



CONTAMINACIÓN POR OZONO

CONCIENCIA VERDE

EDICIÓN NO. 41

Instituto Politécnico Nacional/CICS UST
SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA
Comité Ambiental Escolar
comiteambientalcicst@gmail.com



¡BIENVENIDOS!

El Comité Ambiental Escolar del Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud, Unidad Santo Tomás, les extiende la más cordial bienvenida a su **Boletín Conciencia Verde del CICS-UST**, cuya intención es compartir con ustedes diversos temas de interés para el cuidado del medio ambiente, en nuestra unidad académica, así como en la vida cotidiana.

El **ozono** está presente de forma natural en la atmósfera a muy **bajas concentraciones**, pero su aumento en el aire es **motivo de preocupación**, ya que tiene el potencial de provocar **importantes daños a la salud**, es por eso que en este número te contamos sobre las contingencias ambientales que, tristemente son cada vez más seguidas y, de igual manera, te contamos qué puedes hacer para lograr disminuir tus emisiones a la atmósfera.

Te invitamos a participar, de igual forma a compartir este material y claro, si tienes algo que quieras que se incluya por favor envíalo al siguiente correo:

comiteambientalcicst@gmail.com

Agradecemos tu valiosa colaboración.

Atentamente,

Comité Ambiental Escolar CICS-UST

Marzo 2024

CONTINGENCIAS AMBIENTALES

Las contingencias ambientales son situaciones de riesgo derivadas de actividades humanas o fenómenos naturales que pueden poner en peligro la integridad de las especies y/o sus ecosistemas

Para disminuir los riesgos en el Valle de México, la Comisión Ambiental de la Megalópolis (CAME) implementa las "contingencias ambientales", con el propósito de imponer medidas de emergencia que protejan a la población y propicien la disminución de los niveles de ozono en el aire.



Una onda de calor puede generar contingencias

Las autoridades capitalinas dieron a conocer que la CDMX registrará al menos 15 días de una fuerte ola de calor, que podría provocar la activación de contingencias ambientales. De hecho en la temporada que inició el 1 de marzo pasado, se esperan entre tres y ocho contingencias ambientales por la acumulación de contaminantes en la Zona Metropolitana del Valle de México.

La Coordinadora General del Servicio Meteorológico Nacional de CONAGUA, Mtra. Alejandra Méndez Girón, describió las condiciones climáticas y meteorológicas de la temporada, en donde se prevén 5 ondas de calor entre marzo y junio. Además se inserta en la temporada climática "seca-caliente"; en este periodo se presentan sistemas anticiclónicos y ondas de calor que producen altas temperaturas, radiación solar intensa, baja nubosidad y vientos débiles, condiciones climatológicas que favorecen la formación de ozono y su acumulación en la zona suroeste del Valle de México. Además, comentó que el ozono afecta la salud de la población, siendo los más afectados, los grupos sensibles a la contaminación (niños, mujeres embarazadas, personas con afecciones respiratorias y cardiovasculares). Añadió que se prevén entre 3 y 8 contingencias ambientales por ozono para esta temporada.

Fuentes de emisión de contaminantes

El ozono puede formarse en grandes concentraciones en las zonas rurales debido a la reacción química entre los óxidos de nitrógeno (NOx) y los compuestos orgánicos volátiles (COV) en presencia de luz solar.

Las principales fuentes de emisión de los NOx y los COV son los vehículos que utilizan combustibles fósiles, fugas de gas LP y gas natural, las industrias y las estaciones de gasolina.

¿Cómo reducir nuestras emisiones contaminantes?

Existen algunas acciones que puedes realizar para reducir la emisión de contaminantes precursores de ozono y mejorar la calidad del aire:

Usa transporte público o bicicleta

Comparte el auto y planea tus salidas

Carga gasolina por la noche o muy temprano por la mañana

Mantén tu auto en buenas condiciones

Apaga las luces y equipos eléctricos cuando no los utilices

Usa focos ahorradores

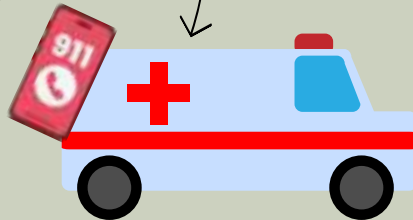


¿QUÉ HAGO EN UNA OLA DE CALOR?

¡Prepárate!



Infórmate de cuánto calor y cuánta humedad hará durante el día, la semana y el mes para poder planificar las actividades al aire libre.



