

# AHI VIENE CASCARRABIAS

UNA REVISTA LÚDICA VIRTUAL PARA APRENDER Y CONOCER.

DICIEMBRE



# EDICIÓN

## R E D A C C I Ó N

Valeria Alcocer	Sammy Favela
Ana Lucía Ávila	Aldo González
Martina Boga	Karen Hermann
Lucía Bonnin	Romina Lara
Makenna Brissette	Miranda Miotto
Néstor Cabral	Alan Patiño
Camila de la Peña	Lionn Pérez
Laiza Escoto	Paulina Villanueva

## C O O R D I N A C I Ó N

Rocío Arenas  
Kyliel Casillas  
Kara Heiniger  
Brenda Hernández  
Premma Mehta  
Jennifer Reibitz  
Alejandro Riefkhol  
Julie Talty  
Alexander Wordley  
Brenda Zazueta

## D I S E Ñ O

Premma Mehta

## P O R T A D A

Brandon Harris



# SECCIONES

## I N T E R N A C I O N A L

- 01 **Rebrote de coronavirus en México ¿Para cuándo las vacunas?** Por: Martina Boga
- 03 **How President Trump Maintained Support in 2020** By: Makenna Brissette
- 05 **Biden, finalmente por una Agenda Verde** Por: Néstor Cabral

## N A C I O N A L

- 07 **La desigualdad educativa durante una pandemia.** Por: Lucía Bonnin

## C O M U N I D A D

- 09 **Alumni Interview: Shreeda Mehta (ASPV's Class of 2013).** By: Paulina Villanueva

## C I E N C I A

- 13 **El Origen del Fin de la Humanidad.** Por: Ana Lucía Ávila
- 16 **The Link Between Gut Bacteria and Human Emotions.** Por: Camila de la Peña
- 18 **¿Hay agua en la Luna?** Por: Lionn Pérez

## A R T E S

- 21 **Virtual Gallery.**
- 26 **Alter Ego.**
- 34 **Sobre la Portada.**



# Rebrote de coronavirus en México ¿Para cuándo las vacunas?



Por: Martina Boga  
12º

A pesar de que parecía que la curva de casos de Covid-19 comenzó a aplanarse en México a principios de octubre, desde el 19 de noviembre en adelante, la curva ha aumentando exponencialmente, pues hemos vuelto de nuevo a más de 10,000 contagios diarios. Aunque no hay una sola razón a la cual se le atribuye este incremento de casos, una posibilidad es simplemente que la población esté tomando menos precauciones para evitar la propagación del virus. También es importante tomar en cuenta que

han habido 105,549 defunciones en México y que la tasa de letalidad de esta enfermedad ha alcanzado el 9.6 por ciento, cifra que va por encima de la media mundial reportada por la Organización Mundial de la Salud, la cual es de un 2.3 por ciento. A la cabeza de la lista de fallecidos durante la pandemia está el personal sanitario mexicano, o aquellos que se dedican a promover la salud. Sin embargo, en este sector, la tasa de mortalidad es más baja y solo ha llegado al 3.8 por ciento. Esto no solo se debe a las extensas jornadas





laborales sino también a la falta de protección personal, particularmente en los hospitales públicos que son fundados por el gobierno. Rafael Soto, enfermero del Instituto Mexicano del Seguro Social, afirma que “lo único que pedimos es el material para hacer un trabajo digno y no morirnos, y el reconocimiento del riesgo de trabajo a los compañeros infectados y muertos.”

El viernes, 27 de noviembre, México pre-compró 200 millones de dosis de las vacunas de BioNTech-Pfizer, Moderna y AstraZeneca-Oxford contra Covid-19. A pesar de que sólamente Canadá, Japón, Estados Unidos y Reino Unido serán los únicos gobiernos en poder vacunar a toda la población, México podrá vacunar al 63 por ciento de sus ciudadanos. El secretario de Relaciones Exteriores, Marcelo Ebrard, afirmó que en diciembre comenzará el proceso de vacunación, el cual ha demostrado una efectividad del 95 por ciento. Por el momento, es importante seguir tomando

las medidas necesarias para evitar los contagios de este virus. Antes de salir, es fundamental checar el semáforo de su estado para así poder cerciorarse que el riesgo sea mínimo y evitar estar en zonas de alto riesgo de contagio, como los bares y los centros religiosos. Así mismo, el uso de cubrebocas debe ser mandatorio en caso de salir de su casa. También es muy crucial quedarse en casa si tiene síntomas de coronavirus, tanto como fiebre, tos, cansancio y dolor de garganta. A pesar de que será imposible vacunar a la totalidad de la población mexicana, por el bien de la población de la salud, la vacuna deberá ser obligatoria. En el artículo 134 de la Ley General de Salud, se establece que las vacunas “contra enfermedades transmisibles que en futuro estime necesarias la Secretaría de Salud, son obligatorias en los términos que fije esta dependencia.” Por cuestiones de salud pública, la vacuna será obligatoria.

# How President Trump Maintained Support and Even Increased the Number of Votes he Received in 2020



Por: Makenna Brissette  
11º

The 2020 United States presidential election saw the highest voter turnout since 1900, with 66% of the eligible population casting their ballots for the Electoral College. Although democratic candidate Joe Biden is projected to become the 46th President of the United States, he and republican nominee, current President Donald Trump, garnered more than 150 million votes combined, with the latter receiving 10 million more votes than he did in the previous election. Despite losing the popular vote once again, Trump maintained heavy support from his followers and even increased the number of votes he received four years prior. Katie Rios, a student from the American School of Puerto Vallarta, interviewed her grandfather, Thomas Lobaugh, on why he, along with many other Americans, decided to give their vote to President Trump once again.



In the eyes of Mr. Lobaugh, Trump “did more to help the United States than any president prior,” which led more people to vote for him in this election than in 2016. Citing a list written by the Trump Administration, he brings up many achievements Trump made while in office:

“Over the past four years, his accomplishments are unbelievable. He has accomplished so many things. Just one of them is [how] he has the countries in the Middle East that have threatened to eliminate Israel ... now signing peace treaties with Israel. That's something that no one ever thought could be done in the past, but he accomplished it. But he's accomplished many things; the United States now is a leading country in oil and natural gas, and because of that fact alone... the countries in the Middle East do not have the leverage they used to have on being able to determine the price and the availability of oil and natural gas, the United States now has a lot to do with setting those standards..."

He also brings up the point that when Trump was initially voted into office, the population didn't know if he could fulfill the promises he had made. After his first term though, Lobaugh believes he demonstrated to the country that he could, specifically in regards to his actions to help the nation's economy, his participation in finding a peace deal between the countries of the Middle East surrounding Israel, and with his creation of the sixth military branch, the US Space Force. Mr. Lobaugh mentions how many technological developments will be made by NASA in their further advancements in space exploration, and how as a civilian, he and others directly benefit from it, making the creation of the new branch a huge accomplishment for the President. It seems as though what some see as a long list of accomplishments, has given the population more



trust in him and his continued work, and the increase in votes for Trump reflected that trust. “That's the reason I think Trump maintained his great support over the past four years and even received more votes than he did in 2016,” Lobaugh stated.

In regards to Trump's other words and actions, specifically those regarding African-Americans, the LGBTQ+ community, and women, Lobaugh says he believes these successes outweigh what may lie at stake. “What did [the US population] want out of their president? Did they want their president to be a person that all their children look up to? [Or] do they want their president to be a person who is able to get things done?”

He continues, “I don't like everything that Trump has said or has done in his life... but I certainly like what Trump has accomplished. His accomplishments are much, much more than what any other president has accomplished.”

