

LAZOSUC

www.ucslp.edu.mx



**UNIVERSIDAD CUAUHTÉMOC
CAMPUS SUR**

CREANDO LAZOS SE CONSTRUYE EL ÉXITO

- Iniciamos el Programa Institucional de Tutoría.
- Conoce la nueva oferta académica en Ingeniería y Negocios.

¿NECESITAS BRACKETS?

EN LA UNIVERSIDAD CUAUHTÉMOC
PUEDES ATENDERTE

Sigue estos sencillos pasos:

1. Agenda tu cita llamando al 500 - 4500
EXT: 152, 140, 139 **POSGRADO UCSLP**
2. Se te asignará un residente de la especialidad.
3. Acude a tu cita sin costo de valoración.
4. Entérate de los diversos planes y tratamientos que tenemos para ti.
5. Ingresa como paciente del posgrado UCSLP.

Tratamientos de vanguardia :

Historia clínica costo: \$450
(incluye radiografías de inicio)

- Brackets convencionales (ligas)
\$3,500 - **mensualidades \$400**
- Brackets de autoligado damon
\$6,000 - **mensualidad \$450**
- Brackets de autoligado cco
\$5,500 - **mensualidades \$450**
- Ortopedia maxilar (niños)
\$1,800 - **mensualidades \$200**



SAN LUIS POTOSÍ



Mensaje del Rector:

La Universidad Cuauhtémoc valora la importancia de la participación de sus estudiantes para incentivar y dinamizar a la propia universidad pues somos una realidad abierta y plural y, para potenciar la participación, es siempre necesario motivar la comunicación entre nuestra comunidad universitaria. Gracias a esta comunicación hemos desarrollado cambios importantes que sabemos beneficiaran a nuestros estudiantes y por su puesto a nuestra Universidad.

La revista Lazos UC en su segundo número pretende dar a conocer esta participación a través de artículos desarrollados por los mismos estudiantes, docentes y coordinadores de nuestra institución y mostrar a la comunidad educativa el trabajo colectivo que se realiza en nuestras instalaciones, así como hacer énfasis en el trabajo que se realiza dentro de la misma para mantener informada a nuestra comunidad universitaria.

Nos esforzamos cada día para mantener este medio informativo fresco e interesante para ti. 🍷

Lic. Francisco Martínez Becker
Rector UCSLP



Universidad Cuauhtémoc
Campus San Luis Potosí

Lic. Francisco Martínez Becker

Rector UCSLP

Un Guerrero no se detiene, conoce nuestras nuevas ofertas académicas

REVISTA LAZOS UC

Es una publicación semestral de la Universidad Cuauhtémoc Plantel San Luis Potosí.

COMITÉ EDITORIAL:

Lic. Francisco Martínez Becker,
Rector.

Adriana Salgado Rodríguez,
Coordinadora de Vinculación.
LCC. María Olivia García Ibarra,
Egresada - Generación 1997.
LDG. Lilitiana Camberos Luévano,
Diseño Gráfico.

PRIMERA PUBLICACIÓN:

Mayo 15 de 2018

DERECHOS DE AUTOR Y DERECHOS CONEXOS, Año 1, No. 2, enero-junio 2019, es una publicación semestral editada por la Universidad Cuauhtémoc Plantel San Luis Potosí, A.C., a través de la Coordinación de Vinculación. Av. Dr. Salvador Nava Martínez No. 3291, Colonia Viveros, C.P. 78290 San Luis, S.L.P. Teléfono: (01 444) 500 4500 www.ucslp.edu.mx lazosuc@ucslp.net
Editor responsable: Adriana Salgado Rodríguez. Impresa por "Imprenta ABC", Blvd. López Mateos No. 1718 Pte., Colonia Obregón, León, Gto. Tel. 715 1532. Este número se terminó de imprimir el 15 de marzo de 2019 con un tiraje de 1,000 ejemplares. ✓

- INGENIERÍA INDUSTRIAL
RVOE 20182217

- INGENIERÍA EN MECATRÓNICA
Y ROBÓTICA
RVOE 20182216

- DESARROLLO DE NEGOCIOS
RVOE 20181790



ucslp.edu.mx
T. (444) 500 4500



Hay una música de pueblo.

Por: Secretaría de Cultura

La presente selección de fotografías, da cuenta de un breve repertorio de imágenes pertenecientes a la Fototeca del Museo Regional Potosino del Instituto Nacional de Antropología e Historia; sus registros corresponden a los años que van de 1912 a 1960; los paisajes, lugares y personajes narran la vida de pueblos de las zonas geográficas, altiplano y centro de nuestro Estado, en distintos momentos cotidianos relacionados con la música.

24 fotografías son testimonio de la capacidad técnica y creativa de los fotógrafos de pueblo, que en el ejercicio de su oficio, documentaron músicos anónimos e instrumentos a manera de constancia visual del universo de experiencias emotivas que deja la música; las 4 restantes sin autor, pertenecen a colecciones privadas y álbumes familiares.

La música y la fotografía son expresiones humanas, que al conectarse con una parte de nuestra sensibilidad lejana a las palabras, nos pueden traer emociones de momentos dramáticos, festivos o fúnebres; ambas nos permiten percibir de manera sensible ciertos momentos de nuestro pasado. ♪



"Hay una música del pueblo" (Fernando Pessoa, poeta portugués)

*Hay una música del pueblo,
no sé decir si es un fado*
que oyéndola es un ritmo nuevo
en el ser que tengo guardado.*

*Oyéndola soy quién sería
si desearía ya fuese ser.
Es una simple melodía
de las que aprendes al vivir.*

*Y la oigo arrebatado y solo.
es eso lo que yo quise.
Perdí la fe y el camino.
es feliz quién yo no fui.*

*Pero es tan consoladora
la vaga y triste canción.
Que mi alma ya no llora
ni yo tengo corazón.*

*Soy una emoción lejana,
un error de sueño ido.
Canto de cualquier manera
¡y acabo con un sentido!*

** Canción popular portuguesa de carácter melancólico. Los fados se cantan principalmente en los cafés y las calles de Lisboa, Coímbra y otras ciudades portuguesas, con acompañamiento de guitarra.*

ERBALO **Un vínculo que marca historia.**

Por: LCC, Olivia García Ibarra Egresada 1997, fundadora de Carambas Desarrollo del Pensamiento, con registro en REDICITI-COPOCYT No. D1600049

El Instituto Potosino de Bellas Artes (IPBA), preocupado en conservar y dar difusión al patrimonio del Lic. Ernesto Báez Lozano en su colección "ERBALO", trabajó de la mano con la licenciatura en Ciencias de la Comunicación, para el proyecto de Rescate del Patrimonio Sonoro del IPBA.

En esta colaboración, ambas instituciones trabajaron para la recuperación, clasificación y digitalización del material que está a disposición de investigadores, estudiantes y público en general en la Fonoteca del IPBA.

ERBALO es una compilación de música seleccionada, así como un registro de charlas y ponencias grabadas en audiocassettes por el Lic. Ernesto Báez Lozano y en cuyo proceso de recuperación y clasificación intervino la expertise de la Mtra. Norma Urenda del IPBA, quien fue la responsable de las etapas de rescate, conservación preventiva, limpieza y verificación del funcionamiento de cada uno de los dispositivos.

En una siguiente etapa, la Universidad Cuauhtémoc a través del profesor Efraín Ochoa Aguirre, el alumno



egresado Armando Gallegos Álvarez y quien suscribe, conformaron el equipo a cargo de la digitalización completa del material con un estimado de 500 horas de trabajo.

Este archivo sonoro es de gran importancia ya que representa un vínculo que marca historia no solo entre dos instituciones de prestigio, sino también en la trayectoria musical del estado y del país, dada la significativa colaboración en el camino de la conservación para futuras generaciones; además da muestra del profundo compromiso de nuestra casa de estudios por contribuir con la comunidad cultural. 🐦



#ValordeGuerrero
#SomosGuerreros



ESTAMOS LISTOS PARA CUIDARTE EN LA
CLÍNICA UNIVERSITARIA CUAUHTÉMOC

Somos estudiantes y profesionales del área de la salud de la Universidad Cuahtémoc **que brindan atención médica de:**

- Odontología.
- Consulta Médica.
- Fisioterapia.
- Psicología clínica.
- Nutrición.

APASIONADOS POR LA VIDA.



Encuétranos en:

Av. Prol. José de Gálvez No. 101 Col. Reforma
C.P. 78370 Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P.

El desarrollo inmobiliario.

Por: Arq. María Del Carmen Echenique,
Docente de la Licenciatura en Arquitectura

LA ARQUITECTURA, NEGOCIO LUCRATIVO

Como es bien sabido, la arquitectura forma parte de las bellas artes, pues éstas son todas aquellas formas de expresión humana que pueden ser percibidas a través de los sentidos. Su función es la de proteger al individuo de la intemperie y de los factores adversos que rodean el entorno. Pero a diferencia de otras artes, la arquitectura cumple una función más allá de proporcionar refugio con ciertos beneficios estéticos y funcionales.

Ahora bien, el lector se preguntará: ¿qué relación tiene las características propias de la arquitectura con el giro inmobiliario? y es justamente la inquietud que en el presente artículo vamos a responder.

Muchas personas desean entrar al negocio inmobiliario por ser uno de las actividades económicas más rentables a nivel mundial. El sector representa el 14.1 % del PIB nacional, convirtiéndolo en la segunda fuerza económica de México, según Antonio Hanna Grayeb presidente de la Federación Internacional de Bienes Raíces para las Américas (FIABCI).

En este sentido, lo importante a considerar es que los alumnos de arquitectura de la Universidad Cuauhtémoc de San Luis Potosí estén preparados no sólo para enfrentarse al reto que representa diseñar y construir infraestructura con calidad, sino también dominar eficazmente los conocimientos competentes al ámbito inmobiliario. Es decir, que puedan mirar su actividad como uno de las profesiones más versátiles y redituables a corto y largo plazo, pues la escolaridad universitaria posibilita al egresado a crear su propia empresa, como del mismo modo lo faculta para ingresar a ámbitos profesionales relacionados.

Siendo así, el mercado laboral, y en este caso el giro inmobiliario, tiene altas expectativas con respecto a aquellos que se ubican en el campo de las ciencias físico matemáticas e ingenierías aplicadas a objetos materiales por su perfil, ya que a diferencia de algún profesionalista enfocado a otra área de desarrollo, a los futuros arquitectos se les enseñan los conocimientos pertinentes, como a su vez se les inculca adquirir un compromiso ético al involucrarse en proyectos inmobiliarios de gran magnitud, sobre todo de los que se obtiene una derrama económica significativa; por ejemplo, con la urbanización de fraccionamientos.

¿A qué se enfrenta un estudiante de arquitectura al desear participar en el diseño y construcción de un nuevo fraccionamiento?

Para garantizar una alta calidad de vida de sus futuros habitantes, en primer lugar los alumnos deben cumplir con todos los requerimientos legales a seguir, apegándose siempre en tiempo y forma a sus lineamientos. Ello implica desde encontrar un lote de gran superficie con excelente ubicación que tenga su documentación regular y pagos al día, hasta pasar por la tramitología de obtener permisos y recabar el papeleo necesario para la gestión legal ante las autoridades correspondientes.

Ya habiendo cumplido con lo anterior y estando el fraccionamiento terminado en su totalidad, entonces se procede a la venta de los lotes, situación que requiere de los servicios de una agencia de corretaje y administración de inmuebles.

¿Y qué necesito para poder abrir una agencia de bienes raíces?

Se debe hacer lo siguiente:

- 1.- Es básico primeramente realizar una investigación concienzuda sobre el mercado inmobiliario del Estado, conocer la oferta y la demanda y sus fluctuaciones.
- 2.- Analizar el negocio para escoger el tipo de agencia que se quiere abrir (enfocada a un inmueble determinado).
- 3.- Evaluar la demanda de tus servicios en el mercado.
- 4.- Realizar un plan de negocios y estrategias para clientes potenciales.
- 5.- Financiar la agencia inmobiliaria estimando el capital necesario para dirigirla.
- 6.- Obtener todas las licencias requeridas.
- 7.- Incorporar socios y/o colaboradores.
- 8.- Conseguir un préstamo bancario.
- 9.- Elegir una ubicación para la oficina.
- 10.- Comprar un seguro contra errores y omisiones.
- 11.- Haz crecer tu negocio creando un sitio web e invirtiendo en publicidad.
- 12.- Hacer una lista de contactos que incluyan a personas y negocios que puedan notificarte sobre compradores y vendedores.

De esta manera, el alumno se da cuenta del abanico de opciones que tiene para generar ingresos sin tener forzosamente que buscar empleo con el fin de desempeñarse como subordinado en alguna empresa establecida, ya que lo ideal es que solicite financiamiento para sus proyectos personales que le permita experimentar la creación de su propio negocio. 🏠



“Emprendimiento”

Por: José Antonio Herrera Gandy,
3er. semestre, Licenciatura en Administración de Empresas.

Hoy en día la palabra “Emprendimiento” se escucha con más frecuencia entre las nuevas generaciones consideradas millennials, quienes nacieron entre los años 1980 y 2000, generación que para el 2020 ocupará la mitad de la fuerza laboral. Varios estudios coinciden en que los millennials tienen como meta formar su propia empresa sin importarles el crecimiento en alguna ya consolidada.

Actualmente, la educación con emprendimiento se ha convertido en un tema vital para la investigación, prácticas y políticas para la mayoría de las universidades, es por eso que buscan diferentes maneras de implementar estrategias para el desarrollo del emprendimiento, además un elevado porcentaje de instituciones de nivel superior, están enfocando su atención en fomentar el emprendimiento en los estudiantes desde el interior de los salones de clase, por esta razón siguen creando y actualizando los cursos y programas, entendiendo como emprendimiento la capacidad que tiene el alumno para aplicar los conocimientos obtenidos a lo largo de su carrera, tales como la creatividad, innovación, y la toma de decisiones, así como la planificación de proyectos.



El proceso de aprendizaje en un estudiante comienza en el primer nivel, mediante el desarrollo de habilidades a través de la enseñanza, el estudio y la experiencia personal. En el salón de clase, una estrategia efectiva para el emprendedor se identifica cuando se ve un cambio significativo en el comportamiento y acciones del estudiante.

Hoy en día las universidades buscan fomentar el espíritu emprendedor como principal objetivo, pero no todas pueden crear, desarrollar y gestionar los recursos y los conocimientos para la fundación de empresas y que los emprendedores puedan llevar a cabo su proyecto, como lo hacen diferentes instituciones de gran prestigio.

Si bien, podemos ver que los programas para emprendedores dentro de las universidades siempre son hechos por un grupo pequeño de profesores, el impulso que esto puede desarrollar es muy poco ya que varios docentes no tienen interés en dicho tema, es necesario promover iniciativas, estimular la cultura emprendedora y no darlo a entender como una “moda”.

Para las universidades es fácil decir sobre qué hacer y qué no hacer en el mercado laboral, pero lo que el alumno no sabe, es que no aprende las cosas hasta que las hace, mientras tanto, lo único aprendido en la escuela fue la teoría.

Luis Miguel Soto Laguerre, Jefe de Responsabilidad Social en Stracon GyM, dice que “las mejores ideas son aquellas que después vuelan solas sin que su inventor tenga que conducir las toda la vida”. Así llegamos al término emprendedor universitario, definiéndolo como aquella persona con estudios superiores con la suficiente capacidad, conocimiento, autoconocimiento, que está motivado para iniciar y desarrollar sus sueños, de una manera innovadora, creativa, asertiva y proactiva en los diferentes escenarios o sectores económicos o sociales, si tú eres universitario, estas en la mejor etapa para emprender, cuentas con la energía, el tiempo y las competencias apropiadas que te hacen eficiente para producir impacto en la rama en la que quieras comenzar. ♡

Bibliografía

Bygrave y Hofer. 1991, pág. 13. *Una visión dinámica sobre el emprendedurismo colectivo*, Capítulo 67, Universidad de Valencia, España, 2004, pág. 1055.

