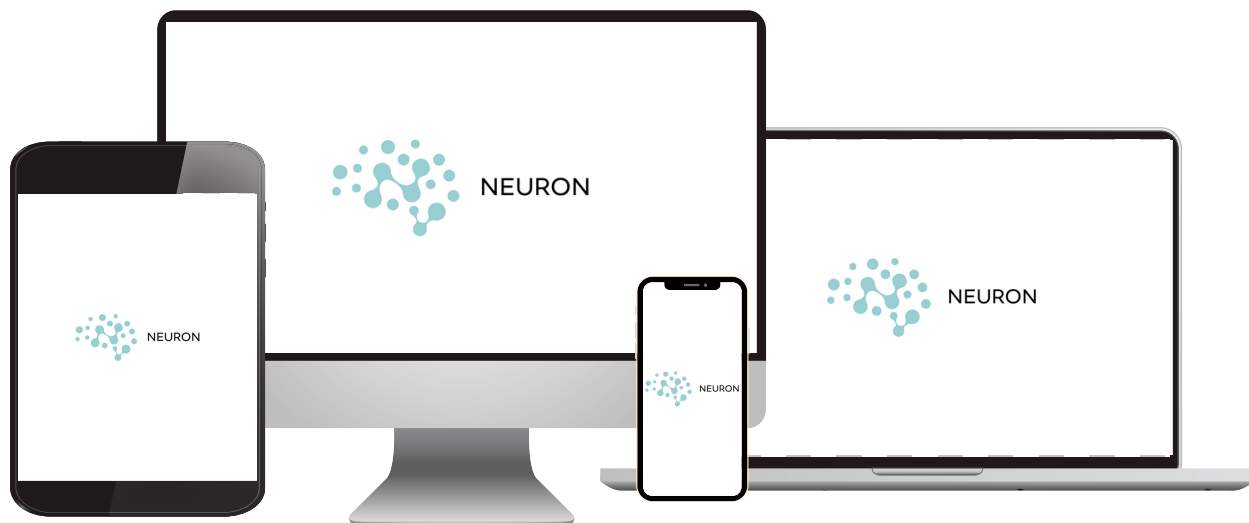


El primer Periódico digital inclusivo

VOLUMEN 17
ABRIL 2023

NEURON DIGITAL



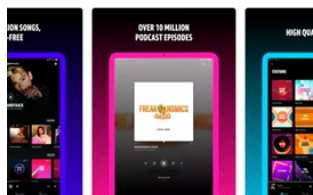
NUESTROS PERIODISTAS SON:

- Elena Herradón Barrio
- Clara Jiménez Candelas
- Ángel Medina Ciria
- Odette Rodríguez Martínez
- Salomé Rodríguez Martínez.



Evitar la censura

¿Quién es Roald Dahl? ¡No te pierdas la noticia de Clara!



5 Apps alternativas a Spotify

Ángel nos cuenta la forma más económica de escuchar música en nuestro móvil.



Cine

Odette nos cuenta las consecuencias que el COVID trajo a la gran pantalla.



La historia detrás de San Valentín

¡Vais a alucinar con la investigación que ha hecho Elena sobre la historia que hay detrás de esta fecha tan señalada!

Del Brasil profundo a todo el mundo

Si os apetece aprender algo sobre arte, no os perdáis la noticia de Salomé.