# Biden, finalmente por una Agenda Verde



Por: Néstor Cabral  
12º



Durante los arduos meses de campaña electoral, el ahora electo presidente de los Estados Unidos de Norteamérica, Joseph Robinette Biden, se comprometió a reincorporar al país en el Acuerdo de París sobre cambio climático el primer día de su mandato, una esperanza para una nación que palideció al tema ambiental en el Gobierno Trump.

Hace cinco años, 195 de los 197 países integrantes de la Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático, se sumaron al Acuerdo de París sobre cambio climático, un tratado considerado como el mayor logro en materia ambiental del planeta. Este acuerdo compromete a las grandes potencias y países en vía de desarrollo a hacer una transición hacia una producción baja en carbono, reducir las emisiones de gases de efecto invernadero y adaptarse a las consecuencias que produce el cambio climático. Entre estos compromisos, se encuentra el tomar acciones para evitar el aumento de la temperatura en 1.5 grados y disminuir en un 50 por ciento la emisión de gases de efecto invernadero al año 2030 en el planeta, promesas imposibles de cumplir sin la participación de los países donde está concentrada la mayor cantidad del desarrollo industrial.

Estados Unidos inicialmente había firmado el Acuerdo de París, sin embargo, hace más de tres años el presidente Donald Trump manifestó la seria intención de abandonar el tratado, asegurando que era perjudicial económicamente para el país y que podía costarle el trabajo a 2.5 millones de estadounidenses en 2025. Según Trump, el cumplimiento de los acuerdos de París le costaría a Estados Unidos tres billones de dólares y 6.5 millones de empleos en los próximos 10 años, limitando la productividad de sectores como la industria automovilística y la explotación de carbón. Trump aseguró en varias ocasiones, no creer que el cambio climático es originado por el comportamiento de los hombres, incluso se atrevió a afirmar que se trataba de un concepto creado por los chinos para imponerse competitivamente frente a Estados Unidos. Ahora, la elección de Biden como presidente de la mayor

potencia mundial, podría dar pie al, esperemos, fin a la racha consumista y poco sostenible que tenía Trump, republicano que en su mandato defendió a capa y espada la industria de los combustibles fósiles, debilitó las protecciones ambientales y cuestionó a la ciencia comprometida en frenar el calentamiento global. No cabe duda que no es suficiente la reincorporación a los Acuerdos de París, es importante reconocer que, Joe Biden intenta ganarse la credibilidad de un país que ha perdido por años, sin ser el ejemplo para todos los integrantes de la comunidad norteamericana y el mundo. Se necesitan líderes que unifiquen, no que se dividan y mientan. Esperemos que las promesas de Biden sean sostenidas con actos concretos y una visión hacia el mundo sostenible, verde y pacífico que llevamos anhelado por siglos sin acciones claras.



# La desigualdad educativa durante una pandemia



Por: **Lucía Bonnin**  
11º

El COVID-19 ha cambiado completamente la manera en la que todos vivimos, ya sea directa o indirectamente. Uno de los aspectos que más ha afectado ha sido la educación, ya que las escuelas pueden convertirse en centros de contagio si no se toman las medidas adecuadas. Por esto, muchos gobiernos han decidido que las clases deben tomarse de manera remota, ya sea a través de una plataforma de videoconferencia o de una transmisión por la radio o televisión.

Este sistema funciona muy bien para algunas entidades educativas, sin embargo, no es un método viable para todos. Uno de cada tres niños no tiene manera de acceder a la educación a distancia. La directora de UNICEF, Henrietta Fore, nos explica que, “Para al menos 463 millones de niños cuyas escuelas cerraron, no existía el aprendizaje a distancia. La gran cantidad de niños cuya educación se vio completamente interrumpida durante meses, es una emergencia educativa mundial. Las repercusiones podrían sentirse en las economías y sociedades durante las próximas décadas.” [1]



[1] Henrietta Fore, Directora de UNICEF.

La desigualdad en el acceso a la educación es evidente por regiones, la más afectada es África Subsahariana, donde la mitad de estudiantes no tienen acceso a la educación remota. Esto puede tener graves consecuencias, ya que la educación es una gran parte del desarrollo de un país y el hecho de que la mayoría de la juventud no tenga acceso a ella, puede tener consecuencias muy graves en el futuro.

El problema no es únicamente que haya millones de personas sin acceso a la educación a distancia, sino que existe gran desigualdad entre los que sí pueden accederla. “En un informe de la ONU, el 73% de los países reportaron que están utilizando plataformas en línea para el aprendizaje remoto, sin embargo, en 71 países del mundo, menos de la mitad de la población tiene acceso a internet.” [2] Esto significa que una gran parte de los estudiantes tienen que tomar sus clases sin ayuda de las diversas plataformas educativas que se encuentran en la red.

Menos del 10% de los países del mundo tienen leyes que ayudan a garantizar la inclusión e igualdad de la educación, por lo que las escuelas de bajos recursos de todo el mundo se enfrentan a una gran desventaja durante estos momentos.

No es lo mismo tomar clases desde una computadora, la cual te permite acceder a miles de sitios, a escuchar las clases a través de una transmisión de televisión o radio. Además de eso, las situaciones en los hogares de muchos estudiantes pueden ser inestables, ya sea por conflictos familiares o por falta de recursos. Esto puede causar que a los estudiantes se les dificulte completar sus trabajos remotamente, especialmente a los niños pequeños que aún requieren de mucho apoyo de un adulto para poder aprender.

Este es uno de los problemas más urgentes del momento, ya que la falta de acceso a las clases remotas podría retrasar los grandes avances de muchos países en el ámbito educativo, especialmente el de los países subdesarrollados. La educación es extremadamente importante para el progreso del mundo, por lo cual es crucial que los gobiernos de cada país trabajen para asegurar que haya la menor desigualdad posible entre las escuelas que utilizarán el aprendizaje remoto el próximo año. Desafortunadamente, no hay ninguna solución específica a este problema, sin embargo, es importante reconocerlo y hacer lo posible para disminuir sus efectos.



[2] La Falta De Igualdad En El Acceso a La Educación a Distancia En El Contexto De La COVID-19 Podría Agravar La Crisis Mundial Del Aprendizaje.”

# Alumni Interview: Shreeda Mehta (ASPV's Class of 2013)



Por: Paulina Villanueva  
11º

Shreeda Mehta was born in London, England and also lived in Kenya and South Africa, before the age of thirteen. Shortly after her thirteenth birthday Shreeda and her family moved here to Puerto Vallarta, Jalisco and Shreeda attended ASPV. After graduating from ASPV, Shreeda decided to study

Mathematics. She was attracted to Math because this was the one thing that had stayed constant throughout her education. No matter which country she was living in, no matter which language she was learning in, the numbers didn't change.





After enjoying Puerto Vallarta's beaches and its bohemian lifestyle for 6 years, Shreeda decided she wanted to return to a fast paced lifestyle and the hustle of a big city. Shreeda went to university in London, England. Initially living alone in this massive, metropolitan city was a shock. She was used to how small and familiar Vallarta felt and didn't feel as safe and protected in London. Living in London was a drastic change. She went from being cozy and comfortable to being thrown into rush hour, trains, and angry people. In addition, the culture was also different: "When I was meeting people on my first day of university I leaned in to give people a kiss on the cheek and they were like 'oh my god what are you doing!'. It's funny because this is actually the way I met people who are now some of my best friends, and the event has turned into a joke." The transition between Puerto Vallarta and London wasn't her only challenge, Shreeda also attended

one of England's best universities: King's College, London.

One of the things that prepared Shreeda for her new challenge was that she had experience adapting to new places and cultures. Besides studying for her bachelor's in Math, Shreeda immersed herself in College life. Along with a friend, she co-founded a group called 'Project Humans' at King's. To increase awareness of the project she had to make many public speeches and interview several people. Shreeda felt that this really helped her writing skills and journalistic skills.

