UCM
UNIVERSIDAD CATOLICA DEL MAULE

CAPUCM
Centro de Apoyo al Aprendizaje
Universidad Católica del Maule

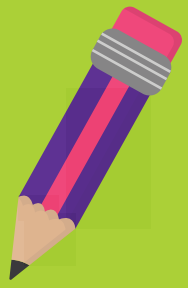
PACE
PROGRAMA
DE ACCESO A
LA EDUCACIÓN
SUPERIOR
Ministerio de
Educación

Revista PACE UCM

Índice

Editorial..... 3
Constitución: Liceo Rural Enrique Mac Iver, Santa Olga..... 4
Curicó: Liceo Fernando Lazcano..... 5
Curicó: Liceo Politécnico Curicó..... 6
Curicó: Liceo Polivalente Japón..... 7
Empedrado: Liceo San Ignacio..... 8
Licantén: Liceo Alejandro Rojas Sierra, Lora..... 9
Licantén: Liceo Augusto Santelices Valenzuela..... 10
Linares: Instituto Comercial..... 11
Linares: Liceo Politécnico Ireneo Badilla Fuentes..... 12
Maule: Liceo San José de Duao..... 13
Molina: Escuela Agrícola de Molina..... 14
Molina: Liceo Polivalente de Molina..... 15
Pelarco: Liceo de Pelarco..... 16
Pencahue: Complejo Educacional Pencahue..... 17
Rauco: Liceo Polivalente de Rauco..... 18
Retiro: Liceo Guillermo Marín Larraín..... 19
Río Claro: Liceo Agroindustrial Río Claro..... 20
Romeral: Liceo Arturo Alessandri Palma..... 21
Sagrada Familia: Liceo Polivalente de Sagrada Familia..... 22
San Javier: Liceo Manuel Montt..... 23
Talca: Complejo Educacional Javiera Carrera..... 24
Talca: Escuela El Sauce..... 25
Talca: Liceo Carlos Condell de la Haza..... 26
Talca: Liceo Diego Portales..... 27
Talca: Liceo Héctor Pérez Biott..... 28
Talca: Liceo Ignacio Carrera Pinto..... 29
Talca: Liceo Industrial Superior..... 30
Talca: Liceo Técnico Amelia Courbis..... 31
Teno: Liceo Polivalente de Teno..... 32
Vichuquén: Liceo Nuevo Horizonte..... 33
Yerbas Buenas: Liceo Agrícola Marta Martínez Cruz..... 34

"Las opiniones vertidas en esta revista son de exclusiva responsabilidad de quienes las emiten y no representan necesariamente el pensamiento de la Universidad Católica del Maule ni del Programa de Acceso a la Educación Superior (PACE)".



Revista PACE UCM 2019

La tercera entrega de la Revista PACE UCM 2019, tiene como objetivo ser un medio de comunicación de las inquietudes, pensamientos y anhelos de nuestros jóvenes de tercero y cuarto medio de los 31 establecimientos adscritos al PACE UCM, con el fin de abordar en sus páginas temas de interés social, tanto en educación, como otros de coyuntura y contingencia nacional y/o mundial. La idea es que los jóvenes puedan redactar textos en donde primen el razonamiento crítico y las reflexiones propositivas, respecto de los temas planteados, a través de los formatos: entrevistas, ensayos, columnas de opinión u otros.

Temas a abordar:

1.- Gratuidad
2.- Equidad en la educación
3.- Proyecto de vida
4.- Migración
5.- Equidad de género
6.- Violencia social
7.- Uso y dependencia de los celulares
8.- Bullying
9.- Alimentación saludable (deportes, malos hábitos, sedentarismo, alimentos transgénicos)
10.- Inclusión (discapacidad, género, étnico, social)
11.- Enfermedades del mundo moderno (depresión, estrés, ansiedad, uso de fármacos, obesidad, hiperactividad, déficit atencional)
12.- Causas de deserción escolar
13.- Segregación social
14.- Participación y representación política
15.- Formación ciudadana
16.- Educación sexual (afectividad, sexualidad responsable, enfermedades de trasmisión sexual, métodos anticonceptivos, embarazo adolescente)
17.- Responsabilidad social (ecología, ambientalismo, sustentabilidad, comercio justo)
18.- Adicciones en la adolescencia

Editorial

Estimada comunidad PACE UCM:

La convicción de la UCM de promover la equidad, tanto en el acceso como en la permanencia y titulación de los estudiantes, invita a la institución a crear, potenciar y sumarse a programas de acción afirmativa, que propicien la participación de estudiantes de variados contextos, en la educación superior.

Es por ello, que como forma de dar respuesta a las actuales políticas públicas nacionales, como la Ley de Inclusión y la Ley de Educación Superior, a través de su Centro de Apoyo al Aprendizaje (CAP), la UCM busca acompañar integralmente a los estudiantes de primer ingreso; reconociendo la diversidad del estudiantado como un valor y una posibilidad formativa rica en su multiplicidad.

Actualmente, el CAP trabaja con los y las estudiantes de primer año de la UCM, independientemente de su vía de ingreso. También, acompaña a estudiantes novatos que acceden por vías de políticas de acción afirmativa, es decir, que valoran la trayectoria educativa en contexto de los años previos a la universidad, independientemente de su puntaje en la prueba de selección universitaria.

De hecho, 171 estudiantes matriculados en la UCM en 2019 participan del Programa de Acceso a la Educación Superior (PACE), 20 estudiantes del programa de Atracción de Talentos en Pedagogía (PAT) y 40 estudiantes con discapacidad, son acompañados por el Programa de Apoyos y Recursos para la Inclusión (PARI).

A través del PACE, este año trabajamos con cerca de 4 mil 500 jóvenes de la región, de 31 establecimientos adscritos con el foco puesto en implementar acciones de preparación en la enseñanza media y acompañamiento en la educación superior, en aspectos académicos y psicosociales.

De la misma manera, hemos establecido hitos de trabajo colaborativo con otras instituciones de educación superior, municipalidades, Seremi de Educación, equipos directivos de establecimientos de educación media, profesores, padres y apoderados, todo ello, en pos de buscar siempre lo mejor de cada uno para entregárselo a nuestros estudiantes, cumpliendo así con el sello y vocación de servicio que nos identifica como plantel universitario.

Saludamos a todos los estudiantes y establecimientos educacionales que son protagonistas en esta revista y los invitamos a trabajar siempre por lograr las metas que se han trazado, a buscar la concreción de sus ideales y a ver en nuestra UCM una aliada en ese camino.

Dr. Diego Durán Jara
Rector
Universidad Católica del Maule

Liceo Rural Enrique Mac Iver, Santa Olga, Constitución

Poemas

Quiero
Quiero ver sonrisas en las brisas,
Quiero disgustar, tu pensamiento,
En un solo momento.

Quiero llorar para vivir, vivir para no llorar,
Para que estar amargado, si el mundo
No está acabado.

El cielo es azul, el arcoíris de colores,
Con solo una mirada que florezcan las flores,
Quiero vivir acá, quiero vivir allí,
Quiero dar todo, hasta mi último vivir.

Soy un cero
Soy un cero en mundo de dos,
Soy un tres en mundo de pares,
No encajo en mundo al revés,
Soy un cinco en mundo de seis.

Bailo, bailo, hay que caminar,
Canto, canto, hay que callar,
Soy, soy, un desastre total.

Soy el frío del calor,
El amargo de tu azúcar,
Soy el odio de tu amor,
Al final soy un dos.

Soy un dos, cuatro, un seis,
Soy un impar al derecho, al revés,
Si me divides, un impar seré,
Uno o dos, puede ser tres.

Vestido de mentiras
Te vistes de seda
Pero la seda se corrompe
Te vistes de mentiras
Pero la verdad las rompe.

Dirás que sí, pero no en tu corazón,
Dirás que no pero sí en tu cerebro,
Definitivamente no hay como entenderlos.

Dices la verdad, tu vestimenta se ilumina
Dices mentiras y se opaca
¿Será que hay tristeza en tu corazón?
¿Por eso no dices la verdad?

Te vistes de mentiras,
Y no sabes cómo ocultarlas,
Te vistes de ellas, pero se ven opacas
Tu rostro no ilumina.
Tu rostro no ríe porque tus mentiras no te visten,
Cuando ríes dices la verdad y así te sientes aliviada.

Tú y yo
Tus camisas de tristeza,
Mis lágrimas saladas,
Mi boca llena de proezas
Tus palabras bien coladas.

Mi risa en carcajadas
Las tuyas bien calladas
Yo siempre con alegría
La tuya se va a mediodía.

Eres un misterio por resolver
Quiero descubrir lo que eres
Aunque sufra al ver
No importa, ya me tienes
Por favor, no me sueltes.

Siempre en las malas
Pocas veces en las buenas
Aun con mis alas
Y mí mirada salada
Nunca vuelas.

Me alejo de tu mirada caliente
Al oírte gritarme, te entiendo quererme
Perdóname ya es tarde
No hay nada que hacerle.

Querer volar
Sé que no necesito cambios
Pero por eso estoy pensando
Adonde me está llevando
El paisaje cálido

Soy una arcilla moldeable
La luna me grita
Que mi corazón está palpable

El sol me consuela
Deja que yo vuele
La lluvia me levanta
Y la tierra me abraza

Al querer tocar el cielo
Solo toco el suelo
Al ver que no puedo volar
Solo me queda irme a casar

Débora Casanova
Tercero Medio Liceo Rural Enrique Mac Iver, Santa Olga, Constitución

Liceo Fernando Lazcano Curicó

Columna de opinión

Fútbol Americano en Chile

Curicó es una comuna medianamente pequeña, sin embargo, en ella existen numerosas personas con variedad de dones y habilidades, que a lo largo de los años se han destacado en diferentes ámbitos, a nivel nacional, internacional y local. Por ejemplo, artistas, músicos, bailarines, cantantes y deportistas...

Entre estos últimos, es digno de mencionar a un grupo de jóvenes y adultos que juegan fútbol americano.

Este deporte nació alrededor de cien años atrás en Estados Unidos, derivado del rugby. Se juega en más de 60 países de todo el mundo.

El equipo de fútbol americano de Curicó se llama Guepardos, lleva dos años de creación y han tenido una activa y destacada participación. "Sin disciplina es muy difícil poder encajar con todos ellos", dijo un jugador del equipo.

El primer coach (entrenador) de Guepardos comentó sobre el inicio y cómo surgió la idea de formar el equipo en una localidad tan pequeña, ya que este deporte sólo se veía en otros países norteamericanos, pero no en latinoamérica.

"La idea surgió debido a que jugaba en un equipo de fútbol americano, pero en Talca. Tuve el deseo de crear un equipo en Curicó y lo hicimos con un grupo de amigos, el cual empezó con 4 personas y ahora somos alrededor de 30 a 35 personas", sostuvo. Recuerda que tomó la responsabilidad de ser el entrenador de ese entonces, a los 19 años de edad. Fue un proceso difícil, dijo, en donde se mantuvo firme para seguir un objetivo claro, que era llegar a los playoff y competir con los demás equipos de Chile.

Un jugador del equipo Curicano expresó lo que significa este deporte para él: "el fútbol para mí, es vida. Tal como en el deporte, la vida te va a golpear, te querrá ver en el suelo, pero es decisión tuya avanzar hasta la zona de anotación que representa tus sueños, metas, logros y expectativas a futuro... el americano es perseverancia, saber que cada paso te acerca donde quieres estar, no importa si retrocedes... solo no dejes de avanzar".

Un grupo de alumnos del Liceo Fernando Lazcano de Curicó también son participes de este deporte y de Guepardos, siendo incluso algunos de ellos jugadores de la selección nacional. Además, este deporte se juega en las canchas y patios del establecimiento, siendo así de beneficio para los alumnos y llamativo para el resto de estudiantes.

Algunos jugadores de Guepardos comentaron que entrar al equipo fue una puerta que ellos no veían abierta, porque los ayudó a salir de vicios, como la droga o el alcohol, demostrándoles que en la vida hay altos y bajos, pero si tenemos la mente clara y decisiones firmes, podemos llegar más allá del sol, algo parecido como jugar; tienes tu objetivo claro durante el juego en la cancha, pero si te equivocas, debes hacer movimientos rápidos, porque el tiempo es más que limitado y no piensas sólo en tu bienestar, sino el de todos en el equipo.

La madre de un jugador decía que su hijo siempre estaba encerrado en su habitación, jugando y sin comunicación con ella. Su rendimiento en su establecimiento era muy malo. Hasta que un día asistió a un entrenamiento e hizo un cambio total en él, hizo amigos, sus notas subieron y él decidió ir a la universidad.

"Exije más allá que un esfuerzo al 100% físico... Nos llevó a un desarrollo psicológico, la rudeza mental sacó a muchos de mis actuales compañeros de malas juntas, vicios, etc. Sacó adelante a grandes personas, sin motivaciones ni perspectiva de vida", relató otro jugador de Guepardos, muy orgulloso del camino de sus compañeros y hermanos, ya que más que un equipo, se convirtió en una familia. Ellos no pelean por sus puestos, cada posición es diferente y única para cada jugador. Comparten, pelean, juegan y ríen como hermanos cada entrenamiento o junta, se convirtió en una gran hermandad que cada día crece más.

Catalina Ávila Polanco, Tercero Medio
Liceo Fernando Lazcano Curicó

Liceo Politécnico Curicó

Microcuentos

Amor en la lucha

Era época de toma, nuestro propósito era conseguir cosas nuevas para las especialidades, ella ahí, hermosa como siempre y como siempre un curso más arriba que el mío. Le coquetié y logrando mi cometido nos separamos del grupo que cuidaba el liceo, luego de unos besos, sin darme cuenta ya era hora de irme a descansar con la esperanza de verla al día siguiente. Volví a la hora de almuerzo, corrí a la cocina para ver qué preparaban mis compañeros y ahí estaba ella, tan hermosa como siempre, besándose con un tipo dos cursos más abajo que el mío.

Daniel, Cuarto medio
Liceo Politécnico Curicó

Un lluvioso día de agosto

Corría un día largo y extenso, sólo esperaba la hora de salida. En ese entonces había querido romper las reglas, decidí fugarme, enfrentando la adrenalina y el temor a que me vieran. El único testigo fue nuestra querida mascota "El Humilde". La obra ya estaba ejecutada, la pared ya estaba saltada y para mi mala suerte, mi querida profesora jefe estaba en el paradero esperando locomoción y por obra divina no logró visualizarme, me sentí realizado, lo catalogo como un hecho épico e incomparable, pero pregúntenme ¿Lo volverías a hacer?

Javier, Segundo medio
Liceo Politécnico Curicó

Entre bombas lagrimógenas

Entramos en guerra. Cada bando contrario prepara su argumento. Están atrincherados por tablas de madera y fierros desgastados. Entre ambos, hay un gran pasillo, sin ningún alma cual cruzar. Y cuidado, entre ambos hay una pequeña agrupación de personas que, tal vez, buscan paz. No les gusta la guerra, o tal vez sólo no quieren morir. Tampoco emiten comentario. Saben que no lo pueden evitar. Los bandos exteriores tampoco se relacionan con el conflicto; y ahora preparan los cañones. De todas formas, ambos piensan tener la razón aunque ninguno quiere comenzar todavía. Y ahí viene... su profesora entra. Comienza "Orientación".