Ana María Rusque. *Reflexiones en torno a un programa emprendedor para las universidades latinoamericanas*, Volumen 4, N° 1 (Nueva Serie), Caracas, Revista Anales de la Universidad Metropolitana, 2004, pág. 243.

Luis Miguel Soto Laguerre. *Los mandamientos de un Emprendedor en busca del éxito*, M. Comeche Martínez. *Una visión sobre el emprendedurismo colectivo*, Capítulo 18.

La reconversión de iglesias en Holanda.

Por: Arq. Pedro Barriga Paz,
Docente de la Licenciatura en Arquitectura.

Países Bajos es considerado como uno de los países más felices del mundo por su libertad, cultura, respeto y calidad de vida. De su población, el 44% pertenece al ateísmo, el 28% se considera católica, el 19% son protestantes, el 5% musulmanes y el 4% pertenece a otros cultos religiosos. Por lo que unido a la gran cantidad de no practicantes, da una asistencia a los templos de un 10 a 20%, lo cual es irrisorio.

A principios del siglo XX jamás se habría vaticinado un suceso similar, lo clasificarían de inaudito y blasfemo, pero conforme el método científico ha ido ganando terreno en diferentes ámbitos como lo es la medicina, la fe mística/religiosa se ha visto en la necesidad de preservarse sólo en aquellos países o culturas menos favorecidas, siendo un claro ejemplo de ello América Latina. Es decir, mientras el campo de acción del pensamiento mágico religioso se va reduciendo, la ciencia por su parte gana más adeptos, lo cual impacta notablemente en los gustos, intereses y mentalidad de la población. Por tanto, ¿quién habría imaginado que algún día sería factible transformar un recinto sagrado en una ludoteca? Ni el más avanzado a su época lo llegó a predecir.

Para finalizar, considero que la tendencia a convertir iglesias en centros recreativos, deportivos y culturales seguirá sucediendo en otros países, pues a mayor avance de la ciencia, la tecnología y la calidad de vida será casi imposible evitar que se vayan perdiendo las creencias religiosas, y con ello, los lugares donde se practican. 🙏

La fe religiosa mediante cualquiera de las diferentes doctrinas, sobre todo cristiana está en decadencia, cada día hay menos feligreses que asisten a los oficios religiosos. Esto provoca una crisis para afrontar los grandes gastos que representa el mantenimiento de los enormes y medianos templos góticos, clásicos, neoclásicos o de cualquier otro estilo arquitectónico.

Donde es más acusado este proceso es en los países con mayor desarrollo económico y social. Ejemplo de este suceso es Países Bajos (The Netherlands) en Europa.

En mi visita a este hermoso país este verano, me llamó la atención los diferentes usos que se le está dando a estos edificios, ya que a partir del año 2013 comenzó la remodelación de varias iglesias en diferentes ciudades y pueblos holandeses debido a la falta de presupuesto para conservar las edificaciones antiguas y a la pérdida gradual de creyentes que ayuden a preservarlas, convirtiéndolas en usos muy distintos a los que originalmente se dedicaban.

Los líderes católicos del país estiman que dos tercios de sus 1,600 iglesias dejarán de funcionar en una década. Además está previsto que 700 de las iglesias protestantes holandesas cierren en los próximos cuatro años.

El nuevo uso que se le está dando a estas edificaciones es tan variado como muchas veces curioso e increíble. Algunos de los ejemplos son:

Iglesia de Maastricht que tras la adaptación en la librería y cafetería Selexys de este ex templo católico del siglo XIII ha sido considerada por el periódico británico The Guardian en la más hermosa librería en el mundo.



Nieuwe Kerk

Esta antigua iglesia protestante acoge importantes exposiciones internacionales y está situada en pleno centro de Amsterdam al lado mismo del Palacio Real.



Buurkerk

En este edificio católico encontramos el Speelklok, un entretenidísimo museo de relojes musicales y organillos callejeros o de salón, enclavado en el casco antiguo de la ciudad de Utrecht.

Maria Minor

El galardonado Café Olivier está situado en la curiosa iglesia católica que, por la fachada se confunde con los edificios de viviendas circundantes en Utrecht.



Jopenkerk

Este actual espacio multidisciplinario que con el mismo nombre acoge cervecería, cafetería y restaurante abre a diario en el centro de Haarlem /Hoofddorp, se encuentra en donde fue, no hace mucho, una iglesia protestante.



Buiten Amstelkerk

Este espacio originalísimo se ha convertido en el restaurante Bazar muy de moda en la ciudad de Amsterdam y está ubicado en la que fue una antigua iglesia protestante.



Iglesia de San José

Recibía anteriormente hasta 1,000 fieles, hoy ha sido convertida en el Centro de Patinaje de la ciudad de Arnhem.



De Vrije Gemeente

Aunque originalmente fue una iglesia protestante, después se convirtió en orientación liberal, donde estudiaban confucionismo y budismo. Pero en 1968 se convirtió en el Club y Sala de Conciertos Paradiso, donde actúan grupos musicales renombrados.



Kruisherenklooster

En este majestuoso ex monasterio católico hay desde hace muy pocos años un lujoso hotel que combina las enormes vidrieras góticas con muebles firmados por Philip Starck o Le Corbusier, así como atrevidas pinturas.

REGLAMENTO GENERAL DEL SISTEMA

¿Y tú, ya empezaste tus Prácticas Profesionales y/o Servicio Social?
¡Infórmate!

Art. 140. El alumno deberá cumplir con un número Determinado de horas prácticas (500 horas) de conformidad con la reglamentación interna de la Universidad



- ✓ 1. Revisar y acudir a la Coordinación de Vinculación las opciones de Empresas, Institución y/o Asociaciones que existen.
- ✓ 2. Elegir un lugar
- ✓ 3. Acudir a Cajas de UCSLP para realizar pago por importe de \$150.00 pesos m.n.
- ✓ 4. Por parte del área de la Coordinación de Vinculación gestionar carta de "Solicitud de autorización para Prácticas Profesionales"
- ✓ 5. Elaborar Curriculum vitae con información actualizada (versión en Inglés y/o Español)
- ✓ 6. El estudiante inicia Prácticas Profesionales con una duración de 500 horas
- ✓ 7. El estudiante acude a la Coordinación de Vinculación para la gestión de "Carta de Liberación" de prácticas profesionales
- ✓ 8. La "Carta de Liberación" se entrega en Control Escolar por parte del alumno.



Art. 141 El servicio social es una actividad temporal que los alumnos deben presentar, tendiente a la aplicación de los conocimientos adquiridos durante sus estudios y que impliquen el ejercicio de la práctica profesional en beneficio de la sociedad.



- ✓ 1. Revisar y acudir a la Coordinación de Vinculación las opciones de Empresas, Escuelas y/o Asociaciones que existen. (Deberá realizarse en una dependencia de Gobierno, en caso de que no revisarlo con la Secretaria del Trabajo y Previsión Social)
- ✓ 2. Acudir a Cajas de UCSLP para realizar pago por importe de \$150.00 pesos m.n.
- ✓ 3. Asignarse ante la Secretaria del Trabajo y Previsión Social
- ✓ 4. Acudir a la Coordinación de Vinculación para notificar y entregar carta de asignación de la Secretaria de Trabajo y Previsión Social
- ✓ 5. El estudiante inicia Servicio Social con duración de 480 horas en la Empresas, Institución y/o Asociaciones asignada.
- ✓ 6. Por parte del estudiante se realiza la liberación ante la Secretaria del Trabajo y Previsión Social



Fortaleciendo lazos internacionales.

Por: Lic. Benito Santaya Pertegaz,
Coordinador de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

La Universidad Cuauhtémoc, a través de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, estuvo presente en el Seminario Internacional **"Una revisión a los procesos de iniciación hacia el Alto Rendimiento"** que se realizó en la Universidad Católica Luis Amigó de Medellín, Colombia.



La experiencia, y el poder presentar una ponencia en un país como Colombia en una universidad del tamaño y prestigio de la Universidad Católica Luis Amigó (que cuenta con más de 13,000 estudiantes en todas sus carreras) resultaron enormemente enriquecedoras.

La ponencia presentada (**La importancia del modelo atributivo de Weiner en la formación deportiva**) contó con la asistencia sobre todo, de alumnos de la licenciatura en Actividad Física y Deporte y de la licenciatura en Psicología.

Según palabras del coordinador, Benito Santaya Pertegaz: "Fue un reto y a la vez un placer, poder presentar ante tal cantidad de alumnos, el número de preguntas que me realizaron y verlos muy interesados en el tema expuesto.

Tengo que destacar el trato del personal de la universidad, tanto del Director de la carrera en Actividad Física y Deporte el Lic. José Tomar Cortes, como de la Directora de Relaciones Internacionales la Lic. Francedith Betancur, quienes en todo momento estuvieron pendientes de mí y me trataron de forma increíble.

En general la gente de Medellín es extremadamente amable, la gastronomía muy sabrosa y la ciudad para conocerla y sobre todo vivirla. Es la segunda vez que gracias al convenio puedo visitar la

universidad y la ciudad y puedo afirmar que soy un enamorado de Medellín y del país, además en el tema deportivo, la ciudad es un referente en Colombia, en cuanto a la formación de deportistas de alto nivel, y cuenta las mejores infraestructuras tanto para la enseñanza como para el aprendizaje en materia de deporte y actividad física”.

Este es un ejemplo más de los esfuerzos que la Universidad Cuauhtémoc está llevando a cabo para el fortalecimiento del área de Internacionalización, consiguiendo cada vez más opciones para que tanto los alumnos como el personal académico tengan experiencias internacionales que enriquezcan el proceso de enseñanza-aprendizaje en la institución.

Cabe destacar que la Universidad Católica Luis Amigó de Medellín es una de las universidades con las que se tiene convenio, y donde más fructíferos han sido los acuerdos alcanzados, ya que además de la estadía de nuestro personal académico, se espera tener ponentes de talla internacional en futuros eventos que organice nuestra Universidad.

Dicho convenio trae como beneficio ampliar la perspectiva de formación profesional, para los futuros egresados de ambas instituciones universitarias, por ello quienes estén interesados en participar en el programa de intercambio o de doble titulación, deberán postularse en la convocatoria de intercambios académicos en las fechas establecidas por ambas instituciones.

La experiencia de un intercambio no solo implica conocimientos y experiencias relacionadas con el campo de estudio de cada uno de los alumnos, sino que lo más importante es la experiencia vital que como personas te aporta ya que te enseña a abrirte a otra cultura, en otro país y con otra forma de hacer las cosas. Como futuro profesional y teniendo en cuenta que estamos en un mundo globalizado, estos aprendizajes son importantísimos a futuro para tener éxito profesional.

Desde que se firmó este convenio son varios los alumnos que han aprovechado esta oportunidad y tanto los alumnos que acogemos, como los que enviamos, no dudan en calificar su estadía como una de las mejores experiencias de sus vidas, de las que además de llevarse grandes vivencias y aprendizajes se llevan amigos para toda la vida. 🙌

#SomosInternacionales



Profesor de la Universidad Cuauhtémoc entrenador de atleta potosina participante en Juegos Olímpicos de la juventud.

Por: Lic. Benito Santaya Pertegaz
Coordinador de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Desde la Universidad Cuauhtémoc Plantel San Luis, queremos aprovechar este medio para felicitar al profesor de la Lic. en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, **Raúl Coquet Douglas**, quien imparte las materias de Deportes Individuales y Teoría del Entrenamiento, por la excelente participación de Lorena Itzel Rangel Batres en los Juegos Olímpicos de la Juventud celebrados en Buenos Aires, Argentina 2018.

El profesor Raúl, es desde hace varios años el entrenador de esta brillante atleta potosina, que a tan temprana edad ha sido capaz de representar tanto al estado de San Luis Potosí, como a México en uno de los eventos deportivos más importantes del mundo.

Queremos felicitar a ambos por su excelente participación, fruto del trabajo diario que el Profesor Raúl Coquet desempeña con esta y otros atletas de la capital. Estamos seguros de que este es el primero de muchos éxitos.

La Coordinación de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en nombre de la Universidad Cuauhtémoc plantel San Luis Potosí nos sentimos orgullosos de contar con un docente como Raúl Coquet, quien ha demostrado un compromiso inquebrantable en la formación de sus alumnos.👏



#GuerrerosporlaSalud

Más vale prevenir que lamentar.

Por: LCC. Olivia García Ibarra Egresada 1997, fundadora de Carambas Desarrollo del Pensamiento, con registro en REDICITI-COPOCYT No. D1600049

Un hábito es cualquier cosa que realizamos todos los días hasta que dejamos de pensar en ello y simplemente lo llevamos a cabo, por ejemplo lavarnos los dientes, si revisamos bien ya no nos detenemos a pensar en cómo se toma el cepillo o qué tan fuerte presionaremos el tubo de la pasta, el hábito se ha apoderado de nosotros de tal manera que aún cuando estemos muy agotados podemos realizar la acción casi mecánicamente.

Para nuestro cerebro un hábito se forma al crear una red de conexiones entre las neuronas, algo así como ir marcando un camino, hasta que se traza por completo y se realiza en automático, ahora bien, es importante reconocer que muchas veces hemos hecho esas conexiones de manera poco saludable y conveniente para nosotros sin darnos cuenta.

Tomemos otro ejemplo, frecuentemente vemos personas en la calle o en la Universidad con algún tipo de lesión generada de una actividad deportiva, lo cual nos parece muy obvio; sin embargo, pocas veces nos detenemos a analizar que lo que realmente nos lastima son los hábitos en nuestra postura y estos daños son más frecuentes de lo que imaginamos.

Pensemos en las horas que pasamos sentados en un día, muchas ¿cierto?, ahora bien, de todo ese tiempo, ¿cómo es nuestra postura?, ¿correcta o incorrecta? La realidad es que no lo sabemos porque por hábito hemos abrazado la que nos parece más cómoda, y lo mismo sucede al momento de levantarnos, subir las escaleras, al caminar, etc., no tenemos los cuidados pertinentes y en algún momento todo se traduce en lesiones.

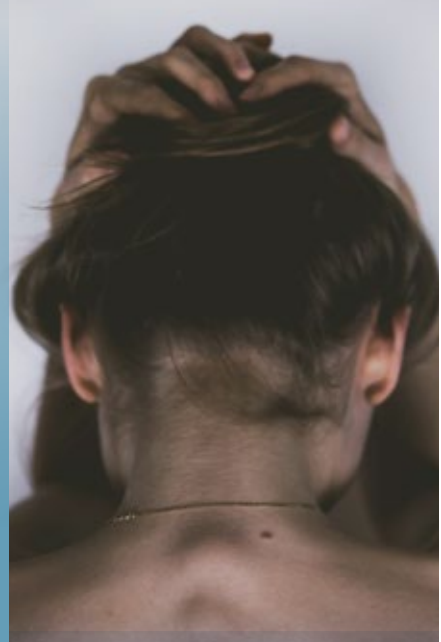
¿Qué hacer entonces?

La respuesta es más sencilla de lo que parece, hagamos una pausa, y pensemos en la manera más segura de nuestros movimientos.

En el caso de pasar largas horas sentados, bien podemos considerar:

- Cambiar nuestras posturas con frecuencia.
- Buscar apoyar la espalda de manera recta en el respaldo de la silla.
- Al ponernos de pie, podemos hacer ejercicios suaves como girar el torso y rotar el cuello, para estimular nuestra circulación sanguínea y relajar las vértebras.
- Evitar esos largos periodos sin movimiento.
- Y desde luego, identificar puntos de dolor, pues ellos nos pueden señalar si es necesario acudir a un especialista para que nos asesore de una manera personalizada.

Considerando estos pequeños puntos iremos generando nuevos hábitos de salud y nuestro cuerpo nos lo agradecerá. 🙏



#GuerrerosporlaSalud

Recomendaciones básicas de higiene postural.