5 APPS ALTERNATIVAS A SPOTIFY

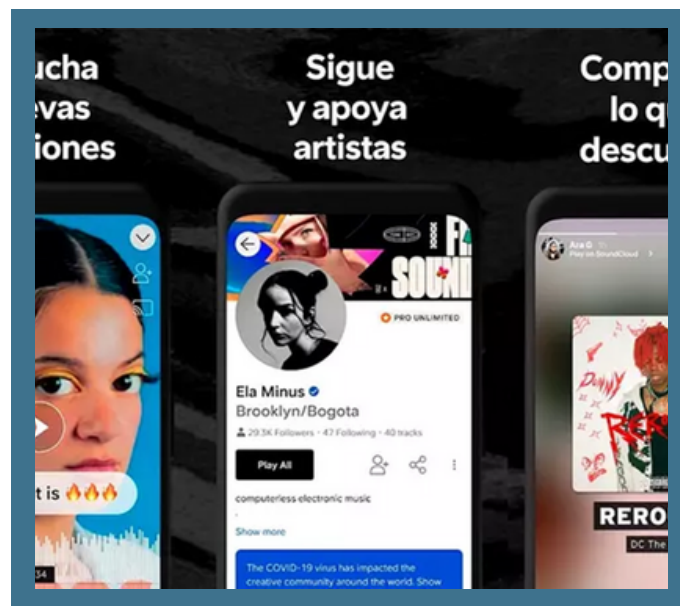
POR ÁNGEL MEDINA

1.- YOUTUBE MUSIC

Google no se queda atrás en las apps de música, hay más de 70 Millones de canciones disponibles y descargables. Tiene el mismo sistema que Youtube. Algunos anuncios entre canciones.

2.- LAST.FM

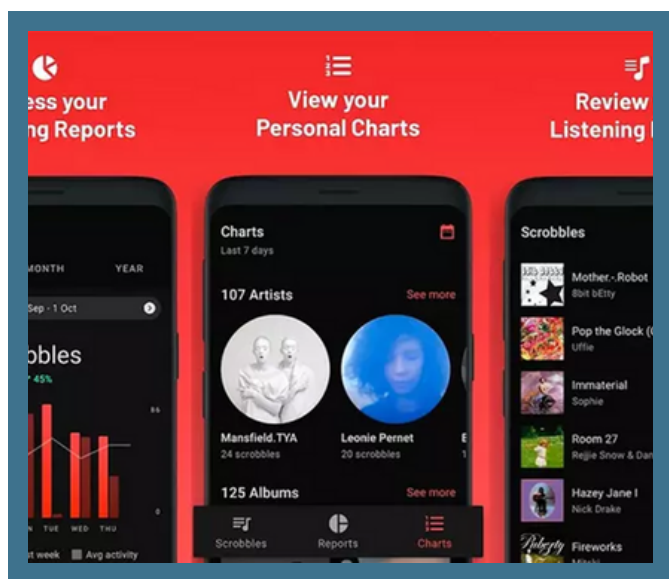
Esta es una de las alternativas más famosas a Spotify, tiene una versión gratuita que para sorpresa de todos contiene anuncios, Last fm, nos recomienda canciones según nuestros gustos musicales y últimas canciones escuchadas.



Cuando escuchamos música en nuestro móvil hay muchas formas de hacerlo, comúnmente suele ser pagando suscripciones. Pero no es viable para tod@s.

3.- SOUNDCLOUD

En esta última app es muy similar a Spotify gratis en las que puedes descubrir nuevos grupos y artistas internacionales. Tiene 30 Millones de artistas internacionales y 275 millones de canciones 'escuchables' y no solo es música, también son Djs, mezclas, improvisaciones etc. Incluso es posible comunicarse con tus amigos y los artistas con la app. Puedes crear playlists para todos los eventos y/o ocasiones especiales.



LA HISTORIA DETRÁS DEL DÍA DE SAN VALENTÍN

POR ELENA HERRADÓN

Todo el mundo está deseando que llegue San Valentín para poder expresarle su amor a sus seres queridos, sin embargo, muy pocos saben la historia detrás de este día. Hay quien dice que comenzó siendo una fiesta pagana. Otros culpan a Chaucer, autor del poema "*The Parliament of Foules*". Pero, en verdad, ¿quién fue san Valentín y por qué celebramos este día actualmente?

La historia más antigua del origen del Día de San Valentín se remonta a las Lupercales. Esta era una festividad pagana de gran éxito que durante siglos se celebró a mediados de febrero y se dedicaba a la fertilidad. Cuando el papa Gelasio I llegó al poder a finales del siglo V, puso fin a las lupercales, y la Iglesia Católica declaró que el 14 de febrero se celebrarían las fiestas en honor al mártir san Valentín.

