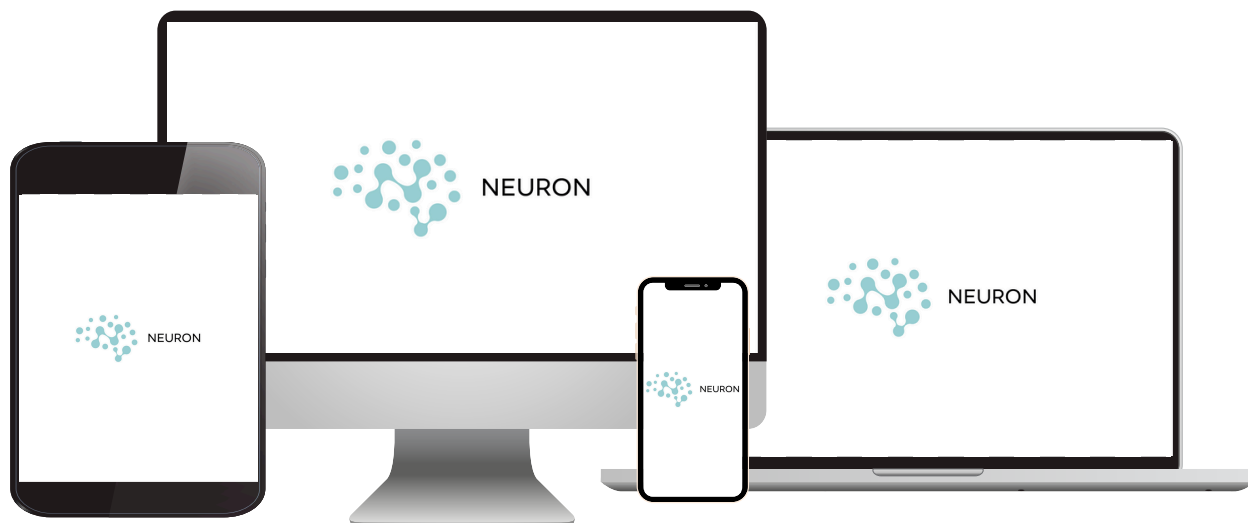
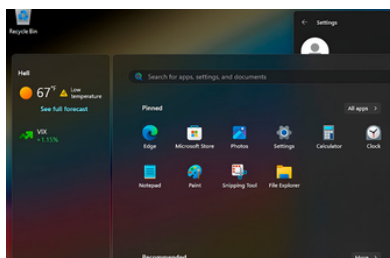


NEURON DIGITAL



NUESTROS PERIODISTAS SON:

- Clara Jiménez Candelas
- Aitana Jiménez Pérez
- Ángel Medina Ciria
- Odette Rodríguez Martínez
- Salomé Rodríguez Martínez



CAMBIOS EN WINDOWS 11

Ángel tiene una noticia especializada para nosotros, ¡no te la puedes perder!



“VIAJE DEPORTIVO” CON EL COLE

Odette nos trae una noticia deportiva que pronto será una realidad.



LOS AMIGOS Y LA SALUD MENTAL

Aitana nos trae una reflexión sobre la amistad, un aspecto fundamental en la vida de cada uno de nosotros.

¿MÁS REGLAS?

Salomé nos presenta esta noticia tan interesante.