Por: Montserrat Flores Acebo, alumna de 7mo. semestre de la Licenciatura en Fisioterapia.

Si estás interesado en asistir a una valoración te esperamos en la clínica "Argenis", ubicada dentro de las instalaciones de la Universidad Cuauhtémoc (Av. Salvador Nava Martínez No. 3291 Col. Viveros, C.P. 78290, S.L.P.).

Créditos y Fuentes:

- El web de la espalda [Internet]. Fundación Kovacs, 2003. Normas de higiene postural y ergonomía. ↵

La higiene postural es todo el conjunto de normas, consejos y posturas, tanto estáticas como dinámicas, enfocadas en mantener la alineación de todo tu cuerpo con el fin de evitar que tengas lesiones. El objetivo base es aprender una serie de normas y hábitos para ayudar a proteger tu espalda a la hora de realizar actividades en tu día a día.

Test.

¿Cuántas veces a la semana tienes dolor de espalda?

- 1 a 4.
- 4 a 5.
- 5 a 7.

Si respondiste **a**, **b** o **c**. El resultado es:

¡TIENES QUE ACUDIR CON UN LICENCIADO FISIOTERAPEUTA!

Lo normal es no sentir dolor, porque este en su mayoría es causado por malas posturas, lo que causa tensión en la columna y en los músculos, a estas las llamamos contracturas y dado que nuestro cuerpo cambia su estructura para poder compensar los dolores que hemos ido asimilando e incorporando a nuestra postura se genera más dolor.



Recomendaciones generales:

- No permanezcas en la misma postura por periodos largos, alterna actividades que requieran al estar de pie con otras que impliquen sentarte o entrar en movimiento.
- Intercala periodos cortos de descanso entre tus diferentes actividades.
- Si fuera necesario, modifica adecuadamente el lugar donde estás, por ejemplo tus muebles, la altura de los objetos, la iluminación, etc., con esto se busca una situación más cómoda y segura para tu espalda.
- Planifica con antelación tus movimientos o gestos a realizar, evita las prisas que pueden conllevar mayores riesgos.

¿Qué recomendaciones te podemos dar los fisioterapeutas?

- Buscar la causa de tu dolor.
- Ir a una clínica de rehabilitación, en donde puedan valorar tu postura y enseñarte la correcta higiene postural.
- NO cambiar tu mecánica corporal por dolor.

¿Qué haremos en tu primera sesión?

- Valorar la estructura y morfología de tus articulaciones, ligamentos y tendones.
- Encontrar tu centro y línea de gravedad.
- Analizar tu base de sustentación (donde se apoya tu cuerpo).
- Identificar tu cadena muscular fuerte y la débil.



#GuerrerosporlaSalud

¿Cómo puede ayudarnos el teatro a cambiar nuestra forma de ver la vida?

Por: Anayanzi de Lourdes Romero Velázquez,
estudiante de 5to. semestre de la Lic. en Ciencias de la Comunicación.

El teatro es el reflejo de la realidad de nuestras acciones diarias y gracias a la ficción que se crea en el escenario podemos enfrentarnos a la vida como reflejo y como espectadores de ella y desde esa posición tomar una conciencia privilegiada de nosotros mismos y de la vida que llevamos. Este procedimiento nos permite tomar decisiones a largo plazo, pues podemos darnos cuenta qué es lo que estamos haciendo mal, qué es lo que podemos mejorar y qué es lo que realmente hemos hecho bien a lo largo de nuestras vidas y considerar nuestra circunstancia, o la de otros, desde diversos puntos de vista. Se produce lo que tradicionalmente se denomina "catarsis", purificación, que nos ayuda a enfrentarnos con más confianza a los hechos de cada día, representados en el escenario, no obstante gracias a esto, somos capaces de vernos a nosotros mismos.

Busca generar espacios de libre expresión crítica ante acontecimientos individuales, familiares, sociales e históricos. Ese es su objetivo. Mientras que su ganancia secundaria es posibilitar un cambio de perspectiva en el espectador. El teatro es un espacio donde hay producción de subjetividad. Si bien no es un objetivo del trabajo realizar un análisis pormenorizado de las producciones artísticas, se parte desde la perspectiva de que éstas no son fenómenos puramente estéticos, sino que su estética es inseparable de su ética, de su política y por lo tanto de un posicionamiento subjetivo.

Como señala Bokser (s.f) "La subjetividad no es, según el enfoque adoptado, sinónimo de sujeto psíquico, sino que está abierta a múltiples procesos de producción. Intentamos entonces no reducir la subjetividad a la mera repetición automática de estructuras infantiles sino considerarla en el sentido amplio de las formas de habitabilidad del mundo, las formas, construidas colectivamente, de ser, de pensar, de sentir, en resumen, de vivir, y en la capacidad de instituir sentidos sobre esas formas."

La producción artística, tomada como fenómeno puede ser reconocida como generadora de saberes técnicos, prácticos y personales que delimitan nuevos modos de organizar la realidad. La creación artística genera prácticas de experimentación que participan de la transformación del mundo. Para tomar un ejemplo: en el caso del teatro comunitario, fenómeno muy extendido en nuestro país, el arte y la producción cultural son vistos como un modo de ejercer la participación ciudadana y la transformación social. En esta experiencia, la construcción de hechos culturales colectivos está vinculada con la producción de memoria colectiva y de recuperación de una identidad comunitaria.

Prosigue Bokser: "Otra de las características del teatro es su capacidad de ser una metáfora epistemológica de la época, que



condensa y produce imaginarios sociales. Se producen en el teatro diálogos inevitablemente interculturales, que establecen interrelaciones y vínculos entre sujetos y afectan a su ser-en-el-mundo." La producción teatral es una de las múltiples formas humanas de dar sentido a nuestra vida; eso es producción de subjetividad. En la apuesta por producir nuevos modos culturales hay también un intento por construir nuevas formas de sentir y de ver la realidad. Hacer teatro es una manera posible de enunciar preguntas y de intentar responderlas. De ese modo, el teatro participa de la construcción de sentido y de la producción de conocimiento sobre la época. Al incluir siempre la dimensión corporal, también nos habla de los imaginarios sobre el cuerpo.

Sobran los ejemplos de artistas y de colectivos teatrales que se han involucrado activamente con distintas luchas y reivindicaciones sociales, como el caso de Teatro Abierto o el más reciente Teatro por la Identidad, de Argentina. El teatro no es meramente reproducción o intento de explicación de los procesos sociales, sino también productor de éstos y se puede ver en él una voluntad transformadora o un intento por mantener el *statu quo*. Las producciones artísticas y culturales son complejas y polifacéticas. Cada una es resultado de un campo artístico en el que intervienen diversos factores. Toda manifestación artística lleva en sí, de modo más o menos explícito, alguna marca de las circunstancias en la que fue creada.

La importancia que tiene el teatro en nuestras vidas lo es vasta, ya que nos brinda un sinfín de enseñanzas que nos motivan día con día hacer mejores personas; hace que podamos perder el miedo, nuestras inseguridades, que seamos capaces de expresar lo que sentimos y lo que nos cuesta tanto decir en "la vida común", nos sentimos libres, no hay ataduras y ninguna excusa para ser tú mismo, ya que se adapta a muchas de tus necesidades como ser humano y con lo aprendido vas creciendo y madurando poco a poco.

Cuando estás en el escenario llenas de vitalidad tu cuerpo, alma y espíritu. Tal vez y suene fantasioso y difícil de creer, pero cuando actúas y eres tú mismo frente a un público, esa sensación te libera por completo de cualquier problema personal. No solo es cuando estas presentando una obra o en un escenario, si no momentos previo a ello, la preparación que se necesita tener para llevarlo a cabo. ♡

Bibliografía:
Bokser, J. (s.f.) *Apuntes sobre teatro y subjetividad*. Recuperado de <https://www.centrocultural.coop/revista/7/apuntes-sobre-teatro-y-subjetividad>

#SoyComunicologo

La imagen como herramienta para proyectarnos.

Por: Georgina Rivera, Diseñadora de Moda y Asesora de Imagen.

Generalmente cuando nos hablan de nuestra propia imagen nos resulta molesto; esto es el resultado de que nuestra apariencia es algo a lo que curiosamente no estamos acostumbrados.

Cada mañana por lo menos en una ocasión, pasamos revisión ante el espejo y nos autorizamos o no desde nuestra propia creencia de lo que proyectamos.

Cubrir las expectativas de quienes nos rodean es una exigencia a la que normalmente estamos sometidos desde muy temprana edad.

Crecemos rodeados de información subjetiva sobre nuestra propia imagen: "Esos pantalones se te ven horribles". "A ti no te quedan los vestidos". "Deberías cortarte ese cabello". "Te vistes como si fueras vagabundo" y muchos otros más son los comentarios que recibimos de la propia familia una y otra vez en la esperanza de que nuestra apariencia cambie.

Lamentablemente este tipo de enunciados que critican nuestra apariencia nos hacen crecer con una enorme cantidad de inseguridades y miedos que terminan por hacer que nuestra imagen sea el resultado de tratar de satisfacer las expectativas de otros o cumplir con los requisitos para pertenecer a un grupo determinado.

Y sin darnos cuenta, terminamos por no satisfacer nuestros propios gustos pero los ajustamos para hacernos creer que en realidad nos gusta lo que vemos en el espejo.

La imagen es mucho más que el aspecto físico en sí mismo, se trata



de un conjunto de elementos que nos proyecta desde lo más íntimo hasta el detalle más insignificante para crear una descripción sin texto de quienes realmente somos.

Por medio de la imagen hemos creado estereotipos, hoy somos capaces de identificar y asociar por ejemplo, a una persona dormida en un sillón como representación común de un político o a una señora desaliñada y agobiada con un ama de casa. Esto es sólo el resultado de la imagen que nos hemos encargado de proyectar, compartir y destacar; no quiere decir que todos los políticos se duerman mientras esperan la siguiente sesión o que todas las mujeres que se dedican al hogar descuiden su aspecto y se encuentren abrumadas e insatisfechas, sino simplemente que en la medida en que generalizamos este tipo de imagen, le damos peso a nuestra propia creencia sobre algún aspecto específico o sobre las personas en general.

De ahí la importancia de completar la proyección de nuestra imagen con un verdadero mensaje de quienes somos, lo que hacemos, lo que nos gusta y esto sólo se consigue por medio de un verdadero análisis hacia nuestro interior.

Se trata de buscar en nuestra personalidad los elementos para re-encontrarnos con aquello que de verdad nos gusta y que nos permita proyectar lo que en realidad somos.

La imagen es mucho más que el aspecto exterior, debe ser el resultado de nuestra personalidad considerando además: carisma, actitud, aspecto y credibilidad.

Si sólo cuidamos el exterior acabaremos por proyectar una imagen falsa que tarde o temprano desilusiona a quienes nos ven y a nosotros mismos.

Según la 'ecuación de Mehrabian' (1971), el profesor emérito Albert Mehrabian de la Universidad de California-Davis, sugiere que la imagen se trata de un mensaje que representa el 55% de la comunicación, a esto se suma el 38% que comunica nuestra actitud, entonación, voz, etc. De tal manera que sólo el 7% de lo que comunicamos es lo que realmente decimos. Es por esta razón, las personas percibidas como exitosas cuidan tanto de su imagen, ya que saben el impacto que ésta tiene.

Así que, ¿estás dispuesto a seguir enviando un mensaje equivocado? 🙄



DIPLOMADO EN BASES GENERALES DE LA CRIMINOLOGÍA Y CRIMINALÍSTICA.

Modalidad: Diplomado por asignatura presencial.

Sede: Universidad Cuauhtémoc, Plantel San Luis Potosí.

Áreas a quien va dirigido: Salud, administrativas, humanistas y sociales.

Duración: 8 meses (180 horas)

Horario: Sabatino de 8:00 a 14:00 hrs.

Reconocimiento: La Universidad Cuauhtémoc otorgará diploma a los alumnos que aprueben las asignaturas del curso.

CONTENIDOS DEL CURSO.

I Antropología y sociología criminal.

II Aspectos jurídicos, criminología y criminalística.

III Victimología criminal.

IV Psicología forense y diagnóstico psicopatológico criminal.

Objetivo: Impulsar a los profesionistas que se dedican a las áreas de la salud, humanidades, administrativas y sociales, a adquirir conocimientos, actitudes y destrezas para desarrollar competencias y habilidades, que les permitan analizar el origen del comportamiento criminal, el contexto delictivo y así contribuir en la seguridad y el bienestar social de la población.

Costos: \$2,000 inscripción única y 8 mensualidades de \$2,100

¡Inscripciones abiertas!

Mayores informes:
500 45 03 ext. 104

Dra. Elizabeth Marín Ortega
elizabeth@ucslp.net



Zonas económicas especiales en México, su importancia y relación con AMLO.

Por: Samuel Castillo, alumno de 8o. Semestre de la Licenciatura en Comercio Internacional

Enlaces de información:

<https://www.alainet.org/es/articulo/195055>

<https://www.elsoldemexico.com.mx/ico/sociedad/conoce-las-cinco-zonas-economicas-especiales-del-pais-que-destaca-pena-nieto-538475.html>

<https://www.gob.mx/se/articulos/las-zonas-economicas-especiales-de-mexico>

<http://www.revistacomercioexterior.com/articulo.php?id=115&t=las-zonas-economicas-especiales>

<https://cofide.org/estas-las-zonas-economicas-especiales-en-mexico/>

<http://revistafal.com/zonas-economicas-especiales-un-paso-hacia-el-desarrollo/>

<http://t21.com.mx/logistica/2017/06/23/nacen-tecnicamente-las-primeras-zonas-economicas-especiales>

<http://www.eldiariodehoy.com/negocios/86360/como-funcionan-las-zonas-economicas-especiales/>

<https://www.eleconomista.com.mx/opinion/Zonas-Economicas-Especiales-polos-de-desarrollo-I-20180305-0078.html>

<http://www.sinembargo.mx/06-09-2018/3467617>

<https://expansion.mx/economia/2018/07/24/lopez-obrador-dara-continuidad-a-las-zonas-economicas-especiales-de-pena-nieto>

<http://www.manufactura.mx/industria/2018/07/24/las-zonas-economicas-seguiran-adelante-en-el-gobierno-de-amlo>

<http://www.elfinanciero.com.mx/economia/las-zee-continuaran-en-el-gobierno-de-amlo-candiani>

¿Sabes qué son las Zonas Económicas Especiales (ZEE)?, ¿no?, pues deberías.

De acuerdo con información de la Secretaría de Economía, esta es un área delimitada geográficamente, ubicada en un sitio del país con ventajas naturales y logísticas para convertirse en una región altamente productiva. El objetivo de esta es democratizar la productividad a un nivel regional para que los habitantes del lugar tengan las mismas posibilidades de desarrollo y bienestar como el resto del país.

Con lo anterior se pretende decir que estas zonas aparecen con el objetivo de incentivar del crecimiento económico del (en este caso en particular) sur-sureste del país, la cual se da por entendido que es una zona rezagada a comparación de otras partes de México. Estas zonas tienen un funcionamiento tal que buscan mejorar la competitividad de las empresas mediante:

- Incentivos balanceados al capital y al trabajo.
- Una ventanilla y guía única para la realización de los trámites.
- Un régimen aduanero especial.
- Infraestructura y programas que eleven la productividad de empresas y trabajadores.
- Políticas de desarrollo urbano ordenado y sustentable.
- Políticas públicas complementarias que promuevan el encadenamiento productivo, incluyendo esquemas de desarrollo del capital humano, innovación y transferencia tecnológica, así como programas especiales de financiamiento.

