

Ejemplar Nº 5 Abril 2014



et intero



Local Nacional Internacional Cultura Deportes
Educación Ciencia y Tecnología Vida Saludable
¿Sabías qué..? Nuestro IES

EDITORIAL

Un año más hemos lanzamos un nuevo ejemplar de nuestro periódico escolar creado gracias a la participación de alumno de 4º de ESO y 1º de Bachillerato. Con mucho esfuerzo hemos recopilado información de noticias de interés dentro de nuestra comunidad educativa y esperamos que os ofrezca una idea general del trabajo que realizamos semanalmente en la asignatura de Proyecto Integrado.

Secciones

Espartinas
Nacional
Internacional
Educación
Ciencia y Tecnología
Hábitos de Vida saludable
¿Sabías Qué...?
Deportes
Nuestro IES

Predicción meteorológica para esta primavera

La primavera 2014 empieza el 20 de marzo.

Las hojas caídas del otoño dan paso al frío invierno y éste deja que poco a poco entre la primavera. La estación de las flores arrancó el 20 de marzo a las 17.57 horas.

La primavera se extenderá hasta el 21 de junio a las 12.51 horas (horario peninsular), momento en el que dará comienzo el verano.

Abril y mayo, dos meses de lluvia.

Ya lo dice el dicho: en abril aguas mil. Como es costumbre, se espera que el mes de abril y también el de mayo traigan bastantes precipitaciones. Tradicionalmente estos meses son bastante lluviosos. Este año se prevé que ocurra lo mismo, es decir, los chubascos serán habituales con los mismos valores que en los años anteriores.

¿Más información?

Si quieres más información te damos algunos enlaces para que consultes las predicciones:

- www.eltiempo.com
- www.aemet.es

Contacto con la redacción

Teléfono: 955.622.161

Correo: periodicoeltintero@gmail.com

Web: <http://periodicoeltintero.blogspot.com.es/>

ENTREVISTA MARIA DEL MAR HERNANDEZ (Profesora de Latín)

Hemos realizado una entrevista a la profesora Latín y Griego, María del Mar Hernández Pulgarín. Tiene 38 años y es licenciada en filología clásica (latín y griego) y en filología francesa. A continuación les mostramos una serie de preguntas contestadas por ella:



¿Piensa usted que sus alumnos aprenden y disfrutan con tu clase?

Sí, eso espero.

Si es así, ¿qué haces para hacer las clases llevaderas? Juegos, música... Hago actividades variadas, intento crear un ambiente distendido, gasto algunas bromas, intento hacer que los alumnos se sientan cómodos y así lograr una confianza mutua.

¿Te llevas bien con tus compañeros de trabajo?

Sí, soy muy sociable

En este tiempo que llevas en el instituto, ¿has tenido alguna anécdota que quieras contarnos?

Cantamos villancicos en latín y griego por todo el instituto. Clases, pasillos...

A las clases que das, ¿con cuál es con la que te sientes más a gusto?

En las de 2º de bachillerato tanto en Latín como en Griego

¿Te gusta tu trabajo?

Sí, mucho. La verdad que no me puedo quejar.

¿Te costó mucho sacarte la carrera?

No me costó mucho, pero le dediqué tiempo y en ocasiones esfuerzo

¿La carrera la estudiaste porque te gustaba o por que no te quedaba otra?

Tenía claro mi carrera desde los 15 años.

Esperamos que durante este curso lo hayas pasado bien dando clase en nuestro centro y te esperamos para el próximo año.

CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DEL ALCOHOL EN ADOLESCENTES

Los adolescentes estamos convencidos de tener la razón en todo y de que la realidad es tal y como nosotros mismos la percibimos. Con esto, aun dándonos información no somos conscientes de los problemas del consumo de drogas como el alcohol; y además, solo nos preocupamos por ser aceptados en un grupo de amigos, dejando en segundo plano a la familia.

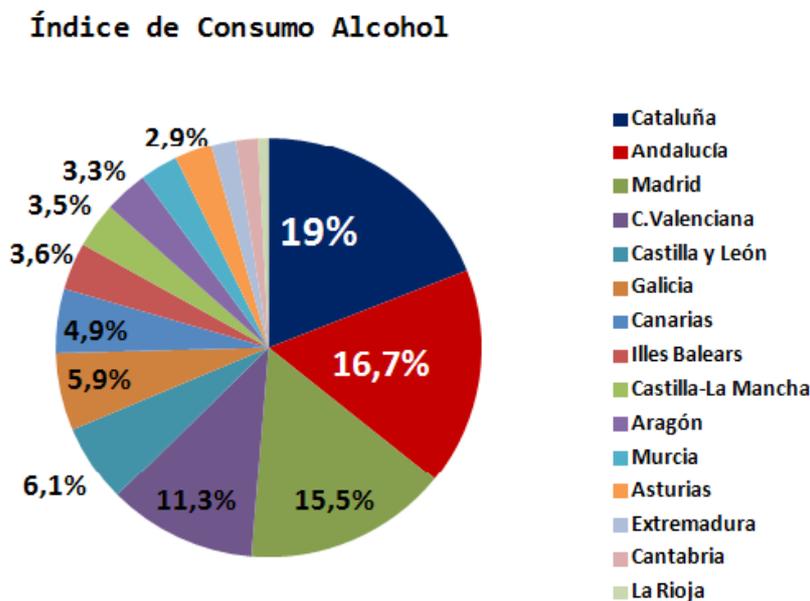
Algunas de las consecuencias del alcohol son:

- El alcohol es adictivo para todos y cuando se inicia su consumo antes de los 18 años aumenta cinco veces la probabilidad de que se genere una adicción.
- Los adolescentes corremos un riesgo mayor que los adultos de desarrollar enfermedades como la cirrosis del hígado, pancreatitis, infartos hemorrágicos y algunas formas de cáncer.
- Los adolescentes que abusan del alcohol son cuatro veces más vulnerables que aquellos que no lo hacen.



- El consumo de alcohol entre nosotros ha sido asociado con muertes por suicidio y accidentes de tráfico.
- El inicio del consumo de alcohol en la adolescencia incrementa cuatro veces la probabilidad de padecer trastornos de personalidad e incrementa al doble el riesgo de ser alcohólico antes de los 24 años.

