



## Salud mental

FABRIZIO VÁZQUEZ

A veces nos sentimos solos  
y casi patológicamente tristes,  
sin ánimos de levantarnos  
de la cómoda cama  
ni de platicar con nadie.  
Pero solo habitando este silencio  
y compartiendo lo que ocurre  
en nuestros lastimados corazones  
podremos encontrar la tranquilidad.

Hablemos y tratemos la salud mental.

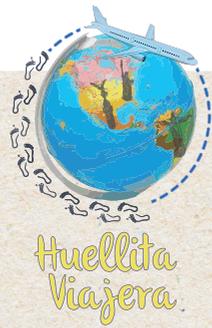
▲ ILUSTRACIÓN: KARLA AQUINO

Palabra clave: S\_lud m\_nt\_l

# ¡HOLA!

Dulce o truco! En esta edición de La Gacetita, viajaremos a través de las letras a Estados Unidos para celebrar Halloween. Además, exploraremos la importancia de la salud mental y el cuidado del agua. ¡Muchos temas interesantes te esperan!

**¡No te quedes sin leer!**



# Halloween

ÁNGEL ROSALES

La noche de brujas o *halloween* se celebra el 31 de octubre. Esta fiesta es de origen celta y tiene su máximo exponente en Estados Unidos, donde meses antes se comienza con los preparativos. **Caramelos, calabazas, fantasmas, brujas, cosas de terror y disfraces;** son los protagonistas de la noche más oscura del año.

## ¿Pero de dónde proviene el Halloween?

*Halloween* se remonta a una fiesta celta de "Samhain" para celebrar el fin del verano. Hace más de 3,000 años, los campesinos irlandeses creían que el 31 de octubre los espíritus caminaban entre los vivos, se vestían de demonios para ahuyentarlos.

Hoy en día, Halloween se ha convertido en una festividad muy popular, donde las casas se llenan de luces de colores y decoraciones espeluznantes, pero también de sonrisas.

Puedes encontrar muchos lugares emocionantes para celebrar Halloween, como El Greenwich Village Halloween Parade en Nueva York, El Huerto de Calabazas de Pipe Creek o El Festival de Otoño en Yesterland Farm.



**¡Deja volar tu imaginación en esta noche llena de terror y diversión!**

Palabra clave: **H\_llo\_eeen**

▲ ILUSTRACIÓN: GABRIELA ESTRADA

## Bon Appétit!



Palabra clave: **Car\_me\_o**

Dulces, pegajosas y para chuparse los dedos: las **manzanas acarameladas** son infaltables en estas fiestas de disfraces de la noche de brujas.

Cómo hacer estas manzanas acarameladas:

1. En un sartén añade azúcar, agua, esencia de vainilla y mantequilla. A fuego medio y mezclando constantemente.
2. Cuando los ingredientes estén mezclados añade colorante rojo.
3. Introduce un palito de madera en el centro de la manzana.
4. Con cuidado bañala la manzana con el caramelo caliente y déjalas reposar hasta que el caramelo se haya endurecido.

**El caramelo caliente puede ser muy peligroso, así que ten siempre la supervisión de un adulto.**

**¡Están listas para disfrutar!**

▲ ILUSTRACIÓN: LESLIE FRANCO



**"Dulce o truco"** es una actividad de la noche de brujas en la que los niños recorren las casas

**de su vecindario disfrazados, pidiendo dulces con el grito "¡dulce o truco!"**

Esta celebración consiste en que los niños a través de esta frase reciban dulces, en consecuencias de no recibir dulces de algún vecino, estos le jugaran una pequeña broma.