Ahora, hablemos de su paso a una nueva etapa del país con Andrés Manuel López Obrador, el Presidente electo. Este proyecto que inició con Enrique Peña Nieto, tendrá continuidad, pero claro está, bajo la administración de un nuevo presidente. Según el dirigente nacional del partido MORENA (también conocido como Movimiento Regeneración Nacional) Yeidckol Polevnsky: "Vamos a apoyar las zonas con lo que sea necesario, el sector empresarial las viene demandando desde hace mucho tiempo" con lo cual es importante recordar que esas zonas económicas tienen como objetivo recuperar o en su defecto estabilizar la economía del Sur-Suroeste del país y este mismo está en sintonía con el Plan Nacional del Presidente.

Con todo esto se concluye que las zonas económicas están en un proceso de expansión geográfica de capital que ayudará a las zonas al margen del país a un buen desarrollo económico y que esas continuarán siendo una parte clave de la economía dentro de un futuro cercano. 📍



Renegociación TLCAN.

Por: Verónica Maydí Guerrero González,
alumna de 8º semestre de la Licenciatura en Comercio internacional

Desde que iniciaron las pláticas de renegociación del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN O NAFTA), el actual presidente de Estados Unidos de América, Donald Trump, se ha referido a él con su habitual controversia sugiriendo que tanto Canadá como México buscan aprovecharse de las buenas voluntades comerciales de EUA.

Una de las principales cláusulas que defendió Estados Unidos fue la que tiene que ver con el sector automotriz y las reglas de origen.

Se ha informado que hubo la modificación del 62.5 al 75 por ciento en el valor de contenido regional para que los vehículos puedan evitar el pago de aranceles. También se acuerda que el 40 y 45 por ciento del contenido de las unidades deben ser producidos por trabajadores que tengan un salario de al menos 16 dólares por hora; lo que puede ser contraproducente porque lo que hace atractivo a México para las empresas es su mano de obra barata y afectaría las oportunidades de empleo que existen.

Con esto, Trump le da oportunidad a sus electores del medio oeste que es donde se encuentran las principales armadoras de autos en Estados Unidos, limitando el *outsourcing* y forzando a México a mejorar sus salarios si es que le interesa seguir funcionando como un *cluster* automotriz.

Estados Unidos cedió en la cláusula sunset que trata de la vigencia de este acuerdo, en realidad EUA buscaba que esta cláusula



quedara establecida en cinco años y con posible renovación. Esto generaría inestabilidad para las empresas trasnacionales que consideran establecerse en México. Se negoció que el TLCAN tenga una duración de 16 años, con posibilidad de revisarse cada 6 años.

Hay sectores que permanece casi sin cambios y son los que son menores en beneficio o perjuicio de ambos países, como son las exportaciones agrícolas.

En nuestra conclusión el objetivo de esta renegociación ha sido al final del día más político que económico, de forma general, no hubo grandes cambios económicos ni para México ni para Estados Unidos aunque me atrevo a comentar que quizás EUA ganó esta negociación. Recordemos que el TLCAN es un tratado Trilateral, y no dejaremos a un lado a Canadá como lo hicieron en la negociación.

Aún existe la controversia de si llegan o no a un acuerdo EUA y Canadá, Trump buscara aumentar los aranceles a sus productos en el sector automotriz y en agrícola si se desvanece el acuerdo trilateral.

La conclusión para el comercio Mexicano y sus exportaciones que abarcan del 70 al 80 por ciento del total no puede depender tanto de los Estados Unidos, se tiene que diversificar la economía y abrirse a nuevos mercados potenciales. 🇺🇸



Nuestras acciones, son nuestro futuro. Día Mundial de la Alimentación.

Por: LN. Rafael A. Almendra Pegueros,
Profesor de la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos.

El 16 de octubre de 1945, se reunieron 42 países en Quebec, Canadá, con el fin de crear la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), organización que tiene como objetivo lograr que en el mundo impere la seguridad alimentaria elevando los niveles de nutrición, mejorando la productividad agrícola, las condiciones de la población rural, y contribuyendo a la expansión de la economía mundial.

Es así que desde 1979, la FAO, proclamó al 16 de octubre como el Día Mundial de la Alimentación, su finalidad es concientizar a los pueblos del mundo sobre el problema alimentario mundial y fortalecer la solidaridad en la lucha contra el hambre, la desnutrición y la pobreza; y desde 1981 cada año se adopta un nuevo lema para destacar las áreas necesitadas de mayores reformas y poner el acento en asuntos específicos.

En este año, el lema escogido para el Día Mundial de la Alimentación es: "Nuestras acciones son nuestro futuro", esto derivado al período de retroceso, en el que el hambre mundial vuelve a aumentar. En la actualidad, más de 820 millones de personas sufren subalimentación crónica, según el último informe de *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2018* de la FAO. En México de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012, 7 de cada 10 hogares presentan algún grado de inseguridad alimentaria o subalimentación, cifra que incrementa en zonas rurales y sur del país.

Es así, que la FAO, exhorta en este año, a los gobiernos de los países miembros a presentar verdaderas acciones que aseguren #HambreCero para el 2030. Junto con esas acciones se proponen algunas que podemos realizar.

- **No tirar comida:** Si llegan a existir sobras, congélelas para más tarde o úselas como ingrediente para otra comida. Cuando almuerces en un restaurante, solicite media porción si no tienes mucha hambre o lleva las sobras a casa.
- **Producir más con menos:** los agricultores deberían encontrar formas nuevas de cultivar alimentos que sean más productivas, y diversificar sus cultivos. Usar un enfoque de agricultura integrada no solo ayudará a los agricultores a aumentar el rendimiento de sus cultivos y, por lo tanto sus ganancias, sino que también puede mejorar la calidad de sus tierras agrícolas.



Participación de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos UC-SLP en el Día Mundial de la Alimentación 2018.

- Adoptar una **dieta más saludable y sostenible**.
- **Defender el #HambreCero**: Todos tenemos un papel que desempeñar para lograr el #HambreCero, pero los países, las instituciones y las personas deben trabajar juntos para alcanzar este objetivo, como ejemplo la participación de los alumnos de la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos de la UC-SLP junto con el Banco de Alimentos de San Luis Potosí, el 12 de octubre del año pasado.

Defender el hambre cero, mejorar la salud de la población, es una actividad que debemos de construir todos, para esto la FAO propone en la siguiente liga actividades que podrás hacer: <http://www.fao.org/3/CA0964ES/ca0964es.pdf> 🐦

#GuerrerosporlaSalud



Cartel de promoción del DMA

IV Jornada para la prevención de la enfermedad vascular cerebral (EVC)

Se llevó a cabo la **IV Jornada para la prevención de la enfermedad vascular cerebral (EVC)** organizada por la universidad Cuauhtémoc y el Comité de Estudiantes de Medicina (CEMUC) para lo cual se dieron cita en el centro de convenciones de San Luis Potosí donde se expusieron los temas más relevantes sobre la prevención, tratamiento y rehabilitación sobre esta enfermedad que aqueja y ocupa el 3er. lugar como causa de muerte a nivel nacional, reafirmando el esfuerzo de los estudiantes y la Universidad en promover la importancia de la prevención en la población potosina. 🇲🇽

Aquí algunas imágenes del evento:





#ValordeGuerrero
#SomosGuerreros





CREANDO LAZOS *se construye el éxito.*

Por: LCC. Olivia García Ibarra, Egresada 1997; Janeth Morales Rangel, Egresada 2017;
Angélica Herrera Salazar, Egresada 2017 de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación.

¿Cuántas veces has escuchado decir “dime con quién andas y te diré quién eres”?, si bien, no coincidimos en todo con ello, sí podemos decir que tiene algo de razón.

A lo largo de la historia hemos pasado por grandes y pequeños cambios como humanidad, algunos para bien y otros quizá no, pero cada uno de ellos ha sido marcado por una constante: CREAR LAZOS entre distintas fuerzas.

Piensa en los avances que hoy tenemos, por mencionar un área, la tecnología, muchos de ellos han sido producto de una mente creativa, pero también de una fuerza económica y otra más que impulsó ese talento, ejemplos hay muchos, citaremos el de Ada Lovelace, creadora del primer programa informático de la historia y en honor a quien en 1979 el Departamento de Defensa de los Estados Unidos generó un lenguaje de programación llamado Ada.

Gracias a ella y a los lazos que se fueron tejiendo, hoy en día cada uno de nosotros tiene en sus manos al menos un aparato basado en esos primeros apuntes, si no lo crees, checa tu celular, laptop, etc.

Ahora, ¿qué tiene qué ver esto contigo, si no te interesa la informática?

Bien, quizá en este momento estés en algún semestre de tu PrepaUC o bien de tu carrera profesional, por lo tanto estás construyendo tu futuro, mismo que será tan exitoso como lo definas en este momento y para eso es indispensable que entres en la estrategia de CREAR LAZOS, es decir, generar vínculos con tus compañeros de salón, profesión y docentes, lo interesante comienza cuando ves fuera de la caja, a qué nos referimos con ello:

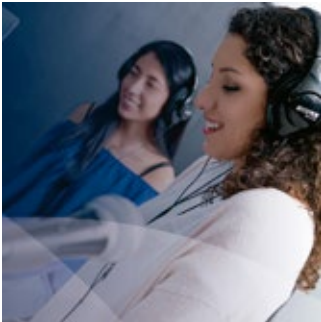
¿Qué tal te va con tu lista de contactos de talleres y conferencias que tienes en la UCSLP?, no se trata de ir a ver de qué va a hablar una persona, se trata de ver qué contacto puedes crear ahí que pueda servirte o no para la construcción de ese futuro que esperas.



"Pero quizá tus sueños sean más grandes, entonces es momento de considerar **CREAR LAZOS** con empresas a través de tus prácticas profesionales o servicio social, pero esto no se detiene ahí, porque el mundo es tan grande como lo quieras ver, y tú tienes la oportunidad de aprovechar todos los convenios que el área de Vinculación ha generado para que crezcas tanto como lo desees, ahora la tarea no sólo es participar en las convocatorias, ir, viajar y tomar fotos que causen envidia, eso es sólo una parte". (Angélica Herrera)



"Lo que siempre recomiendo a mis alumnos, es tener el propósito de generar contactos a donde quiera que vayan, es decir, si todos los días te relacionas con dos personas distintas, mejorarás tus habilidades de comunicación y por otro lado verás que empiezas a tejer una red que tarde o temprano puede ayudar en tu desarrollo profesional, ahora imagina que esa misma red abarca otros países como Colombia, Francia, Alemania, entre otros, ¿puedes ver lo interesante que resulta para tu futuro?" (Olivia García)



"Ahora bien, ¿qué hay de esos vínculos con alumnos y/o egresados de tu misma carrera? Ellos pueden darte mucha orientación sobre cómo se maneja el mercado de tu área y que a ti te interesa. Hacer comunidad es también ver hacia otras generaciones que seguramente tendrán experiencia en ámbitos similares a que tú quieres llegar" (Janeth Morales)

Si quieres ser un guerrero con éxito, debes buscar ese éxito en todo lo que hagas, pues recuerda que quien grande quiere ser, con grandes se ha de juntar y en nuestra comunidad sabemos que **#SomosGuerreros** haciendo historia. 🙌





SAN LUIS POTOSÍ

Módulo

de Planificación Familiar

Ubicado en
la enfermería
de nuestra
Universidad.



Acreditación de la Escuela de Medicina de la Universidad Cuauhtémoc, Campus San Luis Potosí.

Por: Dr. Javier Jaramillo de la Torre,
Director de la Escuela de Medicina UCSLP

La Escuela de Medicina de la Universidad Cuauhtémoc, Campus San Luis Potosí ha iniciado el proceso de acreditación ante el Consejo Mexicano para la Acreditación de la Educación Médica (COMAEM), organismo que tiene como misión acreditar los programas académicos de las escuelas de Medicina en México teniendo como principal fundamento, los estándares de calidad de las mismas. Con la colaboración de los alumnos, docentes, personal administrativo, directivos y de apoyo, podremos consolidar y estandarizar la calidad de la educación impartida en la escuela.

A casi 10 años de haber iniciado actividades, la Escuela de Medicina ha tenido los primeros logros. En el Examen Nacional de Residencias Médicas 2018 (EXARMED), en el rubro de conocimientos médicos, ocupó el cuarto lugar de las instituciones privadas. En la actualidad ya un sinnúmero de egresados cursan residencias médicas en diferentes áreas del conocimiento médico en hospitales de diferentes partes del país. El plan de estudios se caracteriza por su énfasis en la prevención, la investigación y la bioética; lo que ha resultado en numerosas publicaciones, así como en la participación en el Foro Estatal de Bioética e Investigación.

El COMAEM tiene como objetivo la acreditación de los programas de educación médica de las escuelas y facultades de Medicina, con base no sólo en los estándares de calidad sino también en los procedimientos estipulados en el Sistema Nacional de Acreditación. El instrumento de Autoevaluación fue actualizado en el 2018, con base en la revisión, análisis y conclusiones de los siguientes aspectos: la utilidad de cada uno de los estándares 2008, propuestas a los procesos de autoevaluación, verificación y requisitos que aplican diversos organismos internacionales para la acreditación, como el Consejo para la Acreditación de la Educación Superior (COPAES), Liaison Committee on Medical Education (LCME), National Committee on Foreign Medical Education and Accreditation (NCFMEA) y World Federation on Medical Education (WFME).

La Escuela de Medicina tiene la misión de formar médicos cirujanos que otorguen atención médica integral en el proceso salud-enfermedad al individuo y su familia, con un enfoque preventivo para mantener la salud, mediante una práctica médica humanista y ética, con una sólida conciencia social, y que sean competitivos nacional e internacionalmente. Por estos motivos, la acreditación COMAEM es un compromiso de todos los que formamos parte de la Universidad Cuauhtémoc, Campus San Luis Potosí. ♡

Obesidad en México. ¿Ya nos cayó el veinte?

Por: LN, Brenda López Macías, Coordinadora de la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos.

Todos hemos escuchado últimamente que la obesidad es considerada como la enfermedad del siglo XXI, que es una epidemia, un problema de salud pública, que está aumentando cada vez más, o que nuestro país ocupa uno de los primeros lugares de personas que padecen sobrepeso y obesidad.

Si después de leer esto no te sientes alarmado continua con lo siguiente...

De acuerdo con datos de la última Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016 (ENSANUT MC 2016) en adultos de 20 o más años la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad fue de ¡71.2%! En otras palabras ¡7 de cada 10 mexicanos padecen obesidad y/o sobrepeso!

A partir de esto, en nuestro país se declaró una alerta epidemiológica ese mismo año (2016) debido a las altísimas cifras de obesidad y sobrepeso en la población.

Entonces recapitulando un poco; el sobrepeso y la obesidad son definidas como enfermedades (sí, leíste bien, **enfermedades**) causadas por una acumulación excesiva de grasa corporal, las cuales son el principal factor para desarrollar otras enfermedades crónicas degenerativas que están cobrando la vida de miles y miles de mexicanos cada año, tales como diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares entre otras. Hablando propiamente de la diabetes, cada año se reportan casi 100 mil muertes. Todo esto aumenta los costos en salud y disminuye la expectativa y calidad de vida de las personas.

Las estrategias, programas y políticas públicas que el gobierno de México ha planteado para dar combate a este problema de salud pública, no han sido suficientes y la disminución por tanto del sobrepeso y la obesidad ha sido poco significativa desde el 2012 a la fecha.

Para crear más conciencia en cuanto a este problema y como parte de la celebración del día del nutriólogo, el pasado lunes 28 de



enero del 2019 se llevó a cabo el **PRIMER FORO DE NUTRICIÓN EN LA OBESIDAD Y ENFERMEDADES CRÓNICAS**, organizado por la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos, en conjunto con los Servicios de Salud del estado de San Luis Potosí.