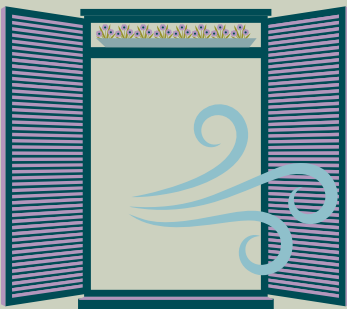
Toma nota de los teléfonos de contacto de los profesionales de salud o los servicios de ambulancia o transporte más cercanos.



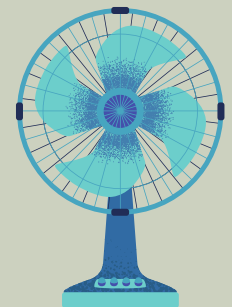
Ten en casa un botiquín de emergencia que contenga sobres de sales de rehidratación oral (SRO), un termómetro, botellas de agua, toallas o paños de refrigeración húmeda, un ventilador o nebulizador portátil con pilas y una lista de comprobación para detectar y tratar los síntomas de estrés térmico.



Mantén tu hogar fresco



Cuando sea posible, corre las cortinas o baja las persianas durante las horas más calurosas del día y abre las ventanas por la noche para refrescar tu casa.



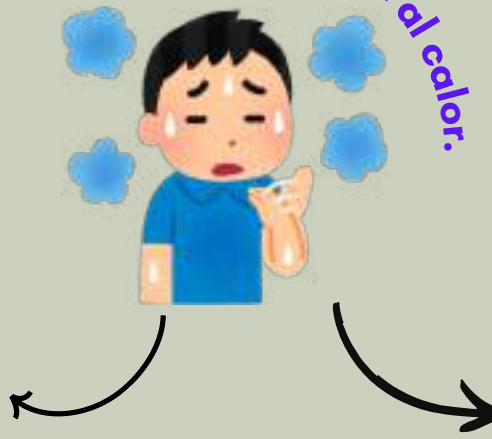
Utiliza ventiladores y sistemas de enfriamiento si dispones de ellos.

Evita la exposición al calor.



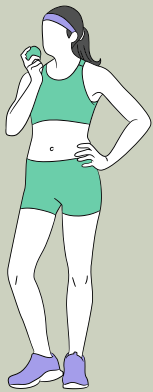
Si puedes evitarlo, no salgas a la calle durante los momentos más calurosos del día.

Intenta organizar tus actividades más temprano o más tarde, cuando haga más fresco.



Cuando salgas, usa protector solar e intenta permanecer a la sombra o utilizar sombreros y sombrillas para protegerte.

Mantén el cuerpo fresco e hidratado



El exceso de ropa cuando hace calor puede deshidratarte y hacer que te acalores más rápidamente, así que lleva ropa liviana y holgada. El algodón es ideal durante los días calurosos para reducir las erupciones cutáneas causadas por el calor y absorber la sudoración.



Bebe agua a intervalos regulares sin esperar a tener sed.

Lleva contigo una botella de agua para hidratarte y una toalla pequeña para refrescarte, humedeciéndola y poniéndotela en el cuello.



nk, close by, or
"AV".
ay Longville.
ed car park (GR
with map, "GP"
ome of these and
hen ascend the
you meet a sign
ead, half right,
, to (in quick
otpath and over
oint; do not cross;

et a sign
d, half right,
, to (in
otpath
oint;

1 Marzo

DIA DE LA CERO

DISCRIMINACION

nk, close by, or
"AV".
ay Longville.
ed car park (GR
with map, "GP"
ome of these and
hen ascend the
you meet a sign
ead, half right,
, to (in quick
otpath and over
oint; do not cross;



1 Marzo

El 1 de marzo, Día de la Cero Discriminación, celebramos el derecho de todos a vivir una vida plena y productiva, y a vivirla con dignidad. El Día para la Cero Discriminación pone de relieve cómo las personas pueden informarse y promover la inclusión, la compasión, la paz y, sobre todo, un movimiento para el cambio. El Día para la Cero Discriminación está ayudando a crear un movimiento mundial de solidaridad para acabar con todas las formas de discriminación

Por ende y por una promoción en el desarrollo de una cultura de cero discriminación, para la Subdirección Administrativa es de suma importancia contribuir en la Comunidad del CICS UST para que el personal que integra esta Unidad Académica conlleve a la ejecución de sus actividad sin promoción de la discriminación, apuntando al desarrollo de capacitaciones, foros, actividades académicas formativas para la promoción de la paz, dejando de ver al servidor público únicamente como aquel que cumple su actividades diarias, si no, en el reconocimiento de su persona.

fuelle: <https://www.unaids.org/es/zero-discrimination-day>



EFEMÉRIDES VERDES



3 de marzo
Día Mundial de la Vida Silvestre.