Esta gráfica representa el consumo del alcohol en España:



*Guillermína de Prada y
R. Paula Muñoz*



No lo tenían planeado. El sistema, de hecho, estaba proyectado para estar listo en 2015. Pero los chinos no solo se adelantaron dos años en desarrollar su nueva supercomputadora, sino que sobrepasaron a sus viejos contrincantes en la competencia por el computador más rápido del mundo.

Mientras que una computadora ordinaria puede realizar alrededor de 100 millones de cálculos en un segundo, ésta hace 33.860 billones por segundo.

Qué hace

El nombre de la computadora, Tianhe-2, quiere decir Milky Way-2, y su sistema opera a 33,86 petaflops por segundo, lo que equivale a 33.860 billones de cálculos por segundo.

El sistema tiene la capacidad de monitorear enormes cantidades de datos. Con él, los modelos climáticos atmosféricos pueden tener en cuenta el efecto del comportamiento del océano, explicó Raj Hazra, líder del departamento de alta computación de Intel, al diario *The New York Times*.

Por medio de la Tianhe-2 los geólogos pueden examinar no sólo las formaciones rocosas, sino el comportamiento de los gases y los líquidos dentro de las diferentes rocas, añadió Hazra.

Otras de sus características incluyen:

- Utiliza un total de 12,3 millones de procesadores.
- Tiene una red de interconexión a la medida, que enruta los datos a través del sistema.
- Posee 4.096 CPUs (unidades centrales de procesamiento) FT-1500 Galaxy diseñados para manejar aplicaciones específicas de predicción del tiempo y de defensa nacional.
- Usa un sistema operativo Kylin -llamado así en referencia a una bestia mítica conocida como el "unicornio chino"- que sirve como una opción de alta seguridad para los usuarios del gobierno, defensa, energía, aeroespacial y otros sectores críticos.

China tiene 66 de las 500 computadoras de la lista de las más rápidas, lo que es en realidad una caída comparado con la lista de hace seis meses, cuando tenía 72 supercomputadoras presentes. EE.UU. domina la lista con 252 computadoras, Japón cuenta con 30, Reino Unido tiene 29, Francia 23 y Alemania 19.

China, sin embargo, es el nuevo monarca.

Alejandro Rodríguez Ruiz y Francisco Javier Echegoyán Delgado 4°C

[LA ESCLAVITUD TEXTIL EN BANGLADESH](#)

Derrumbe de Rana Plaza, 24 de abril de 201

A pesar de ser el segundo exportador textil más



importante del mundo, y siendo esta industria el principal sustento de su economía, Bangladesh posee en el sector textil salarios y condiciones de trabajo deplorables. Y la capital del país, Dacca, es el caos hecho ciudad, un amasijo de edificios inacabados, amontonados sin plan urbanístico alguno, que tratan de cobijar a unos 14 millones de habitantes. Por 54 horas de trabajo a la semana, y siempre bajo la amenaza de derrumbes como el de Rana Plaza, con más de 430 muertos, la mayoría de los trabajadores cobra el salario mínimo más bajo del planeta: 3000 takas (algo menos de 30 euros) al mes. No obstante, como apunta Jesmin, una joven que ha estado empleada, "aunque no existen medidas de seguri-

Las revueltas y manifestaciones han provocado que el gobierno se replantee la situación de los obreros textiles, aunque a día de hoy no se ha lle-

dad adecuadas y muchas veces no se abonan las horas extra y no se conceden bajas por maternidad, todo el mundo quiere trabajar, porque las condiciones laborales para decidir son escasas". cierto es que ni siquiera a los operarios que son capaces de salvar sus vidas de accidentes como este les espera un futuro mejor. La mayoría pierde su empleo y vaga por las calles reclamando la detención y condena de sus "explotadores". Por lo pronto, Soheil Rana, el propietario de Rana Plaza, ha huido ya a su país vecino, la India. Otros dos propietarios se han dado también a la fuga y por el momento solo han sido detenidas cuatro personas, dos ingenieros y dos propietarios de fábricas. Bangladesh cuenta con alrededor de 5.000 fábricas textiles en las que trabajan 3,6 millones de personas (el 87% mujeres) y en las que las medidas de seguridad brillan por su ausencia. Alrededor del 78% de los ingresos generados por exportaciones en Bangladesh proviene del sector textil y muchos de los miembros del Parlamento del país asiático son propietarios de fábricas, por lo que la ausencia de controles y la corrupción en general está a la orden del día en la industria textil. Una industria que antepone la codicia a la muerte, y en la que conocidas empresas europeas y norteamericanas fabrican las prendas de ropa que compramos habitualmente.

gado a ningún acuerdo que calme las insistentes peticiones de los obreros.

Fuente: [eldiario.es](#), [elpais.com](#), [elmundo.es](#)

Ricardo Tallafet, Elisa Marín, David Giráldez y Manuel Perejón

LA EDUCACIÓN ALEMANA ¿ÉXITO O FRACASO?

- Actualmente se nos presenta a Alemania como el país que debemos imitar: se nos dice que han sabido superar la crisis, que son un modelo de competitividad, de eficacia. ¿De verdad es todo tan perfecto? Hemos investigado un poco sobre su sistema educativo y nos hemos llevado una sorpresa.
- A pesar del orgullo que Alemania siente de su sistema educativo, el aprovechamiento escolar de un niño sigue dependiendo de su origen socioeconómico y de la educación de sus padres. Así se desprende de un estudio presentado por la Fundación Bertelsmann en los 16 estados federados, los Lander. Según dice el informe, las escuelas tienen una tarea pendiente con la igualdad de oportunidades.
- La educación es competencia de los Estados federados y el Bund, la Alemania federal, juega un rol menor. En Alemania, la escolarización es obligatoria durante diez años, y se resume en tres etapas:

Educación Infantil

En Alemania, la educación infantil (Kindergarten) es voluntaria y los padres deben pagarla. En algunas zonas del oeste de Alemania, no hay suficientes plazas debido a las largas listas de espera. La mayoría de los niños van a la escuela infantil durante dos horas por la mañana. Si ambos padres trabajan, se puede aumentar el tiempo hasta ocho horas, en cuyo caso habría que pagar más.

