



Universidad Autónoma  
del Estado de México

ADMINISTRACIÓN  
UNIVERSITARIA  
2021 - 2025

# SOMOS UAEMéx

SEPTIEMBRE 2024 • NÚMERO 9

BOLETÍN

SOMOS UAEMÉX • UNIVERSIDAD VERDE • CULTURA DE PAZ • SALUD • HISTORIA EN CONSTRUCCIÓN

## La UAEMéx recibió a cumbres climáticas juveniles

Fuimos sede de la Primera Cumbre Climática Juvenil (CCJ) del Estado de México y de la Cumbre Nacional de las Juventudes (LCOY, por sus siglas en inglés), la cual se conformó por muchas de nuestras y nuestros compañeros universitarios y de juventudes de todo el país, con el gran propósito de generar iniciativas que atiendan a las emergencias medioambientales actuales.

A través de conferencias magistrales, talleres, mesas de trabajo, espacios de networking, capacitación de cabildeo y activismo, la CCJ y la LCOY reunieron las propuestas sostenibles de las juventudes mexicanas dentro de las facultades de Derecho, Humanidades, así como Arquitectura y Diseño de nuestra UAEMéx, creando espacios de debate y reflexión sobre el medio ambiente y el activismo climático.



Estas cumbres juveniles contaron con la asistencia de **130 participantes** provenientes de **20 estados** de la República Mexicana, además de la colaboración de organizaciones como el **Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) México, Iniciativa Climática de México, Ginger Birra, y, por supuesto, nuestra UAEMéx.**

Hoy más que nunca, hagamos que nuestra voz se escuche y tenga un gran impacto en nuestro entorno y en el medio ambiente.

¡Sigamos construyendo un futuro sostenible y seguro para tod@s!



Somos UAEMéx

# ¡Seguimos reforestando a nuestra UAEMéx!

Así es, potroherman@s, nuestra casa verde y oro sigue contribuyendo a la sostenibilidad y a la creación de una cultura del medio ambiente entre su comunidad, pues ya inició la Campaña Universitaria de Reforestación 2024, la cual tiene el objetivo de plantar alrededor de 50 mil árboles en áreas estratégicas en nuestros espacios universitarios.

**En esta edición, se planea contribuir activamente a la **lucha contra la crisis ambiental** a través de la **generación de áreas verdes** que permitan la preservación de la biodiversidad, por ello, se plantarán **especies nativas** según su región geográfica, lo cual asegura la sostenibilidad y su adaptación al medio ambiente local.**

La UAEMéx sigue implementando mejores prácticas que contribuyan al bienestar humano y la conservación de la naturaleza que nos rodea.

**¡Súmate a estas acciones!**



# Educación menstrual para tod@s

Las universitarias Victoria González Herrera y Frida Sofía Salazar Arce, de la Facultad de Antropología, crearon un proyecto increíble llamado Marea Roja, el cual trata de cambiar la forma en que vemos la menstruación desde un enfoque cultural y acabar con los tabúes que hacen que muchas personas se sientan mal o incómodas con su periodo menstrual.

Victoria González explicó que el término “pobreza menstrual” no solo significa la falta de información científica y tecnológica de lo que es la menstruación, sino también que muchas personas no tienen acceso a los insumos higiénicos básicos para vivirla, como las toallas sanitarias.

**Para ayudar con esto, han puesto dispensadores de toallas sanitarias en su espacio universitario y en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, con la idea de acercar estos productos a las personas que no tienen acceso a ellos.**

Además, están trabajando para que la UAEMéx entienda mejor las necesidades de cada espacio universitario, pues conocer estas diferencias ayudará a brindar el apoyo necesario a todas las mujeres y personas menstruantes de nuestra Universidad.

Como educadoras menstruales, Victoria y Frida creen que la educación sobre la menstruación es para todas, todos y todes y, por lo tanto, debe tratarse con un enfoque igualitario y empático.



## ¿Duermes bien?

En su artículo “La falta de sueño afecta la calidad de vida en los adolescentes”, Sarahy Pichardo Castañeda y Lady Nervis Cuevas explican que las y los estudiantes que no duermen lo suficiente tienen problemas de aprendizaje, concentración y memoria, pues se altera el funcionamiento integral del cuerpo. Además, no dormir bien puede provocar problemas como bullying, estrés, ansiedad, depresión, bajo rendimiento escolar y problemas cognitivos.



Pero, ¿a qué se debe esto?, pues las autoras explicaron que las infancias y juventudes no duermen el tiempo necesario por realizar actividades académicas, sociales y familiares, pero en el caso de las adolescencias los principales motivos son el desarrollo propio de la edad y la adicción a videojuegos, mensajería instantánea y redes sociales, pues la luz de los dispositivos digitales interfiere en el descanso.



**Por ello, las especialistas recomiendan:**

- Cuidar los horarios escolares
- Regular las salidas nocturnas
- Controlar el uso de dispositivos electrónicos



Si te interesa conocer más, consulta este número de la Revista Universitaria de la UAEMéx a través del siguiente link:

<https://revistauniversitaria.uaemex.mx/.../view/24252/17965>





## ¿Conoces nuestro vitral “Del rito a la ciencia”?

Este gran trabajo arquitectónico se encuentra en la Biblioteca de Área “Dr. en Química Rafael López Castañares” que comparten las facultades de Medicina y Química de nuestra UAEMéx, el cual representa la transformación de la medicina natural, desde nuestros ancestros y culturas mesoamericanas, hasta la medicina contemporánea.

Este vitral, diseñado por el arquitecto y egresado de nuestra Máxima Casa de Estudios, Francisco Javier García Mejía y apoyado por el arquitecto Ramón López, nació junto a la construcción de esta biblioteca en el año 2002, y desde entonces ha acompañado a nuestras y nuestros potrohermanos en sus actividades académicas.

---

**Los arquitectos hicieron un excelente trabajo, pues la selección de los colores fue un aspecto clave, ya que pasaría la luz entre estas tonalidades plasmadas en vidrio de importación, tardando aproximadamente tres meses en realizarlo.**

---

Nuestra gran Universidad goza de un gran patrimonio histórico y cultural que forma parte de nuestro día a día.

**¡Hay que preservarlo!**