Según otras versiones, el origen de este día no llegaría hasta 1.000 años después con el poeta Geoffrey Chaucer y su poema "*El Parlamento de las Aves*", en el que el 14 de febrero las aves y los humanos se unían para encontrar una pareja. Es posible que Chaucer hubiera vinculado el romanticismo a esta fecha más o menos por casualidad, ya que es en esta época cuando las aves europeas empiezan a aparearse. Poetas posteriores como Shakespeare siguieron el ejemplo de Chaucer y contribuyeron a crear las connotaciones románticas actuales.

Por otro lado, hay más de 30 santos llamados Valentín, de entre los cuales destacan dos como candidatos al origen de este día, a pesar de que ninguno abordó cuestiones del corazón. Ambos Valentines fueron mártires, ejecutados por el emperador romano Claudio en el siglo III el 14 de febrero, aunque con algunos años de diferencia.



El primer Valentín fue un sacerdote detenido durante las persecuciones romanas de los cristianos. Ante la negativa de renunciar a su fe, fue puesto bajo arresto domiciliario. El señor de la casa donde retenían a Valentín le desafió a que le mostrara el verdadero poder de Dios, a lo que él le devolvió la vista a una joven ciega y toda la casa se convirtió. Cuando el emperador se enteró del milagro y la conversión, Valentín fue ejecutado.

El segundo, el obispo Valentín de Terni, era conocido por su capacidad de sanar discapacidades físicas. Tras una noche de oración, el obispo curó a un chico que no podía ni hablar ni enderezarse, y la familia y otros académicos se convirtieron al cristianismo. Poco después, detuvieron al obispo por sus milagros y, al negarse a convertirse al paganismo, lo decapitaron.

Gran parte de la historia de como llegó hasta nosotros esta festividad es un misterio, ya que los detalles se han perdido con el paso del tiempo y los románticos los han ido modificando. No podemos saber con exactitud el origen o la razón de este día, debido a que hay varias teorías que explican el origen de esta festividad, pero sí sabemos que, hoy en día, el 14 de febrero simboliza una excusa para demostrarle amor a las parejas.

EVITAR LA CENSURA

POR CLARA JIMÉNEZ



"Siempre hemos defendido la literatura infantil y juvenil, y publicado libros, sin atender a ningún tipo de censura, con independencia de las modas y circunstancias del momento".

Editorial Santillana

Roald Dahl fue un novelista, cuentista, poeta y guionista británico de ascendencia noruega. Tiene en su haber un buen número de obras infantiles y no solo hablamos de sus libros, sino por sus adaptaciones al cine y musicales.

La editorial Santillana no adaptará los libros de Roald Dahl tras sumar cuatro décadas publicando sus obras.

Santillana defiende que seguirán publicando libros "complejos, atemporales, que no subestimen al lector", características que son propias de las obras de Roald.

Pero el editor de sus libros y Roald Dahl Story Company, propietaria de los derechos de su obra, se unieron a Inclusive Minds, un colectivo que trabaja para que la literatura infantil sea más inclusiva y accesible, para reescribir los libros. De esta forma, por ejemplo, en *Charlie y la fábrica de chocolate* uno de los personajes que originalmente Dahl describió como "gordo", ahora es "enorme"; y también se han eliminado adjetivos como "feo" o en *Las brujas*, el personaje principal dice que *"tirá del pelo a las mujeres para saber si llevan pelucas porque son brujas"*, a lo que su abuela le responde *"no puedes andar tirando del cabello de cada dama que conoces"*. Ahora, esta dice *"hay muchas otras razones por las que las mujeres pueden usar pelucas y ciertamente no hay nada de malo en eso"*.

Estos cambios en la literatura están mucho más presentes en nuestro día a día como presenciamos en este caso.

Te invito a que leas las obras realizadas por este genio de la escritura y te crees tu propia opinión sobre la censura en la actualidad.