5 de marzo
Día Internacional de la Eficiencia Energética.



8 de marzo
Se declara el Parque Nacional Lagos de Camécuaro, Tangancicuaro, Michoacán, México (1941).



13 de marzo
Se declara la Reserva de la Biosfera El Triunfo, Chiapas, México (1990).



14 de marzo
Día Internacional de Acción contra las Represas y en Defensa de los Ríos, el Agua y la Vida.



21 de marzo
Día Internacional de los Bosques.



**22 de marzo
Día Mundial del Agua.**



**22 de marzo.
Parque Nacional Cañón del Río Blanco, Orizaba, Veracruz, México (1938).**

**23 de marzo
Día Meteorológico Mundial.**

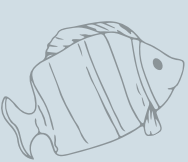


**Se declara la Reserva de la Biosfera Sierra de Manantlán, Colima y Jalisco,
México (1987).**



INNOVACIONES

SUSTENTABLES



Lanzan app para denunciar daños ambientales y reconocimiento de especies marinas en BCS



El Fondo para la Protección de los Recursos Marinos (Fonmar), anunció que, se lanzó la aplicación móvil “Denuncia App FONMAR”, misma que permitirá el reconocimiento de especies marinas a través de fotografías, consulta de temporada de vedas, y calendarios de torneos de pesca deportiva, así como exponer casos sobre acciones ilegales o afectaciones medioambientales.

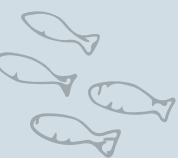


la plataforma permitirá interponer denuncias sobre daños al medio ambiente o a los animales marinos, de manera segura y anónima, motivo por el cual trabajarán en conjunto con diversas autoridades y Organizaciones No Gubernamentales (ONG).



“Permitirá interponer denuncias de manera segura y anónima, sumándolos en la corresponsabilidad del cuidado de los recursos naturales. Y para lo cual será vital el trabajo conjunto con las autoridades militares, civiles y las Organizaciones no Gubernamentales”, comentó el titular de la dependencia, Martín Inzunza Tamayo.

Para culminar, el responsable del desarrollo de la app, Hugo De Jesús, detalló que, la aplicación móvil ya se encuentra disponible para iOS y Android y no requiere una conexión continua a internet para operar, por lo que resulta excelente en zonas sin cobertura.



NOTAS PERIODÍSTICAS

A continuación, para este número de edición compartimos y agradecemos la valiosa participación de las alumnas y los alumnos del Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud UST por la investigación de diversas notas periodísticas ambientales, las cuales fomentan entre la población hábitos de vida sostenibles, visibilidad a temas ambientales relevantes y compartir estrategias para abordar las diferentes problemáticas desde casa, escuela o trabajo.

Mantendremos el formato creativo de los alumnos en sus notas.

¡Te invitamos a unirte enviando tu nota o un mensaje a nuestro correo electrónico!

comiteambientalbicst@gmail.com

Tortuga Japonesa De Orejas Rojas ¿Están En Peligro O Ellas Son El Peligro?

LA INTRODUCCIÓN DE UNA ESPECIE INVASORA

Vamos a conocerlas

Tienen una coloración verdosa que se va oscureciendo conforme van creciendo, además de que en la parte inferior del caparazón tienen un color amarillo claro, este mismo está cubierto de manchas y rayas que lo ayudan a camuflajearse en la naturaleza. Se le conoce como de orejas rojas debido a dos manchas color rojo ladrillo que se encuentran en la parte posterior de sus ojos simulando ser orejas y japonesas debido a la línea que atraviesa sus ojos de forma horizontal. Son de sangre fría.



Viven de 30 a 50 años

Llegan a medir de 20-40 cm y pesar de 0'25 a 4 kg

Pueden tener de 2 a 20 crías, teniendo que incubar unos 37-40 días



Originarias de la región que comprende el sureste de los Estados Unidos y el noreste de México.



Un tierno peligro, No se anda con juegos

Son mascotas muy populares gracias a su resistencia y pequeño tamaño, fáciles de mantener mientras tengan un entorno limpio y una dieta equilibrada. Sin embargo varios de sus dueños no tienen conciencia de lo peligrosas que pueden ser, además del hecho de que es una especie invasoras.

Son una amenaza grave para las especies autóctonas, los hábitats o ecosistemas, fueron incluidas en el Catálogo Español de Especies Exóticas Invasoras.