Palabra clave: **D\_l\_e**



▲ ILUSTRACIÓN: GABRIELA ESTRADA

DIRECTORIO: Ricardo Villanueva Lomelí, **Rector General** • Héctor Raúl Solís Gadea, Vicerrector Ejecutivo • Francisco Javier González Madariaga, **Rector Centro Universitario de Arte, Arquitectura y Diseño** • Laura Morales Estrada, **Coordinadora General de Comunicación Social** • Arturo Verduzco Godoy, **Jefe del Departamento de Teorías e Historia** • Patricia Rosas Chávez, **Directora de Letras para Volar y Coordinadora editorial de Gacetita** • Editora: Coco Martínez • **Comité Editorial:** Carmen Villoro, Jorge Souza, Alfredo Ortega, Sayri Karp, Jorge Orendáin, Mayra Moreno y Leonardo Mora • **Comité Infantil:** Libertad Castañeda Gonti, Óscar Martínez Joya, Vania Carrillo, Eva Carrillo, Renata Moreno, Ivanna Moreno e Isabella Torres • **Diseño:** Edith Enríquez • **Imagen de portada e ilustrador invitado:** Karla Aquino • **Ilustraciones interiores:** Gabriela Estrada, Leslie Franco, Diego Soto, Yaneth Contreras, Citlalli López, Ricardo Casas y Anayansi Sánchez.

Gacetita UdeG es un Suplemento Especial de La gaceta de la Universidad de Guadalajara, publicación editada desde 1995, por la Universidad de Guadalajara, a través de la Coordinación General de Comunicación Social. Av. Juárez 975, piso 6, Guadalajara, Jalisco, México. Tel. 3134-2222, ext. 12613. Reservas de derecho al uso exclusivo en trámite. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización de la Universidad de Guadalajara.



Presenta al doctor

# Leobardo Cuevas Álvarez

OSCAR GÓMEZ

**La Federación Mundial de la Salud Mental, junto con la Organización Mundial de la Salud, desde 1995 decidieron conmemorar el Día Mundial de la Salud Mental cada 10 de octubre.**

Estas dos instituciones se unieron para generar conciencia hacia las **consecuencias y afectaciones que trae el descuidar la salud mental**. A su vez, se busca combatir el estigma marca y segrega a quienes padecen problemas de esta índole.

**Desde tierras tapatías, te presentamos al Doctor Leobardo Cuevas Álvarez**. Se ha dedicado por más de 19 años a la investigación sobre la **salud mental y tiene numerosos aportes a la psicología mexicana y mundial, poniendo el nombre de Guadalajara en alto.**

El Doctor Leobardo nació el 18 de enero de 1960, **estudió la licenciatura en psicología en la Escuela de Psicología de la Universidad de Guadalajara y se tituló mediante su tesis : "Un modelo experimental para el estudio psicobiológico de los procesos cerebrales de organización y regulación de la conducta motora"**. Continuando con sus estudios e investigaciones, ha sido publicado en más de 20 ocasiones con textos científicos en el desarrollo de psicología, neurociencias y otros.

En 2016 fue publicado el libro **"Aportes de la investigación psicológica en México"** por la Universidad de Guadalajara; el Dr. Leobardo fue coordinador de la publicación y coautor del libro. Contó con la colaboración de académicos de toda la republica mexicana expertos en el tema; graduados de prestigiosas universidades como la Benemérita Universidad de Puebla, la *University Press of the South*, la Universidad Autónoma de ciudad Juárez, la Red Deporte de Calidad, el Claustro Universitario de Chihuahua y la Universidad Autónoma de Nuevo León.



Es un tomo con 11 capítulos, entre los que destaca el III, titulado **"Análisis de la Investigación Psicológica en los campos convencionales y emergentes de la Psicología: Revisión de algunas revistas científicas mexicanas"** que, por cierto, escribió en coautoría el Doctor Leobardo. Contamos con un sinfín de profesionales en la salud mental innovando aquí en nuestro estado.

**Esperamos ver esa innovación reflejada en nuestro personal profesional de psicología muy pronto.**

Palabra clave: P\_icol\_gía

▲ ILUSTRACIÓN: LESLIE FRANCO



# El arte y la salud mental

CRISTIAN GÓMEZ

En la última década ha surgido un creciente interés y conciencia en la sociedad respecto a la **salud mental**, evidenciando un cambio significativo en la forma en que las personas abordan su bienestar general. Se observa una tendencia hacia la toma de decisiones más conscientes que no solo se centran en la salud física, sino también en el cuidado integral de la salud mental.

En el marco del **Mes Mundial de la Salud Mental**, es imperativo destacar la importancia de difundir información sobre las condiciones mentales y promover medidas preventivas a su deterioro. **La OMS** (Organización Mundial de la Salud) **respalda la idea de que la exposición al arte puede ser una estrategia efectiva para prevenir enfermedades mentales**. Numerosos estudios recientes respaldan esta afirmación al demostrar los impactos positivos que las expresiones artísticas tienen en la calidad de vida, incluida la significativa **reducción del estrés y la ansiedad**.