María José, Segundo Medio
Liceo Politécnico Curicó

*Concurso Microcuentos "LPC en 100 palabras": creado por el Departamento de Humanidades del establecimiento y se efectúo a fines del 2018, participando todos los estudiantes del establecimiento.

Liceo Politécnico Japón, Curicó

Columna de opinión

Las redes sociales y su impacto en la sociedad

Todo el mundo ha estado inmerso en ella, es un medio muy utilizado por todos, teniendo un gran impacto en la sociedad, ya que ha logrado transformar la forma de comunicarnos, tanto a nivel personal como profesional.

Las redes sociales se han transformado en el modelo a seguir de nuestros jóvenes, los cuales se esfuerzan a menudo, llenándose de inseguridades al intentar dar una imagen de perfección, la cual esconde una muy triste realidad de personas acomplejadas por encajar en un mundo superficial.

¿Si te lo preguntas? Tal vez un poco innecesario y sin importancia, pero es un problema actual que afecta la autoestima de millones de adolescentes en el mundo.

Estas redes sociales se han convertido en una gran fuente de diversión y poder, por un lado, beneficioso y entretenido; por otro lado, un lugar bastante oscuro, lleno de personas que usurpan una identidad para así poder relacionarse generalmente con menores de edad, que se aprovechan de su inocencia para obtener fotos e información para arruinar la felicidad de cualquier familia que, desinformadamente, caen en esta situación. Una de las ventajas de esta comunicación virtual es que te puedes comunicar rápida e instantáneamente con cualquier persona, sin importar el lugar en que se encuentre. También te permite hacer negocios, trabajar e inclusive buscar trabajo.

Miguel Ramírez
Colegio Polivalente Japón

Columna de opinión

Desigualdades

Hoy en día, en la actualidad se ve muy reflejada la desigualdad de género y también en otros ámbitos, pero ¿por qué se genera esto? ¿Todos tenemos nuestros derechos como ciudadanos?
Al preguntarnos esto, podríamos decir que se genera por los colores de piel o la situación económica que presenta un individuo. Pero si todos tenemos derechos, por qué los rechazan, si se supone que los crearon para tener una ciudadanía igualitaria para todos, o sea, justa para todos.
Este fenómeno se ve mucho más abocado en las empresas, por la razón que algunos ven a las personas como esclavos y los tratan mal, siendo que ellos tienen los mismos derechos. También en el color de piel, porque algunos son más morenos o simplemente no se ajustan a los patrones de belleza.
En el tema de los inmigrantes, como los haitianos, les pagan un sueldo muy miserable por lo que hacen, siendo que ellos necesitan mucho porque algunos dejaron a sus familias solas y sin recursos para subsistir.
¡Se necesita un cambio ya!

Esteban Jaque
Liceo San Ignacio de Empedrado

Liceo Alejandro Rojas Sierra de Lora, Licantén

Columna de opinión

¿Está presente la inclusión en el modelo educacional actual?

La inclusión educativa es un proceso orientado a garantizar el derecho a una educación de calidad, a todos los estudiantes, en igualdad de condiciones. Sin embargo, si analizamos detenidamente el modelo de educación actual del país, nos podemos percatar que este aspecto no se respeta en su totalidad. En primer lugar, lo expuesto anteriormente se evidencia en la mayoría de los reglamentos internos de cada recinto educacional, en los cuales, se prioriza la estructuración y ordenación en la forma en que los jóvenes deben asistir regularmente presentados al colegio, por sobre la capacidad de aprender que estos poseen. A modo de ejemplo, muchas noticias han dejado al descubierto cómo algunos profesores o asistentes de la educación juzgan de una forma excluyente a los estudiantes que tienen una apariencia diferente a sus estándares, asegurando que su forma de vestir o cortar su cabello influye significativamente en su rendimiento académico, sin embargo estos pensamientos están errados, ya que actualmente ningún estudio científico afirma que la forma en la que se presentan los alumnos regularmente al colegio influye en sus capacidades académicas.

El modelo educacional también comete una discriminación al no aceptar la diversidad entre los estudiantes con habilidades distintas a lo implantado por el Ministerio de Educación. Prácticamente estamos obligados a aprender lo impuesto en el plan de educación porque al egresar del establecimiento debemos rendir una prueba estandarizada, que solo mide algunas áreas y habilidades de los estudiantes. Las instituciones no brindan un apoyo en aquellos dotes artísticos, físicos o sensoriales, excluyendo y dejando de lado a muchos alumnos. Además, muchas veces la exigencia que hay en las aulas hacen creer a los estudiantes que no son lo suficientemente competentes, provocando una frustración por no obtener los objetivos de aprendizaje esperados.

Como consecuencia de lo expuesto anteriormente, se invita a todos los individuos que formamos parte de la comunidad educativa a tratar a todos nuestros semejantes con respeto y tolerancia, debido a que su apariencia, forma de vestir o sus dotes académicos no influyen en que esta persona se convierta en un futuro médico o una gran ingeniera.

"Sé libre, sé tú"

Claudio Andrés González Fuenzalida
Hade Anaís Martínez Donoso
Liceo Alejandro Rojas Sierra de Lora, Licantén

Liceo Augusto Santelices Valenzuela, Licanten

Testimonio

"El PACE es una buena opción para los estudiantes que se esfuerzan en la educación media"

Camila Barrientos egresó el 2018 del Liceo Augusto Santelices Valenzuela de Licantén. Ella, al igual que cientos de jóvenes, en tercero y cuarto medio fue acompañada por el componente de Preparación en le Enseñanza Media (PEM) del PACE UCM.

Gracias a su esfuerzo y trayectoria en la media, pudo optar a un cupo PACE, lo que le permitió ingresar a la educación superior, específicamente a la carrera de xxxxxx en la Universidad Católica del Maule.

"El PACE es una buena opción para los estudiantes que se esfuerzan en la educación media, porque hay muchos factores que al momento de rendir la PSU pueden afectar, y gracias a este programa tienes la oportunidad de ir a la universidad sin importar tu puntaje, sostuvo, agregando que "es una alternativa real para los jóvenes que no tienen mucha esperanza de que les vaya bien en la PSU, aunque tengan buenas notas en la media solo por no confiar en sí mismo", dijo.

Respecto de su experiencia en tercero y cuarto medio con PEM, manifestó que "fue un buen trabajo, ya que nos explicaron bien en qué consistía el PACE y quiénes podían acceder a él, además de orientarnos e informarnos sobre las carreras a las cuales podíamos optar. Lo que más recuerdo son los test vocacionales, porque nos permitían saber las habilidades que se acercaban a nuestro perfil", explicó.

Una vez dentro de la UCM, Camila conoció todos los dispositivos de apoyo y acompañamiento con los que cuenta el Centro de Apoyo al Aprendizaje y a los que los estudiantes tienen derecho. "Los acompañamientos me parecen buenos, ya que somos tutoreados en reuniones semanales de un módulo de clases durante el primer semestre, las cuales son flexibles según las necesidades de cada grupo. Mi principal complicación fue Cálculo 1 y me ayudaron a entenderlas".

Por último, Camila entregó un mensaje a los jóvenes que este año saldrán de cuarto medio y podrán optar por la educación superior: "saquen buenas notas en la media, sean constantes estudiando y aprendan a organizar sus tiempos antes de entrar a la universidad", agregando finalmente que "elijan bien lo que van a estudiar", cerró.

Columna de opinión

Celular: ¿adicción o simple entretenimiento?

No es un secreto que en la actualidad el celular se ha arraigado a nuestra vida de forma permanente, tan así que es incluso imposible imaginar nuestro día a día sin él. Con la llegada de aplicaciones tales como Instagram o Twitter, el mercado de los teléfonos celulares no ha ido más que incremento, debido a la fuerte demanda. El campo es bastante amplio, las marcas siempre están intentando innovar y traer al consumidor lo que sea necesario para que este se adapte a las nuevas modas que surgen cada día. Esto implica nuevas formas de comunicación y entretenimiento. Sin embargo, el problema no radica propiamente en el celular; el problema comienza cuando se abusa de este y su uso se transforma en una adicción, una dependencia que hasta tal punto puede llegar a ser peligrosa.

"Existe en el ser humano una tendencia a las adicciones en general, que no sólo involucra a sustancias como las drogas o el alcohol, sino que también a toda circunstancia placentera", explica el doctor Luis Risco (2018), subdirector del Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Chile. Con esta premisa, entendemos que la dependencia al teléfono celular nace, principalmente, de ciertas necesidades que solo nuestro teléfono móvil puede satisfacer. Por ejemplo, si a una persona se le dificulta salir a la calle y entablar una conversación con personas nuevas, fácilmente puede acceder a una red social desde su celular y hacer amistades online, generando ya un apego hacia el aparato. Este suceso no solo afecta a cierto número de personas, nos afecta a todos como sociedad, sin excepciones. Esto se ve fuertemente reflejado en niños, quienes al llegar a casa después de la escuela prefieren encerrarse en sus habitaciones a jugar con su celular en lugar de salir al aire libre, compartir con su familia o leer un libro. Incluso se olvidan de hacer sus tareas o simplemente se niegan a hacerlas. Y aquí es donde los padres juegan un rol importante al ayudar a prevenir esta adicción a temprana edad. Muchas veces, sea por falta de tiempo o mero estrés, muchos padres optan por entregarles un celular a sus hijos para mantenerlos tranquilos y a pesar de ser una técnica bastante efectiva, no nos hemos detenido a reflexionar sobre las aplastantes consecuencias que esta acción tendrá en un futuro.

Cuando un niño que desde pequeño establece una estrecha relación con su celular, corre el riesgo de desarrollar una personalidad retraída y constante deseo de aislamiento, pues no tuvo la oportunidad de adecuarse al incesante cambio del mundo exterior, provocando repercusiones en su vida adolescente.

Si bien es cierto que un celular con acceso a internet nos proporciona un amplio abanico de oportunidades, también nos priva de muchas actividades que son indiscutiblemente sanas para nuestra salud, tanto física como mental. El querer estar todo el día al pendiente de nuestras redes sociales o simplemente perdiendo el tiempo en internet, nos mantiene estancados en el sofá, aportando en cierta medida al considerable aumento de la obesidad y sedentarismo y a todo este repertorio, se suman temas como la autoestima. Aquel sentimiento de inutilidad que se viene encima luego de un día en donde no pudiste despegarte ni un segundo del celular puede ser bastante dañino si nuestra meta es conseguir estabilidad emocional. Muchas veces nos proponemos tener un día productivo, pero a causa de la fuerte dependencia que sostenemos con nuestro celular, nos es imposible, provocando que aquel sentimiento se repita.

Ahora, si unimos todas las piezas de este extenso rompecabezas y tomamos en cuenta que, los casos presentados anteriormente no son situaciones puntuales, sino situaciones vigentes, podemos concluir que todo se resume en una palabra: nomofobia. La nomofobia es el miedo irracional a salir de casa sin el celular o de no tenerlo cerca. Identificar a una persona con este problema es muy simple y por desgracia, bastante común. El individuo se descuida de sí mismo y de sus actividades, pues se dedica a vigilar cualquier señal de su celular, casi de manera compulsiva. "El estudio contó con 2.163 sujetos, y los datos revelaron que el 53% de los usuarios de teléfonos móviles en el Reino Unido sienten ansiedad cuando se agota la batería de su teléfono móvil, lo pierden o se quedan sin cobertura", reveló una reciente investigación realizada por la Oficina de Correos de Reino Unido y el Instituto Demoscópico YouGo. "También se concluyó que los niveles de estrés que presentaban las personas con Nomofobia eran equiparables al que puede tener una persona el día antes de su boda. Además, el 55% de los participantes manifestó sentirse aislado cuando no disponían del celular", agregaron.

No obstante, la solución no está en prohibirnos a nosotros mismo o a nuestros hijos usar el celular, sino, tomar conciencia de los problemas que el uso excesivo de este acarrea y tomar cartas en el asunto, como por ejemplo tener establecido un horario o apagarlo si lo que quieres es concentrarte en otras actividades. Aunque la incógnita es: ¿Este problema, que innegablemente afecta a gran parte de la población, se erradicará con el tiempo o se incrementará a causa del mismo? No hay una respuesta certera, pero retomando la idea de que el mercado de telefono celulares crece a consecuencia de la intensa oferta y demanda, es bastante probable que también aumenten los casos de personas con esta patología. Por lo mismo, se espera que a futuro existan centros de ayuda y se preste especial atención a este problema que día a día prolifera en la sociedad.

Lisette Díaz,
Instituto Comercial de Linares

Bibliografía:

Instituto Demoscópico YouGo / Oficina de Correos de Reino Unido. «La nomofobia en Reino Unido.» YouGO (2018): 46-55.

Risco, Luis. psicologiaymente.com. 22 de Octubre de 2018. Entrevista. 8 de Junio de 2019.

Liceo Politécnico Ireneo Badilla Fuentes Linares

Columna de opinión

Mi futuro y los cambios

Un proyecto de vida se establece a partir del qué quiero hacer con el paso del tiempo, teniendo en cuenta el término de algunas etapas, ya que la vida es así.

Donde vendrán nuevos desafíos y experiencias, pretendiendo lograr lo máximo de mi persona.

Teniendo siempre presente la certeza del apoyo incondicional de mi familia queriendo formar una persona dúctil a los cambios del futuro, caracterizado por una sociedad intolerante, antivalórica y antisocial.

Y es por aquello que hay que estar reaventándose constantemente, porque la sociedad así lo ha demostrado. Yo espero, antes de tener una formación que me permita concretar mis anhelos y sueños, poder darme cuenta qué es lo quiero y por qué.

Hoy en día estoy luchando, a través de las decisiones que he establecido tomar como persona, que se verán reflejadas con el paso del tiempo.

Para acudir de la mejor forma a mis necesidades y logros y poder proyectarme a ser un gran profesional del área que quiero desarrollarme: la comunicación social, ya que he descubierto, a medida que ha pasado el tiempo, que mis habilidades serán las grandes armas para afrontar mi desarrollo académico, social, laboral y personal y que me complace desarrollar a lo largo de mi vida.

Para poder concretar este largo camino de formación académica, espero poder culminar con mucha satisfacción, para demostrar a mi alrededor que los cambios que estamos sufriendo como sociedad, hay que enfrentarlos de la mejor forma, para así poder saber defenderse a la adversidad del destino y el mundo.

Juan Ulloa Briones, Cuarto Medio
Liceo Politécnico Ireneo Badilla Fuentes Linares

Escuela Agrícola San José de Duao, Maule

Columna de opinión

Violencia Social

La violencia social es un fenómeno que se ha dado y se da en todas las culturas. En la actualidad, sigue siendo un tema no bien estudiado y sobre todo minimizado, pese a la visualización que proporcionan las denuncias realizadas por las víctimas.