Un experto en adaptarse

Es una especie semiacuática, generalista y ubiquista, habita en una gran variedad de medios acuáticos de agua dulce, tolerando bien la contaminación y la presencia humana, compite con otras especies ya que es bastante territorial, desplazando a las otras poblaciones. Tiene un amplio espectro alimenticio, devora vegetación, invertebrados, anfibios y peces nativos.

Según la ONU, las especies exóticas invasoras son la segunda causa de pérdida de biodiversidad en el mundo.

Bibliografía

- Admin. (s. f.). Galápagos de Florida. Zoo Córdoba. Recuperado 28 de septiembre de 2023, de <https://zoo.cordoba.es/habitante/galapago-de-florida/>
- Conde, S. (2020, 9 noviembre). ¿Por qué la tortuga de Florida es ilegal Como mascota? Mis Animales. Recuperado 28 de septiembre de 2023, de <https://misanimales.com/tortuga-florida-ilegal-mascota/>
- Catálogo español de especies exóticas invasoras - reptiles. (s. f.). Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico. https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/conservacion-de-especies/especies-exoticas-invasoras/ce_eei_reptiles.html
- Report, J. (2019, 4 julio). Una amenaza en forma de tortuga. La Vanguardia. <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20190702/463140886273/galapagos-especies-exoticas-mncn-ecosistema-museo-de-verano.html>

CONSUMO RESPONSABLE

para nuestra realidad

Que es consumo responsable

De acuerdo con información del sitio Consumo responde, de la Junta de Andalucía, España, “el consumo responsable se basa en dos máximas, consumir menos y que sea lo más sostenible y solidario posible”.



Areas donde tener un consumo responsable

Consumo de recursos electricos: Despues de usar los equipos electronicos desconectelos en especial los que producen calor.En el ahorro de agua se recomienda utilizar el minimo posible sin dejarvllaves abiertas por ultimo aplique las tres Rs con productos como utencilios y platos.



tipos de consumidores adecuados.

el consumidor conciente es aquel que puede elegir que es lo que mas le conviene tomando en. Cuenta sus derechos y obligaciones.Mientras que el consumidor informado compara precios y beneficios.



REFERENCIAS:

- Greenpeace México. (2020, 13 julio). ¿Cómo afecta el consumismo al medio ambiente? - Greenpeace México. <https://www.greenpeace.org/mexico/blog/8704/como-afecta-el-consumismo-al-medio-ambiente/>
- Oxfam, E. (2023, 11 diciembre). 9 hábitos fáciles para cambiar hacia un consumo responsable. Ingredientes Que Suman. <https://blog.oxfamintermon.org/9-habitos-faciles-para-cambiar-hacia-un-consumo-responsable/>
- Del Consumidor, P. F. (s. f.). Acciones para un consumo responsable. gob.mx. <https://www.gob.mx/profeco/documentos/acciones-para-un-consumo-responsable?state=published>

Riesgos de un consumo irresponsable

El problema del consumismo es la producción innecesaria de bienes y servicios que son la causa del 60% de todas las emisiones globales de Gases de Efecto Invernadero (GEI), esto de acuerdo a la investigaciones de distintas universidades de Estados Unidos sobre el consumo y las emisiones de efecto invernadero en 79 ciudades.



BANCO DE SEMILLAS

El Conservar las colecciones de semillas en estados óptimos es de vital importancia, sobre todo cuando éstas se encuentran en peligro de extinción. Es por esto que los bancos de semillas buscan el máximo cuidado de ellas en ambientes especiales para su mantenimiento por un largo período.



El funcionamiento se basa en el sistema de préstamo y devolución. Donde se manejan gracias a grupos de interesados en mantener, mejorar, utilizar e intercambiar semillas dentro de la comunidad, entre comunidades o regiones.

"DESCUBRE LA DIVERSIDAD QUE SE MANTIENE A TRAVES DE LOS BANCO DE SEMILLAS, DONDE LA VIDA FLORECE EN CADA VARIEDAD. ¡SIEMBRA EL FUTURO CON NOSOTROS!"

UN NUEVO COMIENZO

¿Te interesa el medio ambiente y la difusión de temas ambientales?

El Comité Ambiental Escolar del CICS UST te invita a participar en su campaña de notas periodísticas para la Revista "Conciencia Verde"



¿Cómo puedo participar?

Envía tu nota periodística con un tema ambiental relevante al correo:

comiteambientalcicst@gmail.com

¡Te invitamos a mantenerte al tanto de la publicación de la revista en la página oficial del CICS UST!



Marzo 2024.