Este cambio de enfoque hacia la salud mental refleja un progreso positivo en la percepción de la sociedad, reconociendo la necesidad de cuidar tanto el aspecto psicológico como el físico. **La inclusión de actividades artísticas en la rutina diaria, ya sean de apreciación o creación, emerge como una herramienta valiosa para potenciar el bienestar mental, por tanto contribuye a la construcción de una sociedad más consciente y saludable.**

Participar en actividades artísticas no solo se limita a la apreciación pasiva del arte, sino que también funge como una poderosa herramienta para fomentar el desarrollo personal. Las diversas herramientas que se pueden desarrollar a través de este tipo de actividades, así como el fortalecimiento



de importantes factores personales como la autoestima y autoaceptación, ayudan a formar una especie de barrera natural contra numerosos trastornos mentales; así como pueden apoyar en su tratamiento si estos ya se padecen.

**El arte, en sus diversas formas, facilita la expresión emocional, mejorando así la resiliencia frente a los desafíos mentales cotidianos. En este sentido, la participación activa en el mundo artístico se presenta como una inversión valiosa en la salud mental y emocional de las personas.**

Palabra clave: **A\_te**

▲ ILUSTRACIÓN: DIEGO SOTO

que no te lo cuenten

CRISTIAN GÓMEZ



▲ ILUSTRACIÓN: YANETH CONTRERAS

## Gotita de Lourdes Benito

En este mes especial, conmemoramos el Día Interamericano del Agua, y qué mejor manera de educar a los más pequeños que con un libro infantil cautivador. Este libro está repleto de ilustraciones vibrantes y encantadoras, cada página es una parte del viaje que sigue una gota de agua llamada Gotita. Con 26 imágenes fascinantes, este libro logra explicar de forma divertida el ciclo del agua, creando una historia única a través de sus cautivadoras imágenes. Es una experiencia que los lectores no olvidarán, sumergiéndose en el fascinante mundo del agua de manera entretenida y educativa.

Palabra clave: **G\_tit\_**

### Materiales

- Cascarón de huevo
- Pinturas acrílicas o acuarelas
- Pinceles de diferentes tamaños
- Marcadores
- Toallas de papel o periódico
- Recipientes para agua
- Música relajante de fondo

### Actividad:

- 1 **Toma todos los materiales necesarios.**
- 2 **Cierra tus ojos y piensa en cómo te has sentido últimamente. Puede ser un día en específico, una situación o una emoción general.**
- 3 **Pinta o dibuja. Es importante recordar que no debes preocuparte por crear algo "bonito" o "perfecto". Debes permitir fluir tus emociones libremente con patrones, formas, figuras, palabras, colores, etc.**
- 4 **Comparte lo creado con tus seres queridos. Puedes colgar los productos o exponerlos de alguna forma.**

**¡LISTO!**

¡No olvides compartirnos tu obra de arte!  
Envíalos al correo: [lagacetita@cuaad.udg.mx](mailto:lagacetita@cuaad.udg.mx)



▲ ILUSTRACIÓN: CITLALI LÓPEZ

Octubre 2024

Dom	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sab
		01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

## Agenda

Letras para Volar te invita a las comunidades de **Tabachines, Parque el Grillo, El Colli Urbano y el Parque de las Niñas y los Niños**, donde podrás aprender y divertirte. Todos los domingos de **10:00 a.m. a 1:00 p.m.**

Para más información visita nuestras redes sociales



Letras para Volar



# Cientílocos

CRISTIAN GÓMEZ

## Filtro de agua casero

Dado que este mes celebramos el **Día Interamericano del Agua**, qué mejor manera de conmemorarlo que concientizando a las personas sobre la importancia crucial del agua en aspectos fundamentales como la vida, la salud, la alimentación y el medio ambiente. Por ello **es importante ahorrar y reutilizar el agua lo más posible para darle el mayor provecho a este recurso natural**

### Materiales

- 1 botella plástica grande
- 250 gramos de arena
- Grava o piedras pequeñas
- Algodón o tela de filtro
- Tijeras
- Agua sucia para filtrar
- Carbón activado (puedes obtenerlo de cápsulas de carbón activado o comprarlo en polvo)

**tan importante.** Y si te da miedo reutilizar el agua por que esta sucia o contaminada, una buena forma de limpiarla es por medio de un **filtro de agua.**

Enseguida te mostraremos como hacer tu propio filtro de agua casero. Esto te ayudará a obtener agua limpia que podrá ser utilizada para distintos fines.

