

## Alimentos, bebidas y medidas de salud

- ▶ Evita beber agua de la llave. Adquiere botellas en establecimientos comerciales.
- ▶ Evita consumir alimentos en la calle o lugares sin higiene.
- ▶ La altitud de la ciudad hace disminuir un poco la capacidad física de quienes provienen de otros lugares, aunque la adaptación es rápida.
- ▶ Algunas veces los niveles de contaminación en la ciudad pueden causar irritación en ojos, nariz y garganta; fatiga e irritabilidad.



## Medidas de seguridad en las calles

- ▶ Evita portar objetos de valor, sumas elevadas de efectivo y más de una tarjeta de crédito.
- ▶ Mantén constante vigilancia sobre tus pertenencias en sitios públicos.
- ▶ Procura llevar solamente copia del pasaporte.
- ▶ Utiliza las cajas de seguridad de los hoteles.
- ▶ Aborda taxis sólo en sitios autorizados.

## Comunicación telefónica



Para hacer llamadas de la Ciudad de México al resto del país utiliza la clave 01+ la Clave de la Ciudad + el Número.

Para llamar del interior de la república a la Ciudad de México utiliza 01 + 55 + Número.

Para llamar a cualquier parte del mundo estando en México se debe marcar 00 + Clave del País + Clave de la Ciudad + Número

## Transporte ▶ Metro

Transporte sencillo y práctico. Éste te da derecho a transbordar de una línea a otra para trasladarse a diversos puntos de la Ciudad, sin necesidad de pagar otro boleto.

**Costo:** \$2.00  
**Horarios:**  
**Lunes a viernes** 5:00 a 24:00 hrs.  
**Sábados** 6:00 a 24:00 hrs.  
**Domingos y días festivos** 7:00 a 24:00 hrs.  
**Página de Internet:**  
[www.metro.df.gob.mx](http://www.metro.df.gob.mx)

## ▶ Taxi

Para hacer uso de este medio te recomendamos lo hagas mediante taxis de sitio. Estos cobran doble tarifa, pero se encuentran controlados por radiocomunicación y son seguros.

**Toda la Ciudad:** 5516 6020, 5519 7690 y 5648 2828  
**Zona Norte:** Polanco 5282 1883  
Palmas 5284 4698  
Lomas Verdes 5344 4199  
Metro Aquiles Serdán 5318 1862  
Metro Azcapotzalco 5318 2749  
PEMEX 5561 8509

## ▶ Metrobús

La forma de pago es con tarjeta electrónica, tiene un costo de \$15.00 e incluye el pago por la tarjeta de \$10.00 y un viaje.

**Costo:** \$5.00  
**Horarios:**  
**Lunes a viernes** 5:00 a 24:00 hrs.  
**Sábados** 6:00 a 24:00 hrs.  
**Domingos y días festivos** 7:00 a 24:00 hrs.  
**Página de Internet:**  
[www.metrobus.df.gob.mx](http://www.metrobus.df.gob.mx)

## ▶ Transporte público

La Ciudad también cuenta con una Red de Transporte Público concesionado que consiste en Autobuses, Microbuses y Combis, llamados muchas veces “peseros”. Actualmente cubren la totalidad de la Ciudad.

Al abordar este transporte informa al chofer tu destino y éste te informará la tarifa y el lugar donde debes descender.

El costo del viaje varía según la distancia entre \$3.00 y \$5.00

## ▶ Trolebús

El sistema de Transporte Eléctrico es una alternativa más del Gobierno de la Ciudad para reducir las emisiones de los contaminantes. Además de ser económico.

**Costo:** \$2.00  
**Horarios:**  
**Lunes a sábados** 5:00 a 24:00 hrs.  
**Domingos y días festivos** 7:00 a 24:00 hrs.  
**Página de Internet**  
[www.ste.df.gob.mx](http://www.ste.df.gob.mx)

## ▶ Viajes Foráneos

La Ciudad de México, se encuentra conectada por tierra a través de 6 autopistas (Querétaro, Pachuca, Cuernavaca, Puebla, Toluca y Texcoco) además de otro tanto de carreteras libres.