Shreeda was also the public relations coordinator for King's College Vegan and Vegetarian Society, an organization that did events to raise awareness about vegetarian lifestyle. Shreeda liked being busy: "When you are really motivated and care for a project you make time for it. I encourage others to join clubs

because it is important to get out there." Shreeda's hard work at King's College gave her the fundamental work skills that she would need in the future. Shreeda feels that the skills she gained through all of her experiences at King's college, gave her the skills she needed to land a job at one of the biggest accounting firms in the world: Ernst & Young.

Ernst & Young, is a prestigious accounting firm. and Shreeda was able to use the knowledge and skills she had gained from her Bachelor's in Math in her new position. Shreeda has now been working as a financial advisor in the financial and accounting industry for 2 years. When asked what her favorite part of her job was, Shreeda replied, "Honestly my team, I just feel like we are such a diverse bunch and we make work which can sometimes be so draining into a place to be, it's such a great community. It reminds me of school, when I was in ASPV, we had such a diverse group it made going to school fun." Due to the COVID pandemic Shreeda is currently working from home, however her day is still very busy. On a typical week, Shreeda jogs daily, organizes plans with friends, writes, takes care of her 85-year old Grandmother. Shreeda's Grandmother has dementia and Shreeda has made it her mission to be a dementia advocate, seeing as it has affected her Grandmother very badly.

Looking forward, Shreeda has other goals and ambitions. She groups these goals into three categories: raise more awareness about dementia, continue her career in finance, and (most importantly) to write a book. When Shreeda was younger, she went through the loss of a loved one and is currently watching her grandma slowly pass away. It was in Puerto Vallarta where she was able to heal and grieve, especially with the help of one of our teachers at ASPV, Ms Kyliel Casillas. Ms Kyliel encouraged Shreeda to write about her



feelings and mourning, and they spent long hours discussing her emotions and her writing. It was because of Ms. Kylliel's support that Shreeda now continues to write and is ready to publish a book.

She wants to share her experience of grief and overcoming loss in order to help others, because when this happens you don't get a guidebook. Currently she has written some of the book's chapters and she hopes that because of COVID she will be able to write more before returning to her work office back in London. Shreeda has already met with some publishers in London and hopes her book can be published and turn into something special.

In this month's edition, I was lucky to be able to interview Shreeda Mehta, an ASPV alumni who

was able to overcome life's obstacles and become a financial advisor with a major company. During our interview, she talked about what she has learned since leaving ASPV and about her experiences living in four unique countries. In addition, Shreeda shared how her education and professional development at King's College in London, England gave her the experiences and skills necessary to get a job in Ernst & Young. From our conversation, I was able to get a glimpse into what her busy life is like. Shreeda lives in London, has a busy work life and also looks after her aging and sick Grandmother. Still, Shreeda reflects on her experiences living in Puerto Vallarta. As she looks to her future, she dreams of one day finding a coastal town where she can experience the best of both worlds, a fast pace and a bohemian soul.





# El Origen del Fin de la Humanidad



Por: Ana Lucía Ávila  
11º

El antropocentrismo es una doctrina que jerarquiza a los seres vivos y le brinda superioridad al interés del ser humano sobre el de cualquier otra especie. La atención eminentemente hacia la humanidad es defendida por el antropocentrismo, argumentando su prioridad y amparando su importancia. El origen de esta corriente filosófica proviene de la época del Renacimiento, donde se instituyó al humano como

un ser digno y responsable de liderar a los seres vivos, aislando los pensamientos teocentristas, que posicionaban a Dios como el centro del universo. El origen egocéntrico del antropocentrismo instituye un dominio absoluto sobre la tierra, centralizando al humano y justificando cualquier acción que perjudique o ponga en riesgo al resto de los seres vivos siempre y cuando beneficie a la humanidad.

La sobreposición de la raza humana dentro de la naturaleza, no solo indica su importancia, sino que insinúa el control absoluto de las demás especies, donde frecuentemente se presentan acciones ambiciosas e inmorales que eventualmente podrían perjudicar al mismo hombre. El uso del antropocentrismo como justificación para acciones que repercuten en otras especies o componentes de la naturaleza -tales como animales, plantas o el mismo océano- ha impactado aspectos fuera del control humano como el medio ambiente. Esta clase de problemas resultan insignificantes a corto plazo, pero han sido extensamente estudiados y analizados por científicos, quienes afirman que el uso y trato inconsciente de la naturaleza podría llevar a una catástrofe mundial.

El fenómeno del calentamiento global es cada vez más impactante y acechador para la humanidad. "Una diferencia de sólo medio grado de temperatura tendría consecuencias devastadoras para nuestro planeta, por lo que cada vez es más urgente limitar el aumento de la temperatura

global a un máximo de 1,5 grados centígrados", advirtió el Panel Intergubernamental sobre el Cambio Climático de la ONU (IPCC). [1] A pesar de las admoniciones exhaustivas que han presentado los científicos en torno a el deterioro de nuestro planeta, el antropocentrismo en el hombre ha evadido las investigaciones acerca de las emisiones de carbono, impulsando el aumento constante en las temperaturas del planeta y el desbalance en los ecosistemas por medio de repetidas acciones inconscientes como la quema de combustibles fósiles, la deforestación, la sobre pesca, el consumismo, y la utilización de fertilizantes en la agricultura. Como consecuencia al aumento de temperatura en el planeta, ha habido un desbalance impactante en los ecosistemas, ocasionando el deshielo de los polos, la alteración de los ciclos vitales, la desaparición de especies animales, las sequías y, sobre todo, el desplazamiento y las crisis alimentarias. [2] La ambición humana ha sobrepasado el límite de la madre tierra, convirtiendo al dinero en el mayor enemigo de la naturaleza.



A pesar de múltiples hechos devastadores derivados del fenómeno del calentamiento global, los monstruos del carbono ( empresas petroleras, extractoras de gas natural, minas de carbón, etc) se rehúsan a reducir su huella de carbono y continúan emitiendo cantidades insostenibles de gases de invernadero (gases que se acumulan en la atmósfera de la Tierra y que absorben la energía infrarroja del Sol, tales como el vapor de agua , el dióxido de carbono, el óxido nitroso, el metano y el ozono) [3] para su beneficio monetario.

El antropocentrismo ha consumido a la humanidad y ha logrado cegar al mundo ante las catástrofes naturales que en un futuro repercutirán en nuestro ser. Hoy en día prevalecen ignorantes que se niegan a identificar el fenómeno climático y lo consideran ficticio. El antropocentrismo ha consumido al humano, aislandolo de los demás seres vivos y haciéndole creer superior a los factores incontrolables de la naturaleza. De no ser frenado, el incremento de la temperatura global nos llevaría a la destrucción, provocada únicamente por nuestras acciones egoísticas. El desastre ecológico podría causar daños irreversibles al ecosistema mundial, haciendo la supervivencia humana casi imposible y dejando nuestro mundo inhabitable. Aunque el ser humano sea posicionado como la especie superior, es importante percatarse de la complejidad del ecosistema y los roles esenciales que llevan a cabo los demás seres vivos. El pensamiento antropocentrista podría llevar al humano a la destrucción si él mismo no logra reconocer la importancia de las demás formas de vida.



[1] "Por Qué 2030 Es La Fecha Límite De La Humanidad Para Evitar Una Catástrofe Global."

[2] Español, ACNUR Comité, et al. "¿Cuáles Son Las Causas Del Calentamiento Global?"