La violencia contra una persona no se limita a un país, una región, una ciudad, ni a un determinado grupo dentro de una sociedad. Todo acto de violencia basado en la pertinencia social tiene como resultado posible o real, un daño físico, sexual o psicológico, incluidas amenazas. Todo esto conlleva a la privación arbitraria de la libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o privada.

Este tipo de violencia se manifiesta a través de diversos factores, entre ellos la condición económica, la clase propia y social, la edad, la orientación sexual, la discapacidad, la religión y la cultura, entre otros. La inseguridad se ha instalado de forma psíquica entre los victimarios, como uno de sus principales problemas por un largo tiempo. En realidad, lo que más asusta, no es el delito en sí mismo, sino la violencia con la que se ejecuta, que definitivamente no es un acto "accidental".

Los protagonistas principalmente son jóvenes, pertenecientes a barrios que el estado ha construido precisamente por su origen, con la finalidad de dejarlos excluidos del sistema. Hoy, los más afectados son los sectores sociales de más bajos recursos, sufriendo enormemente la violencia. En algunas poblaciones casi se habla de terrorismo, todo esto se puede apreciar a través de reportajes realizados por diferentes medios de comunicación.

Siempre se está a tiempo como sociedad de retomar nuevos cambios para reducir la violencia social. Nosotros, los jóvenes, la actual y futuras administraciones políticas, en conjunto, debemos abrir caminos de oportunidades para integrar al sistema este tema que abarca a gran parte de la población chilena e internacional, o sino será una batalla que perderemos ineludiblemente.

No esperemos que la violencia saque "lo peor de nosotros". No hay milagros. Se puede hacer mucho aún para mejorar el sistema de seguridad y reformar el sistema de justicia, para hacerlo eficiente y eficaz. Nos ayudará a transitar más aliviadamente el camino, si finalmente tomamos la decisión de atacar como sociedad el problema.

Todo esto dependerá de nosotros como ciudadanos, instalemos este tema en la conciencia y responsabilidad de nuestros dirigentes políticos y gobernantes, con una sostenida demanda en un marco tan propicio como son las elecciones legislativas.

Constanza Amaro Hidalgo, Tercero Medio
Escuela Agrícola San José de Duao

Escuela Agrícola de Molina

Columna de opinión

Adicción en la adolescencia

El camino de las adicciones en la adolescencia, es un trayecto combinado de una serie de falencias, ya sea sociales, económicas, educacionales, familiares, entre otras, que se pueden combinar con una vulnerabilidad psicológica y generar un aumento en la probabilidad de aparición de conductas exploratorias de riesgo, como son las drogas. Tanto las legales, como el alcohol o el cigarro; y otras ilegales, como la marihuana, las famosas clonazepam -o "clonas", como se conocen comúnmente-, las que son usadas, tanto en el liceo, como con mi grupo de amigos más cercanos o conocidos.
Las adicciones comienzan, en la mayoría de los casos, en la educación media. Durante estos cuatro años he tenido vivencias cercanas con el entorno y al consumo de drogas. Es una experiencia extasiante engañar al vendedor de la botillería y adquirir alcohol siendo menor de edad, comprar droga a un tránsfugo, "el diler", de una población x, engañar al inspector o profesor para que no vea que estamos drogados. Sin embargo, en mi caso, he conocido, en otros colegios, a amigos que han dejado los estudios porque están metidos a fondo en las drogas, incluso algunos comienzan a venderlas para así comprar y consumir mayor cantidad.
Lo que los otros esperan de ti, ser aceptado y formar parte de un grupo, te lleva a hacer cosas por "monería". Conozco algunos que comenzaron solamente por moda. Mi mejor amiga me cuenta sus vivencias en su liceo de Curicó, primero le dicen que es genial la sensación y que quedará como "bkn" o la más mala o chora, por así decirlo, dentro de sus amigos. Lo malo es que no se dan cuenta cuando ese "quiñazo" se convierte en una adicción.
La adolescencia es el tiempo de probar cosas nuevas y de publicarlas en redes sociales. Ojalá se haga viral un video tomando, enrolando, volándome, etc. Es agradable sentirse adulto por un tiempo, pues no soy un niño para hacer esta actividad. Ahora, que estoy en cuarto medio, y veo a los cursos inferiores hacer estos actos, pienso en mí, en mis compañeros que son adictos, en los consejos escuchados, ya sea por los profesores o amigos, y me doy cuenta que el foco de la felicidad estaba desvirtuado, en la droga jamás la encontraría, ahora lo sé, pero con trece o quince años, estaba confuso.
Es tan difícil ser adolescente, nuestros padres trabajan todo el día, estamos ocho horas sentados en una silla ¿En qué momento adquirimos herramientas para enfrentar nuestros problemas? ¿Qué asignatura me orienta? Desde el trabajo ¿Qué pueden hacer mis papás para ayudarme? y peor aún, me siento solo y estoy solo, qué mejor compañía que la droga, la única y fiel amiga.
Respecto a la adicción tengo amigos y amigas que se ven afectados por temas amorosos, rupturas y los afecta a gran escala. Comienzan con actitudes depresivas, algunos parten con cortadas en los brazos, bebiendo alcohol para así alejar sus
problemas emocionales. Pero cuando ya no es suficiente, necesitan drogas que sean mucho más fuertes, que alteren su funcionamiento para así sentirse bien, pero solo por un rato. No hay droga que cure tus penas, es mejor cegar la vista, el alma y el cerebro que hacer frente a las situaciones que te pasan.
La adicción es una enfermedad crónica, tanto para adolescentes y adultos, y con una gran tendencia a una recaída. Muchos conocemos la frase típica de algunos consumidores que dicen que lo pueden dejar cuando ellos quieran y lo cierto es que muchas veces necesitan más que la fuerza de voluntad para dejar una droga, una adicción.
Los adolescentes, como todo ser humano, necesitan alcanzar un nivel de satisfacción o felicidad en la vida y de ser aceptado por el entorno. Lamentablemente, cuando no se cumplen con estos estándares, nace ese sentimiento de no pertenecer a algún grupo, no tener amigos, ser diferente y no encajar con nadie. Muchas veces eso ocurre con los nuevos, yo lo fui, he estado en varios colegios, viví en Curicó, Temuco y ahora en Molina, siempre he sido el raro del grupo y ahora eso me gusta. Fue un largo camino para ser lo que hoy soy, pero hay varios que no logran aceptarse y caen en una gran depresión, una inmensa soledad que los lleva al consumo de drogas.
La droga ha sido mi compañera, ha estado presente por mucho tiempo en mi vida, he visto a amigos y amigas drogadas, he comprado, he consumido, he creído que soy invencible, que nada malo pasará, he creído tantas cosas. Sin embargo, ahora con dieciocho años, y tras este pequeño trayecto de vida que he recorrido miro a mi lado, veo que muchos se han quedado en el camino producto de la droga. Lo que más me cuestiono es que no hice nada o muy poco para ayudarlos, pero soy consciente que con quince años bien poco hubiese logrado.
Muchas veces lo pensé, pero creo que tomé más conciencia de ello y mejor me quedé en mi mundo, al final conocí gente que me ayudó y me apoyó. Creció mi amor propio y mi autoestima, y mi desempeño en clases. También quería caer en ellas por mis problemas familiares, ya que hace muy poco, solamente en este año mi madre decidió separase de mi padre, me afectó porque sentía que no tenía a nadie, y prefería estar solo, probé las drogas más comunes, pero vi que ese mundo no es lo mío, preferí mejor velar por mí, por mi madre que se esfuerza por mí y por mi hermano, y por la nueva familia que estamos construyendo con su nueva pareja.
La adicción es, por tanto, una afición patológica que, al causar dependencia, restringe la libertad del ser humano pensando que nos ayuda a ser más libre. Las causas de la adicción no son excusas, debemos preocuparnos del otro, de escucharlos, acompañarlos y ser empáticos. Si todos tuviésemos un salvavidas (de una familia, colegio, Estado, etc.) la cantidad de jóvenes que hoy consumen droga sería cero.

Mejoremos la sociedad y eliminemos el consumo de droga, no necesitamos leyes duras necesitamos prevenir el consumo.

Nicolás Levio, Cuarto Medio
Escuela Agrícola Superior de Molna

Columna de opinión

¿Nos consideramos adictos al celular?

Estamos destinados a ser esclavos de la tecnología en un futuro, donde humanos y robots convivirán juntos, o eso nos dan a entender las películas futuristas. Aun así, el mejor invento que nos han dado son los teléfonos. Y esto, definitivamente, está cambiando la manera en que nos relacionamos con el mundo, desde la forma en que trabajamos y hacemos negocios, hasta el modo en que nos divertimos, tomamos fotografías, almacenamos o compartimos información, pasamos el tiempo libre, hacemos amigos, etc.

Lamentablemente estos pequeños aparatos nos han hecho esclavos a muchos de nosotros, sobre todo a los más jóvenes, muchos de los niños pasan horas jugando en sus celulares, los jóvenes en redes sociales al igual que algunos adultos. Se ha perdido otro tipo de comunicación entre familias amigos o conocidos, como por ejemplo, las miles de cartas de amor que se escribían nuestros papás, los dibujos que hacíamos de niños para mostrar afecto a los demás, las tarjetas que entregábamos llenas de brillo en el cumpleaños de los seres queridos, las horas que pasábamos jugando al aire libre y divirtiéndonos con los primos y amigos, es usual que en una fiesta tres de cada cinco personas hablen y sonrían con el aparato sin siquiera mirar a quienes tienen al lado, con toda esta variedad de usos no es difícil caer en la adicción, en el consumo desmedido que está cambiando nuestras relaciones sociales e íntimas, no solo las que transcurren en calles y bares, sino dentro de la casa, con los hijos, con los padres y la propia pareja. Sin embargo, la mayoría no es capaz de reconocer esta adicción que se tiene hacia estos aparatos.

Nunca me consideré adicta a esta nueva tecnología, que tal vez si me quedaba sin internet o sin teléfono por algunos días no me afectaría, pero me equivoqué. Fue una tarde que me di cuenta que todo lo que yo pensaba no era cierto ¿por qué?, me bajé de una micro e inmediatamente comencé a tocar mis bolsillos para revisar si aquel aparato se encontraba allí, para mi sorpresa había desaparecido. Me desesperé, me devolví y revisé todos los lugares a los que había ido por última vez, al final del día lo encontré, pero el susto que pasé fue tan grande, que pensé: soy parte de los adolescentes que viven la mayoría del día viendo la pantalla de su celular.

Quién diría que este pequeño aparato que cada día va mejorando, nos provoca miles de problemas a la vez, tales como obesidad, porque nos quita todo el tiempo que podríamos dedicar para hacer ejercicio, ya que prefieren jugar mediante la pantalla las mismas actividades que pueden realizar al aire libre. Se han aumentado tantas enfermedades, la gente hoy en día prefiere preocuparse más por su teléfono que por el bienestar propio, pasar horas y horas sentados o sentadas frente la pantalla ejercitando solo la mano izquierda, mientras que con la otra se alimentan con comida alta en grasa y azúcares, algunas personas los incentivan a perfeccionarse en algún juego y les pagan por ello ¿no es ridículo esto? De qué nos sirve gente experta en videojuegos, si cada vez nuestro medio ambiente se va destrozando de apoco. Provoca baja autoestima en los adolescentes, cada día aparecen nuevas imágenes de estereotipos que nos motivan a crear una imagen considerada "perfecta" de nosotros mismos, impulsando a cambiar nuestra apariencia, sin importar cómo nos afecta, solo para que la sociedad virtual nos apruebe.

Nos hacen desconectarnos de la realidad, ya que cada año se provocan accidentes automovilísticos, atropellan jóvenes, adultos y hasta niños por ir mirando su celular. Es una de las principales fuentes para realizar el ciberbullying, que podría ser unos de los problemas más graves, se genera depresión en el receptor, ansiedad, pensamientos suicidas y en extremados casos el suicidio.

Nos provoca la necesidad de ser aprobados por la sociedad mediante los "me gusta", esa emoción fugaz que sentimos cuando recibimos un mensaje que no es vergonzoso ni ridículo, esa punzada, es muy común, aunque la mantengamos en secreto: esperamos que nuestros problemas y nuestras alegrías sean comprendidas genuinamente por otras personas, que todos esos mensajes que estamos deseando mandar al mundo sean recibidos y comprendidos a la perfección, al menos por alguien.

Y cómo olvidar la típica problemática social, como seres consumistas nos dejamos llevar por la apariencia, que si tenemos el celular más costoso la gente nos mirará mejor, que al tener un modelo menos valorado los demás no nos tomarán en cuenta, el miedo de no ser aceptado por los demás y preocuparnos más por el que dirán, además, muchas de la empresas nos controlan, al ir avanzando sus celulares, y dejando obsoletos los más antiguos, nos obligan a comprar un modelo más nuevo y actualizado, y obviamente, de mayor precio, volviendo locos a sus compradores y entregando su dinero sin importares los problemas a futuro.

Consuelo Mora Salazar, Cuarto Medio
Liceo Polivalente de Molina

Liceo de Pelarco

Columna de opinión

La Adolescencia

La adolescencia es un periodo de los más extraños para el ser humano y sin olvidar que también de los más importantes de nuestra propia vida. Para cada persona puede ser diferente y variar en la cantidad de emociones, pensamientos y experiencias por las que puedes pasar, es algo realmente increíble, a pesar que muchas de éstas pueden ser negativas o pueden perjudicar a la persona en cuestión, ya que, este periodo es casi como una transformación para la persona, y hablo de transformación, porque ya llevas las bases de tu niñez, todo lo que viviste anteriormente influye mucho, o talvez, cabe la posibilidad de que no importe y termines siendo una persona totalmente diferente a la que alguien podría pensar que ibas a ser.

Digamos que durante la niñez solías ser una persona entusiasta y conversadora, pero durante tu adolescencias empezaste a pensar en lo que la gente diría de ti y si conseguirías amigos o si ellos te aceptarían, y esto te puede llegar a cambiar, ya que solamente terminas adaptándote y al final solo te aceptas, o hay gente que no se adapta y en vez de cambiar su personalidad la sigue teniendo y consigue amigos, logra seguir adelante, ya que en la adolescencia el factor amigos en uno muy importante. De hecho, hay ciertos factores que te influyen bastante cuando uno atraviesa la adolescencia como:

El factor social: va relacionado con la amistad, la gente que rodea e influye los amigos son un tipo de preocupación para el adolescente, no directamente, pero en nuestra mente se encuentra una necesidad de ser escuchado, sentirse rodeado de personas con las que puedas hablar, divertirte, debatir, experimentar y demás y quizá pienses que algunas de estas necesidades las puede cumplir la familia y ciertamente si uno puede comunicarse y hablar con su familia, pero hay que admitir que en la adolescencia empieza a sentir la necesidad de independizarse de nuestros familiares y compartir con gente de nuestra edad. Es raro pero cierto, aunque se debe saber que siempre se puede contar con algún familiar para comunicarse, compartir y mayormente preguntar sobre ciertas dudas en cuanto a situaciones que puedan llegar a ocurrir en el transcurso de la propia adolescencia, también este mismo factor es responsable de cómo un adolescente puede llegar a ser en cuanto a cómo se va a desenvolver o mostrarse frente a la gente que le rodee y dentro de esto, esta persona puede ir cambiando, como ir adquiriendo nuevos gustos o gestos, e incluso, conductas que afectarán radicalmente a la persona.