Educación Primaria

La educación primaria (Grundschule) empieza entre los cinco años y medio y los seis. La educación primaria dura cuatro años, los padres recibirán una recomendación de los profesores sobre qué tipo de colegio es el más adecuado para que el niño continúe su educación en secundaria. Si un niño tiene dificultades de aprendizaje, el profesor puede recomendar enviarlo a un colegio especial para niños con estas dificultades (Sonderschule).

Educación Secundaria

Después de primaria, los niños suelen ir a uno de estos tres tipos de colegios de secundaria:

- Hauptschule (hasta los 16 años), centro que prepara a los alumnos para la educación básica. Está concebido para los alumnos menos brillantes.

- Realschule (hasta los 16), que ofrece más opciones para estudiantes de nivel medio. Está concebido para aquellos que van a hacer prácticas de formación profesional que requieren conocimientos más académicos.

- Gymnasium (hasta los 18), que prepara a los alumnos para la educación superior y termina con el "Abitar" (requisito para entrar en la Universidad). En este tipo de colegio se exige mucho.

En algunas regiones existen los Gesamtschule, donde todos van al mismo colegio y dentro de él se les separa según su nivel. **Fuente: elpais.com, elmundo.es.**

Raquel Ruiz

Francisco Javier Cabrera y

[LENTE DE CONTACTO DE GOOGLE PARA CONTROLAR LA DIABETES](#)



Los pacientes diabéticos necesitan medir constantemente sus niveles de glucosa en sangre, como manera de impedir que esta suba o baje demasiado, además de saber cuánta insulina deben aplicarse. Pronto, esta actividad será más fácil gracias a unos lentes de contacto desarrollados por Google y que serán útiles para medir el nivel de azúcar en sangre, sin necesidad de un pinchazo, entregando resultados de forma rápida y simple de entender.

Cómo funcionan los lentes de contacto Google-C

Estas lentillas, extremadamente delgadas, analizan los niveles de glucosa en sangre basándose en las lágrimas de las personas, las que recolecta y analiza mediante sensores y chips, para luego entregar los resultados mediante una pequeñísima antena, más delgada que un cabello humano.

Los lentes de contacto están compuestos por dos capas, entre las cuales se ubican los sensores y no hay necesidad de llorar para lograr un análisis, ya que nuestros ojos producen lágrimas naturalmente para mantenerlos hidratados.

La idea detrás del proyecto, en el que ya se trabaja con prototipos, no es entregar una lectura numérica de los niveles de glucosa, sino que avisar rápidamente cuando estos pasan los límites, ya sean altos o bajos.

Los prototipos de Google

Una de las cosas que planean añadir en un futuro próximo son luces LED que den un aviso inmediato de cambios bruscos en el nivel de glucosa en sangre, además del chip inalámbrico que puede transmitir la información a una computadora o teléfono móvil.



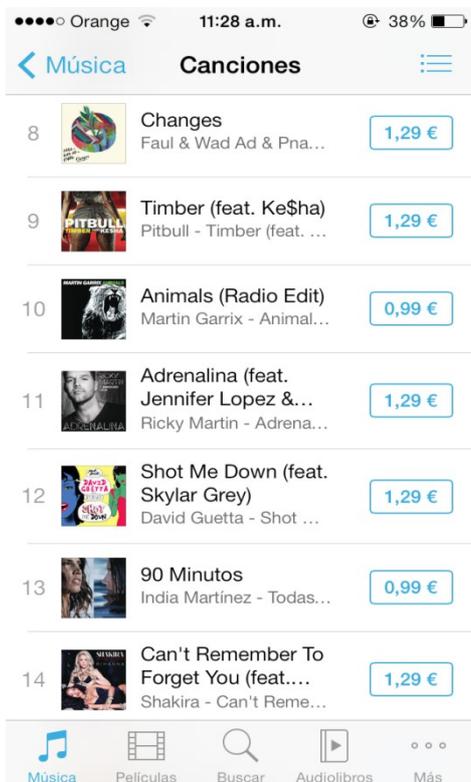
El futuro del control de la diabetes

Google espera aliarse con otra compañía dedicada al desarrollo de dispositivos médicos, como forma de llevar los resultados de su investigación al mercado masivo.

Actualmente, 1 de cada 19 personas en el mundo sufre algún tipo de diabetes y, los métodos actuales para medir la glucosa en sangre pueden resultar dolorosos o no realizarse en el momento indicado.

Alejandro Rodríguez Ruiz y Francisco Javier Echegoyán Delgado 4°C

ITUNES ¿QUÉ PASADA¿



Para saber cuál ha sido la música más escuchados en estos últimos meses, hemos estado echando un vistazo a iTunes.

En el reproductor iTunes puedes organizar todas tus canciones y películas. Ya no tienes que rebuscar entre pilas de CD: impórtalos en iTunes y lo tendrás todo a mano. Organízalo a tu manera, pásalo a cualquier dispositivo y escucha lo que te apetezca en cada momento, estés donde estés. Hasta puedes pedirle a Genius que te haga listas con las canciones que mejor peguen juntas.

Hemos escogido las 42 canciones más escuchas/vendidas estos últimos meses y son;

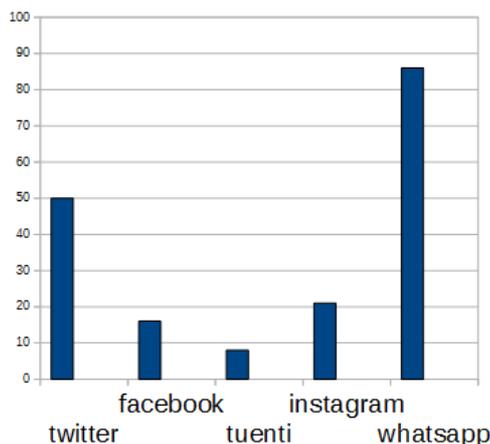
Amelia Rico y José María Gómez

REDES SOCIALES

Hola, nos llamamos Amanda Jiménez y María Portillo, alumnas de 4º de eso, del IES LAURETUM. Hace unas semanas, les hicimos a los cursos de 4º de eso y 1º de bachillerato, una encuesta sobre que piensan y los gustos de las redes sociales que se llevan hoy en día. A continuación, os mostramos algunas de las preguntas encuestadas con sus respectivas gráficas de valores y cantidades de respuestas.