DROGAS PSICODÉLICAS EN TRATAMIENTOS PSIQUIÁTRICOS

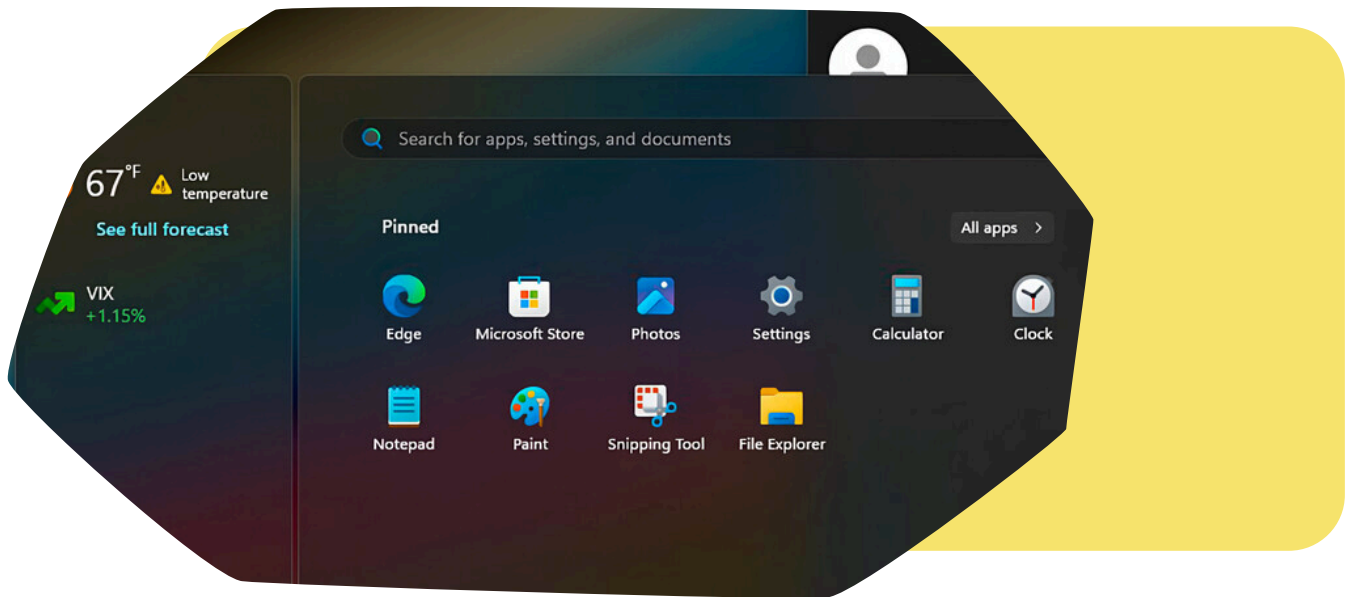
Clara nos comparte una noticia controvertida. ¡No puedes perdértela!





Cambios en Windows 11

Por Ángel Medina



Microsoft quiere rediseñar la pantalla de inicio del sistema operativo. En un tiempo es posible que haya una actualización para los usuarios de Windows 11. Esto ha sido descubierto por un fan del software, ha difundido capturas (imágenes) de una versión de prueba de Windows 11.



Van a añadir nuevos widgets y van a reubicar el menú. Se mostrará información actualizada en los widgets creados por los desarrolladores. Han añadido desde Microsoft dos widgets, uno de la temperatura actual y un botón que quiere que recibamos más noticias del clima. Hay muchas opciones (cosa que recuerda un poco a los widgets de los móviles) con Windows Phone 7 y Windows 8 (unas baldosas que aparecían animadas de los móviles con Windows), no se sabe cuando va a salir a la luz esta actualización y todavía esto está en desarrollo pero también van a añadir un apartado llamado "recomendaciones".

Desde los inicios de Windows 11, no han parado de sacar actualizaciones con mejoras para el sistema operativo, sin embargo, el tan famoso Windows 10 todavía sigue siendo el rey entre los ordenadores, cosa que a Microsoft no le gusta.

OCIO Y DEPORTES

POR ODETTE RODRÍGUEZ



Los alumnos y alumnas de 2 ESO de mi colegio van a realizar un viaje de deporte en la montaña.

Su viaje durará 3 días y 2 noches en los que emprenderán muchos deportes y se lo pasarán genial.

Empezaremos por el **día 1**:

Harán ese día **barranco** con una organización llamada Club Secja. Estarán 3 horas bajando barrancos en los que habrá agua y se echarán buenas risas.