[3] ¿"Cuáles Son Los Gases De Efecto Invernader?" Fundación Aquae

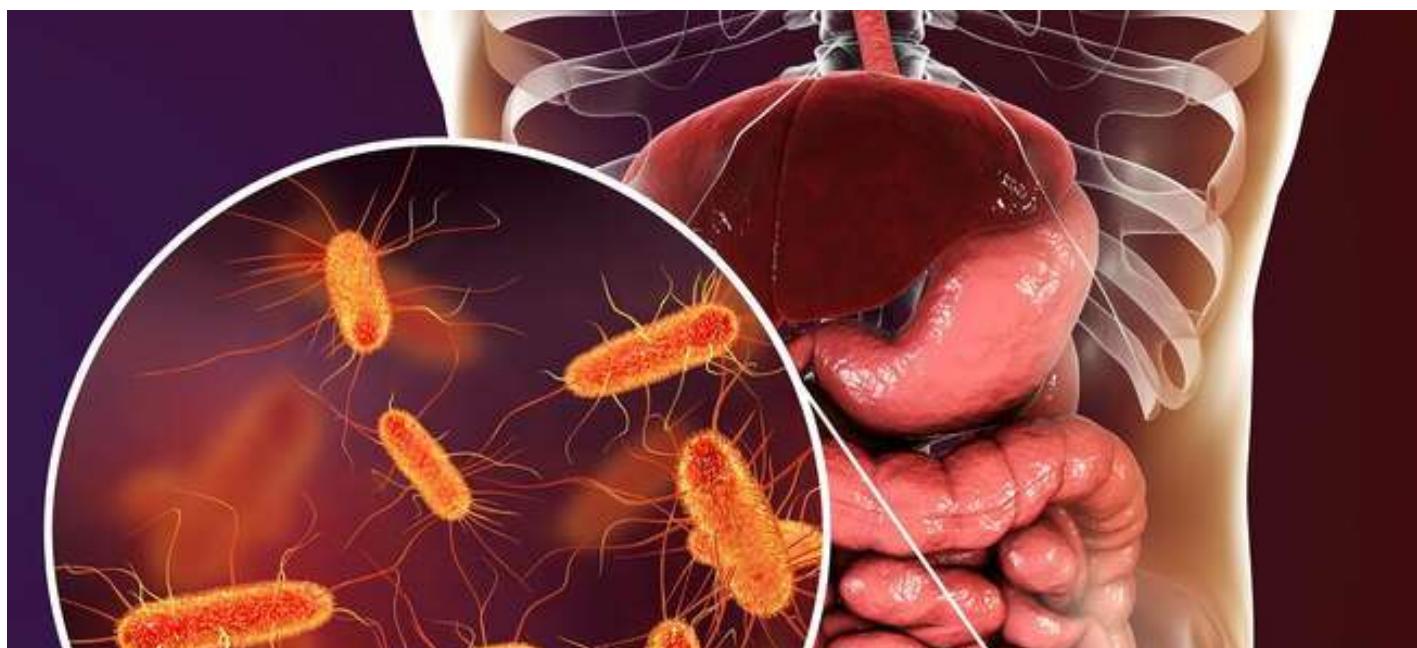
# The Link Between Gut Bacteria and Human Emotions



Por: Camila de la Peña  
12º

The human body is filled with trillions of microorganisms, including fungi, viruses and bacteria, which together make up what we call the microbiome. In human beings the gut microbiome is established three years after birth; at this time the intestinal epithelium and the mucosal barrier it secretes have developed thoroughly enough to tolerate and support the gut bacteria, and are able to serve as a barrier against pathogens.

Each human body has a unique mix of bacteria that is determined by heredity -your mother's microbiome- and your diet and lifestyle. About 300 to 500 of those organisms live in your digestive system tract, mostly in the intestines, and help digest your food, affecting your metabolism and immune system. New studies suggest that these bacteria may even have the ability to affect your mood and emotions.





A study published by the Proceedings of the National Academy of Sciences showed that a group of mice which was fed Lactobacillus Rhamnosus, a type of bacteria well-known for its probiotic properties, exhibited lower levels of the stress hormone corticosterone when subjected to a stress-inducing test, while those fed metabolite-inducing bacteria reacted adversely.

Astonishingly, in some of the Lactobacillus rhamnosus-fed mice, there was an increase in the quantity of GABA (the neurotransmitter responsible for keeping anxiety levels stable) receptors in certain brain regions. The researchers concluded that the gut microbiome balance was crucial for mental health and well-being.

Specifically, they pointed to the importance of bacteria that produce butyrate, a fatty acid that makes the epithelium lining less permeable. Butyrate, along with the vagus nerve, works to keep metabolites produced by harmful bacteria from traveling to the brain where they can negatively impact mood, and anxiety or stress levels. They study led scientists to establish how Dysbiosis (an unbalance of the gut flora) may activate the body's physiological stress response that is normally modulated by the hypothalamic-pituitary-adrenal axis.

The gut and the brain have a two-directional communication pathway; they are deeply interconnected and so reliant upon one another, that scientists believe we have a second "brain" in our gut.

In fact, our digestive tract is lined with over 100 million nerve cells, which is more than the spinal cord or the peripheral nervous system contain. This explains why patients who suffer from Irritable Bowel Syndrome, and other GI issues, often exhibit mood disorders as well, and why antibiotics that disturb the gut microbiome can have neuropsychiatric effects and influence our mood. A study by Valles-Colomer et al. (2019) showed that the neurotransmitter serotonin, which is crucially involved in psychiatric disorders such as depression, is manufactured not in the brain but in the gut. Additionally, the chemicals dopamine, acetylcholine and GABA, which are directly connected with anxiety, concentration and motivation, are also produced by gut bacteria.

Another way in which the microbiome is directly influential in determining human emotions is its role in metabolizing the formerly mentioned neurotransmitters. Along with their production, our microbiota is also responsible for how these neurotransmitters are metabolized, and thus, are key in determining the quantity which is available in the blood circulation. These findings have led scientists to speculate how psychiatric conditions could be treated by improving or altering the gut flora. Although research is still in the early stages, scientists believe that probiotics could serve as a treatment for an array of mood and psychiatric disorders, and may support everyday emotional-well being.



# ¿Hay agua en la Luna?



Por: Lionn Pérez  
11º

El martes 27 de octubre del 2020, el observatorio Estratosférico de Astronomía Infrarroja de la NASA, conocido como SOFIA (Stratospheric Observatory for Infrared Astronomy), descubrió la presencia de H<sub>2</sub>O en la Luna. Lo increíble es que la única manera en la que era posible encontrar agua en las superficies lunares iluminadas por el Sol era que estuviera incrustada en granos minerales, para que se protegiera del ambiente gélido. Tal cual fue la manera en la que el equipo del Centro de Vuelo Espacial Goddard de la NASA en Maryland, dirigido por Casey Honiball la detectó, congelada y en el cráter Clavius, uno de los más grandes visibles desde la Tierra.

Pero, ¿por qué es importante este descubrimiento? Bueno, la astrobióloga de la Universidad Nacional Autónoma de México, Antígona Segura Perlata, nos comenta que “Es importante encontrar agua en otros lugares del sistema solar, del universo o alrededor de otras estrellas porque confirma que la búsqueda de vida no es una idea descabellada”. De hecho, la existencia de vida extraterrestre es uno de los misterios más grandes que existen en la actualidad y es uno de los principales objetivos de la NASA. Desafortunadamente, la astrobióloga explicó que no hay posibilidad de vida en el agua molecular hallada porque se requiere de agua

líquida para transportar nutrientes y alojar microorganismos. Sin embargo, “el hecho de que sepamos que el agua está presente en varios lados del universo y en particular en nuestro sistema solar confirma que la búsqueda de vida tiene fundamento”, concluyó Antigona.

