



GACETA DISCOVERY



ABRIL 2022

Estimado Lector:

A nombre de todo el grupo de editores de la gaceta quiero agradecer a todos los miembros Discovery que cooperaron para que este proyecto fuera posible.

“El acto más valiente para una mujer es pensar por sí misma y en voz alta” .- *Coco Chanel*

Han pasado dos años desde que nuestro mundo cambio radicalmente. Hemos demostrado adaptabilidad y resiliencia para encontrar oportunidades de seguir aprendiendo y creciendo.

Nuestra realidad nos ha hecho más sensibles y más conscientes de los problemas que enfrentamos como sociedad. Desarrollamos una voz y estamos dispuestos a alzarla para lograr una transformación.

En esta edición de la gaceta podrán encontrar artículos acerca de diversas problemáticas que afectan a la población. Variando desde la obsesión con la belleza hasta los trastornos mentales.

También encontrarán, dos poemas cortos que los harán reflexionar acerca de nuestra perspectiva del amor y de la mujer.

¡Sigamos cuidándonos para que disfrutemos de más momentos juntos! Sin más que agregar quiero agradecerles por su atención y desearles que sigan disfrutando de esta edición de la Gaceta Discovery School.

EDITORA EN JEFE

Alexa Itzel Enriquez
Mendoza



SUPERVISORA

Silvia Ma. Ortiz



DISEÑO

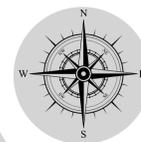
Alexa Itzel
Enriquez



EDITORA

Dalel Sarkis Chalita

전사



EDITORA

Lorena Barba
Castañeda



EDITORA

Jazmín Hazarel
Figueroa Bello



EDITORA

Daniela
Domínguez
Fonseca



PUNTO DE PARTIDA

*"La mente no es un
vaso a ser llenado, sino
un fuego a ser
encendido."*

--Anónimo

LA OBSESIÓN POR LA BELLEZA



RENATA TOLEDO

¿En qué casos la preocupación por el aspecto físico puede ser una obsesión? ¿Las dietas y ejercicio físico siempre son buenas para el cuerpo? ¿Qué pasa cuando nos sometemos a operaciones estéticas constantemente? Muchas de estas preguntas son las que probablemente vagan por nuestra mente de forma repetitiva, y este tema nos afecta a todos ya que empiezan a divulgar información y pueden poner en riesgo la vida de las personas.

La belleza es un concepto del que sabemos mucho y nada al mismo tiempo. Cuando una persona empieza una dieta o ejercicio, muchas veces se obsesiona con esa idea de estar sano y empieza hacerlo en exceso lo cual es malo para el cuerpo, y hasta causa enfermedades como la dismorfofobia, que en los últimos años la cantidad de personas que lo presenta es muy alta, entre 0,7% y 2,5%, y hasta 12% en pacientes obsesivo-compulsivos. En la adolescencia, muchas personas empiezan a fijarse mucho en su físico y en tratar de ser "perfectos" o cumplir estereotipos que la sociedad tiene sobre una persona guapa que es delgada, alta, de rasgos finos, etc. Estos estereotipos son los que empiezan a hacer que los adolescentes busquen en internet dietas, rutinas de ejercicio, cirugías estéticas y cosas para las que su cuerpo que no está 100% desarrollado pueda ser capaz de soportar, y provocan los siguientes problemas en su cuerpo: una de las enfermedades que son derivadas del ejercicio excesivo es la Rabdomiólisis; esta enfermedad es producida por la descomposición del tejido muscular. Algunas consecuencias del ejercicio excesivo pueden ser el aumento de lesiones o lesiones crónicas, bajas defensas e insomnio. Ahora, una dieta que no esté realizada por un nutriólogo puede causarte muchos problemas como: deshidratación y desequilibrio de electrolitos; mareos, desmayos, debilidad y reducción del ritmo cardíaco; y funcionamiento reducido del cerebro. En conclusión, las personas que buscan ser perfectas físicamente, pueden autogenerarse muchas enfermedades y desórdenes que el cuerpo no puede aguantar. No es saludable estar buscando ser estereotipos de la sociedad; no hay que dejarse llevar por las inseguridades que la gente nos crea y tener el autoestima de amarnos a nosotros mismos.