CINE

P O R O D E T T E R O D R Í G U E Z



Durante el COVID, cuando ocurrió la pandemia, los cines y las salas de cine se tuvieron que cerrar. Los estrenos de películas se trasladaron a fechas futuras o se retrasaron indefinidamente. Cuando los cines y las salas de cine cerraron, la taquilla global cayó en miles de millones de dólares, mientras que el streaming se hizo más popular. El stock de las salas de cine cayó dramáticamente. Muchos éxitos de taquilla originalmente programados para ser lanzados entre marzo y diciembre fueron pospuestos o cancelados en todo el mundo, y las producciones cinematográficas también se tuvieron que detener.

El enfoque ha estado puesto en establecer protocolos para lograr que el público se sienta seguro en el regreso a las salas. *“Estamos capacitando a todos los empleados para que sepan qué tienen que hacer, cómo lo tienen que hacer, la parte de las mascarillas, higiene, saturación de las salas... En promedio, estamos abriendo las salas al 30% o 50% de capacidad, para cumplir con las reglas de la sana distancia, y sacamos un certificado que hace que toda nuestra cadena de suministro venga completamente sanitizada y libre de cualquier contaminante”.*



DEL BRASIL PROFUNDO A TODO EL MUNDO

POR SALOMÉ RODRÍGUEZ



Maxwell Alexandre. Nuevo poder: pasabilidad. La Casa Encendida, Galerna, 2023

"El evangelio dice que la fe sin la obra está muerta, pero la obra sin fe también lo está. Hay que creer y hay que hacer, las dos cosas van juntas, así que yo me limito a cumplir con mi parte".

Maxwell Alexandre es un brasileño que, desde su infancia en Rocinha, ha dedicado su vida al arte, aunque, según dice el, no ha asistido nunca durante su niñez a una clase de dibujo, en cambio llegó a estudiar en la Universidad Católica de Río, en las clases de Diseño y Artes Visuales, en las que si que le enseñaron dibujo. Su principal forma de expresión, durante esta época, era el patinaje, y también participó en capoeira, pero no le es fácil reconocerlo, y lo dice pocas veces por temor a que la gente de por hecho que es de estereotipo afrobrasi-

leño.

Ser afrobrasileño le ha complicado las cosas en su carrera a "la cima del arte", pues si bien influencia la raza y la nacionalidad, también el tema de la geografía entra en juego. Aunque la zona en la que él vivía era considerada "una tierra fértil para la creatividad", el mercado artístico de Brasil es escaso en varios sentidos.

Su exposición más reciente, llamada **Nuevo poder: pasabilidad**, se puede ver en La Casa Encendida, en Madrid, donde el artista habla sobre su relación con la Iglesia evangélica llevando un chándal y gorra.

Sus obras son sus autorretratos, pues no representan ningún tipo de ideología ni política, y el arte lo describe como su propia religión.

LA ASIMILACIÓN DEL ESTRÉS

POR ELENA HERRADÓN

Definido como un estado de cansancio mental provocado por la exigencia de un rendimiento muy superior al normal que suele provocar trastornos físicos y mentales, el estrés es un sentimiento a la orden del día para la mayoría de los alumnos. Aun así, no debe ser suficiente para los profesores, ya que si no nos ven estresados, les parece que no estamos haciendo nada.

En el segundo trimestre todo alumno recibe la misma charla de todos los profesores todos los años...es suficiente para bajarle la moral a uno.

“os veo demasiado relajados”, “esto se ve reflejado luego en las notas”, “así no vais a sacaros el curso”, “¿a qué habéis bajado en las notas?”, “a ver cuántas más os quedan para la tercera”



Si bien no niego que en algunos casos es necesario recordarnos que no nos confiemos y perdamos el ritmo (sobre todo en un curso tan importante como segundo de bachillerato, en mi caso), ¿por qué si no se nos ve subiéndonos por las paredes significa que estamos haciendo el vago todas las tardes?