En este foro se buscó abordar el tema de la obesidad desde distintos enfoques, teniendo la participación de excelentes ponentes en cada materia:

- Nutrigenética y nutrigenómica con enfoque en obesidad por MC. Eduardo Palomo Martínez.
- Complicaciones y manejo del paciente obeso hospitalizado por LN. Marycarmen Jiménez Zanatta.
- Impacto de la obesidad en las enfermedades digestivas y hepáticas por el Dr. José Luis Vega Fonseca.
- Estrategia estatal para la prevención y el control del sobrepeso la obesidad y la diabetes por el Dr. Adrián Salazar Prado, Servicios de Salud.
- Políticas públicas para la prevención de enfermedades crónicas. El papel del etiquetado de alimentos por LNCA. Evelia Apolinar Jiménez, MIC.
- Adherencia al tratamiento por Lic. Psic. Patricia Flores Gámez.
- Intervención del Licenciado en Nutrición en las Unidades de Especialidades Médicas en Enfermedades Crónicas (UNEMES EC) Omar Ulises Mata Guerrero.

Con una audiencia aproximada de 150 personas, se efectuó con gran éxito el foro, en donde se buscó sumar esfuerzos para dar combate de manera multidisciplinaria a este problema de salud en México, resaltando la importancia de que las estrategias para el tratamiento y prevención deben ir desde lo general a lo particular, es decir, desde la comprensión de las bases metabólicas, fisiopatológicas, genéticas que engloban estas enfermedades, el tratamiento individualizado de las personas, la educación nutricional en la población, hasta la creación e implementación de políticas públicas enfocadas a la disminución de alimentos ultra procesados y bebidas azucaradas, el aumento en el consumo de agua, la promoción de actividad física, entre otros.

Falta mucho por hacer, mucho por cambiar, pero para empezar debe caernos el veinte de que este problema es grave y por ende, debe ser tratado seriamente.🙏



#GuerrerosporlaSalud

El orden del caos.

Por: LCC, Olivia García Ibarra Egresada 1997,
fundadora de Carambas Desarrollo del Pensamiento,
con registro en REDICITI-COPOCYT No. D1600049.

Con cierta regularidad es común escuchar que nada es para siempre, y desde luego ello detona un natural miedo al cambio.

Esta emoción está sumamente ligada a nuestro día a día, pues cumple con la función de mantenernos con vida, en otras palabras, nos previene de posibles riesgos y actúa como una especie de freno, pues de lo contrario viviríamos al límite sin medir consecuencias, dado que se encarga de hacernos conscientes de los peligros, y nuestro organismo suele manejar esas señales de la siguiente manera:

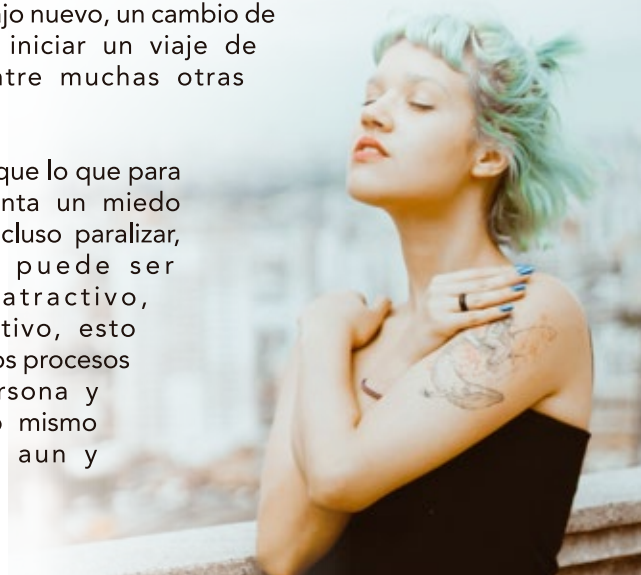
Primero nuestros sentidos captan el punto de peligro y nuestro sistema límbico comienza a regular las emociones para definir si es momento de luchar o de huir, su objetivo es salvaguardar nuestra seguridad.

Con todo esto se activa la amígdala cerebral y comenzamos a sentir una serie de reacciones tales como un aumento de la presión arterial y de la glucosa en la sangre, aumentamos considerablemente la adrenalina, así como una fuerte tensión muscular dado que nuestro cerebro debe estar alerta por el riesgo que percibe.

Esta situación disminuye o aumenta según nos vayamos sintiendo ante aquello que detectamos peligroso, que bien puede ser la posibilidad de perder a alguien o algún objeto preciado, la probabilidad de equivocarnos ante alguna persona que nos es importante o bien durante un examen y desde luego cuando estamos en una situación nueva como puede ser el primer día de clase, un trabajo nuevo, un cambio de jefe, incluso iniciar un viaje de estudios, entre muchas otras alternativas.

Cabe señalar que lo que para unos representa un miedo que puede incluso paralizar, para otros puede ser altamente atractivo, incluso adictivo, esto depende de los procesos de cada persona y jamás será lo mismo para todos, aun y

Photo by Steve Johnson from Pexels



cuando pueden darse momentos de crisis colectiva.

En cualquier caso y tal como los frenos de un vehículo que podemos utilizarlos para un alto total o bien para disminuir la velocidad y pasar suavemente un tope o una obstrucción en las calles y seguir adelante, el miedo puede llegar a frenar nuestras acciones o permitirnos analizarlas con mayor detalle y generar planes de acción alternativos, con los que podemos disminuir la tensión y nuestro organismo nos lo agradecerá.

Afrontar el miedo es sin duda una oportunidad de crecimiento, de aprovechar ese caos que nos genera para crear un nuevo orden mental y cambia nuestra perspectiva.

Así que de hoy en adelante revisa ese miedo que te frena, analiza las formas de vencerlo y ve más allá pues la conquista de tus miedos, es la única manera que tienes de liberarte definitivamente de ellos. ♡

#SoyComunicologo



**TU NEGOCIO
CUENTA PARA
MÉXICO**

**Recibe a nuestros
entrevistadores
y entrevistadoras.**

De **febrero a mayo de 2019** visitaremos tu negocio para levantar los Censos Económicos 2019.



Tu información es confidencial

Por ley, todos los **datos económicos que proporciones serán confidenciales** y se publicarán agrupados con los del resto de los establecimientos del país.

¡Gracias por recibirnos!

¿Qué te preguntaremos?

- Actividad de tu establecimiento.
- Personas ocupadas y salarios.
- Gastos e ingresos.
- Ganancias o pérdidas.
- Créditos y apoyos.
- Activos fijos, entre otros.

¿Cómo identificar a nuestros representantes?

Deben portar:

- Chaleco.
- Sombrero.
- Mochila.
- Credencial con holograma.
- Dispositivo electrónico o cuestionario impreso.



**INSTITUTO NACIONAL
DE ESTADÍSTICA Y GEOGRAFÍA**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

Es un programa académico nuevo en San Luis Potosí ya que cuenta con los siguientes ejes de especialización:

**Neuropsicológico • Criminológico
Investigación psicológica • Biológico
Industrial • Educativo • Social**

- Cada eje tiene la finalidad de que continúes con un posgrado, debido a su amplia apertura en diferentes especialidades.
- Termina tu licenciatura en solo 4 años y medio.
- Contamos con REVOE-FEDERAL: 20150133

¡VEN Y CONOCE NUESTRAS INSTALACIONES DE VANGUARDIA!

¡Inscripciones abiertas!

**Mayores informes:
500 45 03**



SAN LUIS POTOSÍ

Pensar como diseñadores: Design Thinking.

Por: LDG. Liliana Camberos Luévano,
Colaborador, Universidad Cuauhtémoc.

Si quieres conocer más de esta técnica, así como diferentes formas de aplicarla puedes consultar: <https://designthinking.es/inicio/index.php>



Si estás leyendo este artículo, probablemente pensarás que obviamente siendo Diseñador Gráfico tengo que pensar como diseñador, pero el concepto de Design Thinking va más allá del diseño.

¿Qué es?

Es un método (científico) para generar ideas innovadoras que resuelvan las necesidades reales de los usuarios, resulta muy eficaz porque se enfoca principalmente en entender estas necesidades.

La teoría del Design Thinking se empezó a desarrollar a partir de los años '70 en la Universidad de Stanford, California (EE.UU.) y se basa en la forma, sensibilidad y método que emplean los diseñadores para resolver las necesidades de sus clientes.

¿De qué se trata?

Se trata de poner a trabajar nuestro lado creativo para generar soluciones diferentes, empáticas y efectivas para cada problema, y uno de los puntos más importantes de este método es el trabajo en equipo (¡dos cabezas piensan mejor que una!).

Y como procedimiento científico, el Design Thinking sigue 5 pasos:

- 1. EMPATIZAR:** Es decir, ponernos en el lugar del otro para entender exactamente sus necesidades.
- 2. DEFINIR:** Entender el problema de acuerdo a las necesidades del cliente y cubrir todos los aspectos necesarios para resolverlo.
- 3. IDEAR:** Llegó el momento de ponernos creativos. En este punto el espacio de trabajo es vital, para que fluyan las ideas es importante sentirnos cómodos. Aquí se vale usar post-it, plumones, papeles de colores, pizarrón, rotafolio, etc. para anotar cada idea que surja y poder estructurar la solución.
- 4. PROTOTIPAR:** En realidad este paso no se trata de construir nada, sino de realizar lo necesario para poner en práctica la solución definida.
- 5. EVALUAR:** Aquí podemos hacer los ajustes necesarios para que nuestra solución funcione adecuadamente.

Esta metodología la aplican muchas de las grandes empresas (Google, Zara y Apple entre ellas), pero si lo piensas detenidamente, muchas profesiones aplican un método similar, al tratar de empatizar con su cliente, por ejemplo los doctores, los psicólogos o los arquitectos e ingenieros... Y parafraseando el dicho popular, yo diría: "de músico, poeta, diseñador y loco... ¡todos tenemos un poco!". ♡

¿Sabes cómo ayudar para salvar una vida?

Por: Mariana Martínez Muñiz, alumna de 1er. semestre de Diseño Gráfico, Técnico en emergencias médicas de la Cruz Roja Mexicana.

CADENA DE SUPERVIVENCIA



Llamar al 9-1-1



RCP

(Reanimación Cardiopulmonar)



Desfibrilación rápida



Soporte vital avanzado o básico



Cuidado íntegro post paro cardíaco

¡A continuación te presentaré 6 acciones para salvar una vida! En primer lugar...

¿Sabes qué es una urgencia?

Una urgencia es todo lo que pone en riesgo la vida de una persona.

Para ayudar a salvar una vida es importante reconocer de inmediato cuando ha ocurrido un accidente y debes activar el **SISTEMA MÉDICO DE URGENCIAS**.

Llama al 9-1-1 y proporciona la siguiente información:

1. Tu nombre completo.
2. Número de teléfono del cual llamas.
3. Dirección exacta donde ocurrió el accidente, con referencias.
4. Tipo de emergencia.
5. Número de lesionados.

Para ello también es súper importante que si eres tú el reportante estés en el lugar, pues eso brindará mayor apoyo cuando pases el reporte y acuda el Sistema de Urgencias Médicas o bien, la ambulancia de atención pre-hospitalaria tenga conocimiento y que no sea una broma la llamada que se ha recibido.

Tal vez preguntes ¿para qué el número de teléfono? Pues es fácil, para que en caso de que los paramédicos que acudan al servicio no den con el lugar, se te pueda llamar y así llegar más rápido al lugar y atender al lesionado.

Es importante que conozcas la **CADENA DE SUPERVIVENCIA**. Éste es el procedimiento a seguir cuando corre peligro la vida de una persona o en caso de paro cardíaco.

5 eslabones de la cadena se supervivencia:

1. Reconocimiento inmediato y activación del SISTEMA MÉDICO DE URGENCIAS.
2. Reanimación cardiopulmonar (RCP) inmediata con énfasis de compresiones torácicas.
3. Desfibrilación rápida.
4. Soporte vital avanzado o básico efectivo.
5. Cuidados integrados post paro cardíaco.

¿Sabes qué es la RCP o reanimación cardiopulmonar?

La reanimación cardiopulmonar, como su nombre lo dice, es la ayuda dada cuando en una persona deja de haber pulso, su corazón se para o también cuando hay un paro respiratorio (el corazón entra en paro y la persona deja de respirar).

Hay que tener en cuenta que es muy poco probable que una persona salga de un paro cardiorespiratorio, pero es necesario

conocer este protocolo pues puede ser de mucha ayuda cuando se puede aplicar.

Regla para poder dar las compresiones.

Personas sin pulso y sin respiración se aplica el siguiente protocolo:

30 compresiones X 2 ventilaciones X 5 veces

Ventilaciones. Si conoces a la persona y es tu familiar puedes darle respiración de boca a boca.

Compresiones. Aplicadas en la línea media del tórax a la altura de las tetillas.

En caso de no conocer a la persona o que solo se necesite que el corazón vuelva a tener pulso se dan 100 compresiones por minuto.

**Este protocolo es utilizado para adultos.*

Quemaduras.

Tratamiento:

1. Colocar la parte lesionada bajo el chorro del agua (sumergir 15 min o más si persiste el dolor).
2. Colocar la parte lesionada en una posición cómoda sin que la parte quemada tenga contacto con ningún objeto.
3. Retirar anillos, reloj, pulseras, etc.
4. Cubrir las lesiones con un lienzo limpio o apósitos.
5. Aflojar ropa y humedecerla.

Prohibiciones:

1. No retirar nada quemado que haya quedado adherido.
2. No aplicar lociones, ungüentos ni gasas.
3. No romper ampulas.
4. No retirar piel desprendida.
5. No tocar el área lesionada.
6. No juntar piel con piel.

Convulsiones.

En el caso de una convulsión no hay algo que se pueda hacer, solo sujetar la cabeza del paciente o la persona que esté convulsionando para evitar que se pegue.

Existen 4 tipos de convulsión:

1. Facial: sin alteración a pérdida de conocimiento.
2. Tónica: rigidez de músculos, contracción súbita.
3. Clónica: espasmo muscular.
4. Ausencia: Es más leve que los otros tipos de convulsiones, más frecuente en niños. ♡

Recuerda que en caso de una urgencia dentro de la Universidad es importante avisar a Enfermería y seguir el protocolo indicado.



Diseñando la cara oculta del Rock.

Por: Emilio Alejandro Argüelles Rendón, 1er. Semestre de Diseño Gráfico.

La Universidad Cuauhtémoc, desde sus inicios, se ha destacado por albergar en sus instalaciones grandes talentos universitarios y profesionales y Emilio Alejandro Argüelles Rendón, alumno de la licenciatura en Diseño Gráfico de primer semestre no es la excepción.

Con tan solo 18 años de edad, Emilio se ha destacado por ser un amante del dibujo y la ilustración, comenzó sus estudios en la academia de artes plásticas "Dalí" donde aprendió distintos tipos de lápiz y a utilizar el degradado para darle relieve a los dibujos, aprendió a utilizar y mezclar los colores para sacar diferentes tonos y gamas.

Su pasión por el dibujo empezó en tercer grado de primaria y las paredes de su cuarto están llenas de dibujos y pinturas.

En la Academia obtuvo la medalla de primer lugar en categoría avanzada por mejor dibujo en técnica mixta y ha desarrollado exposiciones junto con otros amigos en el club deportivo "Racquet Club".

En este artículo, Emilio nos comparte su trabajo sobre el concepto *Diseñando la cara oculta del Rock*:

« Aunque de todas las ocurrencias de los beatos, la mayor fue encontrar un significado satánico oculto en el nombre de la banda. Según este sector, las siglas "AC/DC" significaban "Antichrist/Devil's Children" (Anticristo/Hijos del Demonio), "Antichrist/Devil's Crusade" (Anticristo/La cruzada del Demonio) o "Antichrist/Devil Comes" (Anticristo/Llega el Demonio).

Ante estas interpretaciones, Angus Young salió en defensa de su banda: "Esos estúpidos sacerdotes solo se dedican a asustar a la gente. Pero con nosotros no pueden hacer nada, porque no nos interesan ni Dios ni el Diablo, solo estamos interesados en el rock and roll".