Luego el **día 2** irán a hacer **espeleología** en cuevas en las que irán con Astún Aventura quienes les enseñarán cuevas, cuantos años tienen y seguramente pinten algo diciendo que han estado ahí.

Por último el **día 3** harán **rafting** con Astún Aventura también y ya se les acabará el viaje.



¿CON QUIÉNES PODEMOS HACER DEPORTES EN LOS PIRINEOS (ARAGÓN)?

- Montañismo pues acompañado por muchas empresas pero yo, por ejemplo, os digo Aragón Aventura.
- Escalada con SoloMonte.
- Rutas acompañados por Senderos Ordesa.
- Senderismo junto a Ki Travels.
- Bicicleta de Montaña con Prepyr365.
- Paseos a caballo acompañados de Yumping.
- Running con Wikiloc guiándote por distintas rutas.
- Ciclismo junto a Ciclismo Máster.



¿Y EN SIERRA NEVADA (GRANADA)?

- Esquí con Sierra Nevada Experience.
- Montañismo con guiasierranevada.
- Senderismo Nevadensis.
- Ciclismo Rutas E-Bike.
- Barranquismo con Tropical Extreme.

¿Y EN GUADARRAMA (MADRID)?

- Escalada en rocas con Madrid Adventours
- Esquí nórdico junto a Muntania
- Raquetas de nieve con Yumping
- Rutas con tu bicicleta gracias a Rocroi
- Ascensiones invernales con SierraGuadarrama.com



LOS AMIGOS Y LA SALUD MENTAL

POR AITANA JIMÉNEZ

Los amigos pueden mejorar la salud mental. Esto es porque los buenos amigos siempre están ahí para ayudarte en los momentos difíciles. Y no solo eso, también te ofrecen compañía, lo que previene el aislamiento y la soledad.

Los adultos con relaciones sociales consolidadas tienen menos riesgo de sufrir problemas de salud como la depresión, la hipertensión arterial y un índice de masa corporal (IMC) poco saludable. Contar con relaciones sociales fuertes puede aumentar hasta diez años la esperanza de vida.

Al contrario, las relaciones tóxicas te agotan mentalmente y te hacen sentir mal. Todo esto puede llegar a causar depresión o ansiedad. Esto también provoca que empieces a dudar de ti mismo o que te veas como un mal amigo, envenenando relaciones cercanas.

En general, tener amigos afecta positivamente a la salud mental. Simplemente hay que elegir bien con quien estar y en quien confiar.

✦ ¿MÁS REGLAS?



POR SALOMÉ RODRÍGUEZ



Una nueva regla se ha añadido a la educación escolar, la cual indica el uso prohibido del móvil en las escuelas. Hoy en día, los niños reciben un móvil, o “smartphone”, a una media de edad de 10,9 años, para ser más concretos, según un estudio llevado a cabo por UNICEF y la Universidad de Santiago de Compostela.

El uso del móvil a una edad tan prematura afecta al desarrollo personal del niño, ya que les causa insomnio, problemas de conducta y en algunos casos puede causar depresión y ansiedad infantil, llegando a casos tan extremos como la *nomofobia*, la fobia a estar sin el móvil.

Habiendo visto esto, el Consejo Escolar del Estado, que se encarga de reunir a toda la comunidad educativa (profesores, familias, sector educativo, ministerio de educación, y demás) ha aprobado por unanimidad la aplicación de la siguiente regla en los centros educativos; ***“Queda prohibido el uso de móviles en el aula, tanto para llamadas como para mensajería o cualquier otro propósito”***



Esta normativa ha sido confirmada por la presidenta del organismo del Consejo Escolar del Estado, Encarna Cruces, después de su reunión con la ministra Pilar Alegría, diciendo lo siguiente; **"Somos conscientes de que vivimos en una sociedad digital, que conlleva ciertos peligros. Por eso, debemos formar a las nuevas generaciones en un uso responsable de la tecnología. Todos estamos de acuerdo en esta postura, pero tenemos que encontrar alternativas en la docencia y recuperar juegos tradicionales y de convivencia"**, resalta esta, explicando lo que piensan tantos.