¿Cuáles son los requisitos necesarios para sustentar la vida? Los requerimientos que se necesitan son cinco. El primero es que, para el sustento de la vida se necesita el agua líquida. Esta es esencial ya que se encarga de transportar nutrientes y de hospedar a muchos tipos de microorganismos. Otro de los requerimientos son las temperaturas estables, puesto que la vida necesita una temperatura con cambios no drásticos para poder existir, de lo contrario, los planetas se vuelven terrenos muy difíciles para el desarrollo de la vida. El tercer y cuarto requerimiento es una atmósfera con gases efecto invernadero y energía solar. Los gases invernaderos se encargan de retener parte de la energía que proviene del sol, la cual se guarda en el planeta y se encarga de mantener una temperatura templada y otorgarle energía a

muchos organismos para que estos sobrevivan. Gases suficientemente densos, también mantienen la presión hacia la superficie, cosa también esencial para la vida. El último requisito es la presencia de la química del carbono. El cual es conocido como el componente principal de la vida ya que es el elemento principal en los compuestos orgánicos. La importancia del carbono se relaciona con su habilidad para formar enlaces estables con muchos elementos, incluyéndose a sí mismo. Ésto le permite formar una gran variedad de moléculas, de las cuales 10 millones se relacionan con la vida. Con estos cinco requisitos cumplidos, la vida es posible en cualquier planeta. El descubrimiento de agua en la luna es muy impactante para la búsqueda de vida extraterrestre. Al encontrar agua cabe la posibilidad de que la vida se vuelva creíble y esto hace que la misión eterna no se sienta como una pérdida de tiempo. Pero será que, ¿algún día encontraremos vida fuera del planeta Tierra? Solo el tiempo lo dirá, por el momento es muy importante reconocer y agradecer los pequeños pasos hacia ese gran descubrimiento.





# ARTES

## VIRTUAL GALLERY: CUADRO SIN RASTRO

- 21 Valeria Alcocer
- 22 Miranda Miotto
- 24 Alan Patiño

## SECCIÓN LITERARIA: ALTER EGO

- ### TEXTOS AMOROSOS
- 27 Aldo González
  - 28 Ana Lucía Ávila
  - 29 Romina Lara
  - 29 Makenna Brissette
  - 30 Sammy Favela
  - 30 Laiza Escoto
  - 31 Paulina Villanueva
- ### SHORT STORY
- 32 Laiza Escoto

## ARTE MODERNA: SOBRE LA PORTADA

- 34 Brandon Harris

# VIRTUAL GALLERY

WITH SPECIAL THANKS TO: PLAZA ~~DEL~~ ARTE

EL ARTE DESDE UNA NUEVA PERSPECTIVA

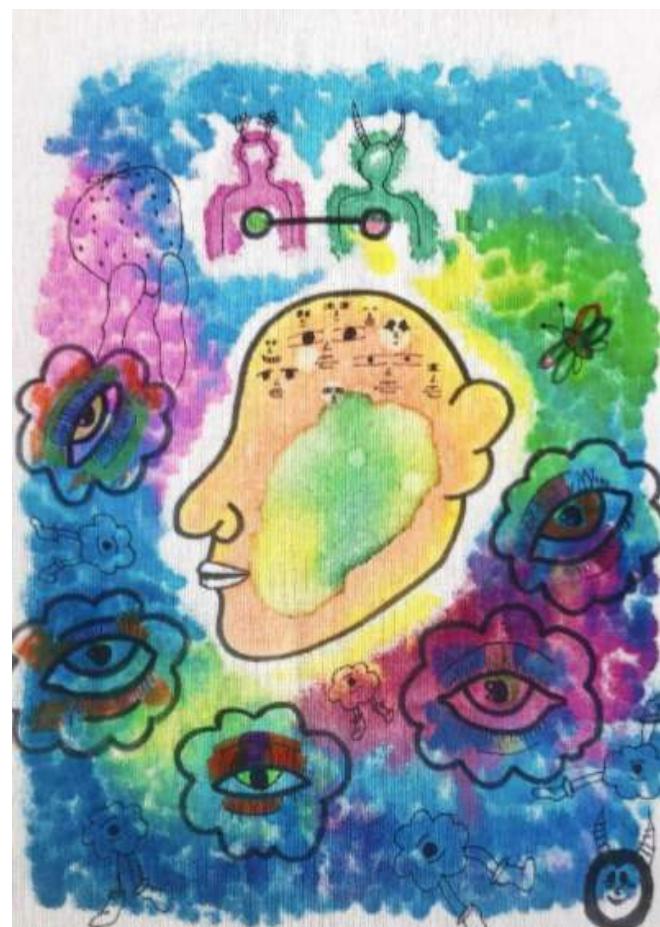
## Connections



Por: Valeria Alcocer

10º

Detrás de mi pieza hubo un largo proceso creativo de prueba y error: en un principio, mi idea era crear un collage de la cabeza de un hombre con fotos de él en diferentes etapas de su vida, y cómo el individuo iba cambiando gracias a las experiencias vividas, si se le veía más contento o más triste, etc. Pero después de releer el punto principal de la actividad, me di cuenta que lo que se me pedía era trabajar con acuarelas; lo cual fue un obstáculo, ya que nunca se me ha dado bien pintar con acuarelas, por la falta de control que uno tiene sobre el material en comparación con una pluma. Los materiales que utilicé fueron sharpie y acuarelas creando una técnica mixta, la cabeza que vemos en medio simboliza un individuo, mientras que los dibujos de expresiones en su frente simbolizan sentimientos, todo lo demás alrededor de este son ideas, esto fue incluido para que el espacio no se viera tan vacío, es un collage de diferentes ideas puestas juntas creando un solo producto final. Influyó mucho el uso de acuarelas en esta obra para crear algo muy libre abierto a la interpretación de cada quien.