Sin embargo, el auténtico significado del nombre del grupo es más banal. "AC/DC" es un acrónimo de "Alternating Current/Direct Current" que aparece en los aparatos eléctricos y que significa "Corriente Alterna/Corriente Continua". La idea se



le ocurrió a Margaret, la hermana de Angus y Malcolm Young, al ver las siglas en su máquina de coser.

También se atribuye el nombre a una aspiradora, pero resulta más romántico pensar que fue la máquina de coser ya que Margaret cosió los primeros uniformes escolares de Angus. No obstante, los miembros del grupo también han comentado que el nombre se le ocurrió a Sandra, cuñada de Angus y Malcolm y mujer de George Young, de The Easybeats. Fuera de quien fuera, la elección

de la denominación de la banda quedó en familia.

El nombre era corto, directo y eléctrico, lo que entusiasmó a Angus: "Tenía que ver con la electricidad, por lo tanto parecía encajar". Lo que no sabían los músicos era que ese nombre no solo sugería potencia y electricidad, sino que además era un término con connotaciones bisexuales; por ello, no resultaba extraño que en los primeros conciertos muchos miembros del público fueran homosexuales.

Esta confusión creó divertidos malentendidos, como la primera vez que Malcolm descubrió la ambigüedad del nombre de la mano de un conductor de un taxi al que el guitarrista respondió: "¿Estás buscando pelea o qué?". Nunca una máquina de coser generó tantos significados. Acusarlos de bisexuales fue un equívoco, pero acusarlos de satanistas fue una tontería. Con AC/DC se repitieron los prejuicios de siempre y se volvió a demonizar a una banda de rock que sonaba más dura que las demás. Nos veremos en La Cara Oculta del Rock... »

* Texto tomado de:
<https://www.efeeme.com/la-cara-oculta-del-rock-la-corriente-satanica-de-acdc/>

Aquí otros trabajos destacados de Emilio Argüelles:



#SomosGraficos_SomosGuerreros

La práctica reflexiva en el Diseño Gráfico.

Por: M.E. Alejandra Domínguez Gutiérrez,
Coordinadora de la Licenciatura en Diseño Gráfico.

En la Universidad Cuauhtémoc, la licenciatura en Diseño Gráfico, integra la práctica reflexiva en su plan de estudios, acercando a sus alumnos a proyectos que les representan un reto profesional desde los primeros semestres, potencializando sus habilidades previas dándole prioridad al aprendizaje significativo del conocimiento, además de perfeccionarlas.

El desarrollo profesional del diseñador gráfico está fundamentado en la vanguardia y la excelencia, y sus egresados respaldan la calidad educativa de la institución. ♡

#SomosGraficos_SomosGuerreros

La licenciatura en Diseño Gráfico evidencia, dentro de su estructura educativa, una gran carga práctica. Estar en constante desarrollo de proyectos que permita a los estudiantes proyectarse como profesionistas es básico para poder destacar en el mundo competitivo real. Dentro del ámbito educativo se considera importante que el alumno aprenda haciendo, con el propósito de pensar, ver y actuar como diseñador.



Donald Shön, asevera que el joven que acude a una universidad logrará las competencias pertinentes más en la práctica (realizando proyectos reales) que lo que se pueda enseñar en las clases teóricas (Rosa, 2011). Para este autor lo más importante del conocimiento radica en la práctica y lo teórico se queda en un nivel secundario. Si bien es importante reconocer las teorías de grandes especialistas en educación, como aquellas en las que se han fundamentado todos los temas educativos, también deberán considerarse y reconocerse las nuevas propuestas sobre educación reflexiva hechas por Wilfred Carr y Stephen Kemmis, entre otros, con respecto a apostar por la inteligencia del docente, que tiene la capacidad de proponer estrategias educativas que lo enfrentan a su realidad cotidiana en la docencia, dado que en la actualidad la teoría a los estudiantes les queda corta. Los alumnos son elementos activos de su educación y ya no pueden controlarse las variables de la misma, ahora las emociones forman parte fundamental del proceso de enseñanza – aprendizaje, el estudiante necesita ser reconocido y motivado, por lo que existe una relación más cercana profesor – alumno con respecto al conocimiento que adquiere este último (Shön, 1992).

Dicho lo anterior, los alumnos de diseño gráfico deben ser altamente competentes y creativos, los planes de estudio contemplan la aplicación de metodologías con respecto a la

resolución de problemas de comunicación visual de una manera creativa, sin embargo, ¿cómo es que lograrán volverse expertos?

Aquí es donde se debe abordar el aprendizaje significativo, puesto que repercute en la manera en la que el estudiante relacionará, en la práctica, el conocimiento que ya posee con el nuevo (Palmero, 2004) lo que obliga al docente a plantear estructuras y contenidos en función de las competencias del futuro diseñador. Esto es, en cuestión de diseño, incluir en el desarrollo didáctico del plan de estudios, proyectos reales que acerquen al estudiante a la toma de decisiones, que le permitan ir poniendo en práctica la teoría aprendida en el aula, creando conceptos, estableciendo contacto con la investigación profesional para realizar proyectos creativos que satisfagan las necesidades de una sociedad globalizada y sobre todo crear una perspectiva propia de su entorno profesional.

Dentro de esta práctica reflexiva, será necesario y significativo proporcionarle herramientas que lo hagan construir un abanico de oportunidades; se debe quitar de la mente del futuro diseñador que está destinado a ser un experto en diseño de marca, editorial, cartel, ilustración, señalización e identidad global y mostrarle las nuevas tendencias en el mundo del diseño gráfico, involucrarlo en un mundo digital donde la animación, la realidad aumentada y virtual, superan el manejo de las herramientas tradicionales, expandir sus horizontes hacia una fusión integral de áreas del conocimiento y fomentar el gusto por la investigación y creación de nuevas propuestas gráficas, enseñarlos a crear sus propios elementos e interfaces para generar nuevas tendencias y no solo a apoyarse en las que ya existen, sino a explotarlas para obtener nuevos conocimientos que les permitan trascender.



Bibliografía

Palmero, M. L. (2004). *Teoría del aprendizaje significativo*. Pamplona, España.

Rosa, C. A. (10 de diciembre de 2011). Blog de análisis y reflexión en torno a la Educación en México. Obtenido de la propuesta de Donald Schön: "El conocimiento está en la acción": <https://upnmonclova.wordpress.com/2011/12/10/la-propuesta-de-donald-schon-el-conocimiento-esta-en-la-accion/>

Schön, D. (1992). LA PREPARACIÓN DE PROFESIONALES PARA LAS DEMANDAS DE LA PRÁCTICA. En D. Schön, LA FORMACIÓN DE PROFESIONALES REFLEXIVOS (págs. 1-15). Barcelona, España: Paidós.

Liga de Investigación Nutricional UC.

Por: Blanca Noemí Zamora Mendoza,
Docente de la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos.



MISIÓN:

Desarrollar y difundir investigación nutricional de calidad, que contribuya al desarrollo y bienestar de la población, con énfasis en la salud, nutrición e innovación de alimentos.

VISIÓN:

Consolidarnos como un grupo de investigación líder en nuestro estado para la contribución del conocimiento científico capaz de impactar en una transición de mejora nutricional.

VALORES:

- Ética y responsabilidad social.
- Trabajo en equipo.
- Actitud de compromiso.
- Pensamiento crítico.
- Curiosidad y creatividad.

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

- Nutrición Clínico- epidemiológica.
- Nutrición Deportiva.
- Innovación de Alimentos.
- Nutrición Materno-infantil.

¿Por qué y cómo surge la Liga de Investigación Nutricional (LINAUC)?

Sin duda alguna la investigación forma parte de las competencias profesionales en todas de las áreas de estudio, donde por supuesto la Licenciatura en Nutrición y Ciencias de los Alimentos no es la excepción.

Esta competencia es capaz de unir los conocimientos y habilidades propias de la profesión así como las habilidades personales y sociales para ofrecer respuestas y soluciones factibles a las necesidades de la población.

Ya que según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), en 2016 se reportó que siete de cada diez adultos y uno de cada tres niños padecen sobrepeso u obesidad en México, hecho que ha impactado en el dramático aumento de las enfermedades cardiovasculares y metabólicas afectando su calidad de vida e incrementando el gasto familiar y del sector salud.

Debido a lo anterior la generación de profesionales de la salud e investigación en relación a salud y nutrición se ha incrementado en los últimos años, reconociendo la necesidad de una mayor



generación de investigación nutricional, no solo en nuestro estado si no en todo el país, ya que según resultados de la Organización Mundial de Propiedad Intelectual (WIPO) en su ranking 2018, sitúa a México en el lugar 56 en generación de innovación por debajo de Chile y Costa Rica quienes en este año destacaron por su alta inversión en educación. Hecho que refuerza el sentido de compromiso con la generación de investigación e innovación para obtener soluciones factibles que logren permear y modificar la cultura y la política pública de nuestro país en pro de mejorar los aspectos relacionados a la salud y la nutrición.

Bajo este contexto, LINUC se crea en febrero del presente año, haciendo su presentación oficial durante la primer Semana de Guerreros, en donde dieron a conocer sus proyectos de investigación así como un taller de divulgación titulado "Encapsulando la Ciencia de los Alimentos". El desarrollo de las actividades de esta liga forman parte de la materia de Seminario de Tesis II, que tiene como objetivo la generación de proyectos de investigación para obtener el grado de Licenciados en Nutrición y Ciencias de los Alimentos bajo la dirección y asesoría de diversos docentes de esta Universidad. Así mismo en agosto del año 2018, los alumnos del séptimo semestre tomaron protesta de LINUC, quienes ahora estarán desarrollando diversas actividades hasta julio 2019, fecha en que se integrará una nueva generación de alumnos.

¿Qué actividades hace LINUC?

La liga tiene dos ejes de acción:

1. Generación de investigación científica mediante un grupo de trabajo transdisciplinario, con el fin de superar la fragmentación del conocimiento y desde el punto de vista traslacional, el cual favorece la unión de la investigación dentro del laboratorio con la investigación clínico-epidmiológica para una aplicación real de ambos conocimientos que resuelven o disminuyen un problema.

2. Divulgación científica desde el ámbito universitario con el fin de fomentar el pensamiento crítico mediante talleres, conferencias, cafés literarios, uso de redes sociales y la publicación de resultados derivados de los proyectos de investigación, dentro y fuera de la Universidad.

Si deseas participar en alguna de nuestras líneas de investigación y/o actividades de difusión, comunícate con nosotros: blancazamoramendoza@hotmail.com 

Representantes LINUC:

*Est. Xochitl Piñón Maldonado,
Presidenta*

*Est. Andrea Sánchez Hernández,
Vicepresidenta*

*Est. Ana Sofía Larraga Trejo
Est. José Raúl Castillo Rodríguez
Est. Josué E. Briones Valdez,
Difusión y Redes*

*Est. Emma Beatriz Vega Ramírez
Est. Iridian Saldaña García
Est. Edgar I. Calvillo Martínez,
Logística.*

*Est. Mariela Olvera Berlanga
Est. Jessica I. Delgado Martínez
Gestión de proyectos.*

DOCENTES LINUC:

*M.C. Brenda P. López Macías,
Coordinadora de la Licenciatura en
Nutrición y Ciencias de Alimentos*

*M.C. Rafael Almendra Pagueros,
Docente asesor de tesis*

*M.C. Blanca N. Zamora Mendoza,
Docente de Seminario de Tesis*

#GuerrerosporlaSalud

#DíaADía



*La amistad de los años
universitarios forja un
recuerdo para toda la vida.*

Iniciamos un nuevo ciclo y con él damos la bienvenida a los nuevos integrantes de nuestra comunidad Cuauhtémoc. Aquí algunas imágenes de la tradicional comida de bienvenida. ¡Encuentra más en nuestra página de facebook! 🍷

#CuauhtémocLifestyle
#SomosGuerreros



SER UN GUERRERO

TIENE MUCHOS BENEFICIOS

Con tu tarjeta **BENEFICIOS CUAUHTÉMOC**, obtén descuentos en:



HOTELES



RESTAURANTES



CURSOS



ÓPTICA



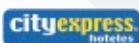
PAPELERÍAS



BOUTIQUES



Y MÁS



Encuentra más información en:
www.ucslp.edu.mx
...o acude al departamento de
Vinculación de la Universidad.



CONTACTO:
Coordinación de Vinculación
Adriana Salgado Rodríguez
adriana@ucslp.net
Tel. 500 45 00 ext. 154

La mejor experiencia de mi vida.

Por: Vanessa Buitrago Guarín,
estudiante de intercambio de la Licenciatura en Comercio Internacional.

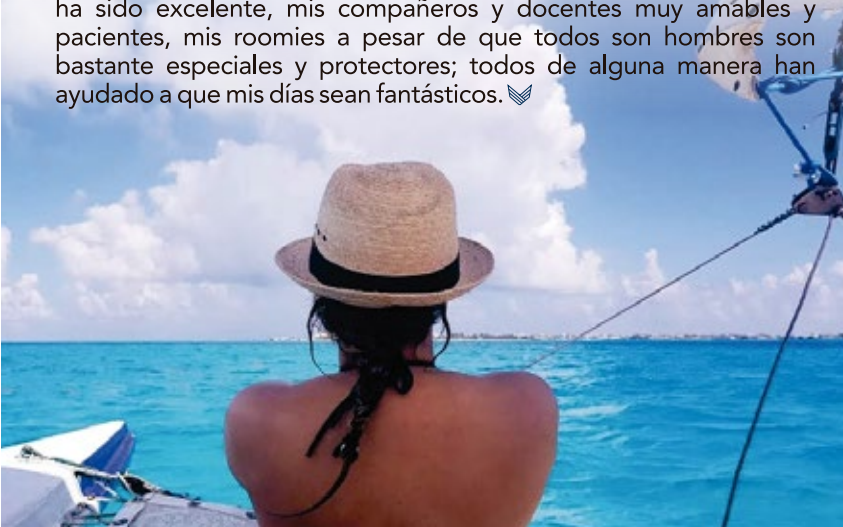
Me llamo Vanessa, vengo de la ciudad de la eterna primavera y la bandeja paisa ¡Medellín! Necesariamente tengo que empezar mencionando que un intercambio es la mejor decisión que podemos tomar, ya que esto contribuye a un sinnúmero de cosas donde todas son positivas; en el ámbito académico, cultural y personal, yo no podría decir en cuál de todas estas se aprende más, obviamente no es fácil tomar la decisión porque es dejar toda nuestra vida "paralizada" por un periodo de tiempo, en mi caso me tocó renunciar a mi trabajo de 7 años donde estaba bastante cómoda, vivía sola y por ende me tocó entregar el apartamento, buscar donde guardar los chécheres como decimos en Colombia, estaba tan convencida que nada de eso me importaba, incluso los malos comentarios de familiares y amigos (todo por protegerme), aunque reconozco que estaba temerosa por la comida picosa puesto que soy alérgica, estaba ansiosa por conocer mi nueva realidad, mi vida estaba cambiando 360°.

Esta es la mejor experiencia de mi vida, desde que salí del colegio siempre he trabajado y estudiado a la par, nada fácil; acá estoy concentrada 100% a lo académico, reconociendo que en cada espacio libre me he tomado la molestia de conocer lugares maravillosos y probar así sea un poco, así me enchile, los alimentos de este hermoso país, además de vivir tradiciones tan propias como el día de muertos y el 15 de septiembre (me encantaron).

Todo esto que he vivido en tan poco tiempo ha hecho que se incremente mi confianza, a que me comunique e interactúe mejor con las personas, aprender nuevas palabras, a tener un pensamiento más abierto y más crítico pero sobre todo a adaptarme y a desaprender lo aprendido, lo que en Colombia es, acá en México es otra cosa. Y no está mal, de hecho es bastante divertido; generando interés por conocer cada día más la cultura, además de madurar, ser más tolerante, aunque ya era bastante independiente estoy segura que el que no lo es, haciendo un intercambio, lo aprende. Yo no cambiaría absolutamente nada de esta experiencia, la universidad ha sido excelente, mis compañeros y docentes muy amables y pacientes, mis roomies a pesar de que todos son hombres son bastante especiales y protectores; todos de alguna manera han ayudado a que mis días sean fantásticos. 🙌



Las Coloradas, Yucatán.