Se ha declarado lo siguiente; los niños tanto de infantil como de primaria, NO podrán llevar el móvil a la escuela a no ser que sea completamente necesario, ya sea motivos de salud o el tener que tener controlado a dicho alumno. En cambio, el alumnado de secundaria Sí podrá traer el móvil al colegio pero deberá mantenerlo apagado en todo momento, desde la entrada hasta la salida del colegio, ya que tanto en los recreos como en el comedor no se podrá sacar el móvil. Por último, los que acudan a bachillerato y al resto de formación no obligatoria (Formación Profesional y demás) podrán usar el móvil o smartphone bajo el criterio de los docentes.

Las tecnologías, como se ha mencionado anteriormente, son fuentes de adicciones, especialmente para los niños.

Así que, he aquí la cuestión; ¿qué ha pasado para que tengamos que llegar a este punto? ¿Es culpa del niño, por no saber controlarse? ¿O del padre, por no saber limitarle?

DROGAS PSICODÉLICAS EN TRATAMIENTOS PSIQUIÁTRICOS

POR CLARA JIMÉNEZ



En un movimiento significativo hacia la modernización de los tratamientos de salud mental, varios países europeos están considerando la legalización y regulación del uso de drogas psicodélicas para fines terapéuticos.

Estas sustancias, que incluyen: el LSD, la psilocibina (derivada de los hongos alucinógenos) y el MDMA, han mostrado resultados prometedores en estudios clínicos recientes para el tratamiento de trastornos como: la depresión resistente al tratamiento, el trastorno de estrés postraumático (TEPT) y la ansiedad asociada a enfermedades terminales.

Reino Unido, Alemania y los Países Bajos están liderando estas investigaciones, que sugieren que, **bajo supervisión médica**, estas sustancias pueden ser herramientas poderosas para la psiquiatría. En particular, la Agencia Europea de Medicamentos (EMA) ha comenzado a revisar ensayos clínicos que investigan la seguridad y eficacia de estos compuestos. La comunidad médica y científica europea muestra un optimismo cauteloso, destacando la necesidad de regulaciones estrictas y protocolos de administración para evitar posibles abusos y efectos adversos.

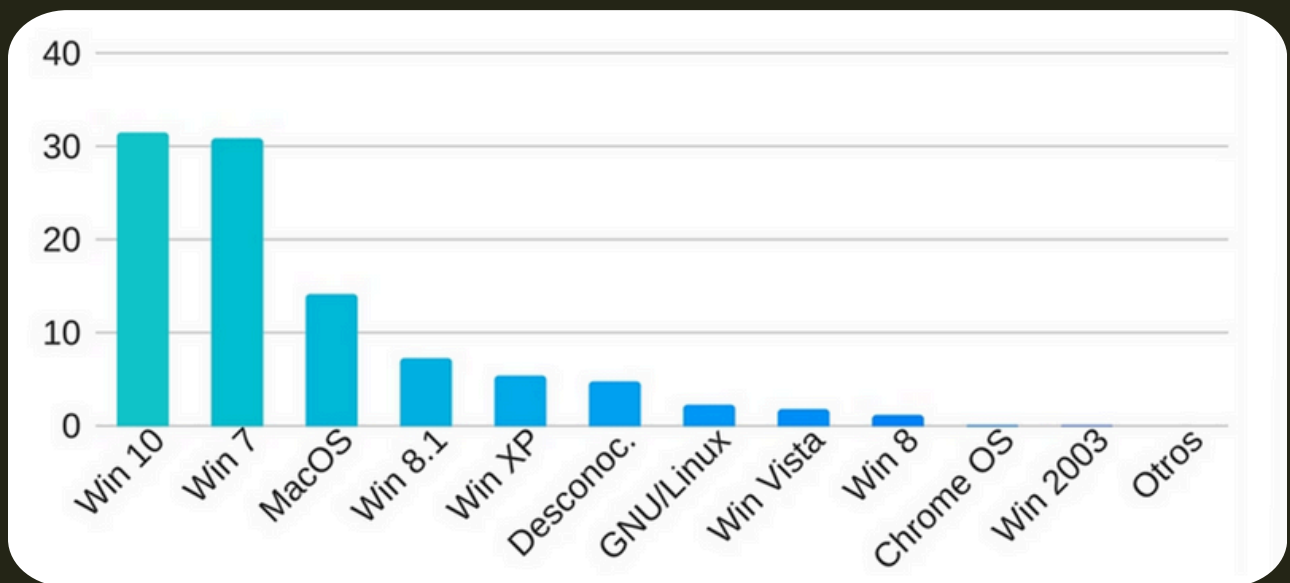
La idea es encontrar maneras seguras y controladas de usar estos "viajes" para mejorar la salud mental de la gente. Además, subrayan la importancia de la **formación adecuada para los profesionales de la salud que supervisarán estos tratamientos**.