Como alumna de último curso, los pocos días en los que tienes más tiempo libre para dedicarte a esos hobbies abandonados que a los deberes, se disfrutan como si no fueras a tener más en tu vida. Por lo que cuando podemos disfrutar de ellos, no entiendo porqué los profesores nos tienen que hacer sentir culpables por respirar a un ritmo normal y dormir más de seis horas diarias.

Es sano y necesario descansar de una intensa racha de estrés y otras emociones fuertes y dedicar nuestro tiempo a personas y acciones que nos gustan.

LA INSEGURIDAD ALIMENTARIA

POR ODETTE RODRÍGUEZ

Las mujeres y las niñas sufren en silencio la “inseguridad alimentaria”. Significa que faltan alimentos y esto tiene efectos graves para la salud y el desarrollo de las personas, especialmente las niñas.

Ellas comen más tarde y menos cantidad. También se ven obligadas a casarse pronto para ayudar a salir adelante a sus familias.

Un total de 7.158 ciudadanos de Etiopía, Somalia, Kenia, Sudán del Sur, Mali, Burkina Faso, Níger y Haití han hablado con la ONG y ella ha analizado sus resultados, las conclusiones son:

- Inseguridad Alimentaria “falta de alimentos” tampoco entiende de igualdad en géneros.
- Además las niñas sacrifican antes su educación que los niños.
- En menos de un año, las familias que están desesperadas recurren a casar a sus hijas para aliviar la presión sobre las finanzas de los hogares y obtener pagos de dote (aportación o bienes con motivo del matrimonio).



“Viajar distancias largas de noche es bastante arriesgado para nosotros, niñas y mujeres más jóvenes, expuestas a riesgos de violencia sexual, incluye violación, y en peligro por animales salvajes peligrosos como hienas” -Informe del Plan Internacional-

En Etiopía, país que está junto con Kenia y Somalia sufren actualmente la peor sequía experimentada en “El Cuerno de África en 40 años”, los datos recogidos por la ONG sugieren que los matrimonios infantiles han aumentado en el 51%.

Mujeres en Etiopía prefieren ir a fuentes a por agua de noche recorriendo en total 15 a 25 kilómetros, con el peligro que supone eso, para evitar competencia.

“El hambre es un problema que podemos resolver, pero se necesitan medidas muy urgentes para evitar que la crisis alimentaria se convierta en hambre, especialmente para las niñas. Los donantes deben aumentar la financiación”, insiste el Dr. Unni Kh Krishnan, director de Global Humanitarian.

A mi esto me parece muy mal porque esta forma de comer puede llevarles a la obesidad y a problemas de salud por la mala calidad de su alimentación.

El Lenguaje del Cuerpo

POR SALOMÉ RODRÍGUEZ



“ Cuando yo frunzo el ceño estoy activando mi amígdala... cuando llegue una situación estresante se va a hiperactivar, y esto hará que yo hiperreaccione”.

Nazaret Castellanos

Nuestro cuerpo tiene sus posturas, y esas posturas mandan unos mensajes a nuestro cerebro, para que éste sepa identificar y proyectar una emoción. Por ejemplo, si yo tengo una postura de felicidad, mi cuerpo le va a mandar a mi cerebro un mensaje que dice “estoy feliz”, de tal forma que el cerebro comenzará a activar unos mecanismos neuronales para que esté feliz enteramente, no sólo mi postura: de ahí que alguien pueda cambiar de emoción tan rápidamente.

También está demostrado que no solo tenemos 5 sentidos, sino 8, pero que los que el cerebro considera menos importantes son los que todos conocemos: la vista, el sabor, el oído, el olor y el tacto. Los otros tres son llamados la interocepción, la propiocepción, y la vestibular, y sirven para lo siguiente:

Interocepción:

Es el sentido que le dice a nuestro cerebro sobre el funcionamiento de nuestros interiores, tanto órganos como vísceras. Este sentido es el encargado de ayudarnos a mantener nuestro equilibrio corporal, y es de vital importancia para nuestra existencia, pues gracias a ella podemos saber si estamos heridos, enfermos, asfixiados, deshidratados, hambrientos, incluso la excitación sexual, y cosas así.