#SomosInternacionales



Isla Mujeres, Q.Roo.



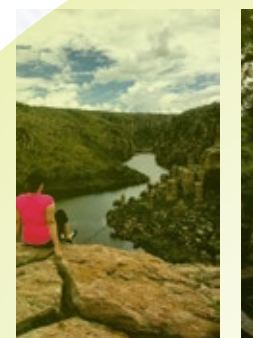
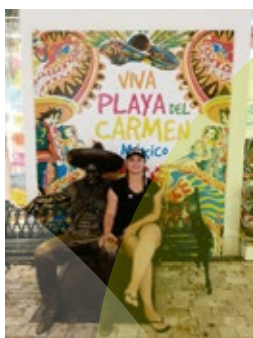
Chichén Itzá, Yuc.



Cascada de Tamul, S.L.P.



Cascada de Micos, S.L.P.



De arriba a abajo: Xcaret, Visita al viñedo, Sótano de las Golondrinas, Puerto Lázaro Cárdenas, San Miguel de Allende, Guanajuato, Playa del Carmen, Boca de Túnel, Jardín de Edward James.

XXXVII asamblea General Ordinaria de la Federación Mexicana de Facultades y Escuelas de Odontología



La Federación Mexicana de Facultades y Escuelas de Odontología (FMFEO) celebró el del 21 al 25 de febrero su 37ª Asamblea General Ordinaria con la participación de más de 70 representantes de universidades públicas y privadas de México.



La organización de esta asamblea, además de la Federación corrió a cargo de la Universidad Cuauhtémoc Campus San Luis Potosí. Durante los 4 días se realizaron conferencias relacionadas con el tratamiento odontológico, así como también las nuevas técnicas y productos que existen en el mercado para preservar la salud dental.



* Fotografías de:



#DíaADía

10 MOTIVOS

por los que irte de intercambio es la mejor decisión.

Por: Lic. Benito Santaya Pertegaz,
Coordinación de Relaciones Internacionales.
benito@ucslp.net

Hay un punto en el que todos los alumnos que se van de intercambio académico coinciden, ¡REPETIRÍAN SIN DUDARLO!

Es por eso que a continuación te explicamos 10 de los motivos por los que una experiencia de intercambio en otro país es seguramente una de las mejores experiencias vitales que puedes tener como estudiante.

1. VIVIR EN OTRO PAÍS.

La experiencia de vivir en otro país es algo que te aporta infinidad de experiencias y aprendizajes. Ya sea que vivas en una residencia de estudiantes con más compañeros o rentes un departamento compartido es algo que con el tiempo te aportará inmejorables recuerdos y te enseñará un sinfín de cosas que seguro luego te harán ser mejor ciudadano. Conocer cómo se hacen las cosas en otro lugar del mundo ayuda a abrir tu mente y a darte cuenta de qué cosas se hacen mejor en tu país, o qué cosas se pueden mejorar. Aprenderás a querer y a respetar a tu país, al mismo tiempo que comenzarás a ser una persona más crítica.

2. APRENDER A VALERTE POR TI MISMO.

Un intercambio ayuda a madurar y a crecer como persona, enseña a "sobrevivir" en un entorno nuevo y diferente. Si tienes un problema en el extranjero, tú serás el encargado de resolverlo, para bien y para mal. Así, cada fracaso y cada éxito serán puramente responsabilidad tuya, y contribuirá a que poco a poco vayas haciéndote autónomo, ganes confianza en ti mismo, y aprendas a encontrar soluciones para todos los problemas.

Lavar tu ropa, limpiar tu habitación, ayudar en las tareas domésticas, cocinar, seguramente son cosas que conoces, pero de alguna manera el hecho de no tener a tu mamá cerca haga que adquieran otra dimensión.

Moverte con el transporte público de una nueva ciudad, comprar boletos de avión o de tren para saber cómo llegar de un punto a otro dentro de un país o continente desconocido para ti, son cosas que requieren de un esfuerzo en la planificación que además te harán mejor académica y profesionalmente.

3. MEJORAR IDIOMAS.

Sobre todo si te vas a estudiar a un país donde no se habla el español, tendrás que aprender a desenvolverte en otro idioma distinto al tuyo, desde saber cómo explicarle al peluquero como quieres tu corte, o como pedirle a la señora de la tienda que quieres un producto u otro, son retos diarios a los que te enfrentas y que

hacen que sin querer mejores sustancialmente el idioma del país al que llegas. Si se habla español en la ciudad donde realizas tu intercambio, pero convives con alumnos de otras nacionalidades, es muy posible que la lengua utilizada para comunicarte con ellos, sobre todo al principio sea el inglés. De cualquier manera, mejorarás o aprenderás un idioma distinto al tuyo y/o conocerás expresiones nuevas en español.

4. DESCUBRIR OTRA FORMA DE HACER LAS COSAS.

Que la ciudad donde creciste o tu país no es el centro del mundo queda claro cuando uno se va de intercambio a otro lugar. Miles de pequeñas situaciones cotidianas se resuelven en otros países de otras formas. De entrada, estas 'otras formas' no son necesariamente mejores ni peores, son solo diferentes, y ese "diferentes" tiende a abrirle a uno la mente. El intercambio de ideas que deriva de una estancia en otro país incrementa los niveles de tolerancia y la capacidad crítica de los individuos que lo viven. Permiten establecer comparaciones entre unas realidades y otras. Al fin y al cabo, ¿cómo sabes que tu forma de vivir es la mejor del mundo si nunca has vivido en otra parte de él?

5. VIAJAR.

Es algo que va de la mano cuando haces un intercambio, dependiendo de tu presupuesto, aunque como estudiante seguro que el ingenio hace que un viaje relativamente lejano no sea tan caro como pensabas, podrás conocer tanto los diferentes lugares y ciudades del país que te acoge como los países cercanos al mismo. Y si durante el intercambio no pudiste viajar lo suficiente, no te preocupes, tu espíritu viajero seguramente despierte en ti unas increíbles ganas por conocer el mundo, y tras estos primeros meses seguro que los nuevos amigos que realizaste de todas las partes del mundo están deseando acogerte en sus respectivos países.

Como consejo, en cuanto tengas claro que te quieres ir de intercambio empieza a ahorrar para viajes, será la mejor forma de invertir tus ahorros.

6. AMPLIAR TU CV Y HORIZONTES LABORALES.

El hecho de haber tenido una experiencia internacional hace que tu currículum vitae mejore considerablemente y te diferencia del resto de las personas.

Haber tenido el valor de enfrentarte solo a todos los cambios que implica cambiar de país hace que los entrevistadores de todo el mundo lo valoren de forma muy positiva en los tiempos que corren. Además que como te darás cuenta, la experiencia vivida te hará crecer mentalmente dos escalones por encima del resto. Trabajar en otro país ya no te parecerá tan difícil ni descabellado.

7. AMIGOS PARA TODA LA VIDA.

Los amigos que hagas en el intercambio, serán amigos para toda la vida. Da igual si hace muchos años que no los has visto, seguro que en algún momento te vuelves a reencontrar con ellos y te darás cuenta que aunque haya pasado mucho tiempo tu relación con ellos es como si hiciera poco tiempo que los has visto.

Posiblemente estos amigos son los que mejores recuerdos te traen, y por ello siempre van a tener un lugar destacado en tu corazón.

8. CRECIMIENTO Y MADUREZ PERSONAL.

Aeropuerto de tu ciudad de destino, varias maletas a cuestas y un montón de dudas para llegar al lugar donde te vas a hospedar, puede ser un momento caótico e incluso estresante, pero es sólo el comienzo; cada trámite administrativo en la universidad, buscar una dirección, situarse en cualquier punto de la ciudad, elegir la línea de autobús o metro adecuada, puede ser una odisea, pero con el tiempo vas aprendiendo y te vas fortaleciendo con cada reto y cada victoria.

9. REGRESO.

Aunque el síndrome post-intercambio será duro y doloroso, (regresar a la normalidad, donde todo sigue igual, no es fácil, sobre todo acostumbrado a vivir con tus sentidos sobre estimulados, captando cada una de las diferencias y de las nuevas experiencias vividas), ten por seguro que en unos días volverás a reír rodeado de tu familia y amigos, recordando esa anécdota especial o aquel inolvidable viaje. Además en la época de las redes sociales, no tendrás problemas en mantener el contacto con la mayoría de tus amigos y probablemente tus compañeros de clase se morirán de envidia escuchando las historias de tu experiencia.

10. EXPERIENCIA GLOBAL.

Tu experiencia internacional, te va a hacer mejor persona en muchos aspectos, y por ende hará de ti un mejor profesional en el futuro.

Es por eso que si tienes la inquietud de conocer más sobre las opciones que la Universidad Cuauhtémoc te ofrece, no dudes en dirigirte con el coordinador de Relaciones Internacionales para que te explique todas las opciones existentes y los requisitos necesarios para convertirte en un alumno de intercambio.

Diversas universidades en distintas ciudades de España, Francia, Alemania, Portugal, Colombia, Costa Rica, Ecuador y muchos otros países son las opciones que actualmente te ofrecemos, por lo que si tienes un interés particular en alguna ciudad o universidad del mundo, acércate con nosotros e intentaremos conseguir la mejor opción para que vayas a estudiar durante un semestre o un año a cualquier destino.

Recuerda que el principal impedimento a la hora de poder optar a un intercambio suele ser el idioma, así que no esperes a perfeccionar tu inglés o la lengua del país de destino.

Si quieres ser alumno de intercambio te estaremos esperando. 🙋

#SomosInternacionales

Mayores informes:

Coordinación de Relaciones
Internacionales
Tel. 500 45 00 Ext. 135
benito@ucslp.net

La mejor versión de sí mismo.

MCO. Verónica Mendoza Razo,
Programa Institucional de Tutoría

Hace unas semanas, en la primera sesión del Diplomado en Desarrollo de Habilidades Docentes que imparte la Universidad Cuauhtémoc para sus profesores como parte de su Programa de Educación Continua, escuché de su ponente una definición que me impactó: **“La tutoría es el proceso por medio del cual obtenemos la mejor versión de cada alumno”**. Esta frase ocasionó que reflexionara en qué tan preparados estamos los docentes para contribuir a tan delicado proyecto, ya que, tutores o no, todo docente de alguna manera trasciende en cada uno de sus alumnos.

Particularmente como tutor, me queda claro que no es solo con buena voluntad que podemos acompañar a nuestros alumnos en el proceso de ser su mejor versión; reforzar los lazos, intercambiar ideas y valores, construir un entorno más flexible, ayudarlos en la estructuración de sus objetivos, fomentar una responsabilidad en su vida académica y personal implica una gran responsabilidad que requiere preparación.

La educación superior mexicana enfrenta diversos desafíos. En primer lugar el de ser la puerta de entrada a la sociedad del conocimiento. También, se destaca como reto el de atender con “calidad” a una población estudiantil en constante crecimiento, como resultado de la dinámica demográfica del país y la expansión de la matrícula, así como la de ofrecer servicios educativos de calidad que proporcionen a los estudiantes una formación que integre elementos humanistas y culturales con una sólida capacitación técnica y científica (*Sifuentes Valenzuela, 2017*); de igual manera, el reto es recordar que **trabajamos con personas**, personas inteligentes, a las cuales podemos ayudar a enfocar su voluntad de una manera afectiva respetando sobre todo su libertad y capacidad de decisión.

Ante tales desafíos, la Universidad Cuauhtémoc, está planificando con gran responsabilidad una **transformación interna**, en correspondencia a su misión, visión y valores. Tal cambio implica romper con paradigmas y conformar estrategias que establezcan un modelo diferente al tradicional para la formación de los estudiantes, incluyendo el aprendizaje significativo, la orientación hacia el aprendizaje auto dirigido y la formación integral con una visión humanista, para lo cual se implementa el **Programa Institucional de Tutoría**.

En este contexto, la atención personalizada del estudiante se convierte en un recurso valioso, ya que el mismo alumno al valorarse como el actor central del proceso formativo, se auto motiva para logro de los objetivos establecidos, se adapta más fácilmente al ambiente escolar y fortalece sus habilidades de estudio y de trabajo. Este tipo de atención también puede ayudar a disminuir los índices de reprobación y rezago escolares, las





tasas de abandono de los estudios y a mejorar la eficiencia terminal (*Programas Institucionales de Tutoría. Una propuesta de la ANUIES para su organización y funcionamiento en las Instituciones de Educación Superior. 2a. Edición corregida*).

Los docentes capacitan al alumno de manera creativa, utilizando medios y enfoques de actualidad, pero, por otro lado, una prioridad es la **asesoría longitudinal**, la que puede prestar un tutor, atendiendo la problemática grupal y particular de cada alumno, ofreciendo el apoyo necesario para que todos tengan éxito en sus estudios. Así que, los tutores, tienen como tarea establecer las condiciones necesarias en el entorno docente para que el alumno pueda desarrollar todo su potencial.

La tutoría se considera una forma de atención educativa donde el tutor apoya a un estudiante o a un grupo pequeño de estudiantes de una manera sistemática, por medio de la estructuración de objetivos, programas, organización por áreas, técnicas de enseñanza apropiadas e integración de grupos. Así mismo, en nuestra institución es importante considerar a los docentes como parte fundamental del programa de tutorías, ya que la coordinación del programa y los tutores que la integren pueden apoyar de mejor manera al alumno trabajando en conjunto con el docente, sobre todo si este también se siente valorado no sólo como académico, sino también como persona de forma integral.

También, trabajando con los padres, se establece una continua comunicación sobre el desarrollo en la institución de sus hijos.

Acorde con la transformación de nuestra Universidad, el Programa Institucional de Tutoría pretende ser el eje que establece los propósitos y modalidades de la actividad tutorial en sí misma, así como los lineamientos de su implementación, entre ellos estructura, organización de recursos y evaluación de eficiencia; lo anterior con el objetivo de ser acompañante del estudiante a lo largo de su proceso formativo profesional (ingreso, durante y al final), fortaleciendo al mismo tiempo su desarrollo integral.

La educación superior requiere de instituciones que ofrezcan formación integral, que propicie de cada estudiante ser su mejor versión, y, definitivamente formamos parte de una Institución de Educación Superior que a través de su Programa Institucional de Tutoría es una opción que contribuye a formar a las personas en su totalidad. ♡

OBJETIVO GENERAL

Contribuir mediante módulos con actividades presenciales, independientes y en línea al desarrollo profesional del docente universitario, buscando la interrelación entre las necesidades de desarrollo personal y las de desarrollo institucional y social.

Módulo I

Liderazgo transformacional

08
nov

1.- Tutorías en el ámbito educativo del nivel superior.
Facilitador invitado

27
nov

2.- La programación neurolingüística como herramienta docente.
Mtro. Eduardo Núñez

29
ene

3.- Desarrollo de la personalidad del líder.
Mtro. Jesús Eduardo Espino Núñez

Módulo II

Estrategias de facilitación

26
feb

4.- Capturología y presentación de impacto.
Mtro. Jesús Eduardo Espino Núñez

26
mar

5.- Herramientas de facilitación.
Mtra. Alejandra Domínguez G.

30
abr

6.- Herramientas de evaluación.
Mtra. Verónica Mendoza Razo

28
may

7.- Aprendizaje colaborativo.
Mtro. Jesús Eduardo Espino Núñez

Módulo III

Autocuidado del docente

11
jun

8.- Administración efectiva del tiempo.
Mtro. Jesús Eduardo Espino Núñez

27
ago

9.- Manejo y cuidado de la voz.
Mtro. Jesús Eduardo Espino Núñez

24
sep

10.- Ergonomía. Coordinación de la licenciatura de Rehabilitación y Fisioterapia

Módulo IV

Autocuidado del docente

29
oct

11.- Web para docentes.
Mtra. Alejandra Domínguez G.

