NEXUM

Revista sobre el ser y acontecer de la Universidad Latina de América

¡Felices fiestas, UNLA!

Nov-Dic 2022 No. 136 Distr. Gratuita

NEXUM
Revista sobre el ser y acontecer de la Universidad Latina de América

Gerardo Romero Tozcano
Elvia Delgado Covarrubias

Felicidades por compartir su propuesta más creativa para *Nexum* y ser los ganadores de la convocatoria *Nexum* 135-El Traspatio.

Contenido

NEXUM 136 | NOVIEMBRE-DICIEMBRE 2022

EDITORIAL
• ¡Felices fiestas, UNLA! | Mariana de los Santos Bautista 5

LA VOZ INSTITUCIONAL
• Un año intenso que nos acercó al futuro | Jesús Vivanco Rodríguez 6

SER POTRO
• Dos datos curiosos que no sabías de las y los directores de licenciaturas | Equipo *Nexum* 7

DOMUS NOSTRA
• Centro de Lengua Portuguesa: actividades que dan vida a su inauguración | Equipo *Nexum* 12
• El Potrero Podcast | Arturo Carrillo Arellano 14
• La UNLA festeja la Noche de Muertos | Mauricio Sereno Villaseñor 16

GLOCALIZACIÓN
• México: un país diferente al mío | Emma Boilloux 18

LIBERTADES CREATIVAS
• Las preguntas de la conciencia | Irving Jalil Díaz Mondragón 20

¡1, 2, 3, DALE, POTROS!
• Temporada Competitiva 2022-2023 | Obdulia Barrera Alcaraz 22

COMPROMISO UNLA
• Los derechos LGBTIQ+ en mi universidad | Víctor Edgar Soria Benítez 25
• Colecta navideña 2022 | Ana Yamil Ochoa Santana 27

PERSPECTIVAS UNIVERSITARIAS
• Docente, que tu móvil sea motivar a tus alumnos | Irais Morales Reyes 29
• Mi historia desde otra perspectiva | Paula Ivette Juárez Huipe 30

YO TE RECOMIENDO...
• Navidad, platillos del mundo y una receta | Denise Castillo Fernández 32

NEURORRETOS
• *Neurorretos* | Tutorías 34

TRAZOS Y LIENZOS
• Antonio Adalberto Cravioto Batarse, ganador del Premio Bellas Artes de Novela José Rubén Romero 2022 | Emmanuel Meza Magaña 38
• Resultados del taller cultural Fotografía para redes 39

Directorio

RAFAEL GENEL MANZO (†)
CARLOS TORRES MANZO (†)
OCTAVIO PEÑA TORRES
EMILIO SOLÓRZANO SOLÍS
Consejeros Universitarios

JESÚS VIVANCO RODRÍGUEZ
Rector

GLORIA ZARAGOZA RAMÍREZ
Vicerrectora Académica
MARÍA TERESA MONTAÑO ESPINOSA
Vicerrectora Administrativa
EMMANUEL MEZA MAGAÑA
Vicerrector de Desarrollo y Promoción

EDICIÓN
Colaboradores editoriales
DULCE ANABEL BARRÓN CARRASCO
Jefa de Difusión Cultural y Publicaciones

MARIANA DE LOS SANTOS BAUTISTA
Coordinadora de Publicaciones
DIANA LUCÍA HERRERA GUÍZAR
Profesora tutora en Tutorías UNLA
OBDULIA BARRERA ALCARAZ
Jefa de Actividades Deportivas
ANA YAMIL OCHOA SANTANA
Jefa de Vinculación y Formación Social
DENISE CASTILLO FERNÁNDEZ
Directora de la licenciatura en Gastronomía
VÍCTOR EDGAR SORIA BENÍTEZ
Director de la licenciatura en Psicología
ARTURO CARRILLO ARELLANO
Director de Mercadotecnia y Comunicación Institucional

MESA DE REDACCIÓN
MARIANA DE LOS SANTOS BAUTISTA
Editora en jefe y revisión de contenidos

MARIANA TORRES MEDINA
Diseño de portada
DIANA GUERRERO VÁZQUEZ
LORENA MARISOL NIETO GAONA
SUSANA MENDOZA FLORES
Fotografía y Jefatura de Producción Audiovisual
MARÍA BERNARDETTE ARROYO GAONA
Diseño y maquetación de interiores
MAURICIO SERENO VILLASEÑOR
PAULA IVETTE JUÁREZ HUIPE
Reporteros

REVISTA NEXUM No.136, noviembre-diciembre de 2022, es una publicación bimestral editada por la Universidad Latina de América A.C., a través del Departamento de Difusión Cultural y Publicaciones, Manantial de Cointzio No. 355, Colonia Los Manantiales de Morelia, C.P. 58188, Morelia, Michoacán, teléfono: 52 443 3 22 15 00, www.unla.mx Editor responsable Mariana de los Santos Bautista. Reserva de Derecho al Uso Exclusivo No. 04-2011-110318054800-101. El contenido de los artículos publicados es totalmente responsabilidad de sus autores y no refleja necesariamente el punto de vista político, económico, de seguridad pública, social, ideológico o de cualquier otra índole de la Universidad Latina de América.

Se autoriza la reproducción de los artículos, con fines no lucrativos, siempre y cuando no se mutile y se cite la fuente completa, y se respeten los derechos de autor. De otra forma requiere permiso previo por escrito de la Universidad Latina de América.

¡Felices fiestas, UNLA!

POR **MARIANA DE LOS SANTOS BAUTISTA**

Querida comunidad:
Estamos a semanas de terminar el 2022, por ello, colaboradores y colaboradoras de la UNLA hemos participado en una sesión fotográfica navideña para abrir esta edición 136 de nuestra revista universitaria y así enviarte los mejores deseos para estas fechas decembrinas.

Además de nuestros motivos navideños, en la presente edición sabrás más sobre los fantásticos eventos que sucedieron durante el semestre Otoño 2022, como el festejo a la Noche de Muertos, la temporada competitiva de los Potros, la 1° Noche de Fado UNLA, entre otros. También, descubriremos el detrás de la creación del podcast oficial de la UNLA, *El Potrero,* y a las y los directores de licenciaturas que nos compartieron detalles curiosos de sí mismos que no conocíamos. De igual manera, en estas páginas, están relatados distintos proyectos y motivaciones creativas que realizan las y los integrantes de nuestra comunidad UNLA: un mundo literario, *tips* para mejorar las clases, recetas navideñas y demás.

Desde *Nexum*, nos alegramos de despedir este 2022 en compañía de sus lecturas, aportaciones y compañía. Estamos seguras de que disfrutarán de este número 136, para que así nos reencontremos en 2023. ¡Felices fiestas y próspero Año Nuevo!

Mariana de los Santos Bautista es editora de *Nexum* y coordinadora de Publicaciones en la UNLA

ILUSTRACIÓN: FREEPIK

Un año intenso que nos acercó al futuro

POR **JESÚS VIVANCO RODRÍGUEZ**

¡Estamos a punto de cerrar otro año de actividades! Un año intenso, de ajustes, de adaptación y, sobre todo, de planeación para alcanzar la visión de futuro que nos hemos trazado como institución. 2022 fue un año de efervescencias, reacomodos y donde nos familiarizamos con una nueva realidad organizacional y social. Todas las experiencias vividas nos fueron preparando para lo que viene a partir de 2023: un periodo de crecimiento y expansión institucional.

Estoy convencido de que nuestra universidad ha entrado a una fase de renacimiento, una etapa de florecimiento, que pronto rendirá sus frutos a través de la inventiva y la creatividad. Por renacimiento me refiero a un proceso de reinvención institucional, lo que significa que debemos crear cosas nuevas a partir de lo que ya existe y usar perspectivas diferentes. Para poder lograrlo, debemos sentirnos confortables ante la incertidumbre, es decir, tener nuestras mentes preparadas para lo inesperado y confiar en que contamos con las capacidades necesarias para aprender y afrontar rápidamente los retos que se vayan presentando. Esto es lo que nos exigen los nuevos tiempos, como también lo que necesitamos para transformarnos y darle forma al futuro que deseamos.

En 2023, vamos a consolidarnos como una organización de aprendizaje: una institución que más allá de estar enfocada en la eficiencia, se orienta a la adaptación creativa, a la solución de problemas y a la satisfacción de las nuevas necesidades de nuestra comunidad universitaria. ¡Estoy seguro que 2023 será un gran año! Deseo de todo corazón que, de la mano con la UNLA, 2023 también sea un año de transformación positiva para ti, y que esa evolución profesional y personal genere bienestar y alegría en todas las personas que te rodean.

¡Que pases una hermosa Navidad y tengas un exitoso y próspero Año Nuevo!

Bendiciones.

¡Al Bienestar por la Cultura!

El Mtro. Jesús Vivanco Rodríguez es Rector de la Universidad Latina de América

FOTOGRAFÍA: JEFATURA DE PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL
ILUSTRACIÓN: ALEJANDRA REGINA ROSAS ARRIAGA

Datos curiosos que no sabías de las y los directores de licenciatura

Ante el interés de la comunidad UNLA en conocer más a sus directoras y directores de licenciaturas, desde *Nexum* nos hemos acercado para que nos compartan dos datos curiosos que desconocemos de ellas y ellos. A continuación, podrás descubrir las curiosidades que decidieron compartir con nosotros:

POR **DIRECTORES DE LICENCIATURA**

Soy una apasionada del arte, sobre todo las obras del período del Renacimiento. Me gusta leer la historia y las anécdotas que hay detrás de cada obra. De hecho, mi pintura favorita es *El Descendimiento* del pintor flamenco Rogier van der Weyden.

