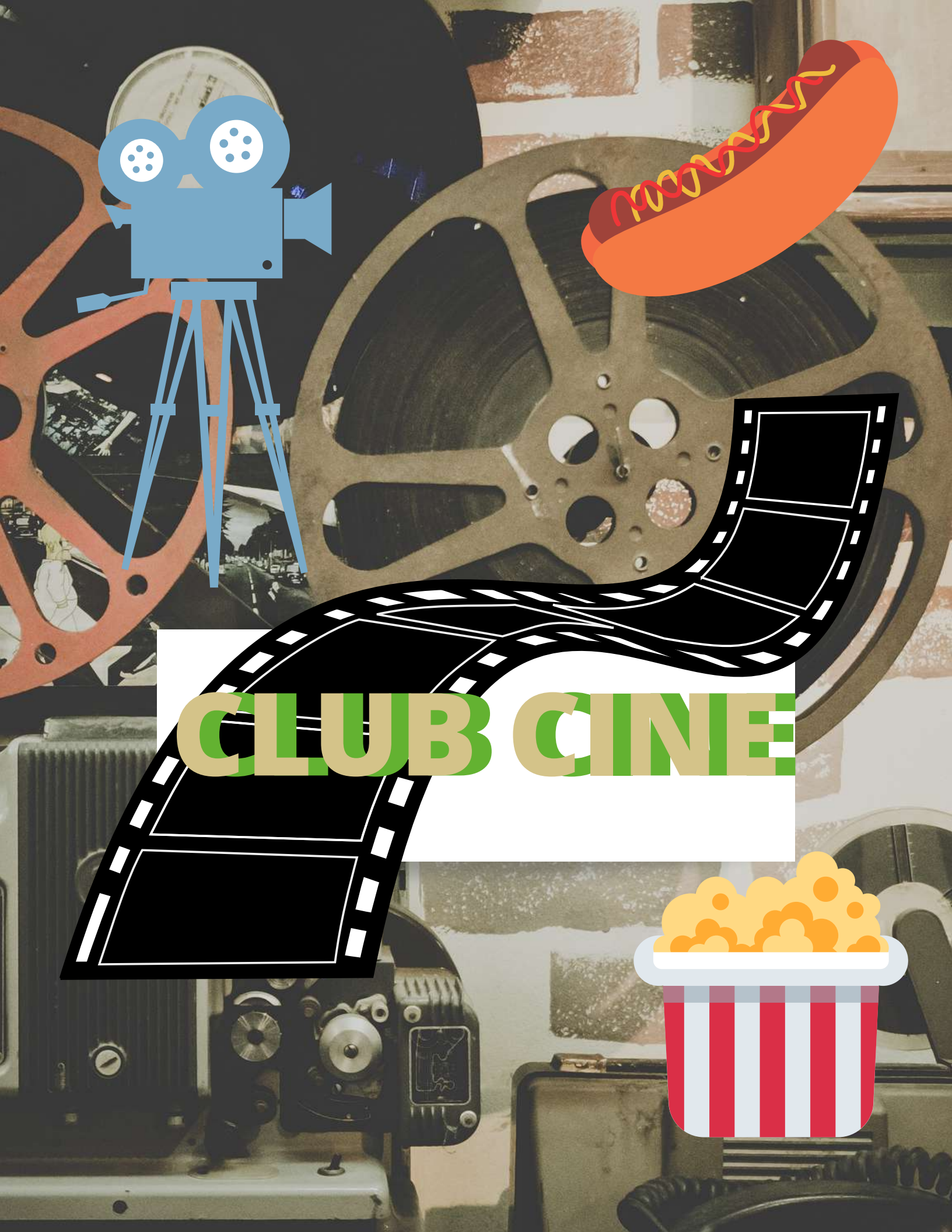
En 2002, diez años después de abandonar los escenarios, los **Hombres G** volvieron a reunirse y pusieron en marcha una exitosa gira por América. A finales de ese mismo año, los siete discos editados por la banda entre 1985 y 1992 se publicaron a modo de recopilatorio, manteniendo las portadas y el diseño de los vinilos originales.

En 2003, se publicó un disco-homenaje titulado *Voy a pasármelo bien* en el que destacados grupos y artistas españoles **Los Secretos**, **Seguridad Social**, **Antonio Vega**, **Mikel Erentxun**, **La Cabra Mecánica**, **Álex Ubago** y **El Canto del Loco** presentaron versiones de los temas más famosos del grupo.



En diciembre de 2004, y después de que el grupo se hubiese embarcado en una gira por toda España para promocionar su nuevo disco, **Peligrosamente juntos**, se publicó el libro **Hombres G. Seguimos locos, ¿y qué?**, una obra biográfica escrita por Pepe Colubi en la que se repasan las anécdotas de toda la trayectoria del grupo. La nueva etapa ha traído por el momento otros dos álbumes, **Todo esto es muy extraño** (2004) y **10** (2007) así titulado por ser el décimo de su discografía. De este último, que incluyó once temas nuevos, se extrajo el single **Me siento bien**.

Escrito por Ebani M.