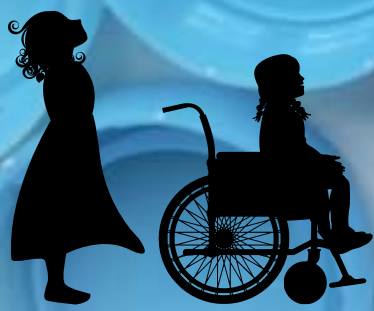
**CENTRO INTERDISCIPLINARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD SANTO TOMÁS
SUBDIRECCIÓN ADMINISTRATIVA
COMITE AMBIENTAL ESCOLAR**

CAMPAÑA DE RECOLECCIÓN DE TAPITAS 2024

RECUERDA DEPOSITAR TUS TAPITAS DE:

- **BOTELLAS DE AGUA, REFRESCO Y BEBIDAS ENERGÉTICAS.**
- **PRODUCTOS DE LIMPIEZA, DETERGENTES Y SUAVIZANTES.**
- **FRASCOS DE MEDICAMENTOS.**
- **PRODUCTOS LÁCTEOS.**

**AL TRAER TUS TAPITAS NOS AYUDAS A GENERAR RECURSOS
Y A PODER AYUDAR A ORGANIZACIONES ENCARGADAS DE
APOYAR A NIÑOS DIAGNOSTICADOS CON CÁNCER.
CADA TAPA CUENTA.**



Campaña de recolección de pilas en el CICS UST.

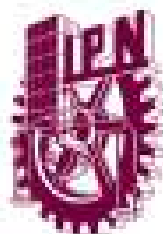
El Comité Ambiental y el CICS UST, te invitan a formar parte de la campaña de recolección de pilas.



Deposita las pilas que ya no sirven en los contenedores que se encuentran dentro del plantel u oficinas.



¡Juntos hacemos el cambio!



Marzo 2024.

DIRECTORIO

Dr. en C. Omar García Liévanos

Director

Dr. Juan Daniel Rodríguez Choreño

Subdirector Académico

M. en C. José Gonzalo Amador Salinas

Subdirector de Servicios Educativos e Integración Social

**M. en C. María del Rocío Martínez
López**

Subdirectora Administrativa

Dra. Ana Laura Luna Torres

Jefa de la Sección de Estudios de Posgrado e Investigación

COMITÉ AMBIENTAL ESCOLAR -CICS-UST

5729-6000

Ext. 63439 y 63406

comitescolarcicsust@gmail.com

Elaboró:

C. Cecilia Alejandra Olivo Bravo.

C. Leonardo Huerta Cabañas.

Colaboración Facebook:

C. Brenda Castañeda Renedo

Participación adicional:

¡Agradecemos la colaboración de la unidad de informática del CICS UST por la publicación de los materiales del comité ambiental en los medios electrónicos!

Revisó:

M. en C. María del Rocío Martínez López

Subdirectora Administrativa

5 de Marzo de 2024

Fuentes de consulta

- <https://www.gob.mx/semarnat/acciones-y-programas/marzo-172557>
- <https://www.bcsnoticias.mx/lanzan-app-para-denunciar-danos-ambientales-y-reconocimiento-de-especies-marinas-en-bcs/>
- <https://oncenoticias.digital/ciencia/contingencias-ambientales-2024-cuantas-habra-en-el-valle-de-mexico/332080/>
- Cabezas, N. G. (2023, 15 febrero). Bancos de semillas, un seguro para el futuro de la tierra. Ayuda En Acción. <https://ayudaenaccion.org/blog/sostenibilidad/bancos-semillas/>
- De Inspección y Certificación de Semillas, S. N. (s. f.). Bancos Comunitarios de Semillas como estrategia de Conservación in situ*. <https://www.gob.mx/snics/acciones-y-programas/bancos-comunitarios-de-semillas-como-estrategia-de-conservacion-in-situ>
- Unam, F., & Unam, F. (2019, 3 diciembre). Bancos de Semillas, ¿para qué sirven? | Fundación UNAM. <https://www.fundacionunam.org.mx/ecopuma/bancos-de-semillas-para-que-sirven/>
- <https://www.gob.mx/comisionambiental/prensa/presentan-acciones-para-reducir-emisiones-de-contaminantes-y-protoger-la-salud-durante-la-temporada-de-ozono-2024?idiom=es-MX>
- <https://www.excelsior.com.mx/comunidad/contingencia-ambiental-hoy-4-marzo-2024-cdmx-edomex-calidad-aire/1639165>
- <https://www.marca.com/mx/actualidad/2024/02/26/65dbc999268e3e10688b45b2.html>
-

Te invitamos a seguirnos en nuestro Facebook Oficial