Así que, quién sabe, en unos años podríamos ver terapias con psicodélicos como parte del menú en las clínicas psiquiátricas europeas. ¡Todo un cambio de paradigma!



POCO TIEMPO DE SOPORTE PARA WINDOWS 10

POR ÁNGEL MEDINA

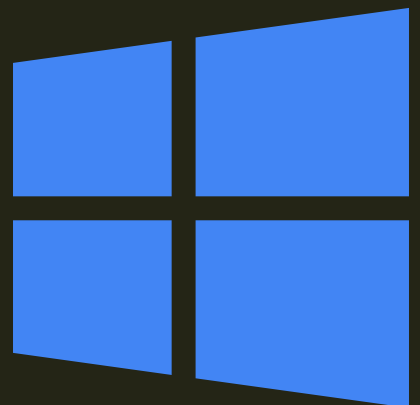


*

Windows 10 termina de recibir actualizaciones a finales del 2025, específicamente en octubre. Aunque hay otra versión que le quedan unos 10 años aproximadamente y es Windows10 LTSC que es una versión "premium" de Windows 10.

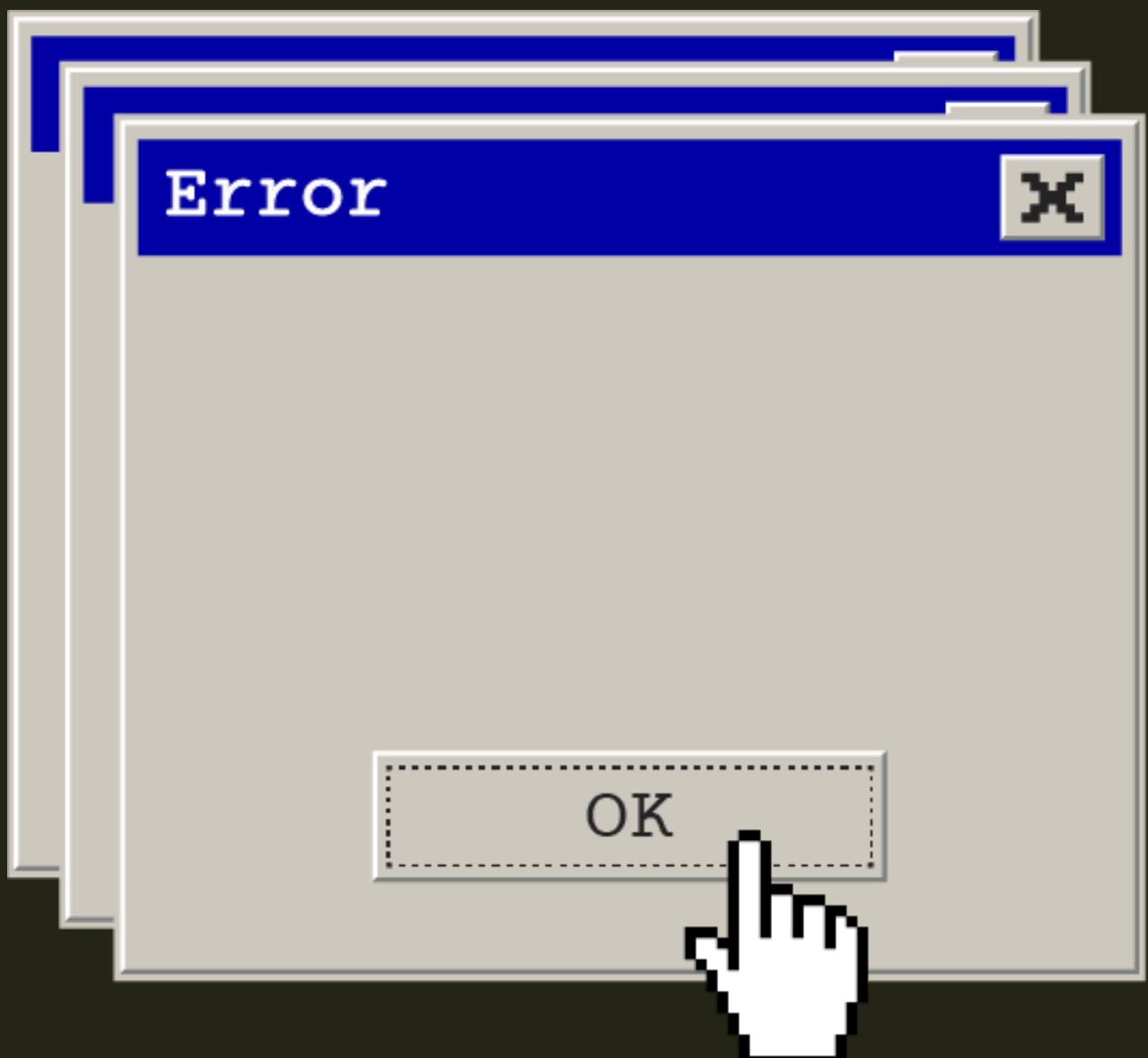
En estos últimos meses Microsoft está presionando a los/as propietarios/as de ordenadores a que pasemos al Windows 11 a pesar de que muchos equipos no sean compatibles.