- 1 Lava bien la botella plástica y quita la etiqueta.
- 2 Con ayuda de un adulto, corta la parte superior de la botella (donde se encuentra la tapa) para hacer un embudo invertido.
- 3 En el extremo abierto del embudo, coloca una capa de algodón o tela de filtro para evitar que las partículas grandes entren al filtro.
- 4 A continuación, agrega una capa de carbón activado. El carbón activado ayuda a eliminar impurezas y olores del agua.
- 5 Después, añade una capa de grava o piedras pequeñas. Esto ayudará a filtrar partículas más grandes.
- 6 Luego, agrega una capa de arena. La arena actúa como otro filtro para eliminar partículas más finas.
- 7 Repite los pasos 3 a 6 hasta que hayas creado varias capas de algodón, carbón activado, grava y arena.
- 8 Coloca la botella sobre otro recipiente limpio para recoger el agua filtrada.
- 9 Vierte el agua sucia lentamente en la parte superior del embudo y deja que pase a través de las capas de filtro.
- 10 Recoge el agua filtrada en el recipiente debajo y verifica su claridad.

No olvides compartirnos tus resultados y contarnos sobre tu experiencia al momento de realizar el experimento.

Escríbenos: [lagacetita@cuaad.udg.mx](mailto:lagacetita@cuaad.udg.mx)



### NOTA

Este filtro casero ayudará a mejorar la calidad del agua, pero ten en cuenta que no eliminará todos los contaminantes; no puede ser bebida, pero puede ser utilizada para bañarse, regar las plantas o limpiar tu casa.

Palabra clave: A\_u

▲ ILUSTRACIÓN: LESLIE FRANCO

## Tecnología



# El correo electrónico

OSCAR GÓMEZ

**¿Sabes todo el proceso que implica enviar una carta por correo? ¿Te has preguntado cómo le harán para mandar una carta de una oficina de correos al otro lado del país o incluso del mundo?**



Es un proceso bastante complejo, ya que se tiene que redactar el contenido cuidadosamente para después preparar un sobre con muchos datos tanto del remitente, que es quien envía la carta, como del destinatario, que es quien la recibe. Se tienen que comprar sellos específicos y enviar de una oficina de correos hasta el domicilio de otra persona, que si está dentro del país **tarda aproximadamente 2 días hábiles en llegar**, mientras que si se exporta a otro país podría tardar entre 5 y 10 días.

Honrando esta ardua labor, **el 9 de octubre de cada año se conmemora El Día Mundial del Correo, establecido desde 1969 en Tokio**. El día coincide con el aniversario de la creación de la **Unión Postal Universal, establecida oficialmente en 1874**.

En el año de 1971, gracias a Ray Tomlinson, pudimos dar un gran salto tecnológico en la **mensajería instantánea**. Este gran programador informático ingenió el primer sistema de correo electrónico con una infraestructura similar a la que se conoce hoy en día: un buzón digital personal en el que podías recibir mensajes. **Al usar el símbolo «@» (o arroba), puedes comunicarte con una persona a un computador específico**.

Tomó algunos años para perfeccionar este sistema y hacerlo un poco más funcional. No fue hasta 1977 que se terminó de configurar la estructura estándar del mensaje y además se **le añadieron campos importantes como el del destinatario y remitente**, así como la opción de reenviar el correo a más personas. En 2003, los dispositivos móviles que manejaba la compañía Blackberry añadieron la opción de poder **ingresar a tu buzón de correo electrónico desde tu propio celular**.

**¿Te has preguntado el proceso que conlleva el enviar un correo electrónico?**

Cuando se envía un correo electrónico, el mensaje se enruta de servidor a servidor hasta llegar al servidor de correo electrónico del receptor. En términos más sencillos, el mensaje se envía al servidor del correo electrónico que tiene la tarea de transportarlos hacia el servidor del destinatario. El internet ayuda a que estos servidores se comuniquen entre sí, así se realiza la tarea de mandar y recibir mensajes a través de un correo electrónico.

