



Nueva Época



Gaceta Electrónica

# Gaceta CEC Allende

Centro de Educación Continua Unidad Allende

www.cecualleende.ipn.mx

72  
73  
Número Quincenal



Año IV Núm. 72 / 73

México, D.F.

15 de diciembre de 2012

## El Presidente Enrique Peña Nieto toma la protesta a la Dra. Yoloxóchitl Bustamante Díez como Directora General del IPN para el trienio 2012-2015.



Presenta el M. en C. Raúl Erasmó Sánchez Rubio su informe de labores por el trienio 2010-2012 como Director del CEC Unidad Allende.



Personal académico del CEC Unidad Allende participa en el Proceso de Promoción para el Personal Docente 2013.



- Directorio
- Editorial
- Noticias
- PoliSalud
- Entrevista
- Reportaje



## Instituto Politécnico Nacional

### Directorio

**Yoloxóchitl Bustamante Díez**  
Directora General

**Juan Manuel Cantú Vázquez**  
Secretario General

**Daffny Rosado Moreno**  
Secretario Académico

**Jaime Álvarez Gallegos**  
Secretario de Investigación y Posgrado

**Oscar Súchil Villegas**  
Secretario de Extensión e  
Integración Social

**Ernesto Mercado Escutia**  
Secretario de Servicios Educativos

**Fernando Arellano Calderón**  
Secretario de Gestión Estratégica

**Emma Frida Galicia Haro**  
Secretaria de Administración

**Cuauhtémoc Acosta Díaz**  
Secretario Ejecutivo de la Comisión de  
Operación y Fomento de Actividades  
Académicas

**Salvador Silva Ruvalcaba**  
Secretario Ejecutivo del Patronato  
de Obras e Instalaciones

**Adriana Campos López**  
Abogada General

**Dely Karolina Urbano Sánchez**  
Directora de Educación Continua

## Centro de Educación Continua Unidad Allende

### Directorio

**Raúl Erasmo Sánchez Rubio**  
Director

**Cuauhtémoc Arellano Alavez**  
Subdirector de Servicios Educativos

**Ivett Guillén Morales**  
Jefa del Departamento de Educación  
Continua

**Jaime López Alanis**  
Jefe del Dpto. de Informática y  
Telecomunicaciones

**Marco Antonio Torres Esparza**  
Jefe de la Unidad Politécnica de  
Integración Social

**Eladio Luna Viquez**  
Jefe del Dpto. de Servicios Administrativos  
y Técnicos

**Comité Editorial:**  
**Raúl Erasmo Sánchez Rubio**  
Director

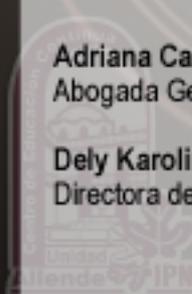
**Jaime López Alanis**  
Jefe del Dpto. de Informática y  
Telecomunicaciones

**Francisco Guillermo Lozano Blázquez**  
Responsable del Diseño Gráfico y la Celda  
de Producción

**Marcos Uribe Vaca**  
Soporte Técnico

**Articulistas y Redacción:**  
**Jesús Casiano Cruz**  
**Francisco Guillermo Lozano Blázquez**

**Fotografía: Luis Rojas Gutiérrez,**  
**Francisco Gmo. Lozano B.**



En el número 71 de la Gaceta CEC Allende hablaremos de la toma de protesta de la Dra. Yoloxóchitl Bustamante Díez como Directora del IPN para el trienio 2012-2015 en una ceremonia efectuada en el Salón Adolfo López Mateos de los Pinos, y ante la presencia del Lic. Enrique Peña Nieto, Presidente de los Estados Unidos Mexicanos.

Tendremos también el informe de Labores 2010-2012 del M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio, Director del Centro de Educación Continua Unidad Allende efectuado en la Sala de Videoconferencias ante la comunidad de trabajadores y maestros del propio Centro.

En las noticias informaremos sobre la participación de algunos de los compañeros maestros del CEC Unidad Allende en el Proceso de Promoción para el personal docente 2013.

Tendremos la celebración para los cumpleaños del Centro durante el mes de noviembre, evento llevado a cabo en la sala de juntas de la Dirección del CEC Unidad Allende.

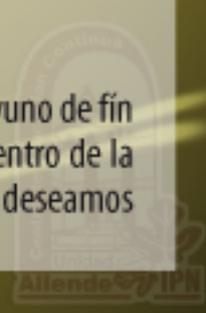
Podremos apreciar el ambiente navideño con el cual han sido adornadas las instalaciones de diversos Departamentos del CEC Allende, con la entusiasta participación del personal y el cuerpo directivo.

En nuestra gustada sección de PoliSalud hablaremos sobre la Esclerosis Múltiple, sus causas, síntomas, pruebas y exámenes, así como de algunos de los tratamientos a la fecha.

En la entrevista conoceremos sobre las actividades del Ing. Fabián Alvarado García como coordinador de cursos de informática en el CEC Allende.

En el reportaje hablaremos de Papá Noel y su historia.

Como colofón a un año de intenso trabajo, tendremos la celebración del desayuno de fin de Año del personal del CEC Allende, llevado a cabo en un restaurante del Centro de la Ciudad de México y organizado por las autoridades del mismo, con el cual les deseamos a todos una muy Feliz Navidad y un Próspero Año Nuevo.



Por: Jesús Casiano Cruz

## **Ratifica el Presidente de México Lic. Enrique Peña Nieto a la Dra. Yoloxóchitl Bustamante Díez como Directora General del Instituto Politécnico Nacional para el trienio 2012-2015.**

Ratifica el Presidente de México, Lic. Enrique Peña Nieto a la Dra. Yoloxóchitl Bustamante Díez como Directora General del Instituto Politécnico Nacional, para el trienio 2012-2015. Como un reconocimiento a la exitosa labor académica realizada al frente de esta casa de estudios.

En una solemne ceremonia llevada a cabo en el Salón Adolfo López Mateos de la Residencia oficial del los Pinos ante el ciudadano Presidente de la República y distinguidos invitados entre los que destacan el Secretario de Educación Pública, Emilio Chuayffet Chemor, el Rector de la UNAM, José Narro Robles y los Ex Directores Generales del IPN entre otros, la Dra Yoloxóchitl Bustamante Díez Rindió protesta como Directora General del Instituto Politécnico Nacional.

La Dra. Bustamante Díez, desde hace tres años ha estado en el cargo como Directora General del IPN, en ese periodo fué nombrada por el entonces Presidente la República Felipe Calderón Hinojosa, tiempo en el que se preocupó por llevar a cabo los planes y programas de estudios de Nivel Medio Superior, Nivel Superior, Posgrado, Maestrías y Doctorados siempre en beneficio de los estudiantes y los profesores que son los motores en el proceso de enseñanza aprendizaje y que ponen en alto el nombre del Politécnico.