En mi opinión no es una estrategia buena para conseguir que un grupo de personas se vayan a un producto en específico sino que lo que veo bueno es decir como es un producto como realmente es sin mentiras y dejar que el mercado decida si comprar el producto o no pero bueno... las cosas son así.



Dejo un breve esquema cronológico de los sistemas operativos más usados desde el 2016 en España.*

Windows 11 presenta características que su predecesor, Windows 10, no tiene (según mi experiencia y opinión). Aunque actualmente está poco optimizado, creo que con el tiempo se resolverá a través de futuras actualizaciones.



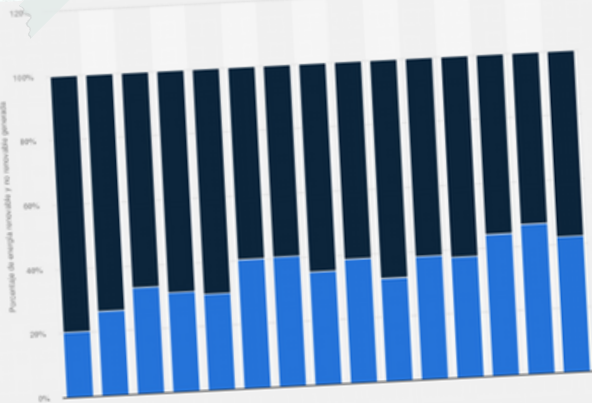
LAS ENERGÍAS RENOVABLES Y NO RENOVABLES

Por
Odette Rodríguez

Las ENERGÍAS RENOVABLES nos ayuda y además no contamina mientras que la otra hace justo lo contrario.

