

EL ECO ESTUDIANTIL

Periódico escolar



DEPORTES

Amanda Droguett, estudiante del curso 1° medio A se destaca por su participación en el campeonato de tenis de mesa organizado por el instituto nacional del deporte



MES DEL ORGULLO LGBTIQ+

En junio se conmemora a nivel mundial el mes del orgullo o pride month, el cual tiene como finalidad promover el respeto y la emancipación de las comunidades LGBTIQ+



ELECCIONES DEL CGPA

2023



Semana del 19 al 23 de junio

SALUD MENTAL



¿Sabías que alrededor del 12% de los adolescentes en Chile presentan o presentaron un TCA?



Salud mental: Los trastornos de conducta alimentaria

Por: Fernanda Aguilera (2° medio B)

Los TCA o Trastornos de conducta alimentaria son una condición que ocurre usualmente en adolescentes con una baja autoestima que no es tratada adecuadamente. Es importante hablar de estos temas, ya que de no tratarse a tiempo puede dejar consecuencias graves en la salud mental y física, tales como daño al corazón, al aparato digestivo, etc. También son propensos a causar depresión y/o ansiedad, autolesiones, pensamientos intrusivos, etc.

¿cuáles son los indicios de un TCA?

- Culpa: sentir culpa por comer ya sea mucho o poco.
- Necesidad de compensación: sentir la necesidad de compensar con ejercicio la cantidad de comida ingerida.
- Conteo de calorías: contar constantemente u obsesivamente las calorías por cada día.
- Restringirse: ponerse un límite de calorías o comidas por día.
- Atracones: comer en grandes cantidades y luego hacer rituales de purga (ya sea con ejercicio, ingesta de laxantes, vómito, etc.).
- Dismorfia corporal: distorsión de la autopercepción, no reconociéndose o cambiando su estado físico psicológicamente.

¡Importante!

Si tienes uno o más de estos indicios, deberías acudir con una psicóloga. Si no tienes la oportunidad, el colegio cuenta con una psicóloga siempre disponible para los alumnos, Maite Caro. Pide ayuda, no debes pasar por este proceso solo/a.

Lo más importante, es darse cuenta a tiempo y querer salir de ahí. "cuando no comes, tu cerebro te come a ti".

PRIDE! month

Por: Paulina Castro Candia (1° medio B)

**Ha llegado junio y con él la celebración del mes del orgullo, pero antes,
¿Qué se celebra en junio?**

En junio principalmente se celebra el mes del orgullo o también conocido como pride month en inglés.



¿Cómo se originó esta celebración?

El origen de esta celebración se remonta al 28 de junio de 1969, cuando tuvieron lugar los conocidos "disturbios de Stonewall" (Nueva York), que marcan el inicio de la lucha por los derechos de las personas homosexuales. La madrugada del 28 de junio de 1969, la policía de Nueva York dirigió una redada contra el pub Stonewall, situado en el Greenwich Village.

RESULTADOS ELECCIONES DEL CGPA 2023



Tras las pasadas votaciones del centro general de padres y apoderados, los resultados fueron los siguientes:

Votos Si: 211

Votos No: 7

Votos Nulo: 1

Votos en Blanco: 2

Por lo tanto, nuestro nuevo CGPA se compone por:

Presidente: Sr. Marcelo Valdebenito, Apoderado de 4ºA.

Tesorerera: Sra. Pascal Hermosilla, Apoderada de 4ºA.

Secretaria: Sra. Ester Salazar, Apoderada de 8ºA

De parte de toda la comunidad educativa del colegio Javiera Carrera, les deseamos mucho éxito en su gestión.