El haber logrado resultados favorables en el campo académico en los diferentes niveles y modalidades que conforman al Instituto, le valió el nombramiento por parte del Presidente de México y que la tomara en cuenta para un trienio más y de esta forma hacer historia como la primera mujer que ocupa 6 años el cargo de Directora General.

# Noticias

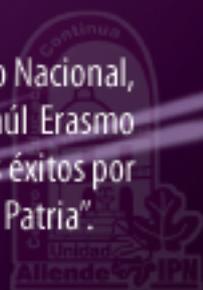
Más tarde la Dra. Yoloxóchitl dio una entrevista con la periodista Adriana Pérez Cañedo de Canal 11, en donde revalidó sus compromisos con la Comunidad Politécnica, con la extensión de su mandato podrá darle continuidad y consolidar los proyectos académicos, que fueron iniciados en los primeros tres años de su administración anterior, así mismo hizo referencia a la reforma académica la cual viene de varios años atrás y que empezará a dar sus primeros frutos muy pronto, que vendrá respaldada por una calidad académica en los estudiantes, eso fue lo que dijo.

Hablo también de las nuevas ofertas académicas de Nivel Medio Superior y Superior que se ha implementado en provincia, entre las sedes que mencionó fueron: Silao, León, Zacatecas e Hidalgo, lo que viene a incrementar la matrícula escolar y a la vez contribuir a evitar el desplazamientos de aspirantes a la Ciudad de México, porque en su lugar de origen ya existen varias ofertas educativas por parte del Instituto Politécnico Nacional.

Puso mucho énfasis en el término innovación, dijo que es importante para los politécnicos, porque permitirá conocer cómo se hacen las cosas en el interior del IPN. Con esto se encontrarán los mejores resultados en las tareas diarias de los proyectos académicos, poniendo como ejemplo la modalidad a distancia que se implementó en el nivel medio superior, en donde se están ofertando 10 programas de estudios, y de esta manera se pone a la vanguardia en esta modalidad y apuntala al desarrollo académico del país.

En la gestión de la Dra. Yoloxóchitl Bustamante Díez el Instituto Politécnico Nacional, se hizo acreedor a una serie de reconocimientos nacionales e internacionales por instituciones académicas de prestigio, con esto el Politécnico se integra entre las mejores escuelas a nivel de Latinoamérica y por lo que se vió en la entrevista, nos dimos cuenta que quiere poner la educación en los primeros lugares del país, pero a través del Instituto Politécnico Nacional.

Por sus grandes logros y por su ratificación al frente del Instituto Politécnico Nacional, el Consejo Editorial de la Gaceta CEC Allende que encabeza el M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio, felicita a la Dra. Bustamante Díez, y le desea el mayor de los éxitos por el bien de la comunidad Politécnica y por poner "La Técnica al Servicio de la Patria".



Por: Francisco Guillermo Lozano Blázquez

## Se festejan en el CEC Allende a los cumpleaños del mes de noviembre.

Como parte del buen clima organizacional que prevalece en el Centro de Educación Continua Unidad Allende, el pasado lunes 3 de diciembre se llevaron a cabo los festejos por los trabajadores y maestros que cumplieron años durante el mes de noviembre.

Llevadas a cabo en la sala de juntas de la Dirección del Centro, tanto por la mañana como por la tarde, se pudo contar con los compañeros de los diversos departamentos en los que laboran los festejados.

En esta ocasión los cumpleaños que asistieron fueron: Elizabeth Rodríguez Carranza, Silvia Gabriela Vázquez Franco, José Miguel Espinosa, Claudia Martínez Mingole, Eduardo Ainslie Lara, Iván Mauricio Juárez Bojorges, Verónica Saldívar Guillermo y el M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio Director del Centro.

Como es costumbre, los festejados partieron los pasteles para iniciar la convivencia en la que cada uno de ellos expresaron unas sinceras palabras de agradecimiento y reflexión por la importante fecha que esto representa.

Después el Maestro Sánchez Rubio se dirigió a los presentes, entre los que se encontraban también algunos de los Jefes de los Departamentos, así como el Subdirector de Servicios Educativos Lic. Cuauhtémoc Arellano Alavez.

Desde aquí los que realizamos la Gaceta Electrónica CEC Allende les deseamos a todos muchas felicidades.



# Noticias



Por: Jesús Casiano Cruz

## **El M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio presentó su Informe de Labores correspondiente al trienio 2010-2012 como Director del Centro de Educación Continua Unidad Allende.**

El día 6 de diciembre el M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio presentó en la sala de Videoconferencias, su informe de actividades ante la comunidad del CEC Allende y en el cuál explicó punto por punto cada una de las acciones que llevó a cabo durante el trienio 2010- 2012.

Cabe señalar, que resaltó las actividades realizadas en su administración y que abarcó los tres años en el que ha estado al frente de esta Unidad como Director, pero que debido a lo extenso del informe, la Gaceta CEC Allende retoma en sus páginas lo más sobresaliente.

Empezaremos por el ahorro de energía eléctrica actividad que fué programada de una manera paulatina, donde poco a poco se fué haciendo la sustitución de las lámparas tradicionales, por lámparas incandescentes y que realmente son ahorradoras de energía eléctrica, y que se les conoce con el nombre de lámparas con tecnología LED (Diodo Emisor de Luz) por sus siglas en inglés y que ya están instaladas en el aula 4. Con estos cambios el Centro ahorró más de un 20% de energía eléctrica.

Otras acciones, fueron las instalaciones de W.C's y mingitorios secos para hombres y mujeres y que están consiguiendo buenos resultados; en el ahorro de agua otro punto que explicó y que debido a la pérdida del espacio del salón conocido como Las ranas, se realiza la construcción de una área con sanitarios para hombres y mujeres, pero que además contará con un espacio para que el personal pueda calentar sus alimentos y ahí mismo puedan comer, porque tendrá mesas y sillas, afirmando que la empresa responsable de la obra, se comprometió entregarla el día 19 de diciembre de este año.

Habló del cambio de pisos, el de mobiliario, resaltó la compra de las sillas para el

# Noticias

Habló del cambio de pisos, el de mobiliario, resaltó la compra de las sillas para el personal del Centro, la instalación del cableado oculto a las aulas de cómputo para dar un mejor servicio a los usuarios así como de la colocación del techado en los ventanales del edificio para que no se filtre el agua en épocas de lluvias, precisando que en este punto se respetó siempre la normatividad histórica que lo rige.

Se refirió de manera puntual a los servicios que prestó el CEC Allende a las dependencias gubernamentales federales como locales, entre las que mencionó: La Secretaría de Turismo, Lotería Nacional, Compañía de Luz y Fuerza, Suprema Corte de Justicia de la Nación, Consejo Judicial de la Judicatura Federal, Gobierno del Distrito Federal, Oficialía Mayor, Secretaría del Medio Ambiente del D.F., Secretaría de Salud del D.F., Asamblea Legislativa del Distrito Federal, Delegación Miguel Hidalgo y Álvaro Obregón.