Propiocepción:

Este es conocido también como el "sexto sentido", y su propósito es recoger la información que es transmitida por la postura y por la posición del cuerpo y por los músculos y las articulaciones del sistema locomotor, para más tarde enviar este mensaje a el cerebro. Y, al contrario que los cinco sentidos comunes y conocidos, este es totalmente inconsciente. Pon por ejemplo, cuando estas por la mañana, te acabas de levantar y casi no puedes abrir los ojos del cansancio, pero, aun así, eres capaz de beberte tu café/taza de leche/ vaso de agua/ desayuno con los ojos cerrados. ¿Como? Pues es este sentido es que te permite hacer esto, y no te das cuenta de ello. Las personas que no tienen la propiocepción, son incapaces de hacer movimientos coordinados, según el jefe de Laboratorio de Desarrollo y Función de Circuitos Neuronales del Centro Max Delbrück de Berlín, el Dr Niccolò Zampieri.



Vestibular:

Este informa principalmente de como estamos orientados y como nos sentimos en nuestro entorno; si estamos de pie, boca abajo, haciendo el pino y cosas así. También tiene mucha influencia sobre el equilibrio corporal, que principalmente esta centrado en el laberinto de oído interno, pues es el que falla cuando nos mareamos y empezamos a perder el equilibrio.

En Neuron, nuestra terapeuta ocupacional, Aurora Izquierdo, es la encargada de valorar estos sentidos que pocas personas conocen.



LA VIDA ES NUESTRA, NO DE OTROS

POR CLARA JIMÉNEZ



Joe Scarnici/WireImage

"Definitivamente no quiero tener hijos. No creo que fuese una gran madre, soy una gran tía o amiga de madre. No quiero tener un hijo para que me lo críe una niñera. No tengo tiempo para criar a un hijo",

Chelsea Jane Handler es una comediante, actriz y escritora estadounidense que trabajaba para la cadena E! Entertainment Television. Actualmente tiene su propio programa en Netflix, que se emite miércoles, jueves y viernes. Chelsea está cansada de que le pregunten sobre cuándo va a ser madre, tal y como ha dejado claro en numerosas ocasiones.

No creo que sea necesario criticar a una persona públicamente porque tome una decisión propia, es decir, que no incumbe a nadie más, solo afecta a la vida de quien la toma. No nos tendría que importar lo que esa persona quiera, debido a que no sabemos la situación que vive o cómo piensa sobre el asunto, en este caso el no tener hijos y no "satisfacer" la idea de ser madre.

Cuando alguien famoso toma la iniciativa de no tener descendencia, se descubre, llega a los oídos de diferentes medios y se termina difundiendo la noticia que puede llegar a ser irritante por las opiniones negativas que aparecen en toda red social o programa de entretenimiento. Si esta se tomase por una persona "del público" se criticaría debido al tipo de sociedad inadaptada a los nuevos tiempos, pero no se sabría a tanto nivel, ni sería la "comidilla" de todos los shows y revistas estadounidenses. Para terminar os invito a que reflexionéis y os elaboréis vuestra propia opinión sobre este tema.

¿CÓMO PUEDO DETECTAR Y ELIMINAR VIRUS DE MI ORDENADOR?

POR ÁNGEL MEDINA



En esta columna enseñaré a eliminar virus siguiendo los siguientes pasos enumerados:

1°. Pulsar Windows + R

2°. Escribir en ejecutar mrt

Tiene que aparecer el cuadro de al lado y tienes que poner lo que está dentro del campo.

3°. Acepta el acceso de administrador.

4°. Te aparecerá el siguiente cuadro y debes darle a: **Siguiente>análisis rápido o completo** (el de especificar carpeta no lo recomiendo) > **pulsar siguiente** y automáticamente empezará a analizar.

En los antivirus si escaneas para descubrir problemas no será verdad, de hecho, solo es publicidad. Así que cada vez que quieras encontrar y eliminar virus **usa el comando mrt**.

Espero que te haya gustado esta columna.