El factor físico y psicológico: influyen y se pueden llegar a mezclar o, mejor dicho, relacionarse, como por ejemplo, si tú eres chico y tu estatura pasa de ser 1,65 a 1,75 metros y eres alguien que se fija en sus aspectos físicos, claramente vas a aumentar tu seguridad sobre ti mismo, igual si empiezas a dudar de tu inteligencia y con esfuerzo tus notas ascienden, te sentirás feliz y reconfortado, estas reacciones también pueden funcionar a la inversa y como seas alguien que se fije en tu físico y de repente veas el acné, la poca altura, cosas como esas, harán que empieces a sentirte mal y deprimido, además, quizá pueda llegar el bullying o rechazo social, tal vez incluso esto pueda confundir y enredar tu mente, no sabrás cómo solucionar el problema, te empezarás a sentir inseguro, empiezas a caer cada vez más bajo y cuando abres los ojos solo puedes ver oscuridad. Claro, solo escuchar esto es un panorama bastante desolador, pero no hay agujero tan profundo del que no puedas salir y debes recordar que lo que más importa es aceptarte a ti tal y como eres y si la gente que te rodea no lo acepta, pues busca otra gente que sí lo haga, además, sean defectos físicos o de algún otro tipo, no dejes que te afecten, ya que por mal que creas que se ven, son tuyos y quieras o no, tendrás que aprender a vivir con ellos, son cosas que no controlas y debes adaptarte a ellos.

En mi opinión, para terminar, la adolescencia es algo que nunca me dejará de sorprender por cómo nuestra mente se desarrolla, vive y siente, cada persona que pasa por ésta nunca tendrá la misma experiencia, ya que además de ser distintos, la mente humana trabaja, siente y evalúa de forma distinta, basada en nuestras experiencias y ya no hablando solo de la adolescencia, sino de toda la vida de un ser humano, el como la vive, cuánto, con quién, cómo, de qué forma, en dónde, todo esto es distinto y tan relativo quizá, esto me ha hecho aspirar a ser psicólogo, el ver experimentar cómo funciona este increíble órgano súper natural, que nos lleva a todos a ser quienes somos, ya que crece con nosotros, siente con nosotros, vive con nosotros, aprendiendo y acompañándonos en todo lo que hacemos, es tan solo el ser humano siendo una persona más.

Emilio Alejandro Ortega Calderara
Tercero Medio
Liceo Pelarco

Complejo Educacional Pencahue

Columna de opinión

Nidos de plástico: testigos de la contaminación humana *

Producto de las variadas actividades humanas, ha aumentado considerablemente la basura o materiales contaminantes, entre ellos destaca el plástico, llegando toneladas de él cada año a los océanos, estando presente también en los ecosistemas terrestres, por tal razón investigamos si las aves terrestres están utilizando elementos de basura humana en la construcción de sus nidos. Utilizamos una metodología cuantitativa en el análisis de 35 nidos abandonados de 8 especies de aves: pesamos los nidos, medimos diámetro, alto, profundidad, desarmamos el nido y fuimos separando la basura, encontramos plástico en los nidos de todas las especies, además encontramos metal, hilo, lana, algodón en menor porcentaje.

Los resultados obtenidos demuestran que nuestra hipótesis es correcta, las aves están tomando contaminantes del medio para construir sus nidos, en especial están utilizando el plástico, lo que podría significar un riesgo para su conservación; un 80% de los nidos analizados presentan materiales de basura humana en sus nidos, solo un 20% no presenta estos materiales.

Las aves urbanas utilizan más elementos de basura humana que las aves de las zonas rurales, el aumento de la población humana y la urbanización conlleva a un aumento de los contaminantes.

Por tanto, nuestra investigación es un testimonio de que nuestros materiales contaminantes están invadiendo ecosistemas terrestres y podría tener serias consecuencias para la biodiversidad.

Conclusiones

Al término de nuestro proyecto científico, podemos concluir que efectivamente las aves están utilizando elementos de basura humana en la construcción de sus nidos, hay algunas diferencias entre las ocho especies que logramos estudiar, pero el 100% de ellas está incorporando contaminantes del medio, en la formación de sus nidos, situación que podría afectar negativamente a la incubación de sus huevos y tal vez poner en riesgo la conservación de la especie.

El plástico es el contaminante que está causando muchos daños a la fauna marina, muchos estudios científicos lo handemostrado, sin embargo son pocos los estudios realizados sobre el daño del plástico en los ecosistemas terrestres y en Chile no se conocen trabajos de este tipo.

Con nuestra investigación creemos que podemos aportar en la divulgación de un serio problema como es la contaminación ambiental, causada por las actividades humanas y que ponen en serio peligro a la biodiversidad, demostrado esto con las aves terrestres, poner en alerta a la comunidad para que las autoridades controlen sobre la eliminación y acumulación de basura.

Con la urbanización de los terrenos, tala de árboles, disminución de suelos agrícolas, muchas especies de aves están migrando hacia pueblos y ciudades, utilizando basura humana en la construcción de sus nidos, porque son elementos disponibles en el medio, y esto podría poner en riesgo su conservación.

Este estudio fue muy significativo porque creemos hacer un aporte real a la comunidad, además como Liceo tenemos experiencia en otros estudios científicos basados en las aves, animales presentes en todos los ecosistemas, dispersores de semillas, ayudan en la polinización, son biocontroladores, etc,

Como proyección nos gustaría comprobar si los elementos de basura humana encontrados como el plástico, metal y otros interfieren en la termorregulación del huevo; también hacer un estudio sobre si hay una tendencia por parte de las aves a escoger un determinado color de plástico en la construcción de sus nidos, y además hacer un análisis de los materiales vegetales encontrados como líquenes y musgos que por tiempo no alcanzamos.

Por tanto, nuestra investigación es un testimonio real sobre las consecuencias del plástico y otros elementos de basura humana en los ecosistemas.

Damos los agradecimientos a nuestros asesores científicos señor Diego Miranda Urbina y señor Cristián Muñoz Morales por la entrega de sus conocimientos, tiempo y dedicación en esta investigación, para nosotros como estudiantes ha sido una gran experiencia y extraordinaria oportunidad trabajar con ellos, además de estar en los laboratorios de la Universidad.

***Trabajo de investigación**

Este trabajo obtuvo las siguientes distinciones:

Primer lugar provincial en el Congreso Par Explora Maule
Tercer lugar Regional en Feria científica de la Universidad de Talca

Primer lugar provincial en el festival de ciencias organizado por el Liceo Marta Donoso Espejo.

Liceo Polivalente de Rauco

Columna de opinión

Comunidad LGBT+: dejar de lado los juicios y ser felices

La sigla LGBT está compuesta por las palabras, Lesbianas, Gais, Bisexuales y Transexuales, las cuales son referentes a la orientación sexual o identidad de género de algunas personas. Al largo de los años esta sigla ha ido cambiando, ya que en un principio solo se conocían como homosexuales o gais, lo que generó cuestionamientos de las comunidades lésbicas y bisexuales, por lo que se prefirió cambiar a LGB, pero luego esto también generó cuestionamientos en la comunidad transexual, hasta obtener la sigla LGBT.

A pesar de todos estos cambios, aún hay personas que no se encuentran conformes por lo que se han visto casos en los que se le llama "Comunidad LGBTQ" (sumando a las personas Queer) o "Comunidad LGBTI" (sumando a personas Intersexuales), pero como vamos, no se puede tener mil letras en una sigla, por lo que es preferible llamarla "Comunidad LGBT+", de modo que sea más amplio y diverso.

La mayoría de personas con las que yo trato día a día son bastante escépticas y reacias a hablar sobre este tema, pero sin duda debe ser tratado, en especial con niños y jóvenes, ya que somos los que estamos comenzando con nuestra vida y nos encontramos aún experimentando con nuestros gustos y preferencias. Si nosotros no sabemos sobre estos temas (la diversidad e identidades de género) y solo vemos heterosexuales por todos lados y no nos hablan sobre nada más nuestros padres y entorno, no tenemos modo de saber sobre la existencia de éstas otras preferencias y viviremos confundidos, pensando que algo va mal con nosotros.
Pero esto podemos cambiarlo, tocando el tema con la familia o creando clases sobre sexualidad en las escuelas y liceos, incluyendo la sigla LGBT+ para que los jóvenes pertenecientes a esta comunidad se sientan representados y no se encuentren en desventaja al resto.

Si hablamos sobre el ahora con respecto a esta comunidad, notamos que la sociedad no se muestra tan terriblemente cerrada como hace algunas décadas. Antes de los años 70, este tema ni siquiera era nombrado, y las personas con orientación sexual diferentes a la heterosexual eran invisibilizadas, pero luego de la revolución de las flores y el nacimiento de comunidades Hippies, entre otras situaciones, este tema se abrió en todo el mundo y se logró hablar sobre esto, lo que no quita el hecho de que aún se mantiene siendo un tema tabú en la sociedad. Luego de esta era de empoderamiento gay y liberación, vino otra vez una era de oscuridad, ya que en la década de 1980 esta comunidad se vio afectada por una relación absurda con el SIDA, dado a que bastantes personas fueron afectadas por esta enfermedad de la que hasta hoy se desconoce la cura, de tal modo que se volvió a ver de mala manera a las personas homosexuales.

Los tiempos han ido cambiando y las sociedades también, hoy en día se está discutiendo sobre el tema y cada vez se acepta más, lo mejor que se puede hacer como sociedad es acabar con el tabú, con la indiferencia e invisibilización de las personas con diversa identidad de género, que sea un tema de conversación en la casa o en nuestro círculo de amigos y conocidos. No nos dejemos llevar por lo que se diga desde el desconocimiento, hay que dejar de lado los juicios y, principalmente, ser felices.

Grace Valenzuela Blanco
Liceo Polivalente de Rauco

Columna de opinión

Estereotipos: cambio de mentalidad

En este ensayo quiero explicar cómo los estereotipos nos han envenenado tanto socialmente, al punto de cuestionar nuestra personalidad o cuerpo. Por años el estereotipo de belleza e ideales de género se ha instaurado en la sociedad de una manera más bien negativa, sin considerar el sentir emocional de la persona juzgada y mirarnos mal por la apariencia física que pueda tener.

Para introducirnos de manera completa, los estereotipos existen desde hace miles de años y dentro de estos se podría considerar la antigua Grecia, ya que para ellos la belleza era una de las cosas más importantes que podían existir, y esto reflejaba lo bello de la mente humana, y esto ha perdurado hasta el presente y nunca se ha hecho un intento por cambiar. El tema generalmente radica en la aceptación que tiene un individuo sobre sí mismo.
La TV o los comerciales publicitarios, como el de cerveza Cristal, donde solo muestran a una mujer delgada y rubia, solo han agrandado más el problema durante estos años. Esto podría tener una solución simple, pero a la vez compleja, y es que cada individuo comenzará a aceptar su cuerpo, aunque tenga defectos, porque más allá también hay virtudes que lo caracterizan y lo hacen ser quien es, y esto lo hace diferente y único.

Ser diferente no está mal. Por ejemplo, el usar bikini debería dejar de mirarse como algo que solo usa la persona de contextura delgada, porque si una mujer de contextura gruesa se siente atractiva y cómoda usando esto ¿por qué prohibirle algo que le hace sentir hermosa? No hay necesidad de reprimir que se pueda sentir segura de sí misma. La mayoría de estos estereotipos afectan a adolescentes y adultos de género femenino, porque antiguamente la mentalidad era otra y la mujer tenía un rol establecido, solo eso se podía hacer y nada más. Actualmente eso se intenta eliminar, ya sea con el movimiento feminista que existe o con otras cosas. Hoy la mujer es un poco más libre a la hora de elegir como vestirse o qué hacer con su vida, pero aun así sigue existiendo la crítica negativa a todo esto, pero ¿qué pasaría si una niña que no está preparada emocionalmente para recibir una crítica sobre su personalidad o cuerpo la recibe?, esto la afectaría gravemente y en el peor de los casos podría acudir al suicidio. ¿Por qué digo esto? Porque la falta de aceptación que tiene la adolescente es enorme, porque todo el tiempo busca ser aceptado por el resto y no tanto el canon de belleza que afecta principalmente, sino es como se juzga a un ser humano por la forma en que se expresa, porque si la mujer tiene rasgos más bruscos se le cataloga como lesbiana y si el hombre tiene actitudes más amables o educadas es gay y no se dan el tiempo de preguntarse qué siente esa persona, por ejemplo, en un colegio que se supone es de carácter inclusivo aún se juzga y mira raro a una niña por practicar algún deporte o a un hombre por pertenecer a un círculo social de chicas. Se supone que es una generación más abierta de mente, pero, ¿qué es lo que pasa? Es que el adulto le enseña estas cosas al niño, porque para él eso es lo correcto.

Considero que para que la sociedad cambie, el cambio debe partir desde el adulto y no tan solo del niño, porque cuando la mentalidad del adulto cambie respecto a que todos los cuerpos son iguales y el ser siente y sufre como todos, se va a producir el verdadero cambio.

Alexandra Silva Pérez
Liceo Guillermo Marín Larraín Retiro

Liceo Agroindustrial Río Claro

Columna de opinión

Proyecto de vida: hay que esforzarse por cumplirlos

Un proyecto de vida es un plan trazado que nos hacemos de chiquititos y al cual todos soñamos llegar, claro algunas veces los planes cambian y es básicamente porque crecemos, maduramos y vemos las cosas desde otro punto de vista.

Este tema en general tiene muchas opiniones, ya que es un tema de la vida real, el que cada uno vive y sueña a su manera. En mi opinión todos los planes, son buenos; a lo mejor unos conllevan más tiempos que otros, pero son lo mismo, ya que para cualquier proyecto de vida hay que esforzarse para cumplirlo.

Cuando estamos pequeños soñamos con ser doctoras, profesoras, veterinarias y muchísimas cosas más, pero a medida que vamos creciendo y nos damos cuenta que sólo faltan meses para empezar una vida laboral o seguir con los estudios, es ahí cuando empezamos a crear nuestro proyecto de vida y claro, no todos están preparados para eso, pero mi madre me enseñó que cuando existe un sueño o un proyecto de vida hay que lanzarse al vacío y volar por nuestros esfuerzos, circunstancia a la cual no todos están acostumbrados.