**¿Tú prefieres mandar cartas en físico o enviarlas por correo electrónico?**

Palabra clave: **C\_rre\_**

▲ ILUSTRACIÓN: GABRIELA ESTRADA



## Día Nacional del Médico

OSCAR GÓMEZ

**Todas las enfermeras y enfermeros, el personal paramédico y todos los médicos especialistas son esenciales en cualquier país;** en este país se les reconoce su arduo trabajo y se conmemora un día especial para estos héroes. **Desde 1937, el 23 de octubre de cada año se conmemora el día nacional del médico en México**. Coincide con el día de la creación de la facultad de medicina de la UNAM en 1833, antes conocido como el Establecimiento de Ciencias Médicas.

**¿Sabes cuál es el proceso para poder recibirte de la licenciatura como Médico Cirujano y Partero?**

Bueno pues aquí en Jalisco puedes estudiar esa carrera en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara. Semestralmente abren la convocatoria para realizar el examen de admisión, mismo que semestre tras



semestre cuenta con la mayor puntuación mínima para entrar: pidiendo casi los 180 puntos y teniendo que lograr casi la excelencia de examen.

**Hoy en día, según las estadísticas de gobierno de México, contamos con más de 225 mil médicos (hombres y mujeres); junto con las cerca de 312 mil enfermeras y demás profesionales de la salud**, realizan más de un millón de atenciones médicas diarias: alrededor de 4 mil 300 nacimientos, cerca de un millón de consultas, casi 10 mil cirugías, más de 16 mil hospitalizaciones y cerca de 100 mil urgencias.

Sin lugar a duda es una labor aplaudible y admirable. En este día en especial mostremos gratitud hacia el personal médico de nuestro círculo social.

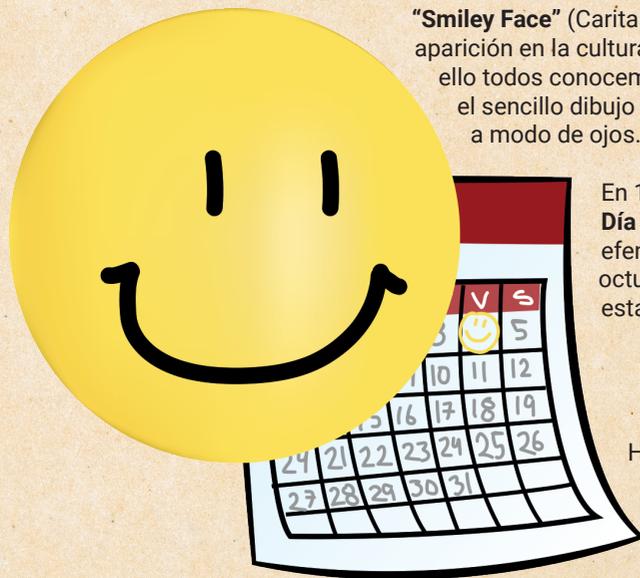
**¿Tú cuántos paramédicos, enfermeras y médicos conoces?**

Palabra clave: **\_éd\_co\_**

▲ ILUSTRACIÓN: GABRIELA ESTRADA

## “¡Ayuda a una persona a sonreír!”

En 1963 Jack Adam, el vicepresidente de una compañía de seguros de Worcester le encargó a Harvey Ball un diseño que alegrara a sus trabajadores, pues la empresa pasaba por un momento de incertidumbre. Es entonces cuando Harvey Ball crea la famosa “Smiley Face” (Carita Sonriente), que desde entonces ha hecho su aparición en la cultura popular en incontables ocasiones. Gracias a ello todos conocemos la icónica carita, casi siempre amarilla, con el sencillo dibujo de una sonrisa y dos puntos (o líneas ovaladas) a modo de ojos.



En 1999, Harvey Ball tiene la idea de celebrar el **Día Mundial de la Sonrisa**, y desde entonces la efeméride toma lugar cada primer viernes de octubre. El eslogan, de la mente del mismo Ball, se estableció como:

**“haz un acto de bondad. ¡Ayuda a una persona a sonreír!”.**

Harvey Ball muere en abril de 2001, y en su honor se funda la *Harvey Ball World Smile Foundation*, patrocinadora oficial del **Día Mundial de la Sonrisa** y que cada año recauda fondos para diferentes obras de caridad.