# Power and Beauty



Por: Power and Beauty  
10<sup>o</sup>

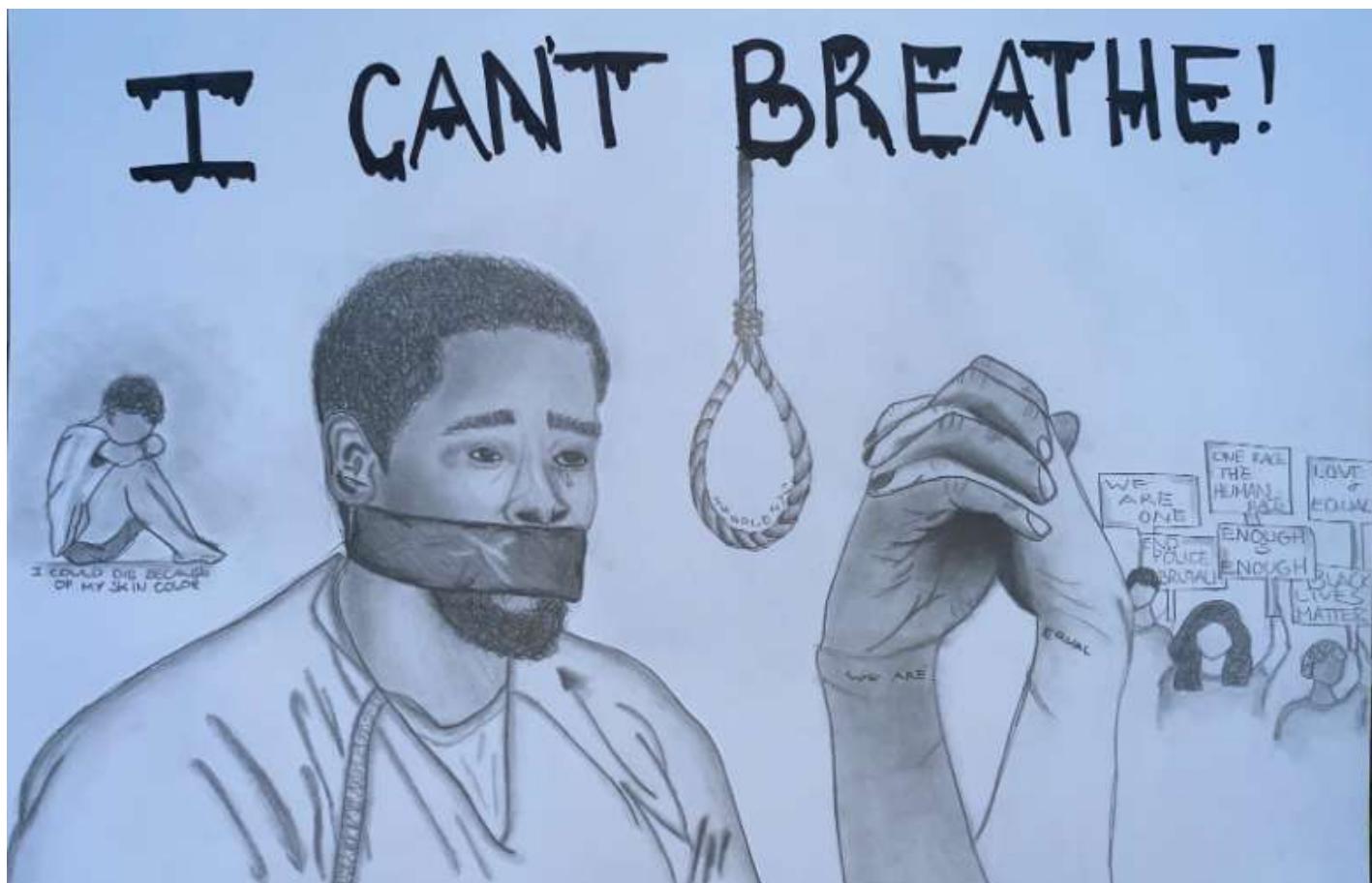


Esta pieza en particular tiene una conexión a nivel personal conmigo, ya que esta obra se refiere a una situación que sigue impactando nuestro mundo hoy. Esta obra se titula "Power and Beauty", ya que el mensaje que transmite, es el poder y la belleza que todas las mujeres alrededor del mundo irradian. Al principio experimenté con varias siluetas y posiciones de la mujer en la obra, al igual que numerosas técnicas para crear las flores con acuarela, hasta encontrar el que más conectaba con el mensaje que deseaba transmitir. La técnica que utilicé influyó bastante en el significado, ya que la manera que colocaba la acuarela hacía que la obra se viera, ya sea, más sutil, potente o delicada. Para concluir, esta obra de arte la cree con la intención de representar a todas las mujeres y la fortaleza, poder y belleza que llevan por dentro.

# One Race, The Human Race



Por: **Miranda Miotto**  
10<sup>º</sup>



Esta obra de arte significa muchísimo para mí, ya que es una pieza con la cual puedo transmitir un mensaje verdaderamente poderoso. Esta obra expresa y significa todo el dolor e injusticia que las personas de color han sufrido, y que al cabo, todos somos iguales y deberíamos ser tratados como uno. Para esta obra, use solamente y específicamente lápiz, y sharpie, para poder realmente llegar a todos los detalles de la obra, al igual que poder crear una pieza que se vea realista. La técnica que usé influyó en el producto final, ya que fue una técnica en donde los colores se van disminuyendo lentamente, para poder transmitir un mensaje de dolor, tristeza y de agonía. Finalmente, esta obra fue creada en varias semanas, ya que era realmente importante que el detalle y el mensaje fueran lo más claro posible, para poder comunicar este mensaje tan poderoso.

# Cuadros sin rastro: La misteriosa desaparición de uno de los grandes de Frida Kahlo



Por: Alan Patiño  
12º

Cuando hablamos de arte mexicano, una de las principales figuras que se nos viene a la mente es la pintora Frida Kahlo. La originaria de Coyoacán logró poner el nombre de México en alto al cautivar miles de corazones alrededor del mundo a través de sus innovadoras obras de arte. Hoy en día, su talento y estilo siguen moviendo el campo artístico y sin duda su nombre está marcado como uno de los más influyentes de la cultura mexicana. Piezas como Las dos Fridas y La columna rota la llevaron al reconocimiento mundial; pero uno de sus trabajos más importantes, La mesa herida, lleva desaparecida más de 6 décadas sin sospecha de su localización. Este misterio se ha convertido en uno de los más grandes en el mundo del arte, el cual hoy en día sigue sin resolverse.

*La mesa herida* es reconocida por ser una de las obras más grandes de Frida Kahlo, pintada en un cuadro de 1.2 metros de alto por 2,4 metros largo, lo cual era poco convencional para la artista, que

estaba acostumbrada a pintar en lienzos pequeños. En la pieza, podemos encontrar su icónico autorretrato en el centro de una mesa salpicada de sangre. Kahlo está acompañada en la pieza por un esqueleto de papel maché, un personaje precolombino, dos niños, y un ciervo. Estos están colocados en un escenario en frente de un telón. La obra, pintada al óleo, fue terminada en 1940 y exhibida por primera vez en ese mismo año en la Muestra Internacional de Surrealismo en la Ciudad de México. Los expertos dicen que La mesa herida simboliza el dolor y sufrimiento por el que Kahlo pasó tras conocer la infidelidad de su esposo, el pintor Diego Rivera, con su hermana, Cristina Kahlo. Kahlo decidió donar la obra a la Unión Soviética y tenía planeado llevarla de gira por múltiples países socialistas. La primera parada fue en 1955 en Varsovia, capital de Polonia, donde fue vista por última vez en una exhibición de arte mexicano sin dejar rastros en archivos, almacenes



o aduanas. Lo único que se tiene de la pintura es una serie de fotos tomadas entre 1940 y 1944, donde se puede apreciar su aspecto original. La búsqueda de la pieza ha revivido en los últimos años, debido a una exhibición que ocurrió en 2017 dedicada a Kahlo y Rivera en el país donde ésta fue vista por última vez. Actualmente, *La Mesa Herida* está valuada en aproximadamente 20 millones de dólares y es considerada una obra maestra del surrealismo. Esto a pesar de que, al momento de su lanzamiento, la pieza no fue bien recibida por los críticos e incluso "había documentos oficiales que decían que la pintura no debía exhibirse, que era tan terrible que no valía ni siquiera el dinero para transportarla, probablemente nunca quisieron recuperarla,"

según Helga Prignitz-Poda, la historiadora que ha estado buscando la obra durante décadas. En julio de este año, un empresario mexicano establecido en Londres afirmó que él era quien guardaba la pieza, la cual puso en venta a 44,9 millones de dólares. Con base en las fotos publicadas por el empresario, se pudieron encontrar diferencias entre esta y las imágenes que se tienen de la pieza original. Una de estas, siendo que la obra fue pintada en madera y no en tela como lo muestra el empresario. Se dice que las imágenes publicadas son de una réplica de la obra. A pesar de que no se han encontrado nuevas pistas desde su desaparición en 1955, los estudiosos de la vida de Kahlo mantienen su esperanzas altas en que algún día puedan ver la pieza original.

AHÍ VIENE CASCARRABIAS

ARTES - ALTER EGO



SECCIÓN LITERARIA

# ALTER EGO

Estos textos amorosos son el resultado de un ejercicio introductorio al Cantar de los Cantares, a partir de palabras sueltas, tomadas de ese hermoso poema de la literatura hebrea (tema de la clase).

-*Kyliel Casillas*

## *El beso del amor*



Por: Aldo González  
11º

Un beso profundo que me llevó a la eternidad,  
tus labios rojos como la granada,  
en los jardines llenos de fruta  
donde la gloria nos endulza.

Un sabor azucarado,  
lleno de miel y sentimientos,  
Dejándome la boca enamorada y esperanzada,  
tu fragancia me recordó al rico olor caneloso,  
causando mis ganas de volver a encontrarte.