Otro dato es que soy buena en juegos tipo *puzzle*, en los que tienes que crear estrategias o resolver enigmas para avanzar en él; ayudan mucho a la agilidad mental.

Denise Castillo Fernández es directora de la licenciatura en Gastronomía de la UNLA

Me encantan los perros, tanto que tengo dos pugs en la actualidad. Además, me gusta leer, sobre todo, los géneros de terror y de ciencia ficción. Por ejemplo, al escritor H.P. Lovecraft que entra en el género de terror con lo denominado «horror cósmico».

Álvaro Rodrigo Orozco García es director de la licenciatura en Nutrición de la UNLA

SER POTRO

El primer dato es que durante el período de la adolescencia, de manera unilateral, tomé la decisión de hacer «un año sabático» al no tener claro que quería estudiar, lo cual inicialmente pareció incorrecto. El hecho es que, para no estar desocupado, me invitaron a trabajar como operador de audio en una radiodifusora de FM; esto fue el inicio de toda una experiencia de vida que marcó de manera positiva parte del camino que he recorrido hasta el día de hoy como persona y como profesionista.

Lo segundo que me gustaría compartir es que el pasatiempo que mejor despeja mi mente es el modelismo. Desde muy joven me di cuenta de que contaba con cierta habilidad manual, por lo que me inicié con modelos de bajo nivel de destreza. Poco a poco fui subiendo el nivel de dificultad en cada modelo que iniciaba: aviones, automóviles, barcos, etc.

José Alfonso Martínez Lastiri es director de la licenciatura en Odontología de la UNLA

Tengo un lado musical: toco la guitarra y durante varios años fui profesor de canto. Además, cuando tengo tiempo para el ocio, me gusta disfrutar del género televisivo *sitcom*.

Víctor Edgar Soria Benítez es director de la licenciatura en Psicología de la UNLA

Llegué a la Dirección de la licenciatura en Turismo de la UNLA cuando tenía 27 años y, curiosamente, nací en 1991, el mismo año de la fundación de nuestra casa de estudios. Actualmente, soy maestra en Gestión Turística con Especialidad en Destinos Turísticos y mi investigación más reciente está enfocada a la Noche de Ánimas como principal impulsor del turismo en Michoacán. Logré afiliar la licenciatura a la Asociación Mexicana de Centros de Enseñanza Superior en Turismo y Gastronomía (AMESTUR) y en mis ratos libres escribo sobre viajes, en la plataforma digital de información turística *Hablemos de Turismo*.

Iliana Carolina Zavala Ramírez es directora de la licenciatura en Turismo de la UNLA

Mi primera conversación formal la realicé en tiempos de preparatoria, viviendo en la CDMX. Tenía una tarea en la que debía buscar la definición de «entrevista» en palabras de una persona célebre. Tomé el directorio, busqué el nombre de Elena Poniatowska, y para mi sorpresa contestó ella y generosamente accedió a platicar conmigo durante una hora. Después de esta experiencia, descubrí que realizar entrevistas me apasiona y fluyo naturalmente en ellas.

El siguiente dato, es que cuando se decidió que el programa más antiguo de la radio en nuestro país, *La Hora Nacional*, contara con la media hora estatal, fui guionista y productora de esa hora estatal en Michoacán; cuya propuesta creativa se reconoció e inspiró para que posteriormente *La Hora Nacional* que se transmite por todo el país cambiara su propio formato.

Marivel Ortega Arreola es directora de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación de la UNLA

Algo que casi nadie sabe de mí es que en mi juventud pertenecí a los equipos representativos de fútbol rápido. Me gustaba mucho y en algún momento me gustaría volver a jugar. También, soy una fanática de los videojuegos clásicos (Nintendo Family o Nintendo 64), ya que me encanta jugar Mario Bros en sus diferentes versiones.

Evelin Jeannette Gaona González es directora de la licenciatura en Diseño de la Comunicación Gráfica de la UNLA

Me encantan los perros bóxer, porque en mi familia siempre ha habido de ellos. Además, se me hacen unos perros muy nobles y cuidadores de las infancias. Actualmente, tengo uno bien guapo. Otro dato mío es que me gusta la poesía y declamar, ya que cuando era niña participaba en los eventos escolares y en concursos de declamación.

Lucrecia Huerta González es directora de la licenciatura en Ingeniería Civil de la UNLA

SER POTRO

Me gusta viajar para conocer nuevos lugares y personas. De manera virtual no es la misma experiencia, pero se puede ir más lejos. Otro punto a compartir es que suelo bromear e intento que sea con todo respeto.

Tomás Amador López es director de la licenciatura de Arquitectura, Urbanismo y Sustentabilidad de la UNLA

Al formarme como economista, me apasionan mucho los temas que tienen que ver con este campo de estudio. Desde que estaba en la licenciatura, también tuve cierto interés por el medio ambiente, de hecho, mis tesis de licenciatura, maestría y doctorado son referentes a la economía y al cuidado y uso racional de los recursos ambientales. Por lo que, me gusta leer sobre estos temas o ver documentales que se relacionen con la naturaleza y el impacto de la economía en ello, no hay día que no lo haga.

He tenido la fortuna de vivir en otros países como España y Colombia por algunas temporadas, gracias a estancias de investigación. Así que puedo decir, que me gusta mucho viajar; sé que no siempre es posible, pero disfruto mucho de ello. Me parece que el viajar te regala la experiencia de conocer nuevas formas de vida, cosmovisiones, lugares, culturas y personas. Viajar te permite abrir tu ventana de oportunidades.

Angélica Sánchez Gómez es directora de la licenciatura en Administración de Empresas de la UNLA

La UNLA y yo tenemos la misma edad: 31 años. Mis principales pasiones son la educación, el derecho y la astronomía. Cuando llegué por primera vez a la UNLA fue en noviembre 2011 y cuando empecé a dirigir la Dirección de Derecho fue en noviembre de 2022. También en noviembre nació mi mamá. ¡Este es mi mes favorito!

José Octavio Cisneros Ruiz es director de la licenciatura en Derecho de la UNLA

En general, soy cinéfila, pero me gustan mucho más los géneros de terror y fantasía. Otro dato mío es que bailé folklore por seis años.

Jocelyn Calderón Guzmán es directora de la licenciatura en Mercadotecnia de la UNLA

Me enamoré de mi maestra en la maestría. La invité a tomar un café para hablar de mis *oportunidades laborales* posteriores a mi egreso. Quince años después estamos casados, tenemos un hijo (Luciano), dos perritos y hemos compartido muchas más tazas de café.

Hace tiempo, un estudiante de RCI me dio una prueba de los aguacates que exporta a EEUU. Eran tantos y estaban tan ricos que, en casa, varios días seguidos comimos aguacate en diferentes platillos, pero yo comí de más y tuve una indigestión provocada por exceso de aguacates.

Rodolfo Daniel Osorio Vázquez es director de la licenciatura en Relaciones Comerciales Internacionales de la UNLA

FOTOGRAFÍAS: STOCK PERSONAL DE LOS DIRECTORES

ILUSTRACIÓN: MARIANA TORRES MEDINA

Envíanos tus comentarios a nexum@unla.edu.mx

El pasado 03 de noviembre, se inauguró oficialmente el Centro de Lengua Portuguesa Camões-UNLA (CLP) en las instalaciones de la Universidad Latina de América, contando con la presencia de nuestras autoridades, invitados especiales y personal docente. Ante este motivo, se previeron actividades culturales que acerquen a la comunidad UNLA a la cultura portuguesa. Para conocer un poco más del Centro y de estas actividades, nos reunimos con su coordinadora, la Mtra. María Helena Caseiro da Silva.

Al inicio de nuestra conversación, la maestra Caseiro nos compartió que este centro «se creó durante la pandemia a través de un convenio que nuestra institución mantiene con el Instituto Camões, el cual es un organismo del gobierno de Portugal perteneciente al Ministério dos Negócios Estrangeiros». Más tarde, especificó que este instituto se encarga de promover la lengua portuguesa

Centro de Lengua Portuguesa:

actividades que dan vida a su inauguración

POR **EQUIPO *NEXUM***

en el mundo, entonces, «su principal objetivo es que para el 2030 pueda haber medio millón de hablantes de lengua portuguesa en total. Por ello, el Camões I.P. apoya a la UNLA en promover la lengua portuguesa en nuestra sociedad».

Las primeras actividades sucedieron el mismo 03 de noviembre, que consistieron en **una Exposición fotográfica para homenajear el centenario del escritor portugués José Saramago**, ganador del Premio Nobel en 1998, exhibida en la entrada del Patio de Don Quijote de la Casa de la Cultural de Morelia y que más tarde llegará al mezzanine del edificio A de nuestra institución, y un concierto en celebración del 31° aniversario de la UNLA, titulado Noche de fados, para así también celebrar la amistad establecida con Portugal. A

palabras de la maestra Helena, la **noche de fado** «es una noche para escuchar fado, que es un género de música portugués, tomar un buen vino tinto y un buen *petisco* portugués, además de un ambiente cultural».

La siguiente actividad del Centro de Lengua Portuguesa para la comunidad UNLA es el **4to Ciclo de Cine Lusófono** que ocurrirá del 8 al 10 de noviembre, con la exhibición de tres películas en colaboración con Cinépolis. Las películas serán *O grande Kilapy* (2012, Portugal-Angola-Brasil) de Zezé Gamboa, *O ano da morte de Ricardo Reis* (2020, Portugal) de Joa Botelho y *SNU* (2019, Portugal) de Patricia Sequeira. La entrada es totalmente gratuita, únicamente es necesario pasar a recoger los boletos correspondientes a las oficinas del Centro de Lengua Portuguesa.