Pienso que es ahí cuando los proyectos de vida se logran, se estancan o solamente fracasan. En algunos casos fracasan, porque no existe entusiasmo o no existen recursos; se estancan porque le dan prioridad a cosas más importantes que el proyecto y se logran cuando las ganas, la paciencia y el esfuerzo se encuentran en grandes cantidades.

Creo que los alumnos que aún no tienen su proyecto de vida consolidado se debe a que aún no le toman el peso a lo que ellos quieren ser, porque se sienten inseguros de lograr lo que desean. En la vida existen muchas cosas que se nos hacen imposibles, por el hecho que nos vemos pequeños antes dificultades grandes, pero nada llega solo y nos damos cuenta con mirar hacia el lado: todos tienen un proyecto de vida, hasta la abuelita que ves en la calle aún tiene un sueño que quizás le queda por cumplir y quiera realizarlo.

En lo personal mi proyecto de vida es terminar cuarto medio con un buen promedio, seguir estudiando la carrera que me gusta y luego trabajar para seguir con mis planes fututos y viajar por todo el mundo y así mis padres se sientan orgullosos de mí. Pienso que puedo lograrlo.

¿Qué crees tú?

Millaray González, Cuarto Medio
Liceo Agroindustrial Río Claro

Deserción Escolar: "Mi escuela es mi segunda casa, pero mi casa es mi primera escuela"

La deserción es una problemática que afecta a la educación y el deseo por superarse, en la que se encuentra el sistema educativo. Para abordar más el tema hablaremos con Simón Salgado, coordinador social del Liceo Agroindustrial Río Claro y esto fue lo que nos dijo:

¿Cuál cree usted que es la principal causa de la deserción?
Para mí, unas de las principales causas es el aspecto socioeconómico de la familia y los roles parentales del apoderado. Con esto me refiero a que un padre siempre quiere que un hijo sea más que uno mismo, pero cuando eso es al revés y el alumno quiere soñar, pero los padres tienen un techo y otros hijos, pareja o son hijos de otra pareja, es decir, otras ocupaciones, no hay sueños, y eso se trasforma en una desmotivación para los alumnos.

¿Qué tanto cree que influye la falta de apoyo estudiantil en el establecimiento?
Mucho, pese a que hoy existe una mirada de gobierno de ayuda al estudiante, pero la parte afectiva prevalece por sobre la socioeconómica cuando no hay un apoyo detrás, alguien que esté motivando, por muchos materiales que dé el estado, uno va a estudiar como quiera y en el colegio que quiera.

¿Cómo nuestro establecimiento aborda este tema?
El liceo tiene un protocolo de ausentismo escolar, en el cual se visita el domicilio, se conversa con los padres para comunicarles y conversarles sobre el ausentismo del alumno, en caso de enfermedad está el respaldo médico y también está el trasporte escolar, que cumple la función de acercar a los alumnos al establecimiento, beneficio que hace años atrás no existía y que su principal objetivo es hacer que los alumnos no falten debido a que no viven en cercanía del liceo.

¿Por qué este tema afecta a la sociedad del país?
Principalmente porque el niño que no asiste a clases no aprende. Eso lo dicen los estudios y lo avala un poco la realidad que tienen algunos cursos, entonces eso hace que el tren no avance y que tenga que estar frenando y esperar que el alumno se suba al carril que estaba faltando, volver a repasar los contenidos. En vez de ser una sociedad de proyección somos una sociedad de freno, siempre nos detenemos por cualquier motivo.

¿Cómo está nuestro país en relación a otros en este tema?
Chile ha tomado mucho en consideración los estudios de otros países, pero no sacamos nada con mirar cómo lo hacen otros países si nosotros no lo aplicamos como sociedad, porque no nos podemos comparar. Si vemos el caso de Finlandia tiene un modelo de educación exitosa, pero el principal éxito es que los padres sienten que ellos son responsables de la educación de los hijos y acá en Chile es al revés, acá derivan al estado como responsable.

¿En qué principios se basa la educación inclusiva?
En que todo niño tiene que aprender, para mí educación inclusiva es mirar la sala sin diferencias, más allá de la parte física, no limitar a los alumnos por estar en otra situación o con capacidades diferentes y que han logrado sacar una carrera técnica o universitaria y se ha demostrado que no son impedimentos. No hay impedimentos para aprender.

¿La deserción escolar ha aumentado o disminuido en este establecimiento?
En este establecimiento nunca se ha contado con cifras altas, debido a que no somos un colegio masivo, el mayor fuerte es el primer ciclo y segundo ciclo con 500 alumnos, en cambio en media son sólo 177 alumnos, de los cuales un 8 % se retira y no termina el ciclo escolar.

Javiera López, Cuarto Medio
Liceo Agroindustrial Río Claro

Liceo Arturo Alessandri Palma de Romeral

Columna de opinión

Celulares: conectan el mundo, pero desconectan a las personas

Debido a los constantes avances tecnológicos que ocurren en nuestro planeta, es cada vez más difícil imaginar qué es lo que nos acontecerá en un futuro próximo o quizá no tan próximo. Como el humano es un ser que requiere de su inteligencia para sobrevivir, es común ver que los avances ocurren rápido, uno de ellos es el teléfono celular, el cual ha sido de gran ayuda para dar un paso hacia la siguiente generación de la tecnología. Pero no todo es color de rosa, ya que al ser un producto que todo ser humano conoce y al que la gran mayoría tiene acceso, es común que éste se convierta en un producto que tiene cada vez más importancia en nuestra vida, generando a su vez una adicción que es difícil de asimilar, pero existe y está perjudicando de gran manera al mundo entero.

La dependencia de los celulares comienza en el momento en que estos se vuelven multitareas, puesto que, al ser capaces de realizar diversas actividades de la vida diaria de manera más fácil, el humano comenzó a prescindir de ellos. En el momento que los celulares fueron capaces de conectarse a internet, la euforia por tener uno fue aumentando de manera exorbitante, hasta el punto en el cual es raro estar a más de cinco pies de distancia de estos dispositivos móviles.

¿Por qué somos dependientes de los celulares?

Somos dependientes de los celulares debido a que la especie humana es curiosa, siempre está pendiente de algo, siempre quiere saber lo último. También podemos decir que el hombre y la mujer están a la espera de obtener nuevos conocimientos que le ayuden a mejorar su vida. Por el hecho de ser humanos, ya estamos condenados a buscar la "felicidad", la búsqueda de ésta puede resultar difícil, complicada y larga, o ¿quizás no? Al momento de utilizar un smartphone el cerebro libera dopamina, sustancia que ayuda a que nuestro cuerpo sienta placer y ¿por qué la liberamos?, ¿realmente nos produce placer utilizar el celular? La respuesta es sí, nos produce placer usar el celular y liberamos dopamina en pequeñas cantidades, porque al tener un teléfono en nuestras manos sentimos como si tuviéramos el mundo en nuestras manos, debido a que, todo lo que queramos saber, observar o incluso comunicarnos con quienes queramos de manera instantánea, lo podemos hacer solo con este pequeño dispositivo, realizar todo esto nunca había sido tan fácil y esta es una de las razones por las cuales sentimos placer al utilizarlo.

Los celulares conectan el mundo, pero desconectan a las personas. En esta época es bastante común el hecho de haber visto a alguien en una cena con el celular en la mano, en lugar de estar entablando una conversación con su acompañante, es bastante frustrante contemplar algo así, pero lamentablemente esta la realidad que debemos afrontar debido a los smartphones.

Ya no podemos volver a ser como antes, no podemos volver el tiempo atrás, pero tal vez el hecho que el pasado era mejor, es solo una ilusión creada por nuestra mente hipócrita, que idolatra el pasado obviando las dificultades que este presentaba y mostrando una imagen en nuestra cabeza de que antes todo era idílico, casi como una copia del edén en la tierra, un pasado fantástico. Entonces quizá nuestro presente lo recordemos en un futuro como una gran época, como algo digno de recordar, unos recuerdos llenos de nostalgia hacia esta tecnología que ahora es lo mejor que podemos crear, pero en un futuro solo existirá en nuestras memorias.

Muchos están constantemente revisando las redes sociales en sus móviles, caminan con el celular en la mano, mirando hacia abajo, sin conversar con alguien de manera presencial. ¿Cuántos amigos tienes en tus redes sociales? Mil, cinco mil, diez mil, ahora, cuantos de eso "amigos" se presentarían en tu casa si te enfermaras, cero, uno o dos, pero te aseguro que no se presentarán ni en sueños todos esos "amigos" que crees tener. Lo máximo que se dignarán es a enviarte un "cuídate", "que te mejores pronto", son palabras que pueden parecer bonitas, sin embargo, al ser enviadas mediante un mensaje de texto, se sienten vacías, casi como si fuera una respuesta automática de un robot.

En conclusión, es posible analizar la adicción a los celulares como una etapa que debemos superar, con el tiempo seremos capaces de olvidarlos, como ya ha pasado anteriormente con los artefactos como los cassette, que fueron reemplazados y ahora solo son artículos de colección. También podemos concluir que debemos ser más precavidos con los dispositivos, tenemos que mirar al resto, compartir y vivir la vida lo mejor que podamos.

Maykol Correa, Cuarto Medio
Liceo Arturo Alessandri Palma Romeral

Liceo Polivalente de Sagrada Familia

Columna de opinión

Luchar por nuestros ideales

En el corto plazo de nuestra experiencia en el Programa de Acceso a la Educación Superior (PACE), hemos descubierto nuevos horizontes en cuanto a aprendizajes, que nos han ayudado a mejorar nuestros métodos de aprendizaje, dándonos un punto de vista diferente a materias que no son de nuestro agrado. Creemos que este programa está muy completo, ya que trae diversos tipos de talleres en cuanto a materias y otros acompañamientos que nos servirán para nuestro futuro.

Hasta el momento llevamos 3 clases y hemos notado una gran motivación en cuanto a los docentes que nos enseñan, lo cual nos ayuda a nosotros a esforzarnos. Estamos muy agradecidos por la participación de los docentes ya que hacen un buen trabajo, también al liceo por el apoyo que se nos brinda. Nos motiva mucho este tipo de actitud y por eso nos apoyamos entre nosotros para seguir asistiendo a las clases de este programa, además los conocimientos adquiridos en esta instancia son muy importantes para nosotros ya que nos fortalecen en cuanto a los conocimientos requeridos para la PSU y en la vida en la enseñanza superior.

En este programa nos han enseñado además a ser libres pensadores y en un futuro ciudadanos activistas, nos recalcan que en la enseñanza superior nos tendremos que esforzar, que no debemos procrastinar, al contrario, hay que luchar por nuestros ideales, convicciones y metas. No hay que dejarnos llevar por el resto, debemos dar nuestra opinión y, sobre todo, saber organizarnos.

Catalina Martínez y **Bastián Sepúlveda**
Liceo Polivalente de Sagrada Familia

PACE, una oportunidad para salir adelante

Lo que significa para nosotros este proceso es, más que nada, un impulso para soñar con ser alguien en nuestra vida, es una recompensa por nuestros esfuerzos y los de aquellos que nos han apoyado. Lograr llegar lejos requiere dedicación, sacrificio y constancia, lo cual no es fácil. Sin embargo, nuestros profesores del Liceo Polivalente de Sagrada Familia, así como también nuestro orientador, el profesor Amador, nos dan ese pequeño empujoncito semana a semana para asistir a cada clase.

Los docentes participantes de EPES en cada clase nos regalan una sonrisa y una motivación que nos contagia. EPES significa estar en una sala de clases, interactuando con tantas personas con el mismo sueño de salir adelante es una experiencia maravillosa.
Estas instancias de la escuela EPES, creadas por la Universidad Católica del Maule, a través del programa PACE, nos permiten saber que no estamos solas en el transcurso de la enseñanza media hasta la educación superior y que podemos desarrollar habilidades que no creíamos tener, o reforzar aquellas que pueden ser mejoradas.

Esta oportunidad nos ha inspirado a dar lo mejor de nosotros mismas, incluso a crecer, tanto como estudiantes, como personas, es por eso que agradecemos a la UCM, a nuestro liceo y a todas aquellas personas que no han dado un apoyo incondicional y se han preocupado por nuestro futuro.

Angeles Pacheco, Scarlett Sazo, Ruth Ponce
Liceo Polivalente de Sagrada Familia

Liceo Manuel Montt de San Javier

Columna de opinión

Enfermedades del mundo moderno

En este mundo globalizado, concentramos nuestros esfuerzos en desenvolvernos como personas, asegurándonos de mostrar al resto una idea de felicidad, que no solo resulta ser errónea, sino, además, guía a las personas a seguir el mismo camino; debido a esto, el mundo moderno se ha enfermado de sobremanera, dando paso a generaciones plagadas de depresión, ansiedad y estrés como forma de vida.

Vivo en un entorno como cualquier otro y puedo decir que actualmente mi vida no es demasiado distinta de lo que podría ser en algún otro lugar del mundo (salvo contados casos); puedo decir entonces que mis objetivos como adolescente se ven malogrados gracias a las "expectativas": propias o que alguien más puso en mí. No son algo de lo que me pueda deshacer, están presentes aún si quiero hacer la vista gorda y condicionan mi forma de pensar y vivir. Y asimismo pasa con el resto del mundo.

El mundo se hundió en el consumismo desde hace un tiempo, desde entonces -y junto con el aparente aumento de la calidad de vida, el predominio del sistema capitalista y la protección de los derechos individuales-, es que hemos destruido nuestra estabilidad mental.

Son definitivamente muchas las causas que motivan el desarrollo de enfermedades como la depresión, el estrés y la ansiedad, y muchas veces estas se encuentran interrelacionadas y son absoluta consecuencia de una anterior.

Nos referimos al dinero como un sinónimo de una mejor calidad de vida, y, por tanto, lo vemos como la solución a todos los problemas habidos y por haber.

Además, respecto a la utilización del dinero como una solución a algún problema de la vida, es viable verlo como un reemplazo del cariño y el amor, un niño con padres ausentes dedicados al trabajo crecerá rodeado de obsequios materiales, pero sin el afecto de sus padres, sin sentir la preocupación de una persona hacia sí mismo y sin una figura de apego presente en su vida y en su desarrollo.

Los anteriores no son más que ejemplos de formas en las que el sistema capitalista ha afectado los ideales de las personas, pero como he dicho, no es exclusiva responsabilidad de este sistema.

Con esto entramos a hablar sobre los estándares que debe cumplir una persona para alcanzar este grado de perfección que se presenta como una "fórmula para alcanzar la felicidad".

Esto es algo que nos afecta a todos en cuanto somos todos diferentes el uno del otro.

Y está tan normalizado que no parecemos ver el problema que hay en hallar belleza en solo un tipo de cuerpo.

No vemos cómo influye en la idea que tenemos de nosotros mismos. No vemos cómo lentamente nos convencemos de lo que nos están intentando convencer.

Y entonces se rechaza al diferente, se lo etiqueta y segrega, se le juzga como inferior, y eso cala hondo en las personas, sintiendo cómo el resto los identifica como distintos y los distancia.