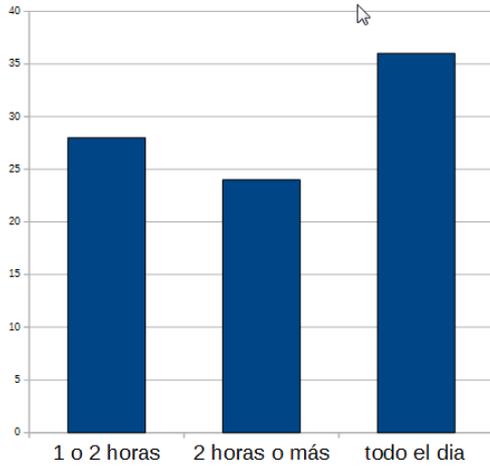
1. ¿Qué red o redes sociales sueles usar más?

Como podemos observar en esta gráfica, las redes sociales más utilizadas entre los alumnos de 4º y 1º son Whatsapp y twitter.



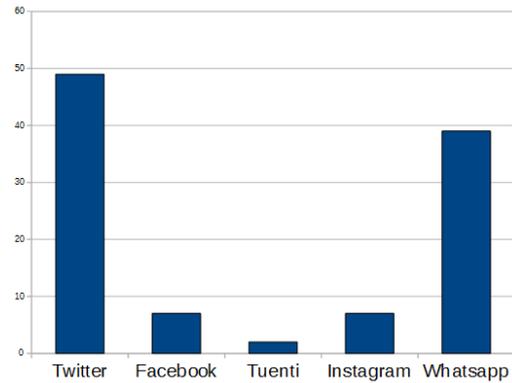
2. ¿Cuánto tiempo sueles pasar en ellas?

Como podemos observar, la mayoría de los alumnos, dedican la mayor parte de su tiempo en estar en las redes sociales.

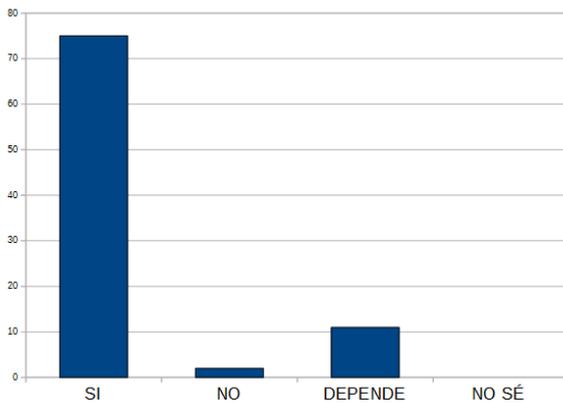


3. ¿Cuál red social crees que es más interesante?

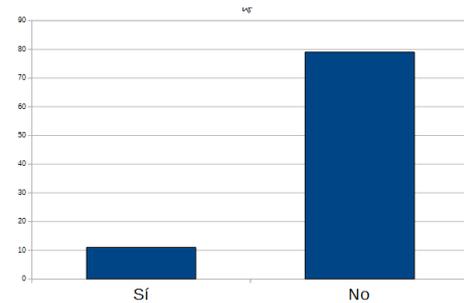
Como podemos observar, a los alumnos les resulta más interesante, twitter como forma de diversión.



4. ¿Crees que subir fotos poco adecuadas, tiene algún riesgo?



5. ¿Alguna vez te has sentido acosado/a por alguna red social?



Amanda Jiménez y María Portillo

OBTIENEN DIÉSEL A PARTIR DE BOLSAS DE PLÁSTICO

Se ha realizado una investigación en la universidad de Illinois (Estados Unidos) en la que se ha conseguido obtener diésel a partir de bolsas de plástico recicladas. Hasta el 80% del material de estas bolsas puede convertirse en combustible. Las bolsas de plástico constituyen uno de los residuos más contaminantes para el ecosistema marino.

Esta acertada investigación ha permitido entre otras cosas que las bolsas de plástico de los comercios puedan reciclarse, convirtiéndolas en diésel, gas natural u otros productos derivados del petróleo. Este descubrimiento es un avance importante ya que las bolsas tienen un gran efecto negativo en el medio ambiente y de esta forma se puede llegar a conseguir reducir la contaminación medioambiental de nuestra planta, beneficiándonos tanto nosotros como el resto de los seres vivos.



Aparte de los beneficios comentados anteriormente, también se puede destacar que esta transformación puede producir significativamente más energía de la que necesita, dando como resultado combustibles para el transporte.

A través de esta conversión también pueden conseguirse productos útiles como gas natural, éter de petróleo (un disolvente), gasolina, ceras y aceites lubricantes tales como aceite de motor y aceite hidráulico.

En el caso de Estados Unidos, si este proceso se llevara a cabo mejoraría visiblemente la situación actual, ya que allí se tiran alrededor de cien mil millones de bolsas de plástico cada año, unas 300 por habitante. La Agencia de Protección Ambiental de los EE.UU. señala que sólo el 13 por ciento se recicla. El resto de las bolsas acaban en vertederos o en la naturaleza, flotando a través del aire y cayendo en las vías fluviales.

Esta innovación favorece al medio ambiente, ya que las bolsas de plástico son un residuo letal que perjudica a seres vivos como por ejemplo las tortugas, que las confunden con medusas y tratan de comérselas. Otras criaturas se enredan ellas y al verse atrapadas mueren. Las bolsas de plástico constituyen una parte considerable de los residuos plásticos que están matando la fauna de los mares y llenando de basura las playas. Por ello es fundamental concienciar a la población sobre este problema y favorecer investigaciones sobre las posibilidades de reciclaje de estos residuos tan nocivos para el medio. **Fuente: tendencias21.net**



María Macías y María Córdoba

SE ENCUENTRA ADN HUMANO EN ATAPUERCA



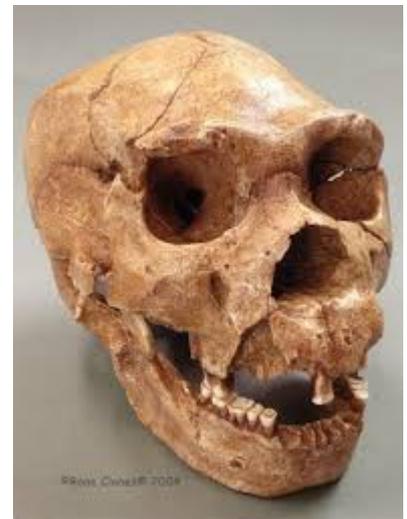
Se han hecho una serie de investigaciones en Atapuerca, en las cuales se ha encontrado un hallazgo paleontológico. En estas investigaciones han colaborado científicos alemanes y españoles, que han descifrado la secuencia del genoma humano más antiguo hallado hasta el momento (400.000 años de antigüedad).