Cano, D. (2011, 8 febrero). *10 efectos negativos de las dietas*. Salud180. <https://www.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/dietas/10-efectos-negativos-de-las-dietas-Cuando-una-dieta-es-saludable>. (s. f.). Sanitas. Recuperado 27 de enero de 2022, de <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/>
Hernán, P. (2021, 29 enero). *Consecuencias del exceso de ejercicio físico sobre la salud*. hola.com. <https://www.hola.com/estar-bien/galeria/20210129183390/consecuencias-exceso-ejercicio-fisico-salud/4/>
Rabdomiólisis, ¿Qué es la rabdomiólisis? | Spanish | NIOSH | CDC. (2021, 4 agosto). CDC. <https://www.cdc.gov/spanish/niosh/topics/rhabdo/what-sp.html>
Rabdomiólisis: La enfermedad que pasa la cuenta por el exceso de ejercicio. (2018, 5 junio). Cluster Salud | AméricaEconomía. <https://clustersalud.americaeconomia.com/innovacion/rabdomiólisis-la-enfermedad-que-pasa-la-cuenta-por-el-exceso-de-ejercicio>
Trastorno dismórfico corporal - Síntomas y causas - Mayo Clinic. (2020, 3 marzo). Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/body-dysmorphic-disorder/symptoms-causes/syc-20353938>

¿Y SI LAS MUJERES INVENTARON EL ROCK?

DANIELA DOMÍNGUEZ

Desde sus inicios, el rock siempre ha visto su escena fuertemente dominada por el género masculino. Hoy en día es mucho más normal ver mujeres en la escena del rock, sin embargo, Incluso en la época de esplendor de este género (años 70's y 80's) no existían artistas o bandas dominantes lideradas por mujeres. Figuras como Janis Joplin fueron de las pocas excepciones , pero ¿por qué las atribuciones femeninas están tan eclipsadas en este género?

No es un secreto que el Rock y punk son géneros nacidos a partir de un movimiento de cambio, revolución y liberación, sin embargo, en este las mujeres siempre parecen ser eclipsadas en este género aunque tienen grandes razones para protestar y rebelarse. Según un artículo de "Music and Culture", solo el 10% de las personas en el salón de la fama son mujeres. Grandes injusticias se ven en el reconocimiento de las mujeres en la industria de la música; tal es el caso de "Sister Rosetta Tharpe", la mujer que inventó el rock, quien fue incluida en el anteriormente mencionado salón de la fama hasta el 2018. En los años 60's era muy difícil ver a mujeres en los artículos o medios de comunicación que hablaban del rock, lo que daba una representación casi inexistente a las mujeres de la escena y desanimaba a las jóvenes a probar una carrera en esta industria.

Hoy en día vemos más representación, sin embargo, un gran problema que podemos apreciar en la industria de la música esta segregación por cuestiones de género. El hecho de crear clasificaciones tales como "Top las mejores mujeres guitarristas" las reduce a una clasificación en la que se las considera "buena para una mujer" en lugar de un buen músico en general. Tanto dentro como fuera de la escena del rock y de los escenarios, las mujeres se sienten constantemente amenazadas.

Citando a la banda "Runaways": "No podemos olvidar que éramos niñas, siempre nos tenemos que defender". El rock nació gracias a una mujer y el feminismo tiene también algunas raíces en el rock, como en el movimiento "Riot grrrrl". No podemos hablar de rock sin hablar de mujeres y feminismo; el papel de las mujeres en el rock es imposible de ignorar y es de suma importancia reconocer y honrar el impacto del género femenino en uno de los géneros musicales más icónicos de la historia.

Hay que reflexionar sobre los estereotipos erróneos en el Rock que no tienen suficientes motivos válidos. "No es solo sobre tocar Rock' n'roll, es sobre hacer lo que quieras en la vida"-Joan Jett





MÁS QUE UN MOVIMIENTO, NUESTRAS VIDAS!