A estas dependencias se les dió cursos de capacitación en las diferentes disciplinas o especialidades que ofrece el Centro, con la garantía que los cursos están debidamente respaldados a través de un registro ante las autoridades correspondientes del Instituto Politécnico Nacional, y como un plus para el usuario, estos también están registrados ante la Secretaría del Trabajo y Previsión Social.

Además informó, que se impartieron 117 capacitaciones entre cursos y diplomados, y que éstos están debidamente registrados con sus programas de estudios ante la Dirección de Educación Superior del IPN. De igual forma están registrados los idiomas Inglés y Francés pero ante la Dirección de Formación de Lenguas Extranjeras de esta casa de estudios.

El M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio casi al final del informe, dijo que el Centro de Educación Continua Unidad Allende, ahora ofrece a los egresados politécnicos la opción de titularse a través de seminarios multidisciplinarios que se imparten en estas instalaciones y cualquier interesado puede hacerlo.



Esto es parte de lo que presentó el M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio, ante la comunidad del CEC Allende y su cuerpo directivo, en los que estuvieron el Lic. Cuauhtémoc Arellano Alavez, la Lic. Ivett Guillén Morales, el M. en C. Marco Antonio Torres Esparza, el Ing. Jaime López Alanis y el C.P. Eladio Luna Víquez.



# Noticias



Por: Jesús Casiano Cruz

## **Personal académico del Centro de Educación Continua Unidad Allende participa en el Proceso de Promoción para el Personal Docente 2013.**

El Instituto Politécnico Nacional convoca al personal académico a participar en el Proceso de Promoción 2013 y en el cual están participando profesores del Centro de Educación Continua Allende, como lo han hecho otros compañeros en años anteriores.

Para un académico, el proceso de promoción consiste en el cambio de una categoría a la inmediata superior, dentro del tabulador vigente al cumplir con los requisitos académicos y profesionales que señala el Reglamento de las Condiciones Interiores de Trabajo del Personal Académico del Instituto Politécnico Nacional.

Para que un docente pueda participar en el proceso, tendrá que cumplir con los siguientes requisitos: Tener categoría dictaminada, tener plaza en propiedad, haber laborado en la categoría actual cuando menos dos años, cumplir con la carga docente establecida en el Reglamento de las Condiciones Interiores de Trabajo del Personal Académico del Instituto Politécnico Nacional.

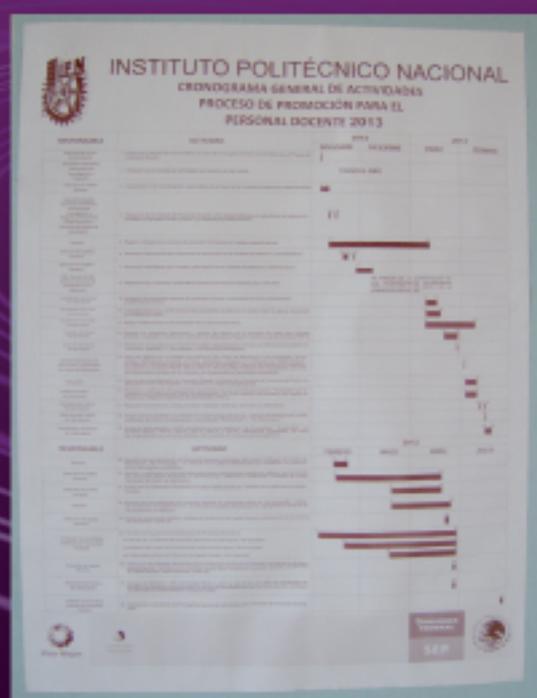
El personal con dictamen de asignatura que posea en propiedad más de 19 horas y desee promoverse, deberá presentar dictamen de profesor de carrera y cumplir con antigüedad de dos años en la última categoría asignada. Los méritos académicos, objeto de promoción serán únicamente los correspondientes al período que abarque la fecha del último dictamen de categoría a diciembre del año anterior. Anexar a la solicitud los originales de las constancias de validación y/o constancias de registro de proyectos de investigación, así como originales o fotocopias de aquellos documentos que se requieran. Cumplir con los requisitos de la convocatoria que para el efecto se publica. El personal docente que solicite su promoción no debe tener licencia sin goce de sueldo durante todo el proceso de promoción, esto es de acuerdo a la convocatoria.

# Noticias

El proceso tiene fechas preestablecidas, primero fué la publicación y difusión de la convocatoria, así como la presentación del cronograma de actividades conformados por 28 puntos a desarrollar a partir del mes de noviembre de 2012 al mes de julio de 2013, el primer punto fué validación de documentos de actividades que requieran de este trámite, en estas fechas nos encontramos en el punto 7, que corresponde a las reuniones informativas para jurados calificadores de las unidades académicas y administrativas.

De acuerdo a la calendarización de actividades aún faltan varios puntos por llevarse a cabo, y será hasta el mes de abril de 2013 cuando la Dirección de Capital Humano del Instituto Politécnico Nacional emita una notificación oficial al personal académico promovido.

Los profesores Denise Córdova Just, Velinda Borrego Mora, Ivett Guillen Morales y Marco Antonio Torres Esparza del Centro de Educación Continua Unidad Allende, se animaron a participar en este proceso porque consideran que cuentan con los requisitos establecidos en el presente decreto, por tal motivo tienen la plena confianza en que proceda su promoción a la categoría inmediata superior.



Por: Francisco Lozano Blázquez

## El ambiente navideño se extiende por los diferentes Departamentos del CEC Allende.



Departamento de Servicios Administrativos

# Noticias



Patio de entrada al Centro por la calle de Belisario Domínguez



Departamento de Educación Continua



Por: Francisco Guillermo Lozano Blázquez

## **La Dirección del CEC Allende invitó a su personal al desayuno que con motivo de las festividades de fin de año se llevó a cabo este lunes 17 de diciembre en el Salón Rufino Tamayo de un Hotel de la Ciudad de México.**

Con un desayuno buffet la Dirección del Centro de Educación Continua Unidad Allende celebró las festividades de fin de año, invitando a toda la comunidad de maestros y trabajadores de apoyo a la educación de ambos turnos, en el Salón Rufino Tamayo de un Hotel de la Ciudad de México.

En punto de las 8:30 hr. dio inicio el convivio con un magnifico desayuno buffet al cual asistieron, tanto el cuerpo directivo de funcionarios de los distintos departamentos como el personal de cada una de las áreas que lo conforman. Como preámbulo en el Salón se realizó la presentación de las imágenes de los eventos que se han desarrollado desde el 2010 a la fecha, recordando tanto los festejos de cumpleaños, como los días de las madres y del padre, comprobando el buen clima organizacional que ha privado en el Centro durante la presente administración.

Una vez habiendo compartido el pan y la sal, las autoridades entregaron a cada uno de los compañeros del Centro un presente como recuerdo de tan importante fecha.