26
nov

12.- Ofimática.
Mtra. Alejandra Domínguez G.



Las sesiones se realizarán un martes al mes de las 19:00 a las 21:00 horas, en el auditorio del Colegio de San Luis.

Requisitos de inscripción:

- Ser docente activo de la UCSLP.
- Una fotografía infantil a color.
- Llenar ficha de inscripción proporcionada por su coordinador de carrera.

Informes:

MCO. Verónica Mendoza Razo
correo:

mcvmendoza@ucslp.net

La importancia de pertenecer a un programa académico de calidad.

Por: Lic. Diana Ochoa Saldívar, Coordinadora de acreditación /
Dr. Andrés Mares Lobo, Director Facultad de Odontología

ACREDITACIÓN DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA 2019

Existe una tendencia mundial a evaluar todos los ámbitos y aspectos de la sociedad, ello como resultado de un entorno global cada vez más competido. Las Instituciones de Educación Superior (IES) deben estar a la vanguardia de las exigencias y compromiso con el entorno, teniendo medidas que evalúan y dan certeza a los estudiantes respecto a su la calidad.

Es importante y trascendente para las Instituciones de educación superior, acreditarse y certificarse ya que al concretarlo podrán ser consideradas dentro de las mejores en el ámbito de educación superior del país.

Por lo que corresponde a México, existe el Consejo para la Acreditación de la Educación Superior, A.C. (COPAES) instancia autorizada por la Secretaría de Educación Pública (SEP), para conferir reconocimiento formal y supervisar a organismos acreditadores.

Consejo Nacional de Educación Superior (CONAEDO)

Para el caso de la Licenciatura en Odontología existe el Consejo Nacional de Educación Odontológica (CONAEDO), el cual obtuvo la idoneidad como organismo acreditador por el COPAES en 2003. Está integrado por representantes de la Federación Mexicana de Escuelas y Facultades de Odontología (FMFEO), Asociación Dental Mexicana, Federación Nacional de Colegios de Cirujanos Dentistas (ADM), Colegio Nacional de Cirujanos Dentistas (CNCD) y el Centro Nacional de Evaluación (CENEVAL), y es responsable de la acreditación de programas académicos de cirujano dentista a través de la Comisión de Acreditación.

A través de la acreditación, el alumno no solamente obtiene la certeza de que cursa un programa académico de calidad, también accede a beneficios adicionales como el intercambio internacional en las Instituciones de Educación Superior que lo ofrezcan, pues un elemento esencial para contemplar el intercambio estudiantil en este ámbito, es que el alumno provenga de un programa académico acreditado por su calidad.

Respecto a los beneficios particulares que tiene la acreditación de los Programas Académicos (PA), se destaca los siguientes:

- A las instituciones de educación superior (IES), la acreditación les trae como beneficio la mejora de los PA al atender las recomendaciones de los Organismos Acreditadores (OA); el reconocimiento público como instituciones de prestigio

académico; y el acceso a programas de apoyo institucionales y federales que contribuyan a la mejora integral de su capital humano y equipamiento e infraestructura, entre otros; sin embargo, la mejora más importante es que la institución puede organizarse para cumplir sus objetivos estratégicos con una orientación hacia la mejora continua, que los estudiantes aprendan y tengan capacidad de respuesta a las necesidades de la sociedad.

- A los aspirantes a ingresar a un PA les permite identificar cuáles son de calidad y, por lo tanto, más competitivos, incrementado sus posibilidades de lograr una mejor formación académica que los prepare para la práctica profesional.
- A los alumnos, les amplía la certidumbre de que lo que se aprende es pertinente y actualizado; además les brinda la oportunidad de conseguir becas, movilidad a otras instituciones de educación superior nacionales y extranjeras, así como continuar con estudios de posgrado.
- A los egresados les otorga mayores y mejores oportunidades para insertarse en el mercado laboral, una formación para ser más competitivos, inclusive en el nivel internacional, y una preparación para alcanzar un desarrollo profesional permanente. En algunos casos, el egresar de un PA acreditado les permite la revalidación de estudios y títulos con otros países.
- A los colegios y asociaciones de profesionales les da certidumbre que los egresados cumplen, e inclusive exceden, los estándares establecidos para la ejercer la práctica profesional.
- A las asociaciones de educación superior les asegura que una instancia externa y neutral el OA, ha revisado y avalado el nivel de calidad de la educación proporcionada en el PA y que éste es satisfactorio, basado en la experiencia de pares evaluadores calificados.

La necesidad de lograr una mayor calidad de los procesos y resultados de la educación ha sido también una inquietud planteada cada vez con mayor ímpetu, hasta el punto de considerar que la calidad es un atributo imprescindible de la propia educación; No obstante, si bien surgen como mecanismos para la mejora continua de los programas educativos, como un medio obligado hacia el camino de la calidad, es imprescindible, fortalecer la cultura de la evaluación y la sensibilización de todos los actores para que reconozcan en estos procesos la posibilidad de optimizar sus funciones, en cuyo caso demanda actividades permanentes para minimizar la brecha existente en la eficiencia de su quehacer. ♡

Referencia:

<https://www.copaes.org/acreditacion.php>

#ValordeGuerrero
#SomosGuerreros

Relación de convenios UCSLP-Empresas.

Cancún:

Hotel Marriot, Hotel Gran Meliá, Hotel GR Solaris, Hotel Barceló, Gran Meliá Cancún.

CDMX:

Servicios Foráneos de Administración S.A. de C.V., Servicios Compartidos en Factor Humano S.A. de C.V., Grupo Volaris, Grupo CIE, Bolsa Mexicana de Valores, Instituto Nacional de Rehabilitación, Hospital Infantil de México, Federico Gómez, Hospital General "Dr. Manuel Gea González", Hey! High School Experience Year, Inmersys, Red Académica de Videojuegos, Modebo.

Chihuahua:

Lienco.

España:

Hoteles H10.

Guadalajara:

Haini, Equis L Estudio, Cosmogonia, Man-Eater Games, Bolloré Logistics México S.A. de C.V., Turismo y Cultura Municipal, Tighitco Latinoamerica, S.A. de C.V.

Hidalgo:

Gobierno de Huejutla.

León, Gto.:

Hospital Regional de Alta Especialidad del Bajío, Asilo Residencia San Vicente de Paul.

Manzanillo:

Hotel Tesoro.

Monterrey, N.L.:

SEMEX, SADASI, Constructora Quintana, Ennui Studio, Focka Fames.

Orlando, Fl.:

Disney International Programs.

Riviera Maya, Playa del Carmen:

Hoteles H10, Hoteles BlueMarine Service S.A., Experiencia Xcaret.

Puebla:

Amistad Comunicaciones S.A. de C.V.

Puerto Vallarta, Jal.:

Secretaría de Desarrollo Agrario Territorial y Urbano, Hotel Friendly, Hotel Canto del Sol, Canto del Sol, Hotel Vidanta, Hotel Buenaventura.

Querétaro:

Residencia Creativa, Concept Experts, 1089 Mejores ideas.

Veracruz:

Hospital Covadonga Córdoba.

San Luis Potosí

Yogome	Grupo Azteca
Valle de los Cedros	Grupo Aduanal Galván
Valeo	Global Media
Unidad Administrativa San Luis Potosí	General Motors
TV Azteca San Luis Potosí	General Fasteners de México
Game Over	DIF Estatal
Tomogo	Fundación Nikola Tesla
Tokyoplay	Fragauss Sistem
Todo de Tubos, S.A. de C.V.	Dicex
Telétón	Faurecia
Tecnocompresores de San Luis Potosí	Fastrackids
Suprema Corte de Justicia	Eventor
Soma Estudios	Especialidades Gráficas del Centro
Sistemas Integrales de Comunicación	Escolares San Luis
Servi Instalaciones	Eaton
Sergio Arturo Díaz García	Draexlmaier
Secretaría de Hacienda Federal	Dkthlon
Secretaría de Economía	Diseñart
Dirección de Cultura del Ayuntamiento	Cummins
Revista RGB	Creando Sonrisas
Revista Quetal	Despacho Alejandro Torres Castillo
Revista ID	Despacho Víctor Manuel Pérez Ruiz
Lomas Racquet Club S.A. de C.V.	Despacho Concepción Meza Estrada
Radiorama San Luis Potosí	Consultores Externos del Centro, S.C.
Danthop	Constructora Bravo
Proyectos Stevens	Click 2 Plan
Proyecto e Ingeniería	Centro de las Artes San Luis Potosí
Promoción Social e Integral A.C. Juvenil	Casas Platino
Controladora de Medios	Canal 7 San Luis Potosí
Poder Judicial	Cadena Comercial OXXO
Pesasi	Ávila Martí Consultores
Periódico El Mundo San Luis	Arcoin Arquitectura y Construcción
Palacio de San Agustín	Arca Continental (Coca Cola)
Centro Cultural Alemán	aProyecto
Caterpillar	Alimentos Típicos de San Luis
Magnética FM	Alfa Edefucacuibes
Magna San Luis Metal Forming	Agencia ProSanLuis - SEDECO
L'oreal San Luis Potosí	Ser Tu Boutique de Viajes
Liconsá	Aduanas
Lic. Ramón Domínguez Sandoval y Cia.	Aderiac
Kombitec, S.A. de C.V.	Grupo Catwde
K-hacer Arquitectónico del Potosí	Notaría 14
Interapas	Biznez Link Mexico
Intégrame Down S.C.	Stratega Consultores
Instituto Potosino de Bellas Artes	Ensamblando Vidas A.C.
Agencia creativa	NH HOTEL
Grupo Constructor Tesa	McCormick y Barilla
Grupo Catude S.A. de C.V.	CerQ Constructora
Inmobiliaria Stevens	Taller G Arquitectos
Ing. Luis Alberto Salinas	SEDUGOB
IMSS	Dexterity
Impojuve	Suministros Edu S.A. de C.V.
Imaginario Mexicano	Bosch
Hotel Westin	Bombón Repostería y Banquetes
Hotel Marriot San Luis Potosí	Omega Chemicals
Hotel Hilton	Desarrollo e Investigación S. A de C.V
Hotel Fiesta Inn	Poco Ruido - Agencia
Hospital Vivo San Luis Potosí	Praktica Publicidad
Honeywell	Hirotec
Habi Edificaciones	Martinez + Zapata Arquitectos
Grupo Valeo	ARQYTRACK
Grupo Televisa	Atlético de San Luis
Grupo SINCO	HR Multiservicios Tres Naciones S.A. de C.V.
Grupo MDC	Servicio Postal Mexicano

San Luis Potosí

Tribunal de lo Contencioso Administrativo del Estado
 Fischer Mexicana S.A. de C.V. Stainless Steel Tubing
 Secretaría de Desarrollo Agropecuario y Recursos Hidráulicos (SEDARH)
 Proyectos, Construcción y Supervisión de Obras Galcarri
 Procuraduría General de Justicia del Estado
 Nueva Planeación a la Protección Patrimonial
 Museo del Laberinto de las Ciencias y las Artes San Luis Potosí
 Coordinación General de Comunicación Social de Gobierno del Estado
 Centro de Desarrollo Comunitario Maravillas DIF
 Instituto Nacional de Antropología e Historia SLP
 Instituto Estatal de Infraestructura Física Educativa (IEIFE)
 Instituto de las Mujeres del Estado de San Luis Potosí
 Museo del Ferrocarril "Jesús García Corona"
 PROPECSA
 Grupo HCM
 3PP Third Partner Professional
 Policía Federal
 Printex
 CONDUSEF
 BorgWarner
 Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición
 Sección Amarilla
 Fastenal
 Titanes de la Montaña
 Hospital de la Salud
 Hospital de Los Ángeles
 Instituto Metropolitano de la Juventud
 Tangamanga Tours S.A. de C.V.
 GESTAMP
 AGC AUTOMOTIVE
 Corporativo Valoran S.A. de C.V.
 Productos Don Tacho



Río Verde, S.L.P.:
 Cafá Construcciones.

Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P.:
 Municipio de Soledad Graciano Sánchez, Manufacturasta, DIF Municipal Soledad Graciano Sánchez.

Mayores informes:
 Coordinación de Vinculación
 Adriana Salgado Rodríguez
 adriana@ucslp.net
 Tel. 500 45 00 ext. 154



UNIVERSIDAD
CUAUHTEMOC

DIPLOMADO EN ODONTOLOGÍA LÁSER

Teórico/práctico

Inicio: Marzo 2019

160 horas en 10 módulos con duración de 16 horas (cada uno presenciales teórico/práctico)

Temas

- ✓ Introducción generalidades
- ✓ Propiedad de la luz láser en los tejidos
- ✓ Foto Bio Modulación/ Láser terapéutico
- ✓ Láser quirúrgicos diodos
- ✓ Foto Modulación Ortodoncia
- ✓ Periodoncia
- ✓ Endodoncia
- ✓ Administración finanzas
- ✓ Estética

Profesores

- ✓ Dr. Daniel Rivera (México)
- ✓ Dr. Héctor Martínez Arispe (México)
- ✓ Dra. Rebeca Ugalde (México)
- ✓ Dra. Rosa Sanders (México)
- ✓ Dr. Samuel Ibarra (Panamá)

Informes e inscripciones

Alma Lorena Ruvalcaba Macias
Tel. (444)817.62.30 Ext:114
alma@ucslp.net



BIOLASE

dentadec
Construyamos tu éxito.

UNIVERSIDAD CUAUHTEMOC
San Luis Potosí

DIPLOMADO EN ODONTOPEDIATRÍA

Teórico/práctico

Inicio: Marzo 2019

160 horas en 10 módulos con duración de 16 horas (cada uno presenciales teórico/práctico)

Temas

- ✓ Introducción a la odontopediatría
- ✓ Control del comportamiento I
- ✓ Control del comportamiento II
- ✓ Actualización en odontología integral para el bebé
- ✓ Odontología mínima invasiva
- ✓ Operatoria dental-clínica integral pediátrica
- ✓ Terapia pulpar-clínica integral pediátrica
- ✓ Laboratorio de simulación-clínica integral pediátrica I
- ✓ Laboratorio de simulación-clínica integral pediátrica II
- ✓ Administración y marketing en odontopediatría
- ✓ Clínica integral pediátrica III
- ✓ Exposición casos clínicos

Profesores

- ✓ Dr. Luis Raziel Martagon Cabrera
- ✓ Dr. Miguel Ángel Fernández Villavicencio
- ✓ Dr. Luis Karakowsky Kleiman
- ✓ Dr. Alejandro Mejía Saldúa
- ✓ Dr. Aldo Iván Guzmán de Hoyos

Informes e inscripciones

Alma Lorena Ruvalcaba Macias
Tel. (444)817.62.30 Ext:114
alma@ucslp.net



UNIVERSIDAD CUAUHTEMOC
San Luis Potosí



**En la prepa de la UC,
PREPÁRATE PARA CRECER**

Una escuela
con un gran
ambiente

¡Ya lo
sabes!



500.4500 |  (444) 141 8805
UCSLP.EDU.MX





UNIVERSIDAD
CUAUHTEMOC

VEN Y ESTUDIA UNA DE NUESTRAS LICENCIATURAS EJECUTIVAS:

- ✓ **Licenciatura Ejecutiva en Administración de Empresas** 2011135
- ✓ **Licenciatura Ejecutiva en Derecho** 2011137
- ✓ **Licenciatura Ejecutiva en Comercio Internacional** 2011136

Tel. (444) 500.4500

UCSLP.EDU.MX

 /UCSLP

25
AÑOS
FORMANDO
GUERREROS
SAN LUIS POTOSÍ

HORARIO SABATINO