El último ciclo de actividad que nos prepara el CLP son los **diálogos con el escritor portugués Paulo José Miranda**, quien es licenciado en Filosofía. En 1997, Miranda obtuvo el Premio de Poesía Teixeira de Pascoaes con su poemario *A voz que nos trai*, publicando así su primer libro, y en 1999 ganó el Premio Literario José Saramago con su novela *Natureza Morta*, además de ser autor de otras obras. Estos diálogos serán el jueves 01 y viernes 02 de diciembre. El primero estará dirigido a las y los estudiantes del CLP y al público en general y el segundo para la comunidad estudiantil del BUNLA. Estos diálogos tienen la finalidad de que el poeta pueda compartir más sobre la literatura portuguesa, la influencia de José Saramago en su escritura y su experiencia en los premios literarios con nuestra comunidad UNLA.

Actualmente, el Centro de Lengua Portuguesa Camões-UNLA es uno de los dos únicos centros de certificación de la lengua lusa en México y uno de los lugares de difusión más importantes de la cultura portuguesa en nuestro país. En palabras de la maestra Caseiro: «la UNLA está invirtiendo en el portugués, como otras grandes potencias, porque creen en la lengua del futuro. Por ejemplo en China, ya existen cinco universidades portuguesas, entonces, están invirtiendo en el portugués y el español. Así que Portugal está apoyando mucho a estas instituciones, como la nuestra, con el fin de lograr el objetivo de medio millón de hablantes en el mundo». Si tienes la oportunidad de asistir a estas últimas actividades que el CLP ha preparado, ¡no te las pierdas!

Para más información sobre estas actividades o la oferta académica del Centro de Lengua Portuguesa Camões-UNLA, puedes escribir un correo a la siguiente dirección: **mhcaseiro@unla.edu.mx**

POR **ARTURO CARRILLO ARELLANO**

La idea de un podcast oficial de la UNLA surgió cuando en la Dirección de Mercadotecnia y Comunicación Institucional nos percatamos de la necesidad de un canal hecho por y para nuestra comunidad, donde se aborden temas que, más allá de lo institucional y académico, logren conectar con nuestra comunidad estudiantil, mediante anécdotas, experiencias y vivencias del día a día dentro de su casa de estudios.

Honestamente, se trató de un camino largo, pues hace apróximadamente un año comenzamos con la idea, misma que no se concretaba por distintos obstáculos que se nos iban presentando, entre ellos: los temas de restricción por la pandemia, la falta de disponibilidad de quienes podrían conducir el podcast, la calendarización del mismo y, por supuesto, la elección de las personas adecuadas para una responsabilidad tan grande como esta.

En el transcurso, se integró al equipo la licenciada Diana Elizabeth Guerrero Vázquez, jefa de Comunicación Institucional, quien ha sido clave en toda esta gestión y elaboración del Podcast; con su incorporación y con el apoyo de la Mtra. Viviana Ramírez Trejo, coordinadora de Radio UNLA, pudimos darle pies y cabeza a este proyecto y comenzar con el primer paso que era el casting para encontrar a las personas adecuadas.

Sorprendentemente, el casting fue todo un éxito. Recibimos a más de quince estudiantes de diferentes licenciaturas, entre las que figuraban, Mercadotecnia, Arquitectura, Urbanismo y Sustenabilidad, Ciencias de la Comunicación, Gastronomía, Relaciones Comerciales Internacionales, así como dos participantes del Bachillerato UNLA. Estas audiciones se llevaron a cabo los días jueves 24 y viernes 25 de agosto del presente año y, como era de esperarse, no pudimos tomar una decisión en la primera vuelta, pues el talento que había era sorprendente.

Ante eso, llevamos a cabo una segunda vuelta con una menor cantidad de aplicantes y con ello pudimos tomar la decisión conjunta de quiénes serían nuestras y nuestro conductor de este hermoso proyecto *El Potrero*: Verónica Delgado Cervantes, estudiante de Gastronomía, Diego Manuel Osuna Valladares, estudiante de Ciencias de la Comunicación, y Annuris Del Carmen Martínez Lara, estudiante de Relaciones Comerciales Internacionales. Una decisión difícil pero muy acertada, pues

desde el primer episodio «Dime qué estudias y te diré quién eres» han logrado hacer clic con la Comunidad UNLA.

En este podcast encontrarán varios temas de relevancia para la comunidad UNLA y tendrán también la posibilidad de proponer los temas que quieran escuchar dentro del mismo. Además, en cada capítulo, tenemos una sección llamada «Story Time UNLA», donde pondremos un tema en redes sociales y podrán mandar sus mejores historias, anécdotas o recuerdos relacionados con el mismo en su etapa como estudiantes de la UNLA.

Sin duda es una apuesta en la que confiamos plenamente, ya que contamos con un equipo sumamente capaz y una conducción increíble. El equipo está conformado por la jefatura de Imagen y Diseño Institucional conformada a su vez por la Lic. María Bernardette Arroyo y Alejandra Regina Rosas, así como la jefatura de Comunicación Institucional conformada por la Lic. Diana Elizabeth Guerrero Vázquez, Lic. Lorena Marisol Nieto Gaona y Susana Mendoza Flores. Estas dos áreas, en conjunto con las y el conductor, hacen que todo esto pueda crearse para que la comunidad lo disfrute.

Por último y como agradecimiento especial, reconocemos el esfuerzo de Alisson Serna Amezquita, Héctor Gabriel Correa Caseiro, Mayra Garduño Mendoza, Susana Ochoa Mora, Luis Felipe Villalobos Rubio, Suny Rebeca Moreno Islas, Gabriela Calderón Garduño, Miguel Ángel López García, Barbara Monsterrat Ayala Escobar, Daniel Hernández, Michelle Valencia, Gabriel Lemus, Marifel Herrejón, Frida Tena Pérez y América Saveedra Yañez, quienes participaron en el casting y que, sin duda alguna, nos dejaron un grato sabor de boca. A través de estos proyectos, la UNLA continúa posicionándose como una de las instituciones líderes en el estado de Michoacán en constante innovación y como siempre ***"Al Bienestar por la Cultura"***.

Arturo Carrillo Arellano es director de Mercadotecnia y Comunicación Institucional

ILUSTRACIONES: ALEJANDRA REGINA ROSAS ARRIAGA

LA UNLA FESTEJA LA NOCHE DE MUERTOS

POR **MAURICIO SERENO VILLASEÑOR**

Cuando el manto bruno de la noche oscurece las calles y las avenidas, los panteones cobran vida. Cada muerto trae su séquito: al inicio la familia, atrás los amigos y al fondo los conocidos. Aquí la Muerte llena de vida los corazones de las familias que festejan a sus difuntos en el panteón. Entre el aroma de las flores de cempasúchil y las velas que iluminan las tumbas, durante toda una noche, se guían las almas de los difuntos de regreso a la vida, para disfrutar de la comida y la compañía de sus familiares en una fiesta de gozo y alegría.

El primero de noviembre, los pueblos de Michoacán se reúnen en los panteones a celebrar a sus difuntos. Las familias, también, se juntan en sus casas para elaborar altares, donde se coloca comida y ofrendas que las almas de sus difuntos pueden disfrutar. Es un periodo de mucha convivencia familiar donde se celebra el ciclo sagrado de la vida y la muerte para honrar a aquellos que estuvieron antes, a quiénes llevamos en la sangre y en el corazón. El pasado y el presente se funden por una noche para celebrar, para alumbrar a nuestros ancestros. Los altares llevan aquellas cosas que les gustaban a los difuntos, para que puedan por una noche volver a disfrutarlos.

La Universidad Latina de América se interesa por continuar con esta tradición dentro de sus actividades culturales, ofreciendo una Noche de Muertos. Una festividad que promete cautivar a las personas que nos acompañan durante estas celebraciones. Este año, la

festividad de la universidad se realizó de manera virtual por medio de una transmisión en vivo, que contó con la participación de un programa cultural de calidad conformado por los grupos representativos de Danza Contemporánea, Danza Jazz y Agrupaciones musicales de nuestra institución; un altar monumental realizado por el equipo de Biblioteca, el cual estuvo dedicado al poeta y ensayista Ramón Martínez Ocaranza, y la magistral participación de la Cuarentuna de Morelia.

Además, durante la tarde-noche del 1° de noviembre, se realiza en la capital michoacana el Desfile de Catrinas y Catrines, donde personas de todo el estado se disfrazan y caminan por la avenida principal preformados con sus atuendos y vestidos. Le rinden homenaje a la Muerte y la celebran con gozo, no con tristeza, pues rinden tributo al ciclo de la vida. La Universidad Latina de América también se presentó en el desfile de catrinas, sumándose así a las actividades culturales de la región, y contribuyendo ***"Al Bienestar por la Cultura".***

Mauricio Sereno Villaseñor es alumno de quinto semestre de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación

FOTOGRAFÍAS: JEFATURA DE PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL

MÉXICO:
un país diferente al mío

POR **EMMA BOILLOUX**

Salut! Mi nombre es Emma Boilloux, soy de Francia y estoy de movilidad estudiantil en la UNLA. Hoy me gustaría contarles un poco de mi experiencia. Decidí venir a México porque quería descubrir una parte de América Latina y su cultura, además de que había otros estudiantes de mi escuela que ya lo habían visitado en años anteriores, y eso me dio seguridad.