Sigo pensando en mi expresión divina,  
debo confesar que en tí sentí la vida,  
un paladar de leche  
que se deshace en el momento.

# Imposible sería no estancarse



Por: Ana Lucía Ávila  
11<sup>a</sup>

Imposible sería no estancarse en su sonrisa,  
aquella del chico de marfil.

Su cabello color cedro resalta el brillo de su piel,  
blanca pureza resplandeciente como el oro.  
Me marchito como un lirio ante su ser.

Su belleza me acecha como un cuervo, desolando mi interior.  
Imposible sería ser amiga de dicho inalcanzable,  
sus ojos me callan con un simple mirar.

---

# Es silenciosa, como una brisa



Por: Romina Lara  
11<sup>a</sup>

Es silenciosa, como una brisa de aire  
en la noche que atraviesa el campo.  
Menea las flores y suelta su perfume.  
La luna escucha, atenta.

Cuán callado, aquel suspiro  
es lo único que se percibe en el abismo.  
Delicado pero estruendoso en la nada.  
Las estrellas escuchan, atentas.

Pasa un momento, y otro, y otro.  
Dos tallos se tuercen en convenio.  
El vino que la envolvía sonríe,  
y aquel que la recibe la protege.

# Himnos vienen de la granada



Por: Makenna Brissette  
11<sup>a</sup>

Himnos vienen de la granada  
tan suave como la miel.  
El sabor de la canela  
y leche de su piel.

Jardines de rosas blancas y puras  
un besito de inocencia.  
Árboles de deliciosas frutas  
se encuentran en esta utopía.

Cuando se mezclan nuestros aientos  
con el roce de tus labios, siento la verdad.  
Tan cerca, pero todavía demasiado lejos  
entre tú y yo, queda clara nuestra necesidad.

# Entonces nos supimos



Por: Sammy Favela  
11º

Entonces nos supimos  
cíclope  
de dos corazones  
jardín de amapolas:

¡nos supe  
fuego artificial!  
explosión de la dulce granada:  
fruta prohibida  
leche de almendras  
en mi taza favorita  
  
y entre labios canela, amor,  
nos supimos  
  
nos supimos ahora,  
nos supimos siempre.

# ¿Tú prometes?



Por: Laiza Escoto  
11º

Prometo ser tu noche y tu día,  
prometo ser tu vino y tu alegría,  
prometo oler a flores y a campo,  
desde hoy y hasta el camposanto.  
Prometo salvarte del abismo,  
ser tu ancla y ser tu sismo.  
Prometo ser el perfume de tu vida  
y salvarte de una vida aburrida.

Prometo hacerte feliz hoy y mañana,  
desde joven hasta anciana.  
Prometo serte fiel a cada instante  
y hacer de tu vida algo brillante.  
Prometo ser tu complemento  
y quitarte hasta el aliento.  
Es lo que yo te prometo vida mía.  
¿Qué es lo que tú prometes a la mía?

# En una mañana cualquiera



Por: Paulina Villanueva  
11º

En una mañana cualquiera  
llegó un cuervo al estanque,  
no hacía nada más que bañarse.  
De repente, un rayo de sol de oro puro iluminó a un lirio,  
un lirio que estaba junto a sus amigos.  
El cuervo se escondió en el cedro y desde ahí admiraba al lirio,  
lo admiraba con anhelo,  
pero este sabía que había un muro de marfil entre ellos.

En una mañana cualquiera,  
un cuervo se fue volando del estanque,  
se fue sabiendo que el lirio nunca sería suyo,  
se fue con un deseo,  
pero nunca regresó a cumplirlo.

# A Native Woman's Reality

## PART 1



Por: Laiza Escoto  
11º

I couldn't believe the day had come, the day I became a teacher. I had been looking forward to this day ever since my eighth birthday as I blew the candles on my chocolate cake and wished to become an educator. I knew exactly what I wanted to do with my life, unlike anyone my age. I was prepared to study all that I had to in order to make my wish come true.

The pavement was still wet from last night's thunderstorm. I walked calmly, but all I wanted to do was dance all the way to "North N. Middle School." I was so excited to finally meet the students I was thinking about and imagining since I got the job. When I walked into the classroom, a wave of serotonin filled my body with excitement. The classroom was much smaller than I thought it would be.

"Well... I guess I'll have less students than I pictured." I thought to myself while looking at the colorless room. Only gray, brown, and black--no red, yellow, or blue.

No joy. I walked over to my desk while looking at my clock. I blew away the dust sitting on the table while thinking about the children I was seconds away from meeting. I took out my books and fun decorations to make the room more welcoming. Then the bell rang.

"1... 2... 3... 4..." I counted the seconds under my breath waiting for them to come in.

As they walked in, my smile got bigger and bigger. I felt a rush I had never felt before, not even when I got that bike for my 14th birthday. But they didn't seem happy. It wasn't the regular not wanting to go to school teenagers frown; it was more like they were scared of me. To my surprise, there were a lot more students than I thought could fit when I saw the classroom. 47 to be exact, 28 boys and 19 girls. The smile in my face didn't fade. I knew for a fact that someday soon they would end up loving me. No one was participating in any of my questions, nor looking up from their desks. I felt hopeless, so I thought of the perfect idea. That same night, I spent 4 hours baking chocolate muffins with chocolate chips. No one could go wrong with extra chocolate. I ended up baking double for each kid so they could take a cupcake home to their family. My counter was filled with 92 muffins, and an extra 2 for me. I also decided to draw fun pictures to put around the classroom. At first I thought of drawing farm animals, like cows and pigs, but I realized these weren't 6 year olds, they were 13 going on 14. I decided to draw out my favorite book covers and stick them on bright colored paper to take away the lifeless environment.

The next day, as I got to the classroom, I set up all the decorations on different walls and

placed a muffin in each desk and hid the others under my desk. I really hoped they liked the muffins, or else this would've all been a fail.

"You must be Miss Dankworth. It's a pleasure to meet you. I'm Mr. Vogel, 8th grade English teacher."

"Good morning sir. It's great to finally meet you." I could tell that something was bothering Mr. Vogel since he was looking around the room with a disgusted look.

"Why did you change up the room? It was better before." He said with a judgemental tone.

"I wanted to add more life into the room, so the students feel more comfortable in this environment," I said confidently.

"Why would you do such things for Indians, I — "

"Excuse me sir," I said furiously "You don't get to come into my classroom and insult my students. Now, class is going to start any minute now and I have to get everything ready for my lesson, please don't let the door hit you on the way out." He gasped and I tried holding in my rage. All I wanted to do was kick him, but I didn't want to lose this job on the second day. Then, the bell rang.

Seconds after, came rushing in, and once they saw their muffins, their eyes started to glow. I could tell most of them were scared to grab it thinking it wasn't theirs.

"Go ahead kids, eat them. I spent all night baking them for you so we can get along better. Come on now, try them." Most of them were still scared to touch them, but once someone did, another one did, then another. It was like a domino effect. I started teaching them about long division as they ate their muffins with the biggest grin. As I saw them work, I couldn't

understand why people would treat them so wrong, just because of their culture and because they're a few shades darker than the rest of us. It was crazy that even their own teachers, like Mr. Vogel, would treat them so poorly.

The bell rang once again. All the kids were packing up their books. I rushed to the classroom door with the other muffins and started giving them to the students as they left class. The last girl in line to leave the class was Adsila Khatri. She was the smallest, yet the wisest. According to my gradebook, she was 12 years old. One year younger than the rest. I could tell she was going to be an amazing student. She loved participating and was shockingly good at math for her grade level. She reached over to grab the muffin, but before she touched it, she gave me a hug. It didn't feel like she was just doing it to be nice, it was more of a grateful and true hug, a bear hug.