PAULA VERTIZ

Es un hecho que los medios de comunicación deforman las noticias haciéndolas interesantes o atractivas, perjudicando a una verdadera causa. El movimiento feminista lo conforman mujeres buscando hacer un cambio en la sociedad, modificar aquel orden del maltrato hacia las damas de cualquier tipo.

Conforme a esto les tengo una pregunta ¿de verdad todas las feministas somos así? La respuesta es un constructo de la información de medios como las noticias y periódicos donde se representa una imagen agresiva y hostil, pero las mujeres que han asistido comparten la realidad en la que hay más feministas pacíficas en busca del bien y una nueva libertad. ¿Las marchas feministas hacen historia?

Las "sufragistas" en Reino Unido, surgieron en el siglo XX, haciendo manifestaciones por el derecho al voto de las mujeres; se fueron intensificando ya que eran reprimidas, provocando manifestaciones, pero junto con esto surgieron oposición denominadas las "anti-sufragistas". (Univa C. S., 2020)

En México el feminismo se origina a fines del siglo XIX teniendo como origen Yucatan donde el primer desplazamiento feminista buscaba reivindicar temas educativos y sociales. México ha sufrido una ola de maltrato contra las mujeres provocando que no dejen de luchar día a día, apoyando temas como la legalidad del aborto (!Goooya, 1021). Esto en la actualidad crea diferentes movimientos en búsqueda por un cambio como "Me Too", en el que las damas renunciaron a sus acosadores, transformándolo en un performance "El violador eres tú" replicado en diversos estados (Univa C. S., 2020). El movimiento conocido como "Paro Nacional de Damas" del 9 de marzo tiene origen en 1975, cuando las féminas, en vez de presentarse a sus labores, salieron a las calles, exigiendo un sueldo igualitario, hoy en día representa el maltrato que hemos sufrido, la violencia sistemática, feminicidios y delitos sexuales contra las féminas. La indiferencia por parte de las autoridades, la carencia de apoyo a víctimas, la violencia generalizada y en la impunidad, ahí yace la unión del desplazamiento y valor como mujer en la sociedad es crucial.

Nada se ha logrado sin actividades de re-evolución, lo que causa que en estas manifestaciones ya no sean las propias feministas haciendo estos disturbios, está comprobado que grupos asistentes a marchas feministas a hacer destrozos, causar violencia, son financiados por el propio gobierno y ocupadas como cortinas de humo por parte del gobierno en medios de comunicación para desviar atención de acontecimientos en el gobierno en México.

TRASTORNOS MENTALES Y NEUROLÓGICOS: ¿UN TEMA TABÚ?

MARÍA JOSÉ MENDICUTTI



Desde la depresión hasta la epilepsia, existen niveles y tipos de enfermedades y trastornos mentales y neurológicos. Dependiendo de la situación específica, estos pueden o no presentar un riesgo para las personas que lo presentan y aquellos que los rodean. Desafortunadamente, existe gran desinformación y estigma alrededor de estos temas y eso llega a causar malentendidos y conflictos para las personas que los padecen.

Para mejorar la situación y nuestra comprensión sobre estos temas es muy importante no tomar por verdadera toda la información que recibimos. Debemos asegurarnos que las fuentes de las que obtenemos nuestra información tomen siempre en cuenta la opinión y datos presentados por los expertos. Los medios de comunicación actuales aún proyectan a las personas con problemas mentales y/o neurológicos en una luz poco favorable. Un ejemplo de lo mencionado es la película "Psycho" donde se asume que una persona está loca o tiene malas intenciones debido a su enfermedad. Este problema se presenta mucho cuando se discuten padecimientos tales como la esquizofrenia, el trastorno de bipolaridad, o trastornos de personalidad antisocial. Si bien es cierto que estas enfermedades son incurables, también es cierto que pueden mantenerse bajo control mediante medicación. (Psico, 2021)

Según la Organización Mundial de la Salud, el trastorno mental más común es la depresión. Se estima que este afecta a alrededor de 350 millones de personas en el mundo, por lo que se declaró una "crisis global". (OMS, 2021) Dos herramientas importantes para poder frenar esta crisis son la terapia y la medicación. Es crucial eliminar el estigma que existe alrededor de estos dos recursos y deshacernos de la idea de que una persona que hace uso de ellos "está loca" o "no se puede controlar". Pensamientos como el anterior propician el descarte y desaprovechamiento de estos tratamientos.