Hay varias renovables como la eléctrica, hidráulica, eólica, biocombustible, biomasa, solar,...

Pero no nos olvidemos de las NO RENOVABLES, las cuales son las nucleares, carbones y petróleo que son dos tipos de combustibles fósiles y también está el gas natural.



Cada uno tiene un funcionamiento específico.

Bueno vamos al grano, estas nos ayudan y no nos ayudan a hacer un mundo mejor.

Un ejemplo es España que produce un 53 % de energía renovable y un 47 % de no renovable.



Las energías renovables en España que más se usan son las energías solares y eólicas.



Energías no renovables en España que más se usan son el petróleo con un 42% de uso y además el que más se consume. El gas natural un 20 % y la energía nuclear un 12% acompañada de la energía de carbón.

Pero la verdadera pregunta no es esa sino que es:

¿Qué nos pasará en el futuro? ¿Usaremos más o menos energía renovable? ¿Contaminaremos mucho el planeta?

Estas son las preguntas que a través del tiempo serán respondidas y no se sabrá hasta entonces.

Pero para mí será así: en el futuro estoy segura que alguna catástrofe seguro habrá por el problema de la contaminación. Lo que de verdad me encantaría que pasase sería que usemos energías renovables aunque algunas estén en medio de algún paisaje, eso es muchísimo mejor que nada en el mundo entero. Espero que el planeta no esté aún más contaminado que hoy en día, lo único que esperaba era que en el futuro próximo todo estuviese limpio y que no hubiese contaminación. Esto si que se echa muchísimo de menos ahora el O2 de verdad pero espero que en un futuro podamos disfrutar del mundo y respirar un O2 no contaminado.



EL PRIMER MINISTRO DE ESLOVAQUIA RECIBE VARIOS DISPAROS “EN UN INTENTO DE ASESINATO”

**POR AITANA
JIMÉNEZ**



Robert Fico

El primer ministro de Eslovaquia, Robert Fico, se encuentra fuera de peligro después de haber sido operado este miércoles tras recibir varios disparos.

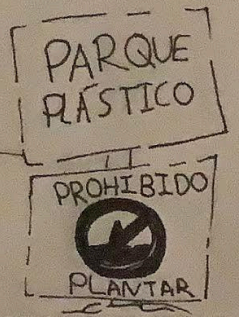
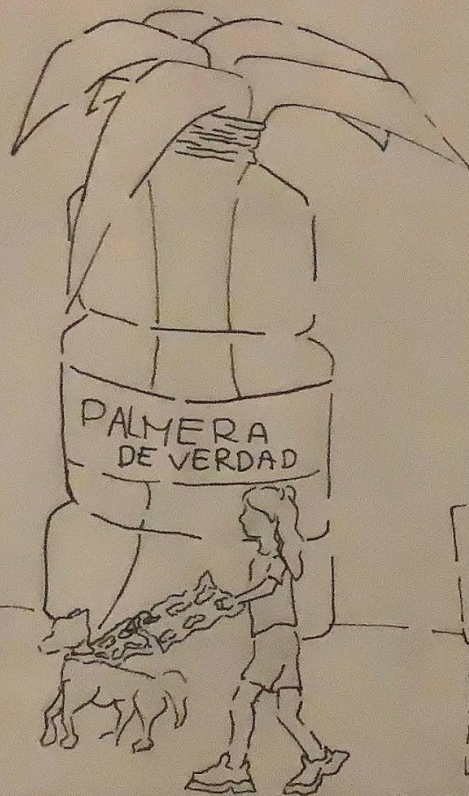
Fue atacado cuando salía de una reunión de gobierno en Handlova.