Mi intención era ir a una ciudad en la que hubiera pocos extranjeros para poder hablar mayormente en español y así conocer de mejor manera la cultura mexicana. A nivel cultural, esperaba que la gente mexicana fuera muy acogedora y cálida, definitivamente, no me decepcionaron. A primera vista, me parece que los mexicanos son mucho más cálidos que los franceses.

Elegí la UNLA porque los estudiantes que anteriormente habían realizado su intercambio en esta institución me dijeron que todo estuvo bien, entonces, me animé. Hasta el momento, mi experiencia con la UNLA me ha sorprendido por la calidad de las infraestructuras y el espacio natural con el que contamos, pero también porque no esperaba que el personal de la escuela fuera tan cariñoso y atento, lo que es realmente importante cuando se está lejos de casa en el extranjero. También, esperaba tener buenos profesores y, efectivamente, los tengo.

ILUSTRACIÓN: MARIANA TORRES MEDINA

A nivel personal, esta experiencia me está aportando mucho: aprendo a vivir lejos de mi familia, de mis amigos; entiendo un enfoque diferente de la visión de Europa, del mundo; aprendo más a adaptarme y, sobre todo, conozco gente nueva que me hace descubrir una parte de su vida mexicana. Para mí, este intercambio universitario es sobre todo una contribución personal.

Estoy segura que dentro de mi formación académica, esta experiencia me ayudará sobre todo a progresar en mi manejo y nivel del español y en las asignaturas que tengo aquí y no en Francia, pues estoy descubriendo nuevas materias durante este semestre. Asimismo, este viaje me ayudará profesionalmente, porque hacer un intercambio universitario aporta muchas cosas que no puedes tener cuando te quedas en tu país; cuando solicitas un trabajo, una formación, etc., aportas algo especial y raro al contar con esta experiencia.

NO ESPERABA QUE EL PERSONAL DE LA ESCUELA FUERA TAN CARIÑOSO Y ATENTO, LO QUE ES REALMENTE IMPORTANTE CUANDO SE ESTÁ LEJOS DE CASA EN EL EXTRANJERO

Más adelante, me gustaría tener un trabajo destinado a actuar contra el cambio climático. Me parece muy interesante ver cómo se comportan las personas, empresas e instituciones con respecto a la causa ecológica en otro país. Me interesa el punto de vista de un país diferente al mío porque la causa ecológica concierne a todo el mundo. Esto y más cosas estoy aprendiendo en mi movilidad.

Emma Boilloux es alumna de L'école 3A (Lyon, Francia) y actualmente está realizando una movilidad estudiantil en la UNLA

Las preguntas de la conciencia

POR **IRVIN JALIL DÍAZ MONDRAGÓN**

Recuerdo que de pequeño me intrigaba mucho el personaje Pepe el Grillo del cuento de *Pinocho*, quien le hablaba a este al oído, aconsejándole, regañándole, pidiéndole que valorara de mejor manera su toma de decisiones. En ese momento, no alcancé a comprender la metáfora y lo que representaba, pero si entendía que las discusiones que tenían eran en pro de encontrar la mejor decisión posible para Pinocho. Ahora sé que la función del personaje de Pepe el Grillo es ser la conciencia de Pinocho.

Echando un vistazo al mundo que nos rodea, puedo comprender que cada acción que realicemos es una toma de decisiones constante, unas más cruciales y trascendentales que otras —por supuesto—; pero si pensamos en aquellas decisiones, en las que debemos hacer un análisis más profundo o aquellas que tienen carácter y consecuencias morales y éticas, son en ellas donde tenemos la intervención de la conciencia. Sin importar la edad que se tenga, donde se radique, o el nivel de estudios, estas decisiones siempre vendrán a nosotros o nosotros iremos a ellas. Ya sea si se trata de quedarte o devolver una cartera que te encontraste; denunciar o no un acto de corrupción que observaste; copiar o no en un examen para pasar la materia; estas decisiones tienen un diálogo directo con nuestra conciencia.

Un ejemplo, aunque drástico, pero muy bien desarrollado, lo encontré en la novela de *Crimen y castigo* de Fiódor Dostoievski, en la que el personaje principal —como lo dice el título— comete un crimen: quitarle la vida a un par de mujeres con tal de obtener algo de dinero. El hecho es atroz y no existe justificación alguna, pensaríamos desde una visión moral, ética, religiosa, o pública, no obstante, Dostoievski nos ayuda a entender las *razones* que llega a decirse el personaje para justificarse ante tales decisiones tomadas.

En la novela, el personaje platica las condiciones materiales precarias en las que vive: no tiene trabajo, no puede seguir estudiando por falta de recursos, se escabulle de su arrendadora porque le debe la renta, y come gracias a la bondad de otras personas. Si bien, es un sujeto con una mente ávida de participar en todo tipo de debate intelectual y reflexivo, esto no le impide tener un plan tan maquiavélico como el que ejecuta.

Holgazanería, apatía, depresión, frustración, acompañadas de una serie de circunstancias adversas con respecto a su entorno, le motivan a asesinar a dos señoras solitarias, las cuales, según él, nadie extrañaría si llegaran a faltar. Previo a esa decisión, nuestro personaje parece conceder mayor importancia a las circunstancias que le aquejan y las cuales mejorarían si llevara a cabo tal hecho según su perspectiva. Parece que en ese momento, la conciencia que veíamos en Pinocho aún no se ha desarrollado y personificado en nuestro personaje de la novela, si no que más bien solo esta voz es una compinche que le susurra al oído: *hazlo*.

Minutos antes de cometer el crimen, se le presenta una culpa prematura, un deseo de no ser quien él es. Todo tipo de preguntas se le suscitan: ¿por qué? ¿Para qué? ¿Qué sentido tiene? ¿Vale la pena? Una revalorización de todas sus ideas, acciones y pensamientos previos, presentes y futuros le acongojan el alma. La conciencia aparece.

Al acometer su plan, comienza el castigo. Nuestro personaje se ve envuelto constantemente en culpa y arrepentimiento por haberles quitado la vida; en una paranoia de las represalias que pudiera haber, si es que alguien se enterara de lo sucedido. Tiene miedo de haber perdido

ILUSTRACIONES: MARIANA TORRES MEDINA

esa dignidad por la que, según él, se nos considera humanos, y se le presenta una serie de malestares físicos que le afectan hasta casi matarlo.

Es interesante ver como la conciencia a Pinocho se le aparece previo a acometer las acciones que lleva a cabo, siendo ese momento donde se da la reflexión. En cambio, el personaje de Dostoievski si bien sopesa profundamente los pros y contras antes del crimen, por alguna razón no lo hace con un espíritu que le contraponga seriamente las consecuencias de sus posibles acciones, sino que a lo mucho le muestra los escenarios a los que se enfrentaría con sus respectivas soluciones.

¿A qué se debe que las conciencias parezcan tan diferentes?

La discusión que se suscita en nosotros antes, durante o después de tomar una decisión puede darse de distintos modos y con diferentes perspectivas. Si bien ha habido personas que han propuesto que nuestra toma de decisiones parta de ideales positivos que buscaremos como fin último de nuestra existencia, sucede que esta propuesta tiene en contra que no todos buscamos el mismo fin o que no todos coincidimos con qué tipo de ideales son los más positivos o si los hay. Por otro lado, existen aquellas ideas en la que buscas la decisión que te convenga más, con respecto a las consecuencias de tus decisiones, es decir, buscar el menor sufrimiento o el mayor beneficio para la mayor cantidad de personas y, con base en ello, saber qué decisión tomar.

También están aquellas personas que consideran que el mejor modo de tomar una decisión es la de adoptar una regla máxima, es decir, pensar de tal modo que sea posible que todo el resto de personas decidan actuar así, y no porque convenga o les garantice un beneficio, sino que sepan que actuar de ese modo es lo correcto. ¿Qué significa esto? Que toda acción respete la integridad y dignidad de todas las personas.

Ahora bien, pensando en que tipo de conciencia corresponde a Pinocho o al personaje principal de la novela de Dostoievski, puedo pensar que este último busca encontrar un bien subjetivo en sus acciones, pero que la reflexión del por qué lo hará no la desarrolla del mejor modo posible y es aquí donde valdría la reflexión por parte de nosotros. Sabiendo las consecuencias de sus actos —que de ningún modo son justificables—, pensar si es posible encontrar en sus razones algo que sea válido. Pinocho, en cambio, tiene una conciencia del tercer tipo; una que siempre busca la reflexión previa y profunda, que pone ideales que garanticen una participación y un bien mayor.

Ahora, me gustaría preguntarte, lector, ¿qué es preferible: una buena voluntad o la búsqueda de un beneficio?

Irvin Jalil Díaz Mondragón es promotor en Espacio UNLA

Temporada Competitiva 2022-2023

POR **OBDULIA BARRERA ALCARAZ**

El pasado 30 de agosto se realizó la Ceremonia de Inicio de Temporada Competitiva 2022-2023 en nuestro campus. Para las y los estudiantes deportistas y el equipo de entrenadores fue un día de suma alegría, ya que por dos años no se tuvo competencia oficial de manera presencial, y desde el 2019 no se realizaba esta ceremonia tan significativa y tradicional en nuestra querida Universidad Latina de América.

Durante esta ceremonia se presentaron los catorce equipos representativos y el grupo de atletas individuales, con sus respectivos entrenadores, auxiliares y cuerpo técnico.

El estudiantado deportista entregó los reconocimientos obtenidos en la temporada anterior y algunos que estaban pendientes de entregar a nuestras autoridades,

debido a la suspensión de actividades por la pandemia. Por su parte, las vicerrectoras Académica y Administrativa, la Mtra. Gloria Zaragoza Ramírez y la Mtra. María Teresa Montaño, así como el vicerrector de Desarrollo y Promoción, el Mtro. Emmanuel Meza Magaña, hicieron entrega de uniformes a todos los equipos.