Es fundamental propiciar los espacios de discusión e información sobre estos temas para abrir la discusión y eliminar el taboo o estigma que existe alrededor de tanto las enfermedades y trastornos mentales y neurológicos como sus tratamientos. La información verídica y confiable sobre estos tópicos, así como el uso de los recursos disponibles para tratarlos, puede ayudar a disminuir el número de personas afectadas y aumentar el número de personas dispuestas a buscar tratamiento. Es preciso volver la salud mental, un tema cotidiano, fácil de hablar y de entender. La falta de apoyo y dificultad para pedir ayuda son un gran obstáculo que deben superar las personas que sufren de un problema de salud mental y mantener la conversación sobre estos tópicos abierta puede hacer mucho más que solo informar, puede incluso ayudar a salvar una vida.

EL DIVORCIO, ¿AFECTA MÁS A LOS HIJOS?

ANDREA FLORES



De acuerdo a la Inegi durante el 2020 se registraron 92,739 divorcios; en 2018 31,200; sin embargo en 2019 se registraron 160.107 divorcios, de los cuales el 78% tienen ya una familia. El decidir casarse con alguien no es algo que se decide de la noche a la mañana, debes estar consciente de lo que implica estar casado con alguien. Las personas que deciden casarse llevan años conociendo a su pareja y saben qué tipo de persona es realmente, aunque nunca se logre conocer a alguien completamente. Sin embargo, el experto en el tema Louise Rafkin resalta en su plática "Unhitched" que: "el divorcio afecta más a los niños que a los mismos papás".

La separación y el divorcio interrumpen la estabilidad y la previsibilidad que necesitan los niños. Existen incluso padres que no piensan en las consecuencias que este acto podría reflejar en sus hijos. El hecho de enfrentarse a un cambio tan radical provoca en los niños un sentimiento de pérdida, así como también ansiedad, ira y tristeza; sienten temor a ser abandonados o a perder el amor de los padres. De igual modo las habilidades de los padres suelen empeorar durante el divorcio. También pueden sentirse rechazados si los padres los ignoran o los visitan esporádicamente. Los niños necesitan poder expresar sus sentimientos a un adulto que los escuche con atención. El asesoramiento proporciona a los niños la atención de un adulto que, a diferencia de los padres, no se sentirá molesto con los sentimientos que expresan. (Rafkin, 2014) Según el profesional en el tema, Steven D. Blatt, los niños se adaptan mejor cuando los padres cooperan el uno con el otro y se concentran en las necesidades del niño. Los padres deben recordar que el divorcio solo rompe su relación como esposos, no su relación como padres de sus hijos. (Blatt, S. D., 2020)

En mi experiencia personal recomiendo que los padres siempre se traten respetuosamente entre ellos, sobre todo en presencia del niño, además de mantener la participación del otro en la vida del niño y considerar los deseos del niño con respecto a las visitas. A los niños de más edad y a los adolescentes se les debe dar mayor participación en los acuerdos sobre su residencia. Los padres nunca deben sugerir que sus hijos tomen partido por uno u otro y deben tratar de no expresar sentimientos negativos acerca del otro progenitor.



Blatt, S. D. (2022, 24 enero). Divorce and Children. MSD Manual Consumer Version. <https://www.msmanuals.com/home/children-s-health-issues/social-issues-affecting-children-and-their-families/divorce-and-children?query=divorce> Steven D. Blatt, MD | Autor. (2020, 4 noviembre). Manual MSD versión para público general. <https://www.msmanuals.com/es-ar/hogar/authors/blatt-steven> Rafkin, L. (2014, 16 enero). In a Confrontation, a Secret Is Revealed. The New York Times. <https://www.nytimes.com/2014/01/19/booming/in-a-confrontation-a-secret-is-revealed.html>

EL ARTE NO ES SUBJETIVO, ES REAL

JOSAFAT SOLÍS

En redes circula un video de una mujer exponiendo su obra en un museo, esta obra presenta cubetas de colores llenas de agua y nada más, lo que ha sido señalado por conocedores al no ser considerado arte.