"Thank you Miss Dankworth. They are so tasty." She said with her melodic voice.

"You are very welcome Adsila, and please, call me Miss Colette. The last name sounds too fancy and official for me."

"I will Miss C, you can call me Adi, just like my auntie did. Well I have to leave the science room. I'll see you tomorrow. Thank you for the muffins again!" She said as she waved goodbye.

My heart felt full and I got a burst of energy. The students started to like me! I even had a connection with one already, Adi. I danced to my chair, grabbed a muffin and started jotting down ideas for the class. As I walked home that afternoon, I couldn't believe what had happened today. I couldn't believe a student already liked me...

# Sobre la portada

## El Coral



Por: Brandon Harris  
7º

Brandon Harris uses a dizzying variety of characters, colors, and details to create his unique artwork. Possibly inspired by pop culture, cartoons, graffiti, and the world around us, his artworks invite the viewer to look deeper. Last year, Brandon created several works of art for the ASPV art auction, which received much acclaim for their originality and creative composition. Nancy Coates commented, "I really love the way Brandon mixes highly technical and realistic drawings with very whimsical imagined characters. He is an incredible artist and every time I see his art I feel happier knowing that creative minds like his exist."

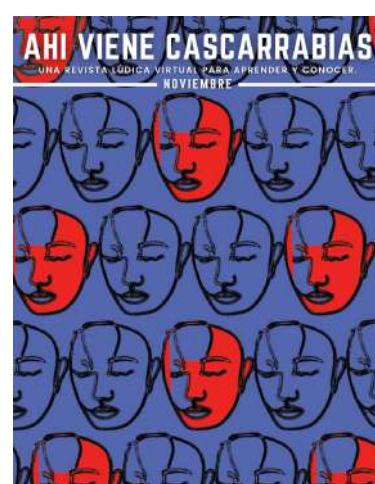
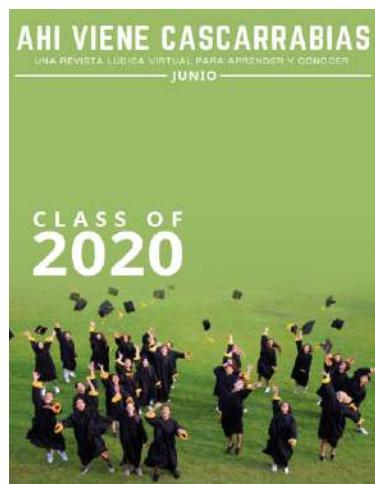
This particular artwork incorporates an animated cast of expressive creatures in an underwater scene, complete with an inventive bed of coral and a cephalopod on a coffee break. By combining elements of value, color, overlapping, and cartooning, Brandon has created an eye-catching and inspiring design. Be on the lookout for his next work!

-Julie Talty



# CONOCE NUESTRAS PREVIAS EDICIONES:

[SHORTURL.AT/CJQTB](http://shorturl.at/cjQTB)



# FUENTES

## INFORMACIÓN

[www.mexico.as.com/mexico/2020/11/28/actualidad/1606570903\\_835276.html.](http://www.mexico.as.com/mexico/2020/11/28/actualidad/1606570903_835276.html)

[www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-54276312](http://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-54276312)

<https://www.ejecentral.com.mx/razon-publica-la-agenda-ambiental-de-biden/>

<https://edition.cnn.com/2020/11/17/politics/biden-climate-change-agenda-senate/index.html>

<https://news.un.org/es/story/2020/08/1479572>

[www.eacnur.org/blog/causas-del-calentamiento-global/](http://www.eacnur.org/blog/causas-del-calentamiento-global/)

[www.milenio.com/ciencia-y-salud/cambio-climatico-provocara-mundo-cientifico-unam.](http://www.milenio.com/ciencia-y-salud/cambio-climatico-provocara-mundo-cientifico-unam.)

[www.fundacionaquaee.org/los-gases-de-efecto-invernadero/.](http://www.fundacionaquaee.org/los-gases-de-efecto-invernadero/)

[www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1323893017301119.](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1323893017301119.)

[www.apa.org/monitor/2012/09/gut-feeling.](http://www.apa.org/monitor/2012/09/gut-feeling.)

[www.atlasbiomed.com/blog/stress-anxiety-depression-microbiome/](http://www.atlasbiomed.com/blog/stress-anxiety-depression-microbiome/)

[www.jornada.com.mx/ultimas/ciencias/2020/10/27/confirman-la-presencia-de-agua-en-la-luna-3296.html](http://www.jornada.com.mx/ultimas/ciencias/2020/10/27/confirman-la-presencia-de-agua-en-la-luna-3296.html)

[www.tecreview.tec.mx/2020/10/29/ciencia/agua-en-la-luna-una-esperanza-la-vida/](http://www.tecreview.tec.mx/2020/10/29/ciencia/agua-en-la-luna-una-esperanza-la-vida/)

[www.ck12.org/book/ck-12-conceptos-biolog%C3%ADA/section/1.9/](http://www.ck12.org/book/ck-12-conceptos-biolog%C3%ADA/section/1.9/)

## FOTOS

[www.usatoday.com/story/news/nation/2020/12/05/covid-vaccine-required-government-employers/3797885001/](http://www.usatoday.com/story/news/nation/2020/12/05/covid-vaccine-required-government-employers/3797885001/)

[www.nytimes.com/2020/04/08/world/americas/ecuador-coronavirus.html](http://www.nytimes.com/2020/04/08/world/americas/ecuador-coronavirus.html)

[abcnews.go.com/Politics/trump-campaign-plans-open-retail-style-community-centers/story?id=69235953](http://abcnews.go.com/Politics/trump-campaign-plans-open-retail-style-community-centers/story?id=69235953)

[abcnews.go.com/Politics/trump-campaign-plans-open-retail-style-community-centers/story?id=69235953](http://abcnews.go.com/Politics/trump-campaign-plans-open-retail-style-community-centers/story?id=69235953)

[nypost.com/2020/09/30/biden-says-green-new-deal-is-not-his-plan-but-campaign-calls-it-crucial-framework/](http://nypost.com/2020/09/30/biden-says-green-new-deal-is-not-his-plan-but-campaign-calls-it-crucial-framework/)

[www.edutopia.org/article/establishing-routines-remote-learning](http://www.edutopia.org/article/establishing-routines-remote-learning)

[www.agenciasinc.es/Noticias/La-exclusion-educativa-ha-repuntado-durante-la-pandemia-de-COVID-19-segun-la-UNESCO](http://www.agenciasinc.es/Noticias/La-exclusion-educativa-ha-repuntado-durante-la-pandemia-de-COVID-19-segun-la-UNESCO)

[www.webmd.com/digestive-disorders/ss/slideshow-best-worst-foods-for-gut-health](http://www.webmd.com/digestive-disorders/ss/slideshow-best-worst-foods-for-gut-health)

[www.sciencealert.com/there-may-be-way-more-water-on-the-moon-than-we-thought](http://www.sciencealert.com/there-may-be-way-more-water-on-the-moon-than-we-thought)

[www.npr.org/2011/10/01/140877924/flying-telescope-makes-an-out-of-this-world-find](http://www.npr.org/2011/10/01/140877924/flying-telescope-makes-an-out-of-this-world-find)

[ny.curbed.com/2019/1/29/18200093/move-to-new-york-city-guide-advice](http://ny.curbed.com/2019/1/29/18200093/move-to-new-york-city-guide-advice)

[www.mentalfloss.com/article/71390/15-things-you-might-not-know-about-leonardo-da-vincis-vitruvian-man](http://www.mentalfloss.com/article/71390/15-things-you-might-not-know-about-leonardo-da-vincis-vitruvian-man)