Para finalizar, el M. en C. Raúl Erasmo Sánchez Rubio hizo uso de la palabra para agradecer a cada uno de los integrantes de los diversos Departamentos su empeño y dedicación en el quehacer de sus distintas funciones ya que gracias a cada uno de ellos, el Centro ha podido atender a los diferentes usuarios y dependencias que en el presente año han tomado tanto cursos, como diplomados y asistido también a los diferentes eventos académicos que el mismo Centro ha realizado.

# Noticias

Hizo especial énfasis en la 1ª. Jornada de Salud que gracias al personal que planeó, coordinó y llevó a cabo las distintas actividades de la misma se tuvo un gran éxito.

Se congratuló de que gracias al esfuerzo de todo el personal que aquí labora, el Centro de Educación Continua Unidad Allende, sigue siendo el primer lugar entre los demás integrantes de la red de Centros de Educación Continua que el Politécnico tiene en toda la República.

Aprovechó la ocasión para desearles unas felices vacaciones y que el próximo 7 de enero regresen todos con bien para seguir colaborando en las labores tanto académicas como administrativas en beneficio de esta gran Institución.





# Noticias





# Noticias





# Noticias

## Toma de protesta de la Dra. Yoloxóchitl Bustamante Díez como Directora General del Instituto Politécnico Nacional para el trienio 2012-2015



## Esclerosis múltiple

La esclerosis múltiple (EM) es una enfermedad del sistema nervioso que afecta al cerebro y la médula espinal. Lesiona la vaina de mielina, el material que rodea y protege las células nerviosas. La lesión hace más lentos o bloquea los mensajes entre el cerebro y el cuerpo, conduciendo a los síntomas de la EM. Los mismos pueden incluir:

- Alteraciones de la vista
- Debilidad muscular
- Problemas con la coordinación y el equilibrio
- Sensaciones como entumecimiento, picazón o pinchazos
- Problemas con el pensamiento y la memoria

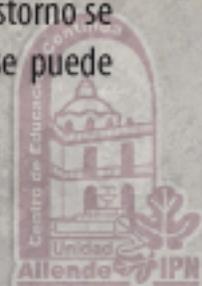
Nadie conoce la causa de la EM. Puede ser una enfermedad autoinmune, que ocurre cuando el cuerpo se ataca a sí mismo. La esclerosis múltiple afecta más a las mujeres que a los hombres. Suele comenzar entre los 20 y los 40 años. Generalmente, la enfermedad es leve, pero algunas personas pierden la capacidad para escribir, hablar o caminar. No existe una cura para la EM, pero las medicinas pueden hacer más lento el proceso y ayudar a controlar los síntomas. La fisioterapia y la terapia ocupacional también pueden ayudar.

NIH: Instituto Nacional de Desórdenes Neurológicos y Derrame Cerebral

Es una enfermedad autoinmunitaria que afecta el cerebro y la médula espinal (sistema nervioso central).

### Causas

La esclerosis múltiple (EM) afecta más a las mujeres que a los hombres. El trastorno se diagnostica con mayor frecuencia entre los 20 y 40 años de edad, pero se puede observar a cualquier edad.



# PoliSalud

La esclerosis múltiple es causada por el daño a la vaina de mielina, la cubierta protectora que rodea las neuronas. Cuando esta cubierta de los nervios se daña, los impulsos nerviosos disminuyen o se detienen.

El daño al nervio es causado por inflamación, la cual ocurre cuando las células inmunitarias del propio cuerpo atacan el sistema nervioso. Esto puede ocurrir a lo largo de cualquier área del cerebro, el nervio óptico o la médula espinal.

No se sabe exactamente qué hace que esto suceda. El pensamiento más frecuente es que los culpables son un virus o un defecto genético, o ambos. Es posible que los factores ambientales tengan alguna influencia.

Usted es ligeramente más propenso a contraer esta enfermedad si tiene antecedentes familiares de EM o vive en una parte del mundo donde ésta es más común.

## Síntomas

Los síntomas varían porque la localización y magnitud de cada ataque puede ser diferente. Los episodios pueden durar días, semanas o meses y se alternan con periodos de reducción o ausencia de los síntomas (remisiones).

La fiebre, los baños calientes, la exposición al sol y el estrés pueden desencadenar o empeorar los ataques.

Es común que la enfermedad reaparezca (recaída). Sin embargo, puede continuar empeorando sin periodos de remisión.

Debido a que los nervios en cualquier parte del cerebro o la médula espinal pueden resultar dañados, los pacientes con esclerosis múltiple pueden tener síntomas en muchas partes del cuerpo.



## Síntomas musculares:

- Pérdida del equilibrio
- Espasmos musculares
- Entumecimiento o sensación anormal en cualquier área
- Problemas para mover los brazos y las piernas
- Problemas para caminar
- Problemas con la coordinación y para hacer movimientos pequeños
- Temblor en uno o ambos brazos o piernas
- Debilidad en uno o ambos brazos o piernas

## Síntomas vesicales e intestinales:

- Estreñimiento y escape de heces
- Dificultad para comenzar a orinar
- Necesidad frecuente de orinar
- Urgencia intensa de orinar
- Escape de orina (incontinencia)

## Síntomas oculares:

- Visión doble
- Molestia en los ojos
- Movimientos oculares rápidos e incontrolables
- Pérdida de visión (usualmente afecta un ojo a la vez)

Entumecimiento, hormigueo o dolor:

- Dolor facial
- Espasmos musculares dolorosos
- Sensación de picazón, hormigueo o ardor en brazos y piernas

Otros síntomas cerebrales y neurológicos:

- Disminución del período de atención, de la capacidad de discernir y pérdida de la memoria
- Dificultad para razonar y resolver problemas
- Depresión o sentimientos de tristeza
- Mareos o pérdida del equilibrio
- Hipoacusia

Síntomas sexuales:

- Problemas de erección
- Problemas con la lubricación vaginal

Síntomas del habla y de la deglución:

- Lenguaje mal articulado o difícil de entender
- Problemas para masticar y deglutir

La fatiga es un síntoma común y molesto a medida que la EM progresa y con frecuencia es peor al final de la tarde.

## Pruebas y exámenes

Los síntomas de la esclerosis múltiple pueden simular los de muchos otros trastornos neurológicos. La enfermedad se diagnostica descartando otras afecciones.

Las personas que tienen una forma de esclerosis múltiple llamada remitente-recurrente pueden tener antecedentes de al menos dos ataques, separados por un período de ausencia o reducción en los síntomas.

El médico puede sospechar de esclerosis múltiple si hay disminución en el funcionamiento de dos partes diferentes del sistema nervioso central (como los reflejos anormales) en dos momentos diferentes.