Esto último no está necesariamente relacionado con la belleza física, según creo, porque también el rechazo se lo llevan aquellos cuya actitud no concuerda con la del resto.

¿A qué se debe esto? creer que una persona debe estar en constante felicidad, y que debe poner siempre los deseos del resto por encima de sus propias ambiciones y metas en la vida. Puede sonar algo exagerado, sin embargo, todo el tiempo estamos siendo presionados para ceder y aceptar lo que el otro dice, No se trata sólo de lucir como los demás quieran, sino también de pensar y actuar tal y como los demás quieran.

Los padres son el ejemplo clásico a destacar si hablamos de querer obligar a alguien a hacer algo o a dejar de lado sus propios pensamientos. Sin referirme a responsabilidades propias de los hijos y a cumplir con las tareas en la escuela o dentro de la casa, estoy hablando de esos padres que buscan cumplir los sueños que no pudieron conseguir utilizando a sus hijos como sujeto experimental. Me refiero también a esos padres que arruinan la ambición de un niño con comentarios negativos y negligentes que no consiguen nada más que destruir los sueños a una temprana edad, deshaciéndose de la motivación del niño.

También podemos relacionar lo anterior al bullying dentro de los centros educacionales o el abuso dentro de la familia, sea verbal o físico. Sus consecuencias dañan al individuo y a su percepción de la vida.

Quien crece en alguno de estos tipos de entornos puede perfectamente desarrollar un trastorno de ansiedad. Ese trastorno podría llevarlo a la depresión, a trastornos alimenticios como la anorexia, la bulimia, el apetito desenfrenado, trastornos del tipo obsesivo compulsivo y más.

Dependiendo del caso particular en el que te encuentres dejarás de sentir pasión por aquello que te fascinaba, te volverás irritable, retraído, nervioso, o puede que termines buscando atención desesperada para aislar los pensamientos que te atormentan cuando te encuentras solo.

Tal vez comiences a considerar el suicidio como una opción, albergando la esperanza de que la muerte te traerá la paz y el descanso. Aunque si nos referimos al suicidio, este es más bien multicausal, es decir, no hay solo una razón por la cual las personas toman la decisión de acabar con sus vidas, sino que se trata más bien de un cúmulo de cosas que lo llevan al límite.

No es difícil caer en una de las tantas enfermedades que afectan al mundo moderno. Es más, llega a parecer parte de la vida padecerlas, como si se tratase de una condición normal.

La población está enferma...

Y es como si se tratara de la pandemia del siglo XXI.

Catalina Cabrera, Cuarto Medio
Liceo Manuel Montt de San Javier

Complejo Educacional Javiera Carrera, Talca

Columna de opinión

La mujer y el aborto: una difícil decisión

A continuación, quiero hablarles de un tema, que para la mayoría es relevante, algo que afecta la vida de las personas y más aún, la de las mujeres, y por sobre todo la de las chicas jóvenes o menores de edad, el aborto. Muchas personas dicen estar a favor o en contra de éste, con o sin sus tres causales, algunos desearían que fuese completamente legal mientras que otros se niegan por completo a la idea de realizarlo; al final todos tienen sus motivos y es válido cuando realmente están informados. Ya sea por un motivo u otro siempre se crea una gran discordia por saber si socialmente debiese o no ser legalizado totalmente.

Dentro de las razones o causas más utilizadas por los que apoyan la legalización del aborto son, la salud física y en ciertos casos el estado psicológico de la madre o del bebé; la forma o situación con la que la madre quedó embarazada, ya sea por un abuso o violación u otra situación que se pareciese a la antes nombrada; o en caso contrario, que el feto venga con malformaciones o muerto.

Otra razón que manifiestan algunas personas que se encuentran a favor es la situación económica de la familia, también el hecho de que los más jóvenes digan que "fue un accidente", causado por un error en el uso de algún método anticonceptivo. Son estos y otros motivos que las personas desearían que integrara la legalidad del aborto.

Pero, tal y como existen muchas personas que desean que esto sea legal y con más derecho del que ya tiene, también están aquellos que desean que el aborto sea considerado un delito, los motivos a los que estos recurren son, que el feto que está creciendo en el vientre de la madre se considera como un ser vivo, que el bebé no tiene la culpa de cualquier suceso que haya sufrido la madre, que la madre no puede decidir sobre la vida del bebé, entre otras razones.

El llamado aborto terapéutico es un concepto mal utilizado, la palabra terapia hace alusión a sanar y un aborto no sana a la madre, no se le considera una cura.

En la actualidad, médica y legalmente no existe una situación temprana ni tardía en la cual se deba decidir sobre la vida del bebé o de la madre. El Consejo de Cirujanos del "American College" dijo que quien realiza un aborto no conoce e ignora los métodos modernos de tratar un embarazo complicado o simplemente no quiere darse el tiempo de usarlos.

Por lo tanto, la ética médica dice que sin importar las complicaciones del embarazo se debe procurar la salud de la madre y la del bebé. Nunca se debe tener en cuenta la muerte premeditada de uno de estos.

Por otra parte, la violación como motivo de aborto es un problema más serio y por tanto más complicado de tratar, ¿es realmente un motivo para abortar?; según estudios, del 39% al 54% de las víctimas no tienen contacto con la esperma del atacante, el 51% de los violadores sufren de disfunciones que no les permiten cometer este crimen, y, además, del 43% al 63% de las víctimas se encuentran bajo el uso de algún anticonceptivo.

Los anteriormente nombrados son datos reales de estudios que demuestran que sólo una muy pequeña minoría de las víctimas son fértiles al momento de la violación. Si pasamos esto a números, de 2.500 víctimas de violación sólo el 0,6% (15) tienen posibilidad de quedar embarazadas y sólo es una posibilidad.

Teniendo esto en cuenta, hacer una legislación a favor de una sorprendente minoría de personas es casi imposible o improbable. Lo aludido fueron solo datos, esto no significa que sea mi opinión real, el ser víctima de una violación debe ser muy doloroso, dicen algunas mujeres que tener un hijo producto de ese terrible suceso les afectaría para siempre en su vida, es algo que jamás olvidarán.

También existe un gran sinnúmero de mujeres que, luego de una violación, decidieron tener al bebé, y además, señalan que no hay nada más importante y más querido que sus hijos, lo que me parece algo muy lindo, pero aun así creo que una mujer que pasó un evento de este tipo, debe tener el derecho de poder decidir en dicho caso.

Las mujeres tienen derecho sobre su cuerpo hasta cierto punto. Realicemos una analogía con este ejemplo y pregunta: ¿tengo derecho de deshacerme de mi vecino solo porque es ruidoso?, obviamente no, no se puede porque, tal como en el caso del aborto, sería decidir no sobre mi vida, sino sobre la vida de otro ser vivo que está temporalmente dentro del vientre de una mujer.

Yo opino que este sí es un motivo realmente válido para no realizar un aborto.

Algunos señalan que un aborto es sencillo y casi no trae repercusiones. Lo anteriormente dicho es una gran mentira. Según un gran número de médicos, estos afirman que luego de un aborto legal hay un 10% más de probabilidad de que la mujer quede estéril, los problemas emocionales de las mujeres luego de un aborto aumenta de un 9% a un 59%, además, aumenta la posibilidad de que en un futuro sufran partos prematuros de un 5% a un 15%, también trae una gran variedad de enfermedades y complicaciones como hemorragia grave, infección, peritonitis y lesiones en la vagina y útero; también pueden darse consecuencias a largo plazo que afecten a embarazos futuros, entre ellas la infertilidad, y en casos más graves la muerte de la madre.

Tomando en cuenta todo lo anteriormente expuesto, existen más razones que me hacen pensar estar en contra del aborto que a favor. Considero que algunos aspectos no debiesen de llevarse a cabo en la legalidad de este, ya que repercute tanto a la madre como al feto. Así que díganme ustedes, ¿están seguros de su posición?

Jakson Canales, Tercero Medio
Liceo Complejo Educacional Javiera Carrera

Liceo El Sauce de Talca

Columna de opinión

Cambiemos el mundo

Nos hemos expresado de manera liberal,
ya que nadie se ha visto en la obligación
de callar, de no dar su opinión, incluso aquí
puede ser escuchado de manera grata y atenta.
No ocultes tu pensar; respecto a la vida,
somos grandes pensadores,
podemos influenciar en nuestra sociedad,
todo lo que queramos ver a futuro;
ya que sus mentes son frágiles y se dejan llevar por todo.
Aprovechémonos de los niños, ya que
ahora los educamos con nuestros libros,
nuestras normas, aquí no habrá voz sin escuchar.
Cambiemos el mundo, cambiemos el pensar
del niño que es educado de manera correcta.

¡Ayudemos a educar!

Yuriana Cofré
Liceo El Sauce

Todos aprendemos de manera distinta

¿Por qué nuestro conocimiento se evalúa con notas, si una persona quizás es buena en otro tipo de cosas?
Si un alumno tiene mal puntaje en matemática, ¿es tonto? ¿o el profesor no hace bien su clase?
El ponernos tanta presión nos desenfoca de lo importante. Ponernos miles de evaluaciones para en un futuro ser algo que nunca quisimos ser, porque lo que realmente queríamos ser no resultó por tener una mala evaluación.
Mi capacidad no fue suficiente y eso me hizo sentir que no era capaz de lograrlo, pero era lo que me gustaba y en lo práctico lo hacía bien. Quizás el profesor no se enfocó en mi modo de aprendizaje.
No somos robots, todos aprendemos de manera distinta y tenemos diferentes capacidades.

Paola Catalán
Liceo El Sauce

Liceo Carlos Condell de la Haza, Talca

Columna de opinión

Enfermedades del mundo moderno

Chile es uno de los países latinos con mayores porcentajes de licencias médicas en cuanto a enfermedades mentales, lo cual me lleva a pensar, ¿por qué actualmente enfermedades como ansiedad, estrés o depresión han gatillado tan fuertemente en los seres humanos?

Mi impresión al respecto, es que las patologías antes señaladas son psicológicas y obedecen a una serie de factores con los que a diario debemos lidiar. Por ejemplo, sobrecarga laboral, problemas familiares, cesantía, escasez de tiempo para dedicar a la familia, entre otros.

Lo anterior, repercute fuertemente dentro de la familia, ya que si uno de los pilares fundamentales, como el padre o la madre o el adulto que se responsabiliza de cuidarnos se enferma, se produce un desequilibrio importante en los hijos (son dejados de lado, tienen crisis de ansiedad, depresión, etc.).

Lamentablemente, los tratamientos para este tipo de enfermedades se ven muy distantes, ya que por más intenciones que se tenga para mejorar su salud, se ven imposibilitados, debido al costoso valor de una consulta médica y tratamientos.

En mi opinión, considero que esto mejoraría bastante si tuviéramos mejores condiciones de vida, menos horas de trabajo y de estudio, más tiempo para compartir en familia, tener mejor comunicación con quienes queremos y por sobretodo, tener una mejor calidad de vida, que nos permita disfrutar, valorar y no depender siempre de un factor tan limitante como el tiempo.

Matías Izeta, Tercero Medio
Liceo Carlos Condell de la Haza

Uso y dependencia de celulares en clases

Actualmente vivimos en una sociedad donde toda la información se recibe a través de la tecnología, por ende, el celular. Si bien al momento de su aparición fue considerado como un medio interpersonal, hoy se ha vuelto indispensable y desde niños asumimos su uso como algo normal.

Una de las principales problemáticas que han planteado los establecimientos chilenos en el último tiempo, tiene que ver con el uso excesivo que hacemos los estudiantes de este elemento al interior de las aulas.

¿Realmente afecta que los estudiantes utilicemos celulares en clases?

Desde mi rol de estudiante, enfocaré esta columna de opinión en el uso que mis compañeros y yo hacemos del celular en clases.

Mi impresión personal al respecto es que sí afecta el desarrollo de una clase, ya que es un elemento distractor que impide que logremos poner 100% de atención, nos desconcentramos con facilidad, nos desconectamos del tema de la clase, lo cual lleva a los profesores a molestarse y varias veces ven frustrado su trabajo.

Tal vez se lea drástico mi pensamiento, pero creo que un estudiante que es dependiente del celular, sobretodo en clases, es igual a un estudiante que no asiste.

Debo señalar que yo pocas veces registro los contenidos que los profesores nos entregan en clases. Mi estilo de aprendizaje es auditivo y visual por lo que focalizo mi atención en la explicación o en las herramientas que utilizan los docentes para favorecer la comprensión de las materias que enseñan y si estoy pendiente de un elemento que desconcentra tanto como el celular, mientras ellos enseñan, es igual a no haber asistido, ya que, de las dos formas, no aprendo.

En conclusión, si bien considero que el celular es un elemento fundamental en el ser humano en cuanto a las utilidades que brinda, pienso que dentro de la sala de clases es un arma de doble filo y el uso dependiente que podamos hacer como estudiantes, incidirá negativamente en nuestro rendimiento académico.

Manuel Farías, Tercero Medio
Liceo Carlos Condell de la Haza

Migración: búsqueda de oportunidades

Técnicamente, migración significa cambio, el que suele referirse específicamente al abandono de un territorio, para radicarse en otro muy distinto. Los motivos muchas veces son ajenos a los proyectos que cada uno tiene, pero las necesidades personales y el luchar para poder satisfacerlas lleva a las personas a buscar nuevos horizontes.

Siempre me ha llamado la atención y siento admiración por aquellas personas que se atreven a migrar, dejando su vida, sus raíces, sus pertenencias, que a todos nos cuesta mucho adquirir. Lo anterior me lleva a pensar en lo que actualmente vive Venezuela, un país, que, habiendo sido muy fuerte económicamente, hoy enfrenta precariedades en todos los ámbitos (personas con graves problemas de salud, hambruna, falta de oportunidades laborales, escasez de productos alimenticios y medicamentos).

También me parece importante referirme a lo que ocurre con los países como Chile, donde en los últimos años la población extranjera ha aumentado en un alto porcentaje. Esto incide negativamente en nuestro país, ya que disminuyen los puestos de trabajo, entre otras cosas. Además, muchas veces nos vemos expuestos al aumento de la delincuencia, ya que las limitantes para que extranjeros se radiquen en nuestro país son mínimas.

En conclusión, me parece que la migración como búsqueda de oportunidades es una buena instancia para recomenzar, pero me parece adecuado también que se revise el perfil de estas personas antes de ingresar a un país como el nuestro, ya que lo que realmente se espera es que nuestra sociedad mejore y que día a día estas problemáticas vayan disminuyendo.

Diego Salas, Tercero Medio
Liceo Carlos Condell de la Haza Talca

Liceo Diego Portales de Talca

Reseña

El Liceo Diego Portales de Talca, es un establecimiento educacional fundado el 01 de septiembre de 1966, como "Centro Educacional de Enseñanza Media", satisfaciendo las demandas propias de la sociedad de ese tiempo y poder atender a la población estudiantil, proveniente de sectores vulnerables y/o rurales.