Nuestros equipos iniciaron su participación en la temporada competitiva 2022-2023 dentro de las ligas de ABE, CONDDE, CONADEIP y las ligas municipales de voleibol, fútbol y básquetbol, además de participar en torneos por invitación y otros por clasificación, obteniendo a la fecha los siguientes resultados:

- **Equipo de Básquetbol Varonil Mayor:** 2do lugar en el Torneo Interuniversitario 2022 Puruarán, Michoacán.
- **Karen Aldara Cruz Gómez:** 3er lugar en el Campeonato Panamericano de Whusu 2022 Brasilia, Brasil.
- **Jael y Darlene Juárez Morón:** 2do y 9no lugar en el Campeonato Nacional de Triatlón 2022 Cozumel, Quintana Roo.
- **Maia Padilla Arana:** 5to lugar en el Campeonato Nacional de Escalada Deportiva 2022 Cancún, Quintana Roo.

FOTOGRAFÍAS: JEFATURA DE PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL
ILUSTRACIÓN: MARIANA TORRES MEDINA

Obdulia Barrera Alcaraz es jefa de Actividades Deportivas de la UNLA

UNLA
Universidad Latina de América

Potros UNLA

CONADEIP
Zona Bajío

CONVOCATORIA

UNLA

CHEER-DANCE COMPETITION 2022

1. Lugar y fecha: miércoles 30 de noviembre de 2022 en las canchas de básquetbol de la Universidad Latina de América, a las 17:00 horas.

2. Podrán participar equipos que pertenezcan a instituciones educativas, así como clubes, academias o gimnasios independientes.

3. Las modalidades a participar son: Cheer Acrobático Mixto o Femenil; Nivel 4 CONADEIP. Hip Hop Y POM PON. Categoría única: de 12 años en adelante.

4. Integración: los equipos deberán ser conformados por un mínimo de **5 integrantes y máximo de 15 para la modalidad de Hip-hop y Pom pon. Y un mínimo de 12 y máximo de 20 para la modalidad de cheer.** Cada modalidad se abrirá al contar con 3 equipos como mínimo para la sana competencia.

5. Las inscripciones tendrán un costo de **$1,500.00** por equipo, y podrán realizarse a partir de la publicación de la presente en **Potros UNLA** y realizar el pago en el área de caja de la Universidad Latina de América, en la segunda planta del edificio A o a la cuenta **BBVA 0109725504**, clabe **012470001097255045**, referencia **UNIVERSIDAD LATINA DE AMERICA AC**. En caso de requerir factura fiscal enviar su Constancia de Situación Fiscal junto a su comprobante de pago. En caso que realicen transferencia indicar en concepto, **Inscripción CHEER-DANCE 2022**. Así mismo, al haber realizado el pago, se deberá enviar el comprobante al correo: **caja@unla.edu.mx**

6. Fecha límite de inscripción: lunes 28 de noviembre de 2022.

7. Junta técnica para los entrenadores a las 15:00 horas del mismo día de la competencia, en la cual se realizará el sorteo del orden de los participantes, en el Salón de Usos Múltiples del edificio B, segunda planta de la UNLA. Deberás traer impresos tu registro de inscripción, tu comprobante de pago y una copia del acta de nacimiento de cada integrante, además de la música en una USB (el archivo deberá indicar el nombre del equipo o institución, la modalidad y la categoría).

8. Premiación: trofeo al primer lugar de cada modalidad y medallas para 1er, 2do y 3er lugar de cada modalidad y un reconocimiento de participación a cada modalidad.

9. Para todas las modalidades se aplicará el reglamento vigente de la CONADEIP: **https://www.conadeip.org/normatividad/reglamentos/**

10. Jueces: habrá 3 jueces para las dos modalidades, los cuales son miembros reconocidos y certificados en la disciplina.

11. Riesgo deportivo: el comité organizador no se hará responsable por accidentes o lesiones ocurridas antes, durante o después de la competencia por considerarse riesgo deportivo. Sin embargo, durante el transcurso del evento, se contará con servicio médico para la atención de cualquier accidente ocurrido en las instalaciones de la Universidad.

12. Transitorios: los casos no previstos en la presente convocatoria, serán resueltos por el comité organizador.

Los derechos LGBTIQ+ en mi universidad

POR **VÍCTOR EDGAR SORIA BENÍTEZ**

Hablar de los derechos LGBTIQ+ en la actualidad es inevitablemente una obligación para quienes están en formación y también para quienes formamos en el contexto universitario. Esta responsabilidad no depende exclusivamente de pertenecer o no a la comunidad LGBTIQ+, si no del hecho de que todas y todos coexistimos y cohabitamos en un mismo espacio de conocimiento: la universidad, donde invariablemente tendremos interacción con personas lesbianas, gays, bisexuales, trans, intersexuales, queer, asexuales, personas no binarias, etc., y con ello se nos presenta la oportunidad de ejercer nuestra capacidad de empatía, apoyo y solidaridad, tanto a nivel personal como a nivel profesional.

En México, la primera marcha LGBT se llevó a cabo el 1978, en la búsqueda de visibilizar necesidades y demandas por parte de un sector que no estaba siendo respetado ni tratado como otras personas en el país, a partir de una diferencia: la identidad y orientación sexual. Si bien, la identidad y orientación sexual son aspectos sumamente individuales, privados e íntimos, también son características que atraviesan la personalidad, socialización, interacción, posicionamiento político y, desafortunadamente, casi siempre, una categorización social. Es un campo individual que al afectar a alguien en diversos niveles de análisis (el social, uno de ellos), nos implica un grado de responsabilidad, en términos de conocimiento, acercamiento, desestigmatización y la oportunidad de detener procesos de discriminación.

Fue hasta 1999 que la Asamblea Legislativa de la Ciudad de México aprueba el artículo 281 BIS del Código Penal, que tipifica la discriminación e incluye la orientación sexual como uno de los motivos de discriminación; sin embargo, hasta 2005 es que se visibiliza la primera recomendación sobre orientación sexual, por parte de la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México, en un caso de discriminación LGBT. En 2006, se promulga la Ley de Sociedades de Convivencia en México y en 2008, se genera una reforma para aprobar el cambio de nombre y género en la Ciudad de México (LEDESER, 2022). Históricamente tenemos un proceso joven en cuanto a lo que derechos LGBTIQ+ se refiere, centralizado principalmente en la capital del país, sin embargo, poco a poco hemos ido generando experiencias y aprendizajes sobre este tema que nos involucra a todos y todas.

Es importante considerar que, si bien, la garantía de los derechos LGBTIQ+ es tarea de instancias gubernamentales y no gubernamentales, también es responsabilidad de cada persona ayudar a promover, difundir y respetar las pautas que permiten el cumplimiento de estos derechos para la comunidad que los ejercen y los necesitan; desde tratar a cada una de estas personas por igual, no discriminar, hasta permitir y favorecer las condiciones para el adecuado trabajo, el acceso y uso de servicios de salud, la propia educación y ser tratados/as de manera justa (INDESOL, 2018).

¿Qué se ha hecho en las universidades del país en temas de género y derechos LGBTIQ+? ¿Qué se ha hecho en la UNLA en este tema? Actualmente, la UNLA tiene un Comité de Derechos Humanos que se encarga de dar seguimiento, observación y atención al cumplimiento de estos dentro de la universidad, así como en aplicar un protocolo para la prevención y atención de casos de violencia de género en la UNLA. También está en desarrollo un proyecto de atención a personas pertenecientes a la comunidad LGBTIQ+, especialmente, para las adecuadas vías de comunicación con nuestros y nuestras estudiantes trans.

Si bien existen esfuerzos institucionales para poder garantizar el adecuado ejercicio de los derechos, es importante concientizar sobre el papel que todas y todos jugamos en nuestra universidad para favorecer un entorno de respeto y de libre desarrollo de la personalidad para cada persona. Tener conocimiento de lo que nuestra universidad realiza nos permite contar con la oportunidad de observar más de cerca y poder participar en estos esfuerzos, de tal manera que podamos garantizar un contexto favorable para nuestras y nuestros compañeros LGBTIQ+.

Víctor Edgar Soria Benítez es director de la licenciatura en Psicología de la UNLA

FOTOGRAFÍA: UNSPLASH
ILUSTRACIONES: MARIANA TORRES MEDINA

Referencias

LEDESER. (2022). Línea de tiempo de los derechos civiles, sexuales y reproductivos de personas LGBTI en México. Recuperado de https://ledeser.org/linea-tiempo-dsyr-mexico/

INDESOL. (2018). Derechos de las personas LGBTI en la política pública. Resultado de los trabajos realizados por la Mesa de Diversidad Sexual del Instituto Nacional de Desarrollo Social 2015-2017. México: INDESOL. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/414485/Derechos_de_las_personas_LGBTI_en_la_Poli_tica_Pu_blica.pdf

Colecta navideña 2022

POR **ANA YAMIL OCHOA SANTANA**

La época decembrina es una de las más preferidas por la mayoría de la sociedad mexicana. Es una época de reencuentro, solidaridad, amor y para compartir. Son instantes maravillosos que vivimos en compañía de nuestros seres queridos y atesoraremos durante mucho tiempo. Algunos elementos importantes que se asocian a la época navideña son el ponche, los romeritos, el árbol de navidad, la comida, los pijamas y los suéteres con diseños *ad hoc* a la fecha y muchos aromas indescriptibles; pero, sin lugar a dudas, el principal aspecto que se asocia con la Navidad es el frío.