Además cuenta con 4 terminales de autobuses: Norte-Cien Metros, Sur-Taxqueña, Oriente-TAPO y Poniente-Observatorio, en las cuales dan servicio líneas de autobuses a todos los destinos del país.

ADO [www.grupoado.com.mx](http://www.grupoado.com.mx)  
Estrella Blanca [www.estrellablanca.com.mx](http://www.estrellablanca.com.mx)  
Estrella de Oro [www.autobus.com.mx](http://www.autobus.com.mx)  
Pullman de Morelos [www.pullman.com.mx](http://www.pullman.com.mx)

## Páginas de interés

**UAM AZCAPOTZALCO**  
<http://www.azc.uam.mx/>

**CIUDAD DE MÉXICO**  
<http://www.df.gob.mx/>  
<http://www.mexicocity.gob.mx/>  
[www.ciudademexico.com.mx](http://www.ciudaddemexico.com.mx)

**HOSTALES**  
[www.hostellingmexico.com/](http://www.hostellingmexico.com/)  
<http://www.hihostels.com/dba/country-MX.es.htm>

**GUÍA ROJI**  
[www.guiaroji.com.mx](http://www.guiaroji.com.mx)

## Comunícate con nosotros

### ► Programa de Intercambio Universitario

#### Coordinación de Apoyo Académico

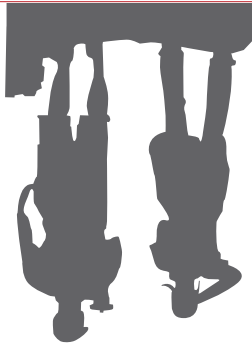
Coordinadora: Mtra. Josefina Bernal Sánchez

Teléfonos: 5318 9398  
5318 9000 exts. 2110 y 2113

Horario: lunes a viernes 10:00 a 14:00 y  
15:00 a 18:00 hrs.

E-mail:  
[movilidad@correo.azc.uam.mx](mailto:movilidad@correo.azc.uam.mx)  
[ccaa@correo.azc.uam.mx](mailto:ccaa@correo.azc.uam.mx)

Elizabeth Montiel y DCG. Gina Guerra  
Diseño gráfico



Programa de Intercambio Universitario

## Guía Rápida Ciudad de México

### DIRECTORIO

**Mtra. Paloma Ibáñez Villalobos**  
Rectora de la Unidad

**Ing. Darío Eduardo Guaycochea Guglielmi**  
Secretario de la Unidad

**Dr. Luis Soto Walls**  
Coordinador General de Desarrollo Académico

**Mtra. Josefina Bernal Sánchez**  
Coordinadora de Apoyo Académico

**Víctor Aguilar Martínez**  
**Kristal Salcedo Pulido**  
Asistentes del Programa de Intercambio Universitario

## Ciudad de México y México en breve

**Idioma nacional:** Español  
**Moneda:** Peso mexicano  
**Superficie nacional:** 1'958,200 km<sup>2</sup>  
**Población:** Nacional 105 millones  
Cd. Méx. 18 millones  
**Indicativo telefónico:** Nacional (52)  
Cd. de Méx. (55)  
**Altura y Clima de la Cd. Méx.:** 2235 m  
El clima es moderado (16° C en promedio), Usualmente es fresco durante la mañana temprano y por la noche, y cálido durante el día.

## Cómo llegar a la UAM-A

La UAM-A, se encuentra en la delegación Azcapotzalco, al norte de la Ciudad de México.

¿Cómo llegar por metro?

1. "Azcapotzalco" Línea 6, saliendo aborda un microbús que diga UAM-A y baja frente a la universidad (aprox. 15 min).
2. "El Rosario" terminal de las Líneas 5 y 6. Al salir, ve a la letra C y baja las escaleras. Aborda el camión de la ruta 3 que indica que va a La Villa o la ruta 110 que va a Aragón, ambas indican UAM (aprox. 15 min).

**En la Ciudad de México:**  
Bomberos, ambulancias y radiopatruillas 060  
Policía Federal de Caminos 5625 8646  
Cruz Roja 5557 5757  
Escuadrón de rescate 5558 5100  
Policía Judicial 5625 8646  
Patruillas de Auxilio Turístico 5250 5100  
Localtel 5658 1111

Teléfonos de emergencia