Ante la realidad imperiosa de la época de responder a las necesidades de proyección de la comunidad educativa, y a las necesidades laborales de la comuna, en 1989 surgió la primera especialidad técnico profesional "Impresos Xerográficos y Publicidad". Esto dio origen a la segunda modalidad curricular del establecimiento, que lo transformó en Liceo Polivalente, características que lo acreditan como pionero en Talca.

En 1991 se creó la especialidad de "Electrónica" y posteriormente, en 1995, la de "Decoración de Interiores".

Actualmente el Liceo imparte carreras técnico profesional como: "Servicios de Hotelería", "Telecomunicaciones" y "Gráfica". A partir del 2002 y en la permanente búsqueda de entregar una formación de calidad, se inició la Formación Dual, sistema que desde el 2019 será reestructurado por uno de alternancia. Ese mismo año se ingresa a la Jornada Escolar Completa, que les ha permitido fortalecer la Formación General y las actividades extra programáticas.

Desde el 2011, se da inicio al Proyecto de Integración Escolar para atender a los jóvenes con necesidades educativas especiales. A partir de los años 90 se comenzó a elaborar el Proyecto Educativo y el Reglamento Interno.

Este 2019, se inicia un nuevo camino pedagógico, con la implementación del Programa Liceos Bicentenarios de Excelencia. Una de las bases pedagógicas que lo sustenta es que los métodos tradicionales de enseñanza–aprendizaje están siendo cada vez menos efectivos para atraer a los estudiantes y motivarlos a aprender. Por lo indicado, se considera el momento de hacer cambios en la forma de enseñar, confiando en las potencialidades de los alumnos, dejar que ellos tomen la iniciativa en su propio aprendizaje y que, además, trabajen colaborativamente, siendo de este modo el profesor un guía y facilitador del aprendizaje, dando la oportunidad al alumno de aprender a aprender y que adquiera las competencias requeridas por la empresa del siglo XXI.

La metodología de aprendizaje basada en retos, fomenta el trabajo colaborativo, aumenta la motivación e interés de los alumnos, pues permite más interacción con sus pares, donde cada uno cumple un rol que da lugar a la consecución del trabajo en conjunto. Las capacidades individuales se ponen a disposición del equipo para así lograr todos los objetivos, sin olvidar el más importante que es aprender. Con lo anterior se logra tener alumnos más comprometidos y dispuestos al aprendizaje, adquiriendo con ello las competencias técnicas y transversales que le permitirán enfrentar eficientemente el campo laboral.

Liceo Héctor Pérez Biott, Talca

Columna de opinión

Dejen de vernos la cara de idiotas

¿Por qué tenemos que estar tantos años estudiando?
Tenemos que soportar ramos que nunca nos servirán en la vida, estar todo el día encerrados, escuchar a maestros que no explican de una manera entretenida, teniendo tanta tecnología y siguen ocupado las mismas formas de antes.
Aun no cambian el chip, siguen haciendo las clases lateras, escribir y escribir, para qué diablos escribir tanto, si no tenemos ni la más mínima idea de cuál es la idea principal de haber escrito el respectivo texto, si no sabemos lo que escribimos lo hacemos por cumplir, nos enseñan cosas que las trae el sistema, pero no sabemos ni lo más básico de las diferentes materias.
Tal vez la rutina nos tiene aburridos, ¿que nos motiva a los jóvenes? queremos más actividades con las distintas tipos de tecnologías y que desde el principio nos enfoquen en las carrera que nos parece interesante, pero no, tienen que esperar los dos últimos años para prepararnos, nos enseñan cosas que no sirven y en distintos casos pasarán cosas y no sabremos qué hacer, porque no se dieron el tiempo de darnos a conocer sus experiencias en las diferentes áreas, piensan que todo lo que viene en el sistema es correcto, pero no siempre es así, el gobierno piensa que todos tienen las mismas capacidades o intereses, por eso hay tanta inseguridad en seleccionar la carrera adecuada, porque el gobierno se da el tiempo el último año de darnos información de las diferentes carreras y, más encima, a la rápida y todo a medias, por eso hay inseguridad y algunos profesionales todo lo hacen a media, como se los enseñaron, en vez de hacerlo por vocación y de informarnos más de la carrera, no todo a último minuto, pensarán que todo está correcto, no todo lo que trae el sistema es bueno, no todos tienen las capacidades que ellos imaginan, no se dan el tiempo de ver la realidad de cada uno, creen que milagrosamente aprenderemos cosas que ellos creen importantes, pero nadie habla por miedo o no se atreve, basta ya de meternos el dedo en la boca...
Sistema mal hecho.
La educación no está en 4 paredes, como los demás piensan. Por esa razón, los alumnos se aburren y empiezan a usar los celulares, ya que los profesores hablan, pasan materia, guías, pruebas, y no sacan a actividades extra escolares o hacer clases en otros lados.
Se supone que la educación tiene que sacar lo mejor de uno, pero obligan a estudiar algo que no te gusta o no te agrada, en vez de que desde pequeño incentiven los "dones" de cada uno, preguntar a los niños que entran en primero medio qué es lo que quieren estudiar y hacer talleres después de clases o fines de semana, así los niños cuando tienen que tener su decisión en cuarto medio no estén tan desorientados.
Ya cuando el estudiante está terminando sus estudios de media, se empiezan a frustrar, porque tienen que ver qué seguir estudiando o empezar a buscar trabajo, ya que nunca, durante la básica o media, tuvieron experiencia en lo que quieren estudiar, empiezan las dudas de qué estudiar o no estudiar, ya que hay estudiantes de liceos científico humanista y en algunos no le dan orientación sobre el tema, todo esto se debe a no tener actividades en los institutos o universidades que dan esas oportunidades para que los niños empiecen la media y fortalecer esa iniciativa de cada uno de nosotros.

Dina Cifuentes y **Alberto Sandoval**
Liceo Héctor Pérez Biott

El amor moderno

"Para amar tu identidad debes falsear", las relaciones son muy difíciles y complicadas, hoy en día ya nadie se toma el tiempo, ya nadie se quiere enamorar, las relaciones son fugaces, de una noche, hoy en día gobierna el amor por Tinder, el amor por Facebook.
La gente ya no hace clic, ya no es amor a primera vista, es amor a primera foto, demostrando el gusto a través de un like, un me encanta, un match, pero ese es solo el amor por redes sociales o amor de una noche, como los de la disco o de los pubs, ese que es entre copas y copas, una dos o tres cervezas van creciendo, esos que se insinúan con un "te invito una cerveza" o un "qué estás tomando", esos de los que al otro día ni te acuerdas o si te acuerdas, intentas olvidarlo porque fue solo eso, un amor de una noche.
Los amores tóxicos son otro tipo de amor de la actualidad, que como lo dice es tóxico, esos que ven los celos como algo normal, los que ven una llamada no contestada como una infidelidad y la otra persona lo acepta. Será que estamos tan engañados en esta sociedad que hemos hecho de los celos y desconfianzas algo normal, transformamos en actos habituales el celar por todo y el permitir que nos celen por todo, ya es algo que todo el mundo o la mayoría ven como normal y cotidiano, sin saber que algo tan pequeño como un ¿por qué no contestaste? puede llegar a una consecuencia grave, la gente no entiende que los celos son una patología mental llamada celotipia. Pero no solo son los celos, es el poco amor propio que las parejas poseen, que sienten que cuando alguien les dice te quiero se les acaban los problemas, les mejora el día, la vida, aunque les hayan dicho mil cosas anteriormente, menos que eran feos, porque las parejas pueden llegar a ser muy atrevidas entre sí (las tóxicas), dejamos de ser personas autosuficientes.
Cuando pensamos que "el que te quiere te aporrea", que "si te quiere te hará llorar, te hará sufrir" y luego todo lo olvidamos con un te amo, te quiero, perdón, vivimos en una sociedad donde vemos golpes, insultos, peleas de pareja y nos reímos, sin saber que puede terminar mal, que solo vimos eso pero no hacemos nada, no ayudamos, no intervenimos, porque claro, si yo me meto ellos se arreglan y quedo mal, pero debemos dejar de justificar la violencia en el pololeo, en las amistades, en la familia, normalizar el respeto, priorizarlo, dejar de creer que la palabra te amo significa todo, solo con decirlo, que hay que ver hechos, hay que estar atentos a las situaciones, conocer bien a una persona para poder creer su te amo, estos son varios amores modernos; también están las parejas felices que se llevan súper bien, donde luchan contra sus diferencias y aprenden a vivir en pleno respeto, donde son amigos, pareja, mejores amigos, hermanos, pero este tipo de pareja esta cada día más escaso y se ve cada vez menos.

Yuviska Valladares, Cuarto Medio
Liceo Héctor Pérez Biott

Liceo Ignacio Carrera Pinto de Talca

Columna de opinión

Alimentación Saludable

Tengo como ejemplo mi cambio de alimentación, que pasó de una vida de comidas rápidas, con muchas calorías, carnes y grasas, a una vida vegetariana.
Hice este cambio por todo el mal que le hacen las industrias de la carne al medio ambiente y a las mismas personas, ya que todas las sustancias químicas que les inyectan a los animales les afectan a las personas, cuando se alimentan de ellos. Dado eso, los que comen carne animal tienen más probabilidades de tener problemas cardiovasculares, gracias a los químicos en los animales y, si habláramos de cifras, un vegetariano salva, entre 371 y 582 vidas animales por año.
Y una dieta vegetariana puede reducir el riesgo de cáncer de colon, disminuye la presión arterial, niveles de colesterol, son personas más longevas, ayuda a la pérdida de peso, reduce el riesgo de diabetes tipo 2, previene la litiasis renal y biliar y ayuda a evitar el cáncer de mama.
Por todo lo anterior y más, justifico y avalo el cambio radical que he hecho en mi forma de alimentarme.

Natalia Rebolledo, Cuarto Medio
Liceo Ignacio Carrera Pinto

¿Qué piensas de la dependencia al celular?

Principalmente esto de la tecnología ha avanzado con demasiada rapidez, lo que nos ha ayudado en distintas áreas de nuestro día a día. Una de las aplicaciones son el correo electrónico, documentos digitales, etc. Pero esto, también nos perjudica, ya que se puede convertir en un vicio para la sociedad, como las redes sociales como Facebook, Twitter, WhatsApp, etc.
Esto puede afectar sicológicamente a la persona con distintos tipos de enfermedades, las cuales generan una dependencia al celular, como a los distintos aparatos que se utilizan comúnmente. En lo sicológico, la persona puede depender tanto del celular que no lo deja ni por un segundo. A esta dependencia se le conoce como nomofobia. Otra de estas enfermedades es el narcisismo, en el cual la persona publica fotos, con lo que hace creer que está en un mundo perfecto. Esto se puede considerar igual de adictivo que las drogas.
También están las enfermedades físicas, las cuales pueden afectar por el mal uso de estos aparatos, como daño ocular, daño a la audición e incluso daños irreparables al sistema nervioso.
En estos aparatos puede pasar que se produzca un problema de sedentarismo, lo cual puede llevar a la obesidad y al sobrepeso, esto puede afectar con los años, ya que es más propenso uno a sufrir ataques al corazón u otras enfermedades cardiacas.
El uso constante de este aparato puede generar problemas mentales como la depresión, la ansiedad, el aislamiento social e incluso pérdida del placer. Esto creo que se debería solucionar, ya que es muy común ver a la juventud de hoy en día estar con estos aparatos muy constantemente, no se despegan de estos fácilmente y se ve demasiadas personas sacando selfies o actualizando sus estados en las redes sociales, lo cual significa que cada vez les dan más prioridad a las redes sociales que al desarrollo en la sociedad y como persona. Esto se debe solucionar, empezando por los padres de los jóvenes, los cuales deberían restringir el uso del celular para que así no le agarre tanto cariño o apego a este aparato. Luego, supervisar lo que ve el joven en las redes sociales, si hay alguna mala acción del joven con otro compañero de éste. También creo que el gobierno debería meterse en este tema, ya que es importante el desarrollo de nuestro país y del desarrollo de las personas que lo constituyen, porque es el futuro del país y los que van a gobernar a la siguiente generación de personas que van a hacer crecer el país.

Gabriel De la Fuente, Cuarto Medio
Liceo Ignacio Carrera Pinto

Inclusión educativa

La inclusión educativa consiste en incluir y satisfacer necesidades de todos los alumnos del establecimiento, que tengan algún tipo de dificultad de movilización o cualquier tipo de problema.
La inclusión no mira la clase social de la persona, al contrario, la ayuda a surgir en lo académico y en su desarrollo integral. El PACE es un claro ejemplo de eso, ya que este programa no mira diferencias sociales y le está dando el apoyo constantemente a los alumnos de los distintos establecimientos incorporados al proyecto. Tampoco mira género o estereotipos, ya que ellos ven a todos por igual, independiente de cómo se vistan o cómo piensan, y si un alumno(a) necesita ayuda con alguna materia o con el traslado hacia la universidad, ponen a su disposición vehículos de acercamiento para los que residen fuera de la comuna.
Por lo tanto, el programa PACE, es una gran oportunidad para todos y todas las personas que quieren tener un mejor futuro.

Francisco Espinoza, Cuarto medio
Liceo Ignacio Carrera Pinto

Proyecto de vida

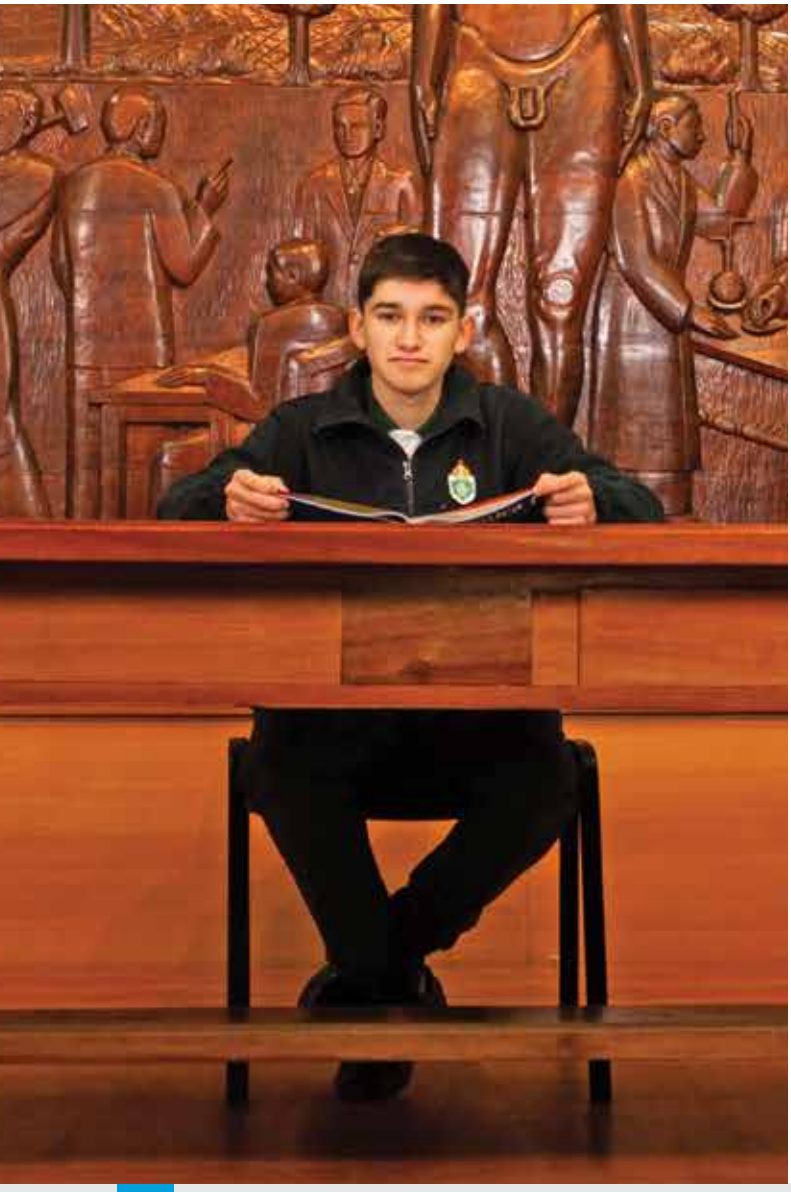
Mi opinión es que en todos los establecimientos se pueda apoyar a los alumnos acerca de lo que quieren para su futuro.
Además, que en los colegios tengan comodidades mínimas como calefacción. Que cada uno pueda saber qué carrera quiere para su futuro, saber y tener decidido todo para su proyecto de vida.
Por ejemplo, para mi futuro, quiero estudiar, tener un trabajo estable y ser técnico automotriz, para surgir y tener una empresa que fabrique vehículos.
Todo eso se tiene que tener en cuenta, el presente y el futuro es lo que importa.