El material genético encontrado fue sustraído de un fémur de miles de años de antigüedad. El lugar concreto del descubrimiento es el yacimiento de Atapuerca, y ha revelado un inesperado parentesco entre poblaciones remotas de homínidos que redefine la línea evolutiva humana.



Para obtener este resultado de ADN humano, el equipo de paleontólogos ha realizado numerosas tareas, como son la perforación en el fósil para obtener el polvo de hueso rico en material genético y así poder analizarlo empleando una técnica avanzada de recuperación de ADN deteriorado.

Tras esta investigación, los científicos han podido concretar que se trata de ADN mitocondrial, localizado en el citoplasma de la célula y heredado únicamente por vía materna. A pesar del reto que supone la interpretación de información genética tan antigua, los investigadores lograron identificar la especie del homínido, conocida como Homo Heidelbergensis, que era una especie extinta del género Homo que surgió hace más de 600.000 años y perduró al menos hasta hace 250.000 años.



Según los especialistas, esta es sólo una de las innumerables aportaciones que proveerá el yacimiento de Atapuerca durante las próximas décadas, dado que sólo se ha descubierto un 1% de los restos petrificados que alberga este vertical túnel del tiempo.

FUENTE: muyinteresante.es

María Córdoba y María Macías

¿HAY VIDA MÁS ALLÁ DE LA TIERRA?

La probabilidad de que haya vida más allá de La Tierra es muy posible. Sólo en nuestra galaxia, la Vía Láctea, se estima que hay unas 200.000 millones de estrellas. Del resto del universo solamente podemos ver unas 5 mil millones de galaxias cada una con un número parecido de estrellas que la Vía Láctea. Es casi imposible pensar que en un universo tan grande la vida sea solamente posible en un planeta: La Tierra.

Vida o zonas habitables dentro del Sistema Solar:

Cuando buscamos vida o zonas habitables buscamos lugares que reúnan características similares a las de La Tierra: tamaño, distancia al Sol, temperatura, etc o la existencia de agua. Los científicos buscan agua porque según la vida como la conocemos hasta ahora es requerida.

-El primer lugar donde vimos la posibilidad de encontrar vida o una zona habitable fue Marte. Tamaño parecido a la Tierra, temperaturas no muy diferentes a las de la Tierra, y además se cree que en la parte norte del planeta hubo en algún momento de la historia de Marte un océano. Los científicos no creen que toda el agua de Marte se pueda haber escapado del planeta y se han encontrado evidencias de que Marte posee reservas de agua subterráneas.



-En Titán uno de los satélites de Saturno se ha encontrado una atmósfera importante formada por nitrógeno y en un 6% por metano, que es un gas característico de los seres vivos. Además se han encontrado estructuras fluviales que podrían corresponder a ríos de metano formados por la precipitación de este.

Vida o zonas habitables fuera del Sistema Solar:

Cuando los científicos buscan vida más allá del sistema solar se refieren a encontrar planetas o exoplanetas que tengan características parecidas a La Tierra o que giren alrededor de una estrella parecida al Sol.

Por supuesto podemos encontrar fuera de nuestra galaxia otras formas de vida diferentes a las que actualmente conocemos pero los científicos cuando buscan en estos planetas vida o zonas habitables esperan encontrarla desde bacterias y microorganismos hasta vida inteligente. También buscan como no indicios de que haya agua en estos exoplanetas.

- Recientemente se detectó agua en la atmósfera de un planeta a 150 años luz.

- También se ha encontrado un planeta que es increíblemente parecido a La Tierra.

Sección de Hábitos de Vida saludable

ENCUESTA “VIDA SALUDABLE”

Ofrecimos encuestas sobre “la vida saludable”, que realizamos nosotras mismas, a alumnos de 1º, 3º y 4º de ESO. En nuestro instituto, hay un total de 700 estudiantes aprox., de los cuales entregamos la encuesta a 120, lo que supone un 18% del conjunto estudiantil.

A grandes rasgos, la mayoría de los entrevistados llevan una vida saludable, aunque también deberían mejorar algunos aspectos: mejora de la alimentación o la práctica de más deporte, si cabe.

En cuanto a los deportes, el más practicado es el fútbol, sin contar otros, que no se especifican cuáles son, ya que no se pedía; lo realizan una media de tres días, aunque el 23% los practican durante toda la semana exceptuando festivos.

La comida preferente es la carne y muy por debajo, frutas y verduras. La mayoría de los encuestados piensan que sí llevan una vida saludable, aunque un 37%, que no es poco, piensa lo contrario.

Encuesta realizada

¿Qué deportes practicas?

- Fútbol -Otros
- Tenis/Padel -Gimnasio
- Baloncesto -Voleibol

¿Cuántos días a la semana haces ejercicio?

- Ninguno -Todos
- Dos -Excepto festivos
- Tres

¿Qué tipo de comida sueles comer más a menudo?

- Frutas/Verduras -Pescado
- Comida basura -Carne
- Legumbres

¿Consideras que llevas una vida saludable?

- Sí
- No

¿Piensas que deberías mejorar algo para llevar una vida saludable?

¿Qué?

- Comer mejor
- Sí, hacer más deporte
- No

COMIDA + FRECUENTE	
Frutas/Verduras	47 (12%)
Comida basura	16
Legumbres	23
Pescado	33
Carne	61 (51%)

Resultados obtenidos

DEPORTES	
Fútbol	20 (17%)
Tenis/Padel	16
Baloncesto	7
Otros	46 (38%)
Gimnasio	17
Voleibol	4

DÍAS DE EJERCICIO	
Ninguno	4
Dos	21
Tres	23 (19%)
Todos	28 (23%)
(-)Festivos	10

LAS CONSECUENCIAS NEFASTAS DEL TABACO

El tabaquismo es la adicción al tabaco provocada, principalmente, por uno de sus componentes adictivos, la nicotina; la acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo. Actualmente se cree que es la causa principal de enfermedad y mortalidad evitable, ya que el tabaquismo se considera una enfermedad adictiva crónica con posibilidades de tratamiento.