De acuerdo al Centro Nacional de Prevención de Desastres, el frío puede ocasionar distintos efectos adversos en el cuerpo humano, ya sean afecciones respiratorias o del sistema circulatorio, principalmente cuando este se expone durante un tiempo prolongado a esta temperatura. Además, la contaminación ha generado bastantes cambios en el clima, lo cual ocasionó que todas las temporadas se experimenten con mayor intensidad, y si a esto le sumamos la reciente pandemia por COVID-19, la situación se vuelve más compleja para algunas personas.

En apego a nuestros valores institucionales, como universidad, fomentamos la participación social en la **Colecta Navideña**, la cual la participación comprometida de nuestra comunidad con el entorno mediante la corresponsabilidad social, tomando como fundamento el servicio y la solidaridad a las demás personas. Por ello, te invito a que conozcas un poco más acerca de la Colecta Navideña a través de la mirada del personal que conforma el área de Vinculación y Formación Social (VFS):

«Es la forma de sensibilizar a la comunidad UNLA, a través de sus donaciones, para así poder ayudar y hacerle llegar estas donaciones a las personas de las comunidades cercanas a Morelia que lo requieran y poder marcar una pequeña diferencia».

Sandra Díaz García es auxiliar administrativa

«Para mí significa contribuir con la sociedad por medio de la concientización a la comunidad universitaria sobre la importancia de cooperar con su entorno mediante la donación de despensas y cobijas».

Pablo Zinhue Reyes Chávez es encargado de Formación Social

«La Colecta Navideña es la serie de actividades que se llevan a cabo por la comunidad UNLA para recolectar y entregar productos, tales como despensas y cobijas, destinados a integrantes de las comunidades históricamente vulneradas, con el objetivo de contribuir con su bienestar en estas épocas decembrinas».

Dania Vanessa Calderón Calderón es aprendiz

«Desde mi perspectiva, Colecta Navideña y las donaciones que se realizan en el marco de esta van más allá de las cosas materiales que podamos compartir con las demás personas, sino que implican un sentido de solidaridad y responsabilidad social. Se trata de un acto de amor a partir del momento en que elegimos qué compartir con las y los demás. Significa el tiempo que tomamos para pensar en las otras personas, en quienes nos rodean, y empatizar con ellos y ellas. Es el acto de compartir y de recibir a cambio una gran sonrisa y un agradecimiento genuino»

Ana Yamil Ochoa Santana es jefa de VFS

Desde VFS, te invitamos a que te sumes a esta gran experiencia llena de bondad, solidaridad y responsabilidad social. Recuerda que siempre es un buen momento para compartir con las personas que nos rodean.

Ana Yamil Ochoa Santana es jefa de Vinculación y Formación Social en la UNLA

ILUSTRACIÓN: FREEPIK

DOCENTE, QUE TU MÓVIL SIGA SIENDO MOTIVAR A TUS ALUMNOS

POR **IRAIS MORALES REYES**

Conforme avanzan los meses, como comunidad nos hemos ido adaptando a todos los cambios que se han presentado en el transcurso del semestre. Uno de los más relevantes fue en la educación; la nueva forma de aprender rompió todo ese ciclo *monótono* de aprendizaje que se tenía. Los cambios siempre conllevan a una mejora y en esto no ha sido la excepción.

El cambiar la forma de enseñar, de aprender y de explorar los nuevos conocimientos nos llevan a ser mejores cada día. Como docentes tenemos esa gran responsabilidad: el buscar dentro de nosotros mismos esas habilidades que tenemos o que quizá creímos perdidas y que ahora son importantes para poderlas transmitir y con base en ellas mejorar el aprendizaje de nuestros estudiantes.

No existe una fórmula mágica que nos diga como motivar a los estudiantes en el salón de clases o para que aprendan mejor o más rápido, lo que sí sabemos es que un alumno motivado estará atento, participará, se involucrará en la materia y querrá aprender más. Por ende, docente, ¿qué estás dispuesto a hacer para que tus estudiantes estén motivados?

Pongámonos un momento en el lugar de las y los estudiantes, en cómo nos gustaría que fuese la clase… Cambiemos el chip anterior y renovemos nuestra enseñanza. A continuación unas breves recomendaciones:

- Haz una pausa un momento e identifica qué es lo que quieres que tus estudiantes aprendan y por qué, como también qué tanto lo aprendieron. Si tú no sabes que quieres enseñarles, ellas ni ellos lograrán identificarlo por si solos.
- Nunca llegues malhumorado. Tu actitud se verá reflejada en los estudiantes y adoptarán la misma con la que llegues. Si te apasiona lo que haces, demuéstralo, que sientan tu entusiasmo.
- Que tu material sea novedoso, entendible, didáctico, práctico. El uso de las TICs hoy en día es primordial. Buscar relacionar la materia con la vida diaria es esencial, mejora el entendimiento y el raciocino, ya que normalmente los alumnos preguntan: «¿y eso para que me va a servir?». Respondamos sus preguntas con ejemplos de la cotidianidad, debatamos al respecto, ¡nos podemos sorprender de la gran diversidad de conocimientos, opiniones y formas de ver cada tema en particular!
- El observar a las y los estudiantes para conocer sus gustos, ideas, formas de aprendizajes, etc., nos abre la puerta a un mundo infinito de opciones a desarrollar para mantener su atención y afán de aprender, y continúen con ganas de saber y conocer mucho más.
- Busca razones para motivarles, no excusas del por qué no están prestando atención. Cuando encuentres esas razones, tendrás un grupo participativo, creativo, que cree, que transforme y que te ayude a ser mucho mejor docente de lo que ya eres.

Irais Morales Reyes es asistente administrativa de la dirección de Psicopedagogía y Área Interdisciplinar de la UNLA

FOTOGRAFÍAS: UNSPLASH

MI HISTORIA
desde otra perspectiva

POR **PAULA IVETTE JUÁREZ HUIPE**

Esta es la definición de Helio Rafael Saavedra Balcázar, estudiante de la maestría en Planeación Fiscal y Tributación Internacional, acerca de su proyecto literario. Un proyecto que se encuentra todavía en la *incubadora*, pero con gran futuro. La idea de crear un mundo literario surgió hace algunos años, cuando Helio todavía se encontraba en 5° semestre de bachillerato y su interés por la mitología antigua y la literatura tenía un gran impacto en su vida desde que formó parte de los scouts, y en los cuales participó en un concurso de poesía que despertó su gusto por esta.

«Es como un rompecabezas 3D de madera, compuesto de distintas piezas, colocadas de manera específica para que encajen y formen una figura simétrica», así nos ejemplifica su proyecto Helio, donde cada pieza es una historia que nos ayuda a formar este multiverso, nos cuenta las historias cortas de distintos personajes, como cuentos, para más adelante poder desarrollar ampliamente las tramas de los personajes principales para que no solo sean cuentos, si no, libros.

Escribir las historias en papel y desarrollar los personajes han sido grandes retos para Helio, y el pasar de cuentos a libros es un cambio muy contrastante, ocasionando que el proyecto no se haya finalizado y que todavía falten cosas por desarrollar. Sin embargo, hoy en día tiene una idea bastante clara de cómo formar este multiverso, los nombres de las historias y sus ideas principales: «las piezas del rompecabzas 3D ya están diseñadas solo falta tallarlas y armarlas». Además, combinar la escuela con un proyecto propio implica dedicación y esfuerzo para dar un balance y poder avanzar en ambos ámbitos. Estas son algunas de las razones por las que este proyecto todavía tiene una predicción de cinco años para poder ser finalizado y el cual esperaremos con ansias.

Por unos años, la idea continuó en borradores, sin embargo, su licenciatura le sirvió como un gran apoyo para desarrollar las portadas de muchas de las historias, ya que lo que veían en marketing dirigido a el diseño

le sirvió para escoger como armar las portadas sobre una *imagen limpia* lo cual es un gran paso dentro del proyecto.

«Caballero murciélago» es el apodo del personaje principal con el cual se identifica más y que participa en todas las historias y que, más adelante, tendrá su propio libro titulado *El legado de nuestros antepasados*. Piezas como estas son las que ayudan a formar las historias para poder desarrollarlas. La UNLA es una institución que se ha caracterizado por difundir la cultura y literatura, ayudando a generar un balance con nuestra vida estudiantil, es por eso que hay compañeros como Helio que con mucha imaginación y dedicación mantienen en desarrollo proyectos propios de todos los estilos y los cuales son importantes de difundir. Me gustaría cerrar esta colaboración con una invitación que nos hace Helio: «Lean chicos, es importante leer, porque te abre la imaginación y esto me impulsó a mí a ser muy creativo y poder imaginar cualquier cosa para plantearla en papel».

Paula Ivette Juárez Huipe es alumna del quinto semestre en BUNLA

Navidad, platillos del mundo y una receta

POR **DENISE CASTILLO FERNÁNDEZ**

Muchas son las costumbres alrededor de los festejos en el mes de diciembre, desde la cena de Acción de Gracias celebrado el cuarto jueves del mes de noviembre en EEUU, las posadas, la cena navideña, hasta culminar con la celebración de Año Nuevo en todo el mundo, y en todas ellas hay un común denominador: la comida.

Cada país tiene sus tradiciones y formas de celebrar cada una de estas festividades y aunado a eso, platillos emblemáticos que se preparan muchas veces en el calor del hogar, rodeados de los seres queridos quienes, muchas veces, ya tienen el rol asignado para cada tarea; entonces vemos a quien le toca pelar y cortar frutas para el ponche o para el relleno del pavo; el o la que le toca inyectarlo con vino y sazonarlo; quien se encarga de rellenar las piñatas; a quien le toca hacer la salsa de arándanos o el puré de papa... En fin, manos no sobran para que el festejo se convierta en un gran comilón.