Ignacio Sepúlveda, Cuarto Medio
Liceo Ignacio Carrera Pinto

Liceo Industrial Superior, Talca

Columna de opinión

La Gratuidad



La Gratuidad es un beneficio que se instaló en nuestra sociedad en el año 2016, luego de un sinfín de movimientos sociales que manifestaban gran preocupación por la educación gratuita y de calidad, que solo contaban con becas que no cubrían todo el arancel y créditos universitarios que han generado una mayor pobreza en aquellos que desertan de sus estudios superiores y viven con estas deudas, generando un sinnúmero de problemáticas sociales.

La Gratuidad apoya a todas las personas a estudiar sin el pago del arancel y matricula. Para obtenerla debemos cumplir con ciertos requisitos socioeconómicos, como, por ejemplo, pertenecer al 60% de menores ingresos del Registro Social de Hogares.

Aunque existen muchos beneficiarios o estudiantes que cumplen con estos requisitos, hay un porcentaje de la población que ve esto como injusto, como es la clase media impuesta por el país, debido a que sus ingresos no corresponden o no pertenecen al grupo beneficiario, ya que, según esta segmentación de mayores ingresos, sus familias podrían pagar sus estudios. ¿Justo? todos deberían tener un apoyo para financiar sus estudios superiores.
Es importante reconocer que además de ser un beneficio social, es un beneficio familiar, ya que ayuda a los padres a costear la educación de sus hijos, gracias a esto, muchas personas de bajos recursos tienen una nueva opción para salir de la pobreza, optando a más oportunidades en la vida y sin un endeudamiento en la población.

Es importante que la Gratuidad en la educación se imparta en todas las universidades y centros de formación técnica e institutos profesionales, promoviendo a la eliminación de las barreras en la educación y la pobreza.

Fidel Estay, Cuarto Medio
Liceo Industrial Superior

Liceo Técnico Amelia Courbis, Talca

Columna de opinión

Eutanasia: ¿existe un derecho a morir?

En el presente texto propondré abordar un tema muy complicado e interesante: la Eutanasia. Daré a conocer su definición; Qué es el derecho a la vida; los puntos de vista, ya que hay personas en contra y a favor de este tema; entregaré mi punto de vista acerca de este tema tan impactante y de suma importancia; y los tipos de eutanasia que se presentan.

Para poder hablar de la Eutanasia y el derecho a la vida primero habrá que definir ambos conceptos:

El término Eutanasia deriva del griego: "eu" (bien) y "thanaros" (muerte). Es un acto cuya responsabilidad es del personal médico o individuos cercanos al enfermo; ocasiona la muerte inmediata, con el fin de evitar sufrimientos insoportables al paciente; lo que hoy en día se distingue del término "muerte digna".

El derecho a la vida se define como un derecho que le corresponde a todo ser humano, por el simple hecho de existir.

En Chile, actualmente la Eutanasia se excluye en la Ley de Derechos y Deberes del Paciente, promulgada el año 2012. En su artículo 16, manifiesta: "La persona que fuere informada de que su estado de salud es terminal, tiene derecho a otorgar o denegar su voluntad para someterse a cualquier tratamiento que tenga como efecto prolongar artificialmente su vida, sin perjuicio de mantener las medidas de soporte ordinario. En ningún caso, el rechazo del tratamiento podrá implicar como objetivo la aceleración artificial del proceso de muerte" (S. Cielo).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), la define como la acción libre que realiza una persona con la función de provocar muerte sin dolor.

Tenemos dos tipos de Eutanasia: Activa: es aquella en donde el médico aplica dicho tratamiento con el consentimiento del paciente. La Eutanasia pasiva es aquella donde el médico decide suspender o no iniciar el tratamiento, que se limita en prolongar la vida del paciente.

Doctor Germán dice: "Estoy en desacuerdo con la Eutanasia ya que le quita el derecho a la vida del paciente, no me parece digno".
Doctor Omar dice: "Estoy de acuerdo con ese proceso, pienso que es una muerte digna, ya que el paciente muere de una manera eficaz y sin dolor".

Desde mi punto de vista, pienso que la Eutanasia debe de ser liberal y legal en nuestro país, ya que cada persona o paciente es libre de elegir su decisión y el cómo quiere morir. Debemos ponernos en su lugar, ya que son ellos los que sienten ese grandísimo dolor.
Bibliografía: www. Scielo.conicyt.cl

Daniela Rodríguez
Liceo Técnico Amelia Courbis

Liceo Teno

Columna de opinión

Matrimonio Igualitario

Vivimos en una sociedad en la que reina lo "políticamente correcto" sobre los propios sentimientos. En pleno siglo XXI aún se mira de forma extraña a las personas homosexuales, llegando a tal punto, que en la mayoría de los países se les prohíbe consumar el matrimonio entre ellos. Individuos que son juzgados por pensar diferente a los demás, están condenados a ser arbitrariamente exentos de muchos derechos que tienen comúnmente parejas heterosexuales. A la vista de muchas personas, e inclusive, de la iglesia misma, una pareja homosexual no es digna ni apta para gozar del matrimonio, pero esto es una excusa más de las del montón para privar de éste y muchos otros derechos a dichas personas.

Lo anteriormente planteado es una situación verdaderamente lamentable e inaceptable en la época contemporánea, la humanidad está condenada a estancarse en su evolución si es que su pensamiento y cambio está sujeta a una ideología conservadora.

De manera positiva, es digno de admirar lo que han hecho países como Alemania, Argentina, Bélgica, España y más actualmente Tailandia; naciones que se han liberado de las cadenas del pasado, dejando atrás la discriminación y avanzando como sociedad.

Hipotéticamente y filosóficamente hablando, si hubiera algún punto máximo de esplendor que pudiera alcanzar la humanidad, significaría una evolución, no existirían cosas negativas como la discriminación, insensibilidad o inclusive los delitos mismos, estaríamos muy lejos de alcanzar dicho objetivo.

Con el pasar de los años, la humanidad ha tenido un sinfín de cambios, ya sean religiosos, ideológicos, políticos, etc; de los cuales algunos han sido positivos y otros negativos.

De una manera lamentable digo que estamos cometiendo muchos errores que no nos dejan avanzar y alcanzar el "máximo esplendor", hoy en día y quizás en muchos años, décadas y siglos más.

Pero tengo fe en que lograremos deshacernos de lo negativo y lograr nuestro objetivo, quizás no sea pronto, quizás tome mucho tiempo; pero ver lo que han logrado los países antes mencionados me da una luz de esperanza en este mundo sumergido en discriminación, intolerancia y corrupción.

Juan Cristóbal Hernández
Liceo Teno

Liceo Nuevo Horizonte de Vichuquén

Entrevista:

Formación ciudadana

Entrevista a Yésika Calquín Arellano, profesora de Pedagogía General Básica, encargada de la Unidad Técnica Pedagógica (UTP) del Liceo Nuevo Horizonte de Vichuquén.

A partir del año 2016, como política de gobierno, se solicita que elaboren un plan de formación ciudadana.

¿Cuál es el objetivo de implementar la formación ciudadana en los establecimientos?
El objetivo principal de contar con un plan y de ejecutarlo, es que a través de éste se desarrolle en los estudiantes el ejercicio de una ciudadanía responsable y respetuosa, que permita el desarrollo del país y de la justicia social.

¿Con qué cursos se implementa este plan?
Este plan se implementa principalmente en los estudiantes de tercero y cuarto medio, más que nada, pero a partir del año actual se estructura como una asignatura en toda la enseñanza media y en los cursos de básica se realizan talleres en la asignatura de orientación.

¿Cuáles son los objetivos principales que como establecimiento quieren lograr en los estudiantes?
Queremos lograr introducir que los estudiantes ejerzan una ciudadanía crítica, responsable, respetuosa, objetiva y creativa. Que puedan respetarse entre sus pares y valoren la diversidad social y cultural.

¿Cómo espera que los estudiantes logren los objetivos?
Estamos conscientes que no todo se logra con espontaneidad en solo una clase o enseñando lo que significa ser ciudadano, sino que, además, vivenciándolo, por ello que el liceo ofrece una gran variedad de talleres de libre elección para dar oportunidades a todas las capacidades e intereses de nuestros estudiantes, como asimismo, son nuestros propios estudiantes o toda la comunidad educativa los que proponen iniciativas y en muchas de ellas asumen un rol importante en la ejecución de los talleres.

Lamentablemente esta asignatura no es calificada y no influye en la promoción del curso. ¿Cree usted que los alumnos no se toman esta asignatura con la seriedad correspondiente?
Sí, lamentablemente no siempre los estudiantes valoran lo que el establecimiento les ofrece, pero hoy en día tendremos una nueva oportunidad con este nuevo currículum, que, al ser más flexible, entrega en los establecimientos la oportunidad de incorporar esta asignatura obligatoria con un mínimo de horas semanales para toda la enseñanza media.

¿Cómo se puede evitar la corrupción en los estudiantes?
Nosotros tenemos el reto de comenzar con lo alumnos a temprana edad, hacerlos consientes sobre las injusticias que suceden en el entorno que ellos viven, que conozcan el reglamento, conociendo los deberes al igual que los derechos.

Catalina López, Camila Gamboa y **Daniela Muñoz,** Cuarto Medio.
Liceo Nuevo Horizonte de Vichuquén

Columna de opinión

Agricultura: ¿piensas lo que comes?

¿Recuerdas que antes las siembras, cosechas, podas y controles se realizaban de forma manual? ¿Recuerdas que al agricultor le tomaba horas regar? Y cómo olvidar el momento en el que se usaban químicos, para controlar las cosas y lograr una producción de buena calidad.

¿Cómo puedo eliminar o disminuir la población de este insecto o bicho? Antes se le indicaba al agricultor: "Utilice estos químicos" y ahora le dirían: "Le tengo tres opciones: Control cultural, control biológico y control químico".

Ahora quiero que pienses, ¿qué le pasa a tu cuerpo cuando comes una fruta con un insecto o bicho? ¿Lo quitas o te lo comes? ¿Lo pensaste?, ok. Ahora piensa qué podrías hacer si tienes esa misma fruta, pero tú sabes que dentro de su composición interna y estructural existe un alto porcentaje químico, ¿lo puedes quitar? ¿Te la comes? ¿Lo lavas bien o solo la desechas?

Bueno, te diré que, aunque la laves un millón de veces, seguirá portando un porcentaje de químicos, lo que no hará daño en tu cuerpo en el instante, pero al pasar el tiempo, sí lo hará. Piensa en si esa fruta solo tiene un insecto que tú puedes quitar. Y que si lo quitas no tendrá ningún daño en tu cuerpo ni ahora ni nunca.

Vanessa Pacheco, Cuarto Medio
Liceo Agrícola Marta Martínez Cruz

Trabajamos colaborativamente con:

PROVINCIA DE LINARES

- Instituto Comercial de Linares
- Liceo Politécnico Ireneo Badilla Fuentes, Linares
- Liceo Manuel Montt, San Javier
- Liceo Guillermo Marín Larraín, Retiro
- Liceo Agrícola Marta Martínez Cruz, Yerbas Buenas

PROVINCIA DE CURICÓ

- Liceo Polivalente Japón, Curicó
- Liceo Fernando Lazcano, Curicó
- Liceo Politécnico, Curicó
- Liceo Alejandro Rojas Sierra, Licantén
- Liceo Augusto Santelices Valenzuela, Licantén
- Liceo Nuevo Horizonte, Vichuquén
- Liceo Polivalente de Molina, Molina
- Escuela Agrícola de Molina, Molina
- Liceo Polivalente de Rauco, Rauco
- Liceo Arturo Alessandri Palma, Romeral
- Liceo Polivalente de Sagrada Familia, Sagrada Familia
- Liceo Polivalente de Teno, Teno

PROVINCIA DE TALCA

- Liceo Carlos Condell de la Haza, Talca
- Complejo Educacional Javiera Carrera, Talca
- Liceo Diego Portales, Talca
- Liceo Héctor Pérez Biott, Talca
- Escuela El Sauce, Talca
- Liceo Industrial Superior, Talca
- Liceo Técnico Amelia Courbis, Talca
- Liceo Ignacio Carrera Pinto, Talca
- Liceo de Pelarco
- Complejo Educacional Pencahue
- Liceo San José de Duao, Maule
- Liceo Rural Enrique Mac Iver, Santa Olga, Constitución
- Liceo San Ignacio, Empedrado
- Liceo Agroindustrial Río Claro

UCM
UNIVERSIDAD CATOLICA DEL MAULE

CAPUCM
Centro de Apoyo al Aprendizaje
Universidad Católica del Maule

PACE
PROGRAMA
DE ACCESO A
LA EDUCACIÒN
SUPERIOR
Ministerio de
Educación

Síguenos en:

PACE UCM

paceucm

www.pace.ucm.cl

5 Años | Acreditada
GESTION INSTITUCIONAL
DOCENCIA DE PREGRADO
VINCULACION CON EL MEDIO
CNA-Chile Desde junio 2015 hasta junio de 2020

CONSEJO DE RECTORES DE
LAS UNIVERSIDADES CHILENAS

G9 UNIVERSIDADES
PÚBLICAS
NO ESTATALES

WWW.UCM.CL