En Europa, el tabaquismo provoca cada año 1,2 millones de muertes. Está directamente relacionado con la aparición de 29 enfermedades, de las cuales 10 son diferentes tipos de cáncer, y es la principal causa del 95% de los cánceres de pulmón, del 90% de las bronquitis y de más del 50% de las enfermedades cardiovasculares. Además, las personas fumadoras tienen mayores problemas de insomnio que las no fumadoras. Las mujeres fumadoras entran en la menopausia aproximadamente 5 años antes que las no fumadoras.

También podemos encontrar fumadores pasivos, que son personas que inhalan el humo del tabaco, lo cual es bastante pernicioso para la salud.

Los componentes que tiene cada cigarrillo son

En España cada año mueren más de 50.000 personas debido al consumo de tabaco, más que por los accidentes de tráfico y el consumo de todas las drogas ilegales juntas.

Cuando una persona abandona el tabaco pasa por el siguiente proceso:

1.- A los 20 minutos:

La presión arterial baja a su nivel normal. El ritmo cardíaco desciende a la cifra normal.

La temperatura de los pies y de las manos aumenta a su punto normal.

2.- Pasadas 8 horas:

La concentración de monóxido de carbono en la sangre baja a su nivel normal.

La concentración de oxígeno en la sangre sube a su nivel normal.

3.- A las 24 horas:

Disminuye el riesgo de sufrir un infarto.

4.- Pasadas las 48 horas:

Las terminaciones nerviosas comienzan a regenerarse. Aumenta la agudeza del olfato y el gusto. Caminar se vuelve más fácil.



5.- De 2 a 3 semanas:

Mejora la circulación. La función pulmonar aumenta hasta un 30%.

6.- De 1 a 9 meses:

Primero disminuyen la tos, la congestión nasal, la fatiga y la falta de aliento.

Vuelven a crecer cilios en las células bronquiales, lo que aumenta la capacidad de arrojar flemas y resistir a las infecciones.

7.- Un año después, el riesgo de padecer insuficiencia coronaria es un 50% menor que el de un fumador.

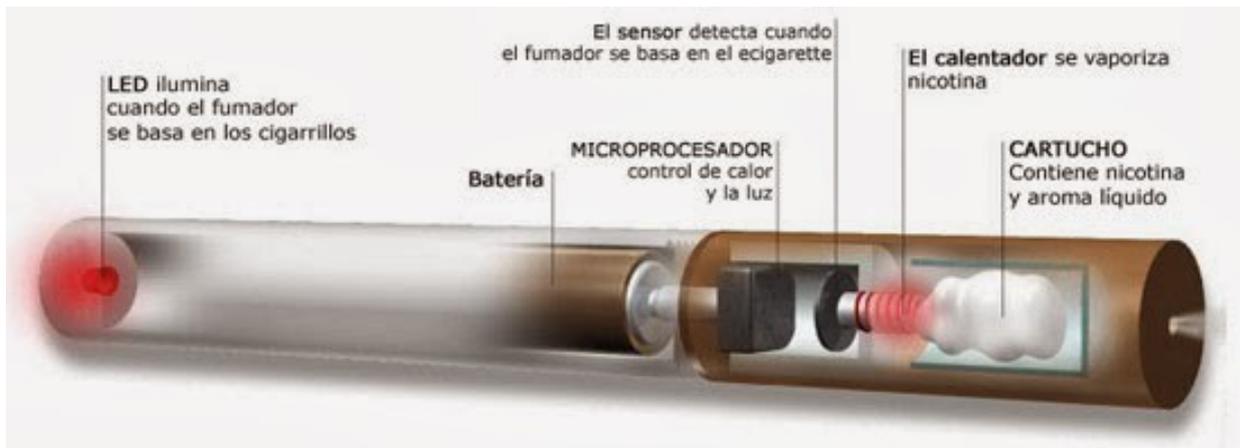
Los cigarrillos electrónicos

Muchas personas, ante la dificultad de dejar el tabaco, han optado por utilizar el cigarrillo electrónico (se estima que un 90%).

El cigarrillo electrónico es un dispositivo electrónico que tiene el aspecto de un cigarrillo común, y que contiene un poco de nicotina líquida, la cual se evapora y así es inhalada en forma de "humo" (vapor en realidad) por el fumador, obteniendo placer, calma, etc. Este mecanismo de funcionamiento implica algunas ventajas, como por ejemplo, que si fumas un cigarrillo electrónico no molestarás con el humo al resto de las personas y no habrá ni cenizas ni repugnantes olores.

Pero surgen algunas dudas, ya que la nicotina es justamente la sustancia que hace adictivo al cigarrillo, la que golpea fuerte en el cerebro y hace que éste pida más y más de esa sustancia, y la que nos genera la ansiedad y desesperación cuando ha pasado más de una hora del último cigarro.

En conclusión, se plantea que el cigarrillo electrónico sería útil para dejar de fumar, ya que es posible regular la dosis de nicotina que se inhala.



Realizado por Guillermina de Prada, Tania Gallego y Paula Muñoz.

20 COSAS QUE NADIE SABE

Seguro que no conoces los mejores misterios de la vida

1-° *En 10 minutos, un huracán libera más energía que todas las armas nucleares del mundo combinadas.*

2-° *Las hormigas no duermen.*

3-° *Hay un millón de insectos por cada persona.*

4-° *Si por alguna razón el sol dejara de emitir luz, en la tierra tardaríamos 8 minutos en darnos cuenta de esto*

5-° *Desde que nacemos nuestros ojos siempre son del mismo tamaño*

6-° *Los peces chicos no se aburren en las peceras porque su memoria solo dura dos minutos y es como si volvieran a nacer.*

7-° *El material más resistente creado por la naturaleza es la tela de araña.*

8-° *Una gota de petróleo es capaz de convertir 25 litros de agua en no potable.*

9-° *En la antigüedad los japoneses pensaban que los terremotos eran ocasionados por arañas gigantes.*

10-° *Si intentas detener la tos puedes romperte las costillas*

11-° *Los egipcios antiguos dormían en almohadas hechas de piedra*

12-° *Al nacer tenemos 300 huesos, pero de adulto solo tenemos 206.*

13-° *La nariz tiene el mismo largo que la frente*

14-° *Todos los nombres propios tienen al menos una letra del nombre Carlos*

15-° *El ojo del avestruz es más grande que su cerebro.*

16-° *En el fondo del mar hay un pez que tiene los dientes tan grandes que no puede cerrar la boca*

17-° *Se ha comprobado que el animal con el cerebro más grande en proporción a su talla es la hormiga.*

18-° *El Vaticano posee la cantidad de dinero suficiente para acabar con la pobreza mundial dos veces*

19-° *Einstein nunca fue un buen alumno, y ni siquiera hablaba bien a los 9 años, sus padres creían que era retrasado mental.*

20-° *Reciclar un jarra de vidrio ahorra suficiente energía como para ver la televisión durante 3 horas*

JÓVENES PROMESAS

María Gutiérrez 2B

P.-¿En qué deporte estas federada?