El presente artículo señala 3 razones en cómo considerar si algo es arte ya que en el mundo contemporáneo el arte debe de ser distinguido de una simple creación.

1.- El arte debería ser irreplicable y tener un nivel de habilidad para su creación o replicación. Como ejemplo "la ola de Kanagawa" de Katsushika Hokusai, a la que David Rubio comentó que la obra en su totalidad es prodigiosa de simetría simbólica, en la que hizo uso de la aurea y la sucesión de Fibonacci a través de su organización subconscientemente crea en el espectador un sentimiento de atracción (Rubio D., 2019), esto podría ser considerado arte por la complejidad que lleva en el trasfondo.

2.- El material del arte no otorga un valor, así sea "basura" el arte tiene un significado apreciable en su trabajo, creatividad y talento detrás. Un ejemplo de lo mismo es la obra de Gustav Metzger, del Tate Museum. La obra "Nueva creación" un ejemplo de arte posmoderno consiste de una bolsa llena de colillas y papeles, la cual a criterio humano del trabajador de intendencia fue tirada a la basura conforme a lo que planteaba ser. Esto refleja la naturaleza del humano ante algo que el propio creador sería incapaz de contradecir (S. Strambotic, 2019), ya que uno debería diferenciar entre lo que es arte hecho con basura y hacer arte basura.

3.- La obra debe de encontrar un sentido en sí misma sin la necesidad de una explicación de valor poético, Maurizio Cattelan decidió pegar un plátano en una pared y ponerle un precio, lo que provocó un debate de lo que constituye el arte. Pero tal vez al igual que el original de Marcel Duchamp, las obras de arte polémicas encuentran su valor en el debate, en lugar de la suma de sus partes." (Henry M., 2019) si una obra de arte depende de la controversia para tener valor, no es arte ya que debería ser valioso en sí mismo.

Como conclusión el arte moderno debe ser cuestionado como cualquier arte ya que uno busca la verdad de si estamos viendo arte en verdad, o solo basura a la que se le otorga el valor artístico.





LETRAS LIBRES

*"La escritura es la
pintura de la voz."*

- Voltaire

AMOR DE CALCETÍN



JOSÉ PABLO DEL POZZO

Dios nos trajo al mundo en par...
Y la secadora de la vida se encargó de separar...
Buscandote entre las prendas de algodón, cada vez que
miro al cielo...
Y la esperanza de encontrarte es mi único consuelo...
Para que así, cuando te encuentre al fin,
Ponga tu mano entre mis dedos,
como pelusa de calcetín.



LA URGENCIA FEMENINA

VALENTINA SANCHEZ SANTAELLA



La urgencia femenina de escribir cartas a mano,
de pintarnos las uñas,
de bailar en nuestro cuarto,
de dibujar corazones en las esquinas de un papel,
de preguntar por signos zodiacales,
de hablarle al espejo,
de escribir cientos de notas en nuestro celular,
de regar nuestras plantas un poquito demás,
de extender los brazos y dar vueltas sobre el mismo sitio,
de taparnos la boca cuando nos reímos,
de dar las gracias,
de sostener y querer que nos sostengan,
de intentar reparar lo que no rompimos,
de siempre esforzarnos para vernos bonitas,
de hacernos chiquitas para caber,
de tener pavor a ocupar demasiado espacio,
de medir nuestro cuerpo.



GACETA EDICIÓN ABRIL 2022



DISCOVERY SCHOOL

CHILPANCINGO 102 COL. VISTA HERMOSA.

CUERNAVACA, MORELOS 62290

+52 777-318-1133 / +52 777-318-5721

WA - +52-777-233-5443

CONTACTO@DISCOVERY.EDU.MX