**Sonreír tiene muchas más ventajas de las que la mayoría de la gente conoce.** Una de las principales es que con la sonrisa sí aplica el “finge hasta que te lo creas”. Sabemos que nuestro cerebro influye en los movimientos de nuestro cuerpo, pero esta comunicación es bidireccional: **los movimientos de nuestro cuerpo también influyen en nuestro cerebro.** Existe una correlación entre accionar los músculos en nuestro rostro que nos ayudan a sonreír y la producción de serotonina y endorfinas en nuestro sistema. Aún cuando la sonrisa fuera un poco forzada, **existen estudios que demuestran que llevarla puesta nos puede ayudar a procesar mejor las emociones de los demás, en otras palabras, a ser más empáticos.** Esta práctica también nos ayudaría a afrontar y procesar mejor el estrés así como las situaciones que pueden estar provocándolo. **La sonrisa es entonces una bonita herramienta que nos puede ser útil de muchas maneras.**

**No tienes por qué limitar tu sonrisa al primer viernes de octubre, pero es buen momento para recordar sus beneficios, sonreír y ayudar a otras personas a hacerlo.**

Palabra clave: So\_r\_sa

▲ ILUSTRACIÓN: YANETH CONTRERAS



ECOLOGÍA

## Agua: La fuente de la vida

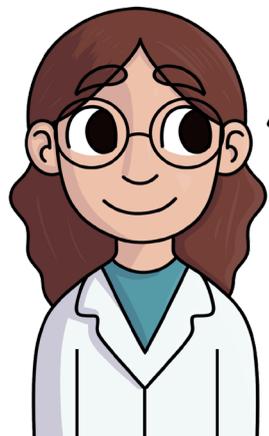
RU BECERRA

**“Hay mucha agua sin vida en el universo, pero en ninguna parte hay vida sin agua” explica la bióloga marina Sylvia Earle.**

3%

Desde 1992, gracias al XXIII Congreso Interamericano de Asociación Interamericana de Ingeniería Sanitaria, **cada primer sábado de octubre se conmemora el Día Interamericano del Agua.** El objetivo principal es

**sensibilizar a la población americana sobre el uso consciente del agua potable.** Con dicha meta en mente, se promueven campañas dirigidas a los niños en muchos de los países involucrados, pero motivar a la población en general es el propósito final.



Se estima que **solo el 3% del agua en el planeta es apta para el consumo humano, y de ese porcentaje aproximadamente un tercio se encuentra en Latinoamérica.** De ahí la gran responsabilidad que cae sobre los latinoamericanos y la importancia de esfuerzos como este por reforzar dicha responsabilidad.

Se trata no solo de cerrar el grifo mientras nos enjabonamos o cepillamos nuestros dientes, también hay que **estar al pendiente de los proyectos del gobierno por el cuidado del uso industrial de las grandes fuentes de agua como los mantos acuíferos, así como el tratamiento de las aguas residuales.**

**El cuidado de este indispensable líquido es responsabilidad de todos.**

Palabra clave: S\_ns\_biliz\_r



▲ ILUSTRACIÓN: CITLALLI LÓPEZ

▲ ILUSTRACIÓN: RICARDO CASAS



# Dibujemos las palabras

SOLO.FABRII

Lee el siguiente texto y trata de representar por medio de figuras y formas (pinturas, dibujos, esculturas, etc) las palabras y frases que están subrayadas.

Las personas no creen en la existencia simultánea de los contrarios, menos en la conversión de los elementos de una paradoja, pero en mis grandes y extendidos viajes por el mundo pude observar cosas inimaginables, básicamente imposibles.

Cuando visité la ciudad de Mamburú conocí catedrales del tamaño de una aguja. Dentro, en sus pasillos, habían cuadros pintados de color llanto y esculturas con formas de círculos cuadrados.

En la región de Tartaria, cerca de los límites del mundo, me enfrenté a edificios enigmáticos donde las personas caminaban subiendo para abajo y bajando para arriba.