En patinaje artístico

P.-¿Te planteas en un futuro dedicarte a este deporte?

Sí, me gusta mucho y me gusta practicarlo

P.-¿El hecho de entrenar te quita tiempo de tu estudio?

No me quita tiempo

P.-¿Quién te motivo para hacer este deporte?

Yo sola

P.-¿Tienes algún ídolo dentro de este deporte?

Sí, Daniel Arriola.

P.-¿En qué campeonato has participado últimamente?

He participado por primera vez en el campeonato de España. Quedamos las 10ª de un total de 20 participantes



Fernando Repiso 2C

P.-¿En qué deporte estas federado?

En windsurf

P.-¿El hecho de entrenar te quita tiempo de tu estudio?

Entreno en el gimnasio durante la semana y el fin de semana entreno en la playa en el Puerto de Santa maría

P.-¿Quién te motivo para hacer este deporte?

En primer lugar fueron mis padres que me apuntaron a un curso de windsurf y luego fueron mis profesores los que me animaron a competir

P.-¿En qué campeonato has participado últimamente?

He ganado en el campeonato de España de mi categoría en Valencia

P.-



¿Cuál es tu próximo compromiso deportivo?

Participaré en Francia en el campeonato del mundo

Carlos Menor y Sara Márquez

MI EXPERIENCIA DEL PROYECTO COMENIUS

Si tuviera que resumir mi experiencia en el proyecto Comenius en una sola palabra, diría 'impresionante'. Ha sido una experiencia muy positiva, y entretenida a la vez que didáctica. Lo mejor de



todo ha sido poder relacionarnos con chicos y chicas de nuestra edad, pero de distinto país y cultura. Todos teníamos un segundo idioma, el inglés, por lo que no hemos tenido problema a la hora de comunicarnos, y lo hemos practicado con la finalidad de mejorarlo.

visitamos El Rocío y Matalascañas, dos localidades cercanas donde pasamos el día.

Fuimos a la playa y vimos a la Virgen del Rocío, muy famosa. Quince de los alumnos españoles alojaron chicos y chicas extranjeros en sus casas. Personalmente creo



que es algo muy positivo, porque te lleva a conocer más de esa persona, y aprender cómo se comportan en su país en el ambiente familiar. Los españoles que alojaron a chicos turcos, quizás notaron más la diferencia, ya que su cultura es bastante más diferente. En resumen, ha sido una experiencia inolvidable, hemos pasado una semana asombrosa e irrepetible, y espero que cuando nuestros compañeros españoles viajen a los demás países tengan el placer de volver a vivirla como lo hicieron aquí.

Carmen Hormigo-3ºE

LLÉVALA SIEMPRE EN SU SITIO

Somos un grupo de alumnos de 1º y 2º ESO que durante el curso escolar 13-14 nos hemos apuntado al "Programa Andalucía Profundiza" y nos eligieron para el proyecto que organizó el profesor Javier Pérez de Educación Física. Después de la presentación que nos realizó, elegimos el tema de la mochila en la adolescencia. Dentro de ese trabajo estamos: Beatriz Gavilán, Marina Maximiano, Jesús Carrero y Marina Ruiz-Huidobro, Lucia Manchón y Clara Ríos

Una vez realizada una búsqueda de información para el proyecto, encontramos que el 50% de los niños menores de 15 años y el 70% de las niñas padecen dolores de espalda. Y además, según los expertos, la moda está llevando a los adolescentes a llevar la mochila mal situada (con las correas mal puestas y demasiado baja)

También descubrimos que se habían tomado algunas medidas institucionales como:



- Editar los libros en fascículos trimestrales.

- Uso de taquillas.

- Realizar campañas para conseguir que la mochila este adaptada a la edad, peso y altura del portador de la mochila. Según los expertos el peso de la mochila no debe superar el 10% del peso del individuo.

Otras medidas individuales que se aconsejan son:

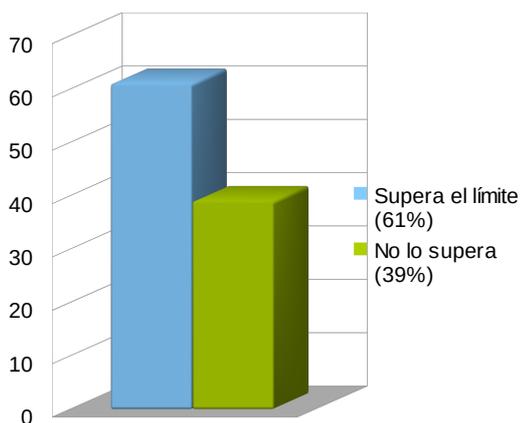
- Llevar solo lo necesario para ese día.

- Es recomendable llevar las asas acolchadas.



En base a esta información decidimos hacer un estudio dentro de nuestro instituto, en el que queríamos ver la cantidad de alumnos de nuestro centro que llevaban exceso de peso en sus mochilas, para lo cual compramos un peso e hicimos un estudio con 100 alumnos de diferentes edades del instituto en el que pesábamos al alumno y a su mochila, para poder comprobar si superaban el 10% antes comentado. Aprovechamos el estudio para ver la posición en la que llevaban la mochila y, por último, queríamos conocer si el uso de la taquilla tenía una relación directa con una mochila menos pesada.