Un examen neurológico puede mostrar disminución en la función nerviosa en un área del cuerpo o diseminación sobre muchas partes del cuerpo. Esto puede abarcar:

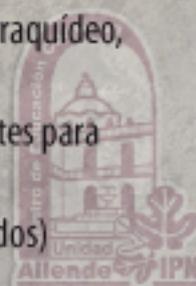
- Reflejos nerviosos anormales
- Disminución de la capacidad para mover una parte del cuerpo
- Sensibilidad anormal o disminuida
- Otra pérdida de funciones neurológicas

Un examen ocular puede mostrar:

- Respuestas anormales de la pupila
- Cambios en los campos visuales o en los movimientos oculares
- Disminución de la agudeza visual
- Problemas con las partes internas del ojo
- Movimientos oculares rápidos provocados por movimiento del ojo

Los exámenes para diagnosticar la esclerosis múltiple abarcan:

- Punción lumbar (punción raquídea) para exámenes del líquido cefalorraquídeo, incluyendo bandas oligoclonales en LCR
- Las resonancias magnéticas del cerebro y de la columna son importantes para ayudar a diagnosticar y hacerle seguimiento a la EM
- Estudio de la función neurológica (examen de los potenciales provocados)



## Tratamiento

No se conoce cura para la esclerosis múltiple hasta el momento; sin embargo, existen terapias que pueden retardar el progreso de la enfermedad. El objetivo del tratamiento es controlar los síntomas y ayudar a mantener una calidad de vida normal.

Los medicamentos utilizados para disminuir la progresión de la esclerosis múltiple se toman durante un tiempo prolongado y pueden abarcar:

- Los interferones (Avonex, Betaseron o Rebif), el acetato de glatirámico (Copaxone), la mitoxantrona (Novantrone) y el natalizumab (Tysabri).
- Fingolimod (Gilenya).
- El metotrexato, la azatioprina (Imuran), la inmunoglobulina intravenosa (IgIV) y la ciclofosfamida (Cytosan) también se pueden usar si los fármacos mencionados arriba no están funcionando bien.

Los esteroides se pueden utilizar para disminuir la gravedad de los ataques.

Los medicamentos para controlar los síntomas pueden abarcar:

- Medicamentos para reducir los espasmos musculares, como Lioresal (Baclofen), tizanidina (Zanaflex) o una benzodiazepina
- Medicamentos colinérgicos para disminuir los problemas urinarios
- Antidepresivos para los síntomas del estado de ánimo y del comportamiento.
- Amantadina para la fatiga
- Vejiga neurógena
- Reeducación del esfínter anal

Lo siguiente también puede ayudar a los pacientes con esta enfermedad:

- Fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional y grupos de apoyo.
- Dispositivos asistenciales, como sillas de ruedas, montacamás, sillas para baños, caminadores y barras en las paredes.

- Un programa de ejercicio planificado a comienzos del trastorno.
- Un estilo de vida saludable, con una buena nutrición y suficiente descanso y relajación.
- Evitar la fatiga, el estrés, las temperaturas extremas y la enfermedad.
- Cambios en lo que se come o bebe si hay problemas para deglutir.
- Hacer cambios en torno a la casa para prevenir caídas.
- Trabajadores sociales u otros servicios de asesoría que lo ayuden a hacerle frente al trastorno y conseguir ayuda (como servicios de comidas a domicilio).

Con frecuencia, se necesitan cambios en el hogar para garantizar la seguridad y facilitar el desplazamiento por la casa.

## Grupos de apoyo

Para obtener información adicional, ver recursos para la esclerosis múltiple.

## Pronóstico

El pronóstico es variable y difícil de predecir. Aunque el trastorno es crónico e incurable, la expectativa de vida puede ser normal o casi normal. La mayoría de las personas con esclerosis múltiple continúan caminando y desempeñándose en el trabajo con discapacidad mínima durante 20 años o más.

Los siguientes en particular tienen el mejor pronóstico:

- Las mujeres
- Personas que eran jóvenes (menos de 30 años) cuando la enfermedad empezó
- Personas con ataques infrecuentes
- Personas con un patrón remitente-recurrente
- Personas con enfermedad limitada en estudios imagenológicos

El grado de discapacidad e incomodidad dependen de:

- Con qué frecuencia tiene episodios
- Qué tan severos son
- La parte del sistema nervioso central afectada por cada ataque



# PoliSalud

La mayoría de las personas retorna a un desempeño normal o cerca de lo normal entre episodios. Lentamente, hay una mayor pérdida del funcionamiento con menos mejoramiento entre los ataques. Con el tiempo, muchas personas requieren una silla para desplazarse y tienen mayor dificultad para pasarse de la silla.

Aquellas personas que cuentan con un sistema de apoyo a menudo son capaces de permanecer en sus hogares.

## Posibles complicaciones

- Depresión
- Dificultad para tragar
- Dificultad para pensar
- Cada vez menos capacidad para cuidar de sí mismo
- Necesidad de una sonda permanente
- Osteoporosis o adelgazamiento de los huesos
- Úlceras de decúbito
- Efectos secundarios de los medicamentos usados para tratar el trastorno
- Infecciones urinarias

## Cuándo contactar a un profesional médico

Consulte con el médico si:

- Desarrolla cualquier síntoma de esclerosis múltiple.
- Los síntomas empeoran, incluso con tratamiento.
- La afección se deteriora hasta el punto en que ya no es posible el cuidado en el hogar.

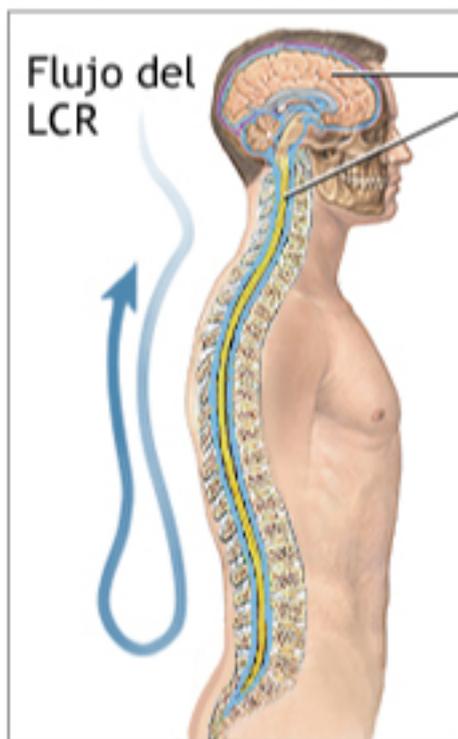
## Nombres alternativos

EM; Enfermedad desmielinizante

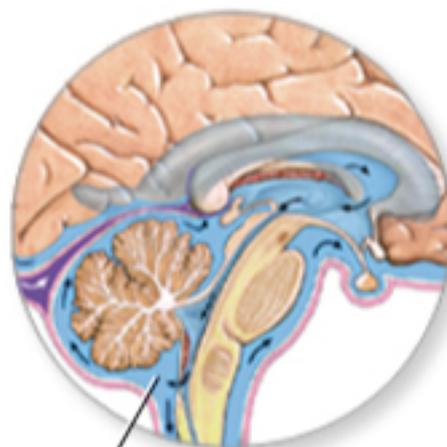




Flujo del  
LCR



Sistema nervioso  
central (SNC)