Tomas Taraba viceprimer ministro del país, dijo que aunque la condición de Fico es crítica, su vida no corre peligro. Ha sido sometido a cirugía durante más de tres horas.

Fico resultó herido en el estómago, en el brazo y en la pierna debido a los cinco disparos que recibió.

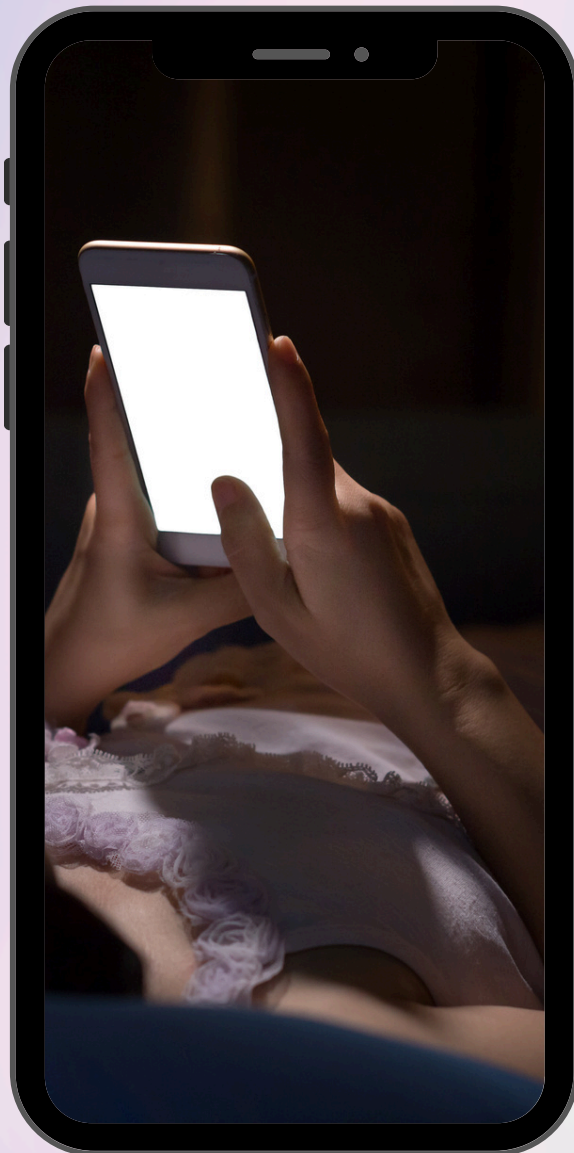
POR SALOMÉ RODRÍGUEZ

PALMERA
DE VERDAD



LA ADICCIÓN AL MÓVIL: LA NUEVA EPIDEMIA SILENCIOSA

POR CLARA JIMÉNEZ



En la era digital, nuestros teléfonos móviles se han vuelto esenciales, pero también han generado una preocupante adicción, ya que este, con su flujo constante de notificaciones, redes sociales y aplicaciones, actúa como un imán para nuestra atención.

Nos vemos atrapados en un ciclo interminable de comprobaciones y actualizaciones, sacrificando el tiempo que podríamos dedicar a actividades más significativas y productivas.

Esta dependencia afecta a nuestra salud mental y física, interrumpiendo interacciones personales y deteriorando nuestra capacidad de concentración.

La compulsión a revisar constantemente el móvil aumenta la ansiedad, la depresión y problemas de sueño, además de causar posturas incorrectas y accidentes de tráfico.



Para combatir esta adicción, es crucial establecer límites claros y fomentar hábitos saludables que prioricen las interacciones cara a cara. Padres y educadores deben enseñar a las nuevas generaciones a usar la tecnología, pero de manera equilibrada. Asimismo, las empresas dedicadas a la tecnología deben implementar características que promuevan el uso responsable. Reconociendo y abordando esta adicción, podemos cultivar una relación más saludable con la tecnología, permitiendo que nuestras mentes y relaciones florezcan sin las ataduras de la pantalla.