No hay una regla escrita que nos indique cuáles deben ser los platillos *autorizados* para tal o cual festejo, pero si suelen prepararse con productos de temporada, ubicación geográfica, tradiciones familiares, etc. Mientras que en los países del norte celebramos Navidad en invierno, en los países del hemisferio sur la celebran en primavera-verano, por lo que los platillos suelen ser más frescos como ensalada de pasta, ensalada rusa, *carpaccios,* huevos rellenos de atún, pionono (un tipo de «niño envuelto» hecho a base de pan de caja, jamón, mayonesa, lechuga y jitomate), entre otros. En países europeos, como Francia, España e Italia, se suelen comer mariscos, bacalao, lomos de cerdo en salsas agridulces, pato, codornices, pollos asados y postres que se acercan más a los panes con rellenos dulces.

La cena de Nochebuena, en la mayoría de los países, suele ser muy íntima, en familia y con platillos sencillos, por ejemplo, en Alemania y Suiza muchas familias practican el ayuno y esperan hasta después a la Misa de gallo para degustar platillos más elaborados como el pavo, cordero, conejo, venado, etc. En el caso de nuestro país, la cena más importante se celebra en la Nochebuena. El 24 de diciembre se reúnen las familias y se llevan a cabo grandes banquetes con una gran variedad de platillos que van de acuerdo a la región, las costumbres, los presupuestos y demás.

Hay familias que acostumbran cenar un buen pavo relleno, lomo o pierna de cerdo mechados o rellenos, pastas a la crema, ensaladas, romeritos, bacalao (herencia de los españoles), y postres como buñuelos, *fruit cake* (de influencia estadunidense), entre otros; por otro lado, también se acostumbra cenar platillos típicos mexicanos como el pozole, tamales dulces o salados. Al final del día, lo importante es la unión y convivencia con nuestros seres queridos, o bien, celebrar fechas religiosas en las que prevalecerá la paz y armonía.

A continuación, les comparto una receta de tamal de ponche, preparación que comparte la Chef Margarita Carrillo, en su libro *Tamales y atoles mexicanos*. Se trata de una variación de los tamales dulces que suelen acompañar a muchas familias en las fiestas navideñas. ¡Buen provecho!

ILUSTRACIÓN: MARIANA TORRES MEDINA

Tamal de ponche navideño

Ingredientes:

Masa

350 g	Manteca de cerdo
1 kg	Harina de maíz para tamales
1 pizca	Sal
350 g	Azúcar
10 g	Canela en polvo
125 ml	Agua con tequesquite
125 ml	Ponche navideño colado
500 g	Fruta mixta del ponche

Armado:

30 piezas Hojas de maíz para tamal

Preparación:

1. Para la masa: Batir la manteca por cinco minutos a velocidad media hasta que se blanquee y esponje (puede ser a mano con movimientos rápidos, en este caso, el tiempo se extenderá). Agregar la harina de maíz, sal, azúcar, canela, agua con tequesquite* y el ponche colado. Batir por cinco minutos más hasta obtener una masa homogénea y untable, añadir las frutas de manera envolvente.
2. Para el armado: Extender una cucharada de masa en el centro de la hoja de tamal que previamente debe estar remojada para que se pueda manejar, cerrar de los extremos y doblar la parte inferior, reservar. Repetir hasta terminar la masa.
3. Acomodar los tamales de forma vertical con la parte doblada hacia abajo en una vaporera y dejar cocer a fuego medio-alto durante una hora o hasta que la masa se desprenda de la hoja. Retirar los tamales de la vaporera y dejar reposar por veinte minutos antes de consumir.

* El tequesquite es una sal mineral que se recoge de las lagunas, contiene minerales y sirve para leudar. Se puede comprar en los mercados.

Referencia

Carrillo Aronte, M. (2012) *Tamales y atoles mexicanos*. México: Laurosse.

Denise Castillo Fernández es directora de la licenciatura en Gastronomía de la UNLA

¿Te gustaría colaborar en *Nexum*?
Para más detalles, escribe a
nexum@unla.edu.mx

Neurorretos

POR **DIANA LUCÍA HERRERA GUÍZAR**

¡Hola Potros! Bienvenidos y bienvenidas una vez más a su sección preferida del *Nexum*, «Neurorretos». Esperamos que estén disfrutando al máximo de las celebraciones de Día de Muertos, y preparándose para la víspera de Navidad. Además de estar con la mejor actitud para dar su 100% en este último parcial, y terminar así con mucho éxito el periodo O2022.

En esta ocasión, vamos a ejercitar nuestras habilidades verbales y de pensamiento lógico. Como ya lo hemos resaltado anteriormente, el pensamiento lógico es la capacidad que tenemos como seres humanos para entender aquello que nos rodea, establecer un sentido común a partir del aprendizaje de experiencias anteriores y estimular la toma de decisiones para los problemas de la vida diaria (Significados, s/f).

¡Empecemos con el calentamiento neuronal!

Calentamiento neuronal

Una buena manera de hacer nuestro calentamiento es que adivines ciertas palabras deduciéndolas por las pistas que te vamos a dar. En este caso, las pistas consisten en que tienes que buscar los antónimos de las palabras de la columna izquierda y para apoyarte, te indicamos algunas letras de cada respuesta. ¡Recuerda que los antónimos son las palabras que tienen un significado opuesto o inverso al de otra palabra!

1. Andar	_A_A_
2. Aburrido	_I_E__I__
3. Oscuridad	__A_I_A_
4. Alargar	A_O__A_
5. Disponible	O___A_O
6. Aumentar	_I__I__I_
7. Trabajador	_E_E___O
8. Distante	_E__A_O

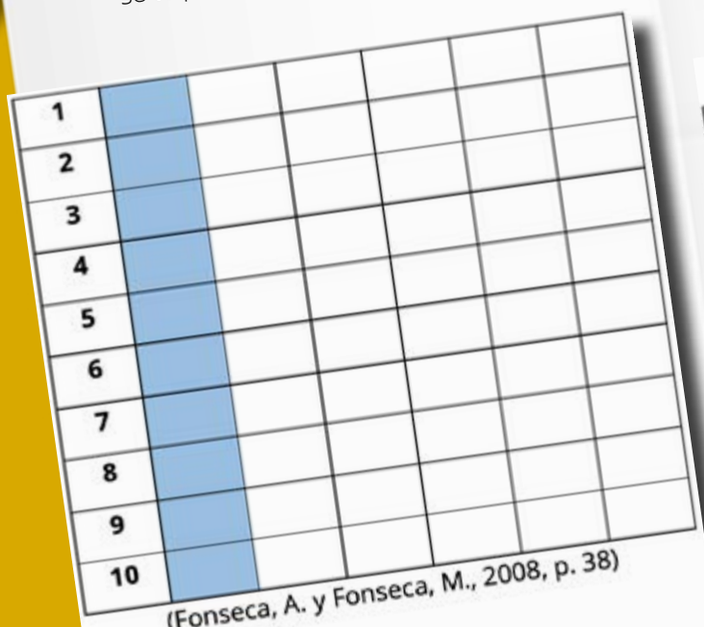
(Fonseca, A. y Fonseca, M., 2008, p. 35)

Con esta actividad, que estimula tu inteligencia y aumenta tu concentración, atención y vocabulario, esperamos hayas calentado lo suficiente. ¿Estás listo? ¡Sigamos con el primer neurorreto!

ILUSTRACIÓN: MARIANA TORRES MEDINA

Alfacuadros

En este desafío, te damos pistas para que identifiques las palabras que tienes que formar. En cada cuadro vacío, coloca una letra, usando únicamente las letras que se te proporcionan en la tabla. ¡Adelante, tú puedes!



(Fonseca, A. y Fonseca, M., 2008, p. 38)

Palabra adicional: _____.

Letras que puedes usar:

A	I	T	G	R	R	I	T	O	M
U	E	V	O	T	M	C	I	S	O
T	R	A	O	N	O	L	T	M	S

Las pistas a considerar:

1. Referente al tacto
2. Escoger
3. Cara
4. Articulación que une la mano y el antebrazo
5. Bola hecha con la lana
6. Lánguido, marchito
7. Relativo al viento
8. Edificio donde se representan dramas
9. Natural de Rumania
10. Cría del oso

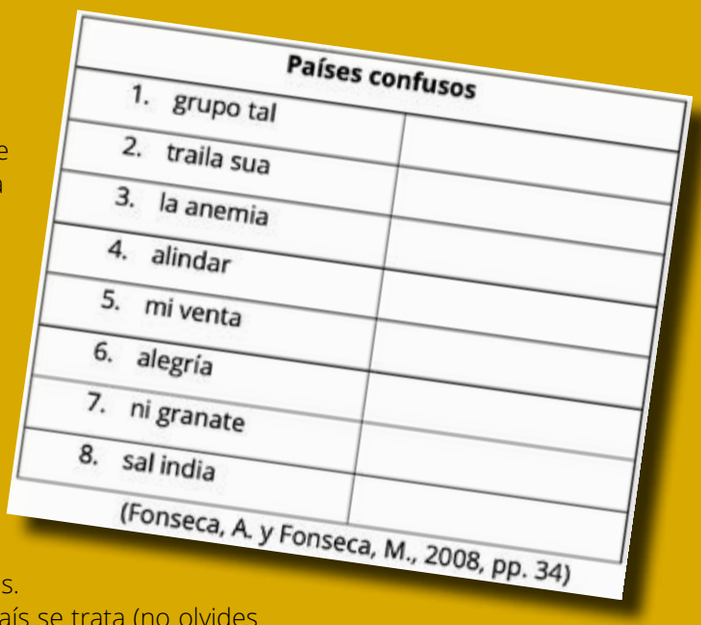
Al completar todas las palabras, podrás utilizar las letras que se encuentran en la columna resaltada en color azul, para formar una nueva. Anótala en el espacio reservado para la palabra adicional. ¡Vas muy bien, continuemos!