CLUB CINE



Bohemian Rhapsody:

La historia de Freddie Mercury

Quizás, alguna vez hayas escuchado el nombre de **Queen** o **Mercury**. Bueno, si es así y no sabes quién es **Freddie** o que es **Queen** nosotros te lo explicamos en lo que queda del minuto. **Queen** es una banda de rock originaria de **Inglaterra** muy reconocida a nivel mundial considerada como una de las superiores **bandas de la historia** aunque por algunos es apreciada como **la mejor** (como es en nuestro caso) y **Freddy Mercury** es su **vocalista** y **fundador** de **Queen**. A nosotros nos gusta mucho esta banda y nuestra canción favorita es **Another one bites the dust**.

Pero hoy no te vamos a hablar de su historia sino de su película que el **2 de noviembre 2018**, se estrenó mundialmente y por supuesto fuimos a verla y coincidimos con millones de fanáticos que es una joya, pues fue un hit mundial que se llevó varios óscars.

Resumen de la película

A continuación, te daremos un pequeño resumen de la película.

*Había una vez, un chico llamado **Farrokh Bulsara** (Freddie Mercury) que trabajaba en un aeropuerto.*

*Por las noches, pasaba el tiempo yendo a tocadas en las universidades donde interactuaba con gente nueva y ahí conoció a una chica llamada **Mary Austin**, con quien se empieza a llevar bien, pues a ella le encantaba su estilo y él admiraba su belleza.*



*Una noche, cuando fueron a un bar una banda llamada **SMILE** estaba tocando y más tarde, Farrokh se decidió a hablar con ellos y es ahí donde conoce al baterista **Roger Taylor** y al guitarrista **Brian May**. Farrokh les propone cantar con ellos, pero no quieren ya que él tiene unos dientes enormes y no iba a atraer a la gente, pero Farrokh les demuestra que canta muy bien y ellos aceptan.*



*La banda consigue un bajista llamado **John Deacon**. Y es ahí donde Farrokh descubre que cuando está en el escenario se desenvuelve, pero esto no es suficiente para él, por lo que deciden grabar un disco. Cuando lo lanzan, resulta ser muy vendido en **UK** y **EU** y es en ese momento donde Farrokh cambia el nombre de la banda a **QUEEN**.*

De paso ,él mismo se cambia el nombre a **Freddie Mercury.**

Las cosas para Freddie pintan bien, se compromete con Mary y Queen firma un contrato con **EMMI para una gira por Japón. Pero, en estos viajes, a Freddie le empiezan a llamar la atención los hombres.**



Todo este éxito no es suficiente para QUEEN y deciden sacar otro álbum que es la obra máxima en su carrera. Freddie logra ensamblar la **ópera con el rock. Después de muchas horas de trabajo, **Bohemian Rhapsody** es creada, pero no es muy aceptada por los productores , por tener ¡6 minutos de duración!, aún así, este rolón resulta ser un éxito y su fama crece como la espuma. Durante este periodo, Freddie se hace novio de **Paul Prenter** y al enterarse Mary de que Freddie es gay, ella rompe con él.**

La banda se comienza a separar, pues son criticados por el video de *I want to break free* (donde se visten de mujeres).

Freddie hace fiestas, se vuelve alcohólico y drogadicto, rompe con la banda y hace un disco en solitario. En una de sus tantas fiestas, contrae el SIDA.



En 1985, se hace un *Live Aid* que tiene el fin de beneficiar a los niños de África, tocando la banda Queen, llevándose la noche. Finalmente, el 24 de noviembre de 1991, Freddie Mercury muere a causa del SIDA y la banda se separa. Queen pasa a ser una banda icónica del rock.

ELENCO

Rami Malek como **Freddie Mercury**, vocalista principal de Queen.

Para nosotros, Malek se adueñó por completo del personaje, es casi como si hubiéramos visto cantar al mismísimo Farrokh Bulsara.



Gwilym Lee como **Brian May**, guitarrista de Queen. La verdad, no lo conocíamos, pero nos gustó mucho su actuación aparte de que se parecía mucho al original.



Ben Hardy como **Roger Taylor**, baterista de Queen. Shai no lo conocía, pero yo sí (Ebani) por su excelente trabajo en *Escuadrón 6*, pero su actuación en la película fue extraordinaria.



Joseph Mazzello como **John Deacon**, bajista de Queen. Nuestra opinión es que Joseph lo hizo bien pero a nosotros no nos convenció del todo. Además a mi (Shai) me gusto su papel en Jurassic Park siendo el niño Tim.



Lucy Boynton como **Mary Austin**, pareja de Mercury. En lo personal, nos gustó mucho su papel, Lucy es idéntica a Mary y aparte es muy bonita. Tienes que ser realmente gay para cambiar a esta belleza por cualquier hombre.



NUESTRA OPINIÓN

A ambos nos gustó mucho la película, el soundtrack, la actuación del elenco, la dirección de cámaras, pero, tal vez, el nombre de la película lo cambiaríamos a Bohemian Rhapsody: la historia de Queen, pues si bien Freddy Mercury es un personaje icónico, la película muestra la importancia de la unión de la banda como equipo, como una gran familia cuyos integrantes son todos únicos y necesarios para crear la música, pues sin ninguno de ellos, Queen no hubiera existido.

ESCRITO POR: Ebani y Shai



¡GRACIAS POR LEER!

Síguenos en nuestras redes sociales:)



Área René Cassin



arearenecassin