Nuestro estudio ha tenido una muestra de 100 alumnos en una edad comprendida entre los 12 y los 16 años y los resultados han sido los siguientes:



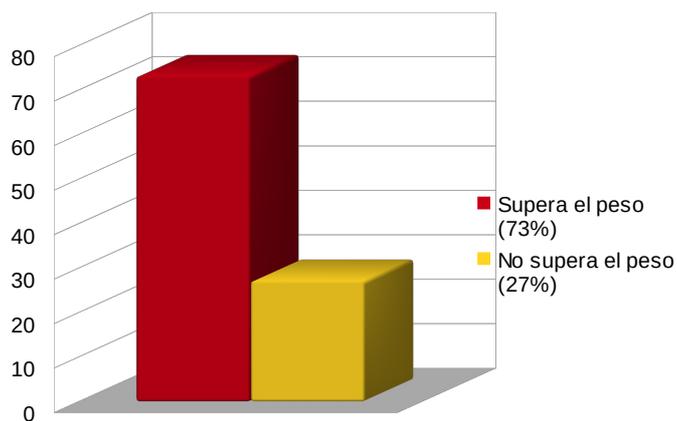
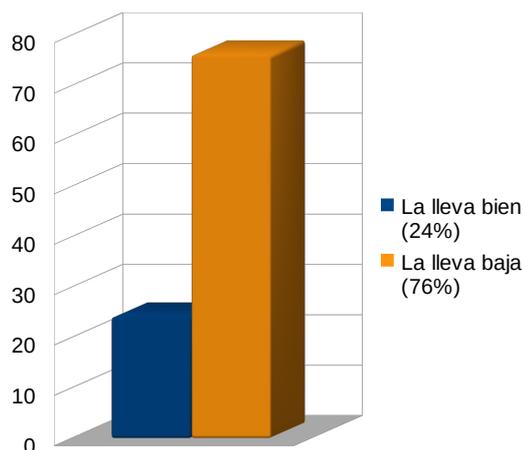
- La mochila del 61% de los alumnos superaba el 10% de su peso corporal. El porcentaje es mucho más elevado en los alumnos de 1º y 2º de ESO.

- En base al estudio realizado comprobamos como efectivamente muchos alumnos llevaban la mochila de forma incorrecta (demasiado baja y con las correas sueltas); solo el 24% del alumnado la llevaba bien colocada.

- Pensábamos que la mayoría de los alumnos llevaba la mochila de un asa, pero nos equivocábamos, el 76% la lleva siempre de 2 asas.

- En relación a la forma de llevarla, un 76% de los alumnos la lleva demasiado baja.

- En referencia a la taquilla, hemos comprobado como el alumnado no está haciendo un uso adecuado de ella ya



De los que tienen taquilla...

que el 76% de los que tienen taquilla llevaba sobrepeso en su mochila.

Conclusiones:

-Muchos alumnos de 1º y 2º de ESO llevan sobrepeso en sus mochilas.

-Muchos alumnos llevan la mochila mal colocada a la espalda (la llevan demasiado baja).

-Los alumnos no están haciendo un uso correcto de las taquillas para disminuir el peso en sus mochilas.



Alumnado de Andalucía Profundiza

SEMANA SOLIDARIA EN EL IES LAURETUM

Durante la semana del 27 al 31 de Enero, ha tenido lugar en el IES Lauretum la semana solidaria, en la cual se han celebrado actividades para motivar a los alumnos a ser solidarios.

Durante dicha semana se organizaron una serie de charlas para los diferentes cursos del centro. La ONG "GAVHA" se encargó de dar una charla a 1º ESO, los alumnos de 2º ESO recibieron una charla de Cáritas Espartinas y los de 3º de ESO de Ayuda en Acción. Por otra parte, el Centro de Trasplantes del Hospital Virgen Macarena trató de concienciar a los alumnos de 4º ESO de la importancia de donar órganos. Finalmente, miembros del voluntariado de la Universidad de Sevilla impartieron una charla a los alumnos de Bachillerato.



También en esta semana, algunos alumnos de Ética de 4ºA, 4ºC y 4ºD presentaron trabajos sobre las distintas ONG en la hora de dicha asignatura. Además, en los recreos pudimos disfrutar de un mercadillo de artesanía organizado por la ONG GAVHA, y Cáritas se encargó de recoger latas de conserva, café y cacao para los más necesitados.

El acontecimiento más señalado fue la carrera solidaria "Kilómetros de solidaridad", celebrada el jueves a 4º hora, que ha contado con la participación de más de 300 alumnos de todos los cursos. Gracias a la gran acogida se han recaudado 1140€ para la ONG Save the Children, que este año destina el dinero recogido para la construcción de colegios en Etiopía.

En la carrera pudimos contar con la colaboración de la Policía Municipal de Espartinas, que se encargó de acompañar durante el inicio y el final de la carrera. El AMPA colaboró aportando voluntarios para suministrar agua a los corredores. Por otra parte, el Departamento de Educación Física se ocupó de organizar el recorrido y de animar al alumnado a la participación en esta actividad. Y por último, pero no por ello menos importante, Rocío Ruíz se encargó de encontrar voluntarios entre los alumnos.



Juan F. Barba, Belén Gómez, M^a Ángeles Osorio y M^a Ángeles Rodríguez

NUESTRO EQUIPO DE REDACTORES Y PERIODISTAS

Profesores <i>Milagros González y M^a Dolores Fernández Benítez</i>	Sección Cultura <i>Abelardo Buzón, Adrian Margaritti, Isabel Guijarro, Daniel Dorado</i>
Sección Nuestro IES <i>Juan F. Barba, Belén Gómez, M^o Ángeles Osorio, M^o Ángeles Rodríguez</i>	Sección Ciencia y Tecnología <i>Alejandro Rodríguez y Francisco Javier Echegoyán</i>
Sección Nacional <i>Juan Martín Corrales, Alejandro García, José Ignacio Iñigo, Marina García</i>	Sección Hábitos de Vida saludable <i>Guillermina de Prada, Paula Muñoz, Tania Gallego</i>
Sección Internacional <i>Elisa Marín, David Giráldez, Manuel Perejón, Ricardo Tafallet</i>	Sección ¿Sabías que...? <i>Miriam Tena, Patricia Fernández, F Javier Cabrera, José Manuel Esquina, Ana Patricia de los Santos</i>
Sección Educación <i>Francisco Javier Cabrera, Raquel Ruiz</i>	Sección Deportes <i>Carlos Menor, Sara Márquez</i>