Cuando activas tu pensamiento lógico, se agudizan tus habilidades de observar, hacer preguntas y razonar. Estas te sirven como herramientas para adquirir un pensamiento más crítico que es fundamental para tomar decisiones y mejora tu habilidad de pensar y solucionar problemas con mayor rapidez y eficiencia. En el ámbito académico y laboral, eso te conduce a presentar ideas originales y propuestas diferentes; aprendes a explicarte mejor y a evaluar tus argumentos; te ayuda también a expresar tus ideas con mayor claridad y a mejorar tu rendimiento (EDUCO, 2015). ¡Te invitamos a resolver el siguiente neurorreto!

NEURORRETOS

Anagramas

En caso de que ya hayas asistido al Programa Integral de Tutorías (PIT) conmigo o si leíste algún neurorreto de una edición anterior en donde participé, ya habrás notado que me encantan los anagramas, ya que los encuentro sumamente útiles y beneficiosos para los procesos mentales. Estos desarrollan la memoria, aumentan la capacidad de concentración, estimulan la creatividad, mejoran escritura y ortografía, apoyan a entrenar la agilidad mental y te facilitan la redacción gracias al enriquecimiento del vocabulario.



Países confusos	
1. grupo tal	
2. traila sua	
3. la anemia	
4. alindar	
5. mi venta	
6. alegría	
7. ni granate	
8. sal india	

(Fonseca, A. y Fonseca, M., 2008, pp. 34)

Esta vez se llaman «Países confusos» (Fonseca, A. y Fonseca, M., 2008, p. 34), por lo que tendrás que encontrar los ocho lugares que se ocultan en los anagramas. Tienes que reordenar cada frase para descubrir de qué país se trata (no olvides escribir la mayúscula al inicio de cada nombre). Nota: algunos anagramas están integrados por dos palabras, pero el nombre del país se compone de una sola.

¿Qué tal? ¿¡Geniales, verdad!? Estoy segura de que los disfrutaste tanto como yo.

¡Estudiante UNLA!

Espero que te hayan gustado mucho los neurorretos, recuerda que la UNLA te ofrece la gran oportunidad de asistir al Programa Integral de Tutorías, donde puedes fortalecer las distintas habilidades que te forman como estudiante y persona. ¡Aprovecha e inscríbete! Siempre tendrás las puertas abiertas del acompañamiento. Únicamente escríbenos al correo esalazar1@unla.edu.mx

No olvides que Tutorías tiene un canal de YouTube en el que participamos tutoras, tutores y colaboradores, a fin de brindarte videos que te ayudarán en tu proceso académico. Así que, por favor, acompáñanos y comienza a seguirnos. ¡Estamos seguros de que nuestro material te será muy útil! El enlace es el siguiente: https://www.youtube.com/channel/UCKZF8PANldAcr5eBZUlVznQ/featured; o, si prefieres, escanea el siguiente código QR para que te lleve directo a él:

Referencias

EDUCO. (2015). Los beneficios que tiene aprender a razonar. Recuperado de https://www.educo.org/Blog/los-beneficios-que-tiene-aprender-a-razonar

Fonseca, A. y Fonseca, M. (2008). *Juegos de mente. Inteligencia verbal.* España: RBA Coleccionables. Recuperado de https://fdocuments.ec/document/juegos-de-mente-4-inteligencia-verbal.html?page=1

Significados (s./f.). Pensamiento lógico. Recuperado de https://www.significados.com/pensamiento-logico/

Resultados de los Neurorretos *de Nexum* 135

Calentamiento neuronal Interpretación del cuestionario sobre cómo estamo administrando el tiempo

¿Cuántos puntos obtuviste? ¿Necesitas mejorar la gestión de tu tiempo? ¡No te preocupes! Te invitamos a poner en práctica las sugerencias que compartimos sobre cómo planear tus actividades y establecer prioridades, en el número anterior. Después de dos o tres meses, retoma el cuestionario, si aumenta tu puntuación, entonces tu plan resultó eficaz.

La necesidad de mejorar la gestión del tiempo será tanto mayor cuanto menor sea la puntuación que ha obtenido.

- **Menos de 30 puntos** indica que hay muchos e importantes aspectos que mejorar en su relación con el tiempo.
- Una puntuación **superior a 60** muestra una administración del tiempo bastante adecuada.
- Las **puntuaciones cercanas a 90** son características de las personas que no sólo han tomado conciencia de la importancia de gestionar su tiempo de un modo eficaz, sino que además lo llevan a la práctica de forma sistemática.

Método Eisenhower

¿Cómo te fue con el uso de esta herramienta? ¿Resultó retador identificar en tu lista de actividades qué es importante y qué es urgente? Compartimos un ejemplo sencillo que puede ayudarte a despejar esta inquietud.

Stephen R. Covey, en su libro *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva,* señala que «la clave no es dar prioridad a lo que está en la agenda, sino ordenar en la agenda las prioridades. Y esto puede hacerse mejor en el contexto de la semana» (Covey S. R., 2003, p. 98). De ahí la importancia de organizar y calendarizar las actividades, así como de establecer prioridades con base en nuestros valores, metas y objetivos, de tal manera que podamos disminuir el estrés que se genera al tener que realizar o entregar una tarea en último momento. Asignar el tiempo necesario a cada actividad y hacerla con esmero nos ayudará a comprender mejor lo que estamos haciendo y tener aprendizajes significativos.

	Urgente	No urgente
Importante	***Hazlo ahora*** Repasar para el examen de Estadística del día siguiente.	***Prográmalo*** Investigar y recuperar información para el ensayo que entregaré en dos semanas.
No importante	***Delega (¿quién lo puede hacer por ti?)*** Pasar en limpio los apuntes de Historia (Nota: sería mejor tomarlos con una técnica más adecuada desde el principio para evitar esto).	***Deséchalo*** Ver el maratón de mi serie favorita en periodo de exámenes.

Referencias

Ballenato, G. (2013). *Gestión del tiempo: en busca de la eficacia.* Madrid: Larousse y Ediciones Pirámide. Recuperado de https://elibro.net/es/ereader/unla/114681?page=46

Covey, S. R. (2003). *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva.* Buenos Aires: Paidós.

Antonio Adalberto Cravioto Batarse,

ganador del Premio Bellas Artes de Novela José Rubén Romero 2022

POR **EMMANUEL MEZA MAGAÑA**

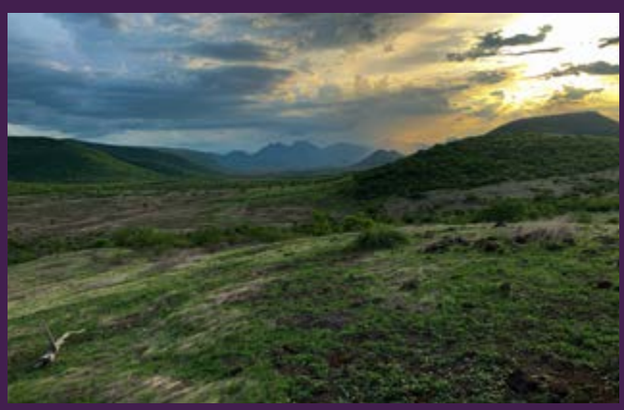
El pasado sábado 08 de octubre, tuve la oportunidad de entrevistar al Mtro. Antonio Adalberto Cravioto Batarse, ganador del Premio Bellas Artes de Novela José Rubén Romero 2022, por su obra *Los eclipses en Saturno*, para conocer más sobre la que es su primera novela y lo que representó para él haber ganado este importante reconocimiento.

Este galardón que se entrega anualmente a lo mejor de la literatura inédita en nuestro país es otorgado por la Secretaría de Cultura del Gobierno de México y el Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura, mediante la Coordinación Nacional de Literatura, y el Gobierno del estado de Michoacán de Ocampo, por medio de su Secretaría de Cultura.

Los eclipses en Saturno es una novela *nostálgica* que relata el viaje de autoconocimiento en el que se ve envuelto su personaje principal, Daniel del Toro, al aventurarse a ir en busca de un amigo de su juventud con la esperanza de un reencuentro y camino al éxito.

Escanea el código para acceder a la entrevista y escuchar más de lo que el escritor nacido en Torreón, Coahuila, me platicó sobre su obra, su visión sobre las relaciones humanas en la actualidad y el mensaje que envió especialmente a nuestra comunidad estudiantil.

Emmanuel Meza Magaña es Vicerrector de Desarrollo y Promoción de la UNLA



Querido lector y lectora, compartimos con ustedes los resultados del taller cultural **Fotografía para redes.**

No olvides que, si te interesa la expresión artística visual, puedes inscribirte a los talleres culturales en el semestre Primavera 2023 y aprovechar al máximo tu experiencia universitaria.

¿Te gustaría colaborar en *Nexum*?
Para más detalles, escribe a
nexum@unla.edu.mx

UNLA

Sé libre de crear
tu futuro

Exámenes de admisión

SIN COSTO

12 de noviembre y
03 de diciembre

Bachilleratos y Licenciatras

unla.mx

UNLA
Universidad Latina de América