Líquido  
cefalorraquídeo (LCR)



Por: Jesús Casiano Cruz

## Entrevista al Ing. Fabián Alvarado García

**Presentación.-** ¡Buenos días! Ing. Fabián, ¿podemos hacerle una entrevista para la Gaceta CEC Allende?

**Respuesta:** ¡Claro que sí!

**Pregunta.-** ¿Cuál es su nombre completo?

**Respuesta:** Fabián Alvarado García.

**Pregunta.-** ¿Qué carrera estudió y en qué escuela la realizó?

**Respuesta:** Ing. Textil en tejidos, en la Escuela Superior de Ingeniería Textil (ESIT) del IPN.

**Pregunta.-** ¿Nos puede decir desde cuando ingresó al Centro de Educación Continua Allende?

**Respuesta:** 1 de mayo de 2004.

**Pregunta.-** ¿En qué área está adscrito en este Centro y desde cuándo?

**Respuesta:** En el Departamento de Educación Continua, hace un año.

**Pregunta:** ¿Qué función realiza?

**Respuesta:** Coordinador de informática.

**Pregunta.-** Las actividades que lleva acabo ¿de qué departamento dependen?

**Respuesta:** Al Departamento Educación Continua.

**Pregunta.-** ¿Cuáles son los cursos de capacitación que últimamente se han impartido en el CEC Allende?

**Respuesta:** Seguridad informática, Administración de proyectos basado en CMMI nivel 2, el proceso unificado de ULM y Data were hause y minería de datos.

# Entrevista

**Pregunta.-** Por lo regular ¿de cuantas horas son los cursos que se imparten en estos temas y a qué tiene derecho el participante al finalizar la capacitación?

**Respuesta:** 20 horas y tiene derecho a constancia con registro por la Dirección de Educación Continua.

**Pregunta.-** ¿Cuáles son las obligaciones que debe de cumplir el participante o usuario para acreditar un curso?

**Respuesta:** 80% de asistencia y calificación mínima de 8.

**Pregunta.-** ¿Nos puede enumerar las dependencias federales o locales a las que se les dieron los servicios de capacitación correspondiente a este año?

**Respuesta:** CONACULTA Y Secretaría de Seguridad Pública a través de su Órgano Administrativo Desconcentrado de Servicio de Protección Federal.

**Pregunta.-** ¿Qué grados de estudios y especialidad deben poseer los instructores para pertenecer a la plantilla académica?

**Respuesta:** Ser titulado y tener mínimo 3 años de dar clases en instituciones educativas.

**Pregunta.-** ¿Qué requisitos o documentos se debe de entregar para ser instructor?

**Respuesta:** Título o Cédula Profesional y Constancia de impartición de cursos.

**Pregunta.-** ¿El educador, en qué basa su programación académica durante el tiempo que dura la capacitación?

**Respuesta:** A través de un manual operativo.







Por: [http://es.wikipedia.org/wiki/Papá\\_Noel](http://es.wikipedia.org/wiki/Papá_Noel)

## Papá Noel

**Papá Noel, Santa Claus, San Nicolás, Viejito (o Viejo) Pascuero o Colacho** son algunos nombres con los cuales se conoce universalmente al personaje legendario que según la cultura occidental trae regalos a los niños por Navidad.

Es un personaje inspirado en un obispo cristiano de origen griego llamado Nicolás, que vivió en el siglo IV en Anatolia, en los valles de Licia (en la actual Turquía). Era una de las personas más veneradas por los cristianos de la Edad Media, del que aún hoy se conservan sus reliquias en la basílica de San Nicolás, Bari, Italia.

### Historia de Nicolás de Bari

Se estima que Nicolás de Bari nació cerca del año 280 en Patara, una ciudad del distrito de Licia, en la actual Turquía.

Era hijo de una familia acomodada y creció bajo los tirantes deseos de sus padres. Su padre deseaba que siguiera sus pasos comerciales en el Mar Adriático, mientras su madre pretendía que fuera sacerdote como su tío, el obispo de Mira (antigua ciudad licia de la Anatolia Egea, actualmente Turquía).

La peste solucionó su dilema, al llevarse a sus padres, mientras trataban de ayudar a los enfermos de su ciudad. El muchacho, conmovido con la desgraciada situación de su gente ante semejante enfermedad, repartió sus bienes entre los necesitados y partió hacia Mira para vivir con su tío y ordenarse como sacerdote, cosa que logró a los 19 años. Más tarde, al morir su tío fue elegido para reemplazarlo.

De él, se cuentan cientos de historias, especialmente narrando sus milagros y sus bondades para con la gente pobre. Tal fue la admiración que sintieron por él que se convirtió en santo patrón de Grecia, Turquía, Rusia y la Lorena (Francia).

### La leyenda de Nicolás de Bari

Su relación con los niños nace en una de las historias que indica que alguien acuchilló a

# Reportaje

varios niños, entonces el santo rezó por ellos y obtuvo su curación casi inmediata. Pero además, Nicolás tenía especial inclinación por los niños.

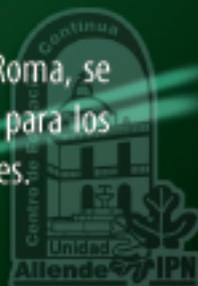
Su mítica fama de repartidor de obsequios se basa en otra historia, que cuenta que un empobrecido hombre padre de tres hijas, no podía casarlas por no tener la dote necesaria, al carecer las muchachas de la dote parecían condenadas a ser "solteronas". Enterado de esto, Nicolás le entregó, al obtener la edad de casarse, una bolsa llena de monedas de oro a cada una de ellas. Se cuenta que todo esto fue hecho en secreto por el sacerdote quien entraba por una ventana y ponía la bolsa de oro dentro de los calcetines de las niñas, que colgaban sobre la chimenea para secarlos.

También fue nombrado Patrono de los marineros, porque, cuenta otra historia, que estando algunos de ellos en medio de una terrible tempestad en alta mar y viéndose perdidos comenzaron a rezar y a pedir a Dios con oraciones tales como *Oh Dios, por las oraciones de nuestro buen Obispo Nicolás, sálvanos*. En ese momento la figura de San Nicolás se hizo presente y calmó las aguas. En oriente se le conoce como **San Nicolás de Mira** o *Myra*, pero en occidente como **San Nicolás de Bari**, ya que, cuando los musulmanes invadieron el territorio antes griego y que hoy es Turquía, los cristianos lograron sacar en secreto sus reliquias (1087) y las llevaron a la ciudad de Bari en Italia. En esta ciudad se obtuvieron tantos milagros al rezarle al santo que rápidamente su popularidad se extendió por toda Europa. Hay cientos de templos en todo el mundo dedicados a su figura. Ya en el año 550, en Roma se erigió uno en su honor.