Uno de los últimos lugares que conocí fueron las playas de los desiertos, donde decidí meterme al mar a nadar un rato. Me llevé la sorpresa que al adentrarme sudoroso terminé secándome con el agua.

Por último, en mi viaje más amistoso en el que conocí a mi hermosa esposa, fui al pueblo de la ciudad. Tuve la oportunidad de oler colores, ver olores, de masticar el aire y de prender fuego a las nubes.



▲ ILUSTRACIÓN: ANAYANSI SÁNCHEZ

## Ilustradora invitada:

KARLA AQUINO  
@KALEKOALAA.EXE



¡Hola! Soy Karla pero también me dicen Kale, tengo 24 años y estudio **Diseño para la Comunicación Gráfica en la Universidad de Guadalajara**. Desde que tengo memoria me ha gustado **dibujar y leer**, fue por esto que decidí especializarme en **ilustración y diseño editorial** deseando que mi trabajo algún día inspire a infancias que también disfruten de la lectura.

Me gusta mucho hacer **dibujos llenos de color y que puedan transmitir la alegría que siento al ilustrar**. La mejor parte de dibujar es poder darle forma a tus ideas y **expresar lo que las palabras no pueden**.

Otros artistas que me han inspirado para crear son Micah Ulrich, Costa Salmón y Junji Ito, recomiendo muchísimo su trabajo, es precioso.

Puedes ver más de mi trabajo en **Instagram: @kalekoalaa.exe**



## Pasatiempo: Sopa de letras

CRISTIAN GÓMEZ

S	A	O	V	H	D	T	C	K	R	A	D	H	S
O	A	F	R	E	H	C	I	Z	C	Y	U	M	E
N	U	L	D	N	H	A	L	L	O	W	E	E	N
R	S	B	U	Q	U	R	C	I	T	H	U	J	S
I	F	O	T	D	B	A	D	S	T	V	D	H	I
S	T	A	J	U	M	M	B	G	M	O	I	S	B
A	B	G	E	T	X	E	V	C	O	R	M	O	I
T	F	U	I	O	H	L	N	A	Q	T	C	R	L
C	O	A	N	E	J	O	I	T	U	R	I	N	I
O	T	R	I	N	C	A	N	U	A	E	F	T	Z
R	Ñ	O	F	A	T	H	R	S	V	L	O	X	A
R	Q	M	E	D	I	C	O	S	U	E	J	A	R
E	B	Z	T	Ñ	P	U	W	A	X	R	G	F	S
O	J	P	S	I	C	O	L	O	G	I	A	U	F

- Agua
- Caramelo
- Correo
- Gotita
- Halloween
- Médicos
- Psicología
- Salud mental
- Sensibilizar
- Sonrisa



▲ ILUSTRACIÓN: ANAYANSI SÁNCHEZ

RESPUESTAS DE SEPTIEMBRE

Q	I	U	R	C	H	O	C	O	L	A	T	E	M
U	D	N	E	T	Q	P	Ñ	O	D	E	L	C	R
D	K	I	D	H	B	L	O	T	E	R	I	A	B
E	C	V	D	E	F	E	G	H	S	T	V	T	H
M	F	S	A	R	P	T	R	U	N	I	C	O	V
O	L	Ñ	M	E	E	Y	C	A	R	V	Y	J	
C	N	A	U	A	C	Q	N	H	T	D	B	I	W
R	Y	C	N	S	U	O	D	I	X	O	C	G	
A	J	E	R	O	L	I	G	N	E	O	S	B	U
C	T	T	J	C	O	L	D	O	K	N	H	F	O
I	W	A	S	Z	I	A	B	I	Y	U	C	O	B
A	O	I	M	A	X	O	E	F	R	V	D	I	C
E	N	A	H	E	R	A	P	T	S	C	J	C	A
R	P	N	I	N	O	G	A	D	A	R	M	E	D

Descarga la app Letras para Volar



Visítanos y descarga libros electrónicos gratuitos en: [letrasparavolar.org/libros](https://letrasparavolar.org/libros)  
Sé parte de Gacetita y cuéntanos sobre ti y lo que más te divierte. Envía tu historia a [lagacetita@cuaad.udg.mx](mailto:lagacetita@cuaad.udg.mx)