## Papá Noel y la Navidad

En los países europeos este personaje recibe el nombre de Papá Navidad, traducido a su lengua (Father Christmas, Père Noël, Babbo Natale), excepto en España y otros países de habla hispana, en los cuales se ha castellanizado la palabra francesa Noël como Noel.

Pero ¿cómo se relaciona con los regalos de Navidad? En la antigüedad, en Roma, se realizaban fiestas – a mediados de diciembre- en honor a Saturno (Cronos para los griegos), al final de las cuales los niños recibían obsequios de todos los mayores.



En otra época posterior, cuando el mito de San Nicolás aún no se había corporizado, igualmente existían otras tradiciones, como la de los niños italianos que recibían regalos de un "hada" llamada *Befana*. En Cataluña y algunas zonas de Aragón es un tronco "mágico", llamado *Tió* o *Tió de Nadal* o a veces *Cagatió*, aunque esta última es más bien la forma de denominarlo de los que no son naturales de la región, al no conocer bien la tradición y la cultura catalana y tener como referencia la canción con la que se hace "defecar" (expulsar) al *Tió* (*Caga Tió, Tió de Nadal, no caguis arengades, que son salades, caga torróns, que son més bons!!!*), esta canción, y otras, se entonan mientras se golpea al *Tió* con una vara para hacerlo "defecar", no antes de haberlo estado alimentando durante los días previos con diferentes alimentos, como: pelus de fruta, galletas, turrónes, restos de la comida, etc. Entonces, el día 25 por la tarde, después de la comida tradicional de navidad, es cuando se le hace "defecar" de la forma anteriormente expuesta. Al golpearlo expulsa los regalos y dulces. Mientras que los pueblos de algunos valles vascos y navarros, los regalos los traía el carbonero *Olentzero* y en valles de vizcaya y alrededores también *iratxoak* (duendecillos) con gorros verdes de armiño. En ciertas zonas del centro de Galicia se oye la leyenda del *Apalpador*, que llegaba el día de Navidad a palpar las barrigas de los niños, dejando castañas a los niños más delgados (para que engordaran) y carbón a los mejor alimentados (para que calentaran la casa). Con el tiempo y con los prodigios conocidos de San Nicolás, éste fue remplazando a algunos de estos personajes paganos.

## La transformación: De "San Nicolás" a Santa Claus y Papá Noel

Se cree que esto sucedió alrededor del año 1624. Cuando los inmigrantes holandeses fundaron la ciudad de *Nueva Ámsterdam*, más tarde llamada Nueva York, obviamente llevaron con ellos sus costumbres y mitos, entre ellos el de *Sinterklaas*, su patrono (cuya festividad se celebra en Holanda entre el 5 y el 6 de diciembre).

En 1809 el escritor Washington Irving, escribió una sátira, *Historia de Nueva York*, en la que deformó al santo holandés, *Sinterklaas*, en la burda pronunciación angloparlante Santa Claus. Más tarde el poeta Clement Clarke Moore, en 1823, publicó un poema

# Reportaje

donde dio cuerpo al actual mito de Santa Claus, basándose en el personaje de Irving. En ese poema se hace mención de una versión de Santa Claus, enano y delgado, como un duende; pero que regala juguetes a los niños en víspera de Navidad y que se transporta en un trineo tirado por nueve renos, incluyendo a Rudolph (Rodolfo).

Posteriormente, hacia 1863, adquirió la actual fisonomía de gordo barbudo bonachón con la que más se le conoce. Esto fue gracias al dibujante alemán Thomas Nast, quien diseñó este personaje para sus tiras navideñas en *Harper's Weekly*. Allí adquirió su vestimenta y se cree que su creador se basó en las vestimentas de los obispos de viejas épocas para crear este «San Nicolás», que en ese momento ya nada tenía que ver con San Nicolás de Mira.

A mediados del siglo XIX, el Santa Claus estadounidense pasó a Inglaterra y de allí a Francia, donde se fundió con *Bonhomme Noël*, el origen de nuestro Papá Noel, quien tenía parecido físico con Santa Claus, pero vestía de blanco con vivos dorados. Igualmente a fines del siglo XIX, a partir de un anuncio estadounidense de la Lomen Company, se crearía la tradición de que Papá Noel procedería del Polo Norte; y se popularizarían completamente los renos navideños como medio de transporte de Santa Claus.

Luego, a comienzos del siglo XX en 1902, el libro infantil *The Life and Adventures of Santa Claus* de L. Frank Baum, se origina la historia de cómo Claus se ganó la inmortalidad, al igual que su título de santo.

Igualmente, ya en el siglo XX, la empresa Coca-Cola encargó al pintor Haddon Sundblom que remodelara la figura de Santa Claus/Papá Noel para hacerlo más humano y creíble. Esta versión data de 1931. En este punto, sin embargo hay que aclarar que es solo una leyenda urbana la creencia de que el color rojo y blanco de Santa Claus tenga su origen en los anuncios que la marca Coca-Cola empezó a hacer a partir de 1931, aunque sí es cierto que contribuyeron a la popularización de estos colores y del mito mismo. Hay muchas ilustraciones y descripciones casi fidedignas anteriores al anuncio como la de Thomas Nast (1869) o *St. Nicholas Magazine* (1926), entre otras; eso sin considerar además las antiguas representaciones religiosas del

obispo San Nicolás de Mira ó San Nicolás de Bari, en las que es común el color rojo y blanco de la vestimenta religiosa, si bien es cierto que desde mediados de 1800 hasta principios de 1900 no hubo una asignación concreta al color de Santa Claus, siendo el verde uno de los más usados. Por lo tanto, se considera que la campaña masiva de Coca-Cola fue una de las principales razones por las cuales Santa Claus terminó vestido de color rojo y blanco, pero estos publicistas no fueron los primeros en representarlo con estos colores.

En cuanto a la morada de Papá Noel, como la leyenda se originó en el Hemisferio Norte, a principios del siglo XX se esparció la idea de que viviría en el Polo Norte; sin embargo igualmente hay que recordar que existen otros lugares cercanos postulados como su hogar, los cuales son: Laponia sueca, Laponia finlandesa y Groenlandia; puesto que el Polo Norte está en medio del Océano Ártico.

## **Leyenda actual**

Así, el mito actual cuenta que Santa Claus viviría en las proximidades del Polo Norte junto a la Señora Claus y una gran cantidad de Duendes navideños, que le ayudan en la fabricación de los juguetes y otros regalos que le piden los niños a través de cartas.

Para poder transportar los regalos, Papá Noel los guardaría en un saco mágico y los repartiría a las 00:00h del día 25 de diciembre, en un trineo mágico volador, tirado por «renos navideños», liderados por Rodolfo (Rudolph); un reno que ilumina el camino con su nariz roja y brillante, siendo el último en agregarse a la historia.

Santa Claus podría entrar a los hogares de los niños, al transformarse en una especie de humo mágico; y así entrar por la chimenea u otro orificio de las casas; si éstas no disponen de una.

Para saber qué niños merecen regalos, Santa Claus dispondría de un telescopio capaz de ver a todos los niños del mundo; además de la ayuda de otros seres mágicos que vigilarían el comportamiento de los niños. Así, si un niño se ha comportado mal, se dice que quien lo vendría a visitar sería la carbonilla, y no Santa Claus; y como castigo carbonilla le regalaría a los niños solo carbón.

# Reportaje

## Polémica con la tradición de Santa Claus

Desde el ámbito cristiano y desde grupos nacionalistas, la figura actual de Santa Claus está rodeada de diferentes acusaciones. Se le acusa de ser un producto comercial al servicio del consumo, de ser una figura estadounidense intrusa y destruir las tradiciones locales.

Algunos de los países donde ha habido grupos que han promovido movilizaciones en contra de Santa Claus para favorecer las tradiciones autóctonas cristianas son: Alemania, Austria, Chequia, España.

Bettina Schade es una de las promotoras de la iniciativa para defender la figura de San Nicolás frente al Santa Claus invasor en Alemania. Bettina explicó que "el origen cristiano de la Navidad, el nacimiento de Jesús, ha sido colocado en el segundo plano. Se está volviendo cada vez más una festividad reducida a un simple comercio y compra de regalos".

En Austria, Walter Kriwetz lideró una campaña para *salvar a Christkind [Cristo niño] de Santa Claus*. "No es contra Santa. Él será bueno para los británicos y los estadounidenses, pero no es bueno para nosotros".

En España hay una campaña en contra de Santa Claus y a favor de los Reyes Magos. Bajo el lema *Yo soy de los Reyes Magos* ha incluido entre sus acciones una manifestación ante la embajada de Finlandia o pastores que lleven pancartas en defensa de los Reyes Magos en sus belenes.

En la República Checa también existe una campaña para defender la tradición del Niño Jesús, frente a Santa Claus.







Registro de validez de los cursos CELEX-CEC Allende para estudios del idioma Inglés  
Registro de validez DFLE-CELEX-CEC Allende para estudios del idioma Francés

**Francés**

**Inglés**

**Italiano**

El aprendizaje de cada idioma consta de tres niveles (Básico, Intermedio y Avanzado) cada nivel está integrado por cinco cursos de 40 horas cada uno.

Intensivo A-2013 del 14 de enero al 11 de febrero de 2013  
Sabatino 1-2013 del 19 de enero al 9 de marzo de 2013

### Cursos Intensivos

| Horario       | Francés | Inglés    |            |                    |
|---------------|---------|-----------|------------|--------------------|
|               | Básico  | Básico    | Intermedio | Avanzado           |
| 7:00 a 8:50   | 1/3/4   | 2/3/4/5   | 1/2/3/4/5  | 1/3<br>PREP FCE1/3 |
| 9:00 a 10:50  | 1       | 1/2/3/4/5 | 1/2/3/4/5  | 4<br>PREP FCE4     |
| 11:00 a 12:50 | 1       | 1/2/3/4/5 |            | 2                  |
| 13:00 a 14:50 |         | 1/2/3/4   |            |                    |
| 15:00 a 16:50 |         | 1/2/3/5   | 1/4        | 3                  |
| 17:00 a 18:50 | 1       | 1/2/3/5   | 1/4        | 3<br>PREP FCE2     |
| 19:00 a 20:50 | 1       | 1/3/4/5   | 3          | PREP FCE4          |

### Cursos Sabatinos

|              |           |           |           |                          |
|--------------|-----------|-----------|-----------|--------------------------|
| 9:00 a 14:00 | B1/2 INTS | 1/2/3/4/5 | 1/2/3/4/5 | 1/2/3/4/5<br>PREP FCE1/2 |
|--------------|-----------|-----------|-----------|--------------------------|

### Calendario Próximos Cursos

| Actividad                         | Cursos Intensivos | Cursos Sabatinos |
|-----------------------------------|-------------------|------------------|
| Examen de Ubicación               | 7 al 10 de enero  | 7 al 12 de enero |
| Inscripciones y Reinscripciones   | 7 al 10 de enero  | 7 al 12 de enero |
| Inicio de Cursos                  | 14 de enero       | 19 de enero      |
| Examen Medio                      | 25 de enero       | 9 de febrero     |
| Examen Final                      | 8 de febrero      | 9 de marzo       |
| Fin de Curso y Entrega de Boletas | 11 de febrero     | 9 de marzo       |
| Suspensión de labores             | 4 de febrero      |                  |

**Cuotas por Curso**

Egresados, trabajadores y alumnos IPN \$427.50  
Externos \$746.00  
Depósito en Cuenta 0144180763 de Bancomer

**Depositar EL IMPORTE EXACTO**

ES INDISPENSABLE REALIZAR LOS DEPÓSITOS EN LAS FECHAS ESTABLECIDAS DE OTRO MODO NO SERÁ VÁLIDO COMO PAGO (NO HAY RESERVACIÓN DE LUGAR)

EXÁMENES DE UBICACIÓN SIN COSTO

- Abierto al público en general
- Cerca del metro Allende, Bellas Artes y Garibaldi
- Atención a empresas, instituciones
- Costos accesibles



Buscanos en Facebook como cecallende

**INFORMES E INSCRIPCIONES:**  
Allende 38 esq. B. Domínguez, Centro Histórico, Distrito Federal, C.P. 06010  
5729.6000 ext. 64637 [www.cecullende.ipn.mx](http://www.cecullende.ipn.mx)





INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL  
*La Excelencia al Servicio de la Sociedad*

Secretaría de Extensión  
e Integración Social

Dirección de Educación Continua

Centro de Educación Continua  
Unidad Allende  
*Formación a lo Largo de la Vida*



## CURSO de PREPARACIÓN para el Examen de COMIPEMS de NIVEL MEDIO SUPERIOR

CECyT IPN,  
Preparatoria UNAM,  
Colegio de Bachilleres,  
CONALEP, CBTA, CBTIS, CETIS

### ¡CUPO LIMITADO!

Iniciamos domingo 13 de enero

### INSCRIPCIONES ABIERTAS A PARTIR DEL 20 DE NOVIEMBRE DE 2012

sesiones los domingos de 8:00 a 14:00 horas

Sede: CEC Unidadd Allende



Búscanos en Facebook  
como cecallende

Informes:

Allende 38 esq. Belisario Domínguez, Centro Histórico, Distrito Federal, C.P. 06010  
5729.6000 exts. 64601 y 64602 [www.cecunidade.ipn.mx](http://www.cecunidade.ipn.mx)



Vivir Mejor



Oportunidad  
Renovada

GOBIERNO  
FEDERAL

SEP







Centro de Educación Continua Unidad Allende



"La Técnica al Servicio de la Patria"