



NEXUM

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

EL FUTURO ES AHORA



11:11

MONDAY

Septiembre-Octubre 2023 No. 141 Distr. Gratuita





Examen de Admisión

21
OCTUBRE

11 Y 25
NOVIEMBRE



unla.mx

Contenido

NEXUM 141 | SEPTIEMBRE-OCTUBRE 2023

EDITORIAL

• El futuro es ahora: un vistazo a las transformaciones actuales | Texto generado por ChatGPT

LA VOZ INSTITUCIONAL

• Bienvenido al BUNLAV | Juan Carlos García García

SER POTRO

• Domingo Edna Marín, de ingeniero a abogado en la UNLA | Mariana de los Santos Bautista

DOMUS NOSTRA

• Méritos de Generación UNLA Primavera 2023 | Esmeralda Cecilia Castro Cuevas

GLOCALIZACIÓN

• La tecnología como un impulso innovador para las tradiciones | Perla Paulette Sánchez García

LIBERTADES CREATIVAS

• Tláloc y el ave emplumada | Valeria García Hernández

¡1, 2, 3, DALE, POTROS!

5 • «Los cambios son buenos», dice Kha'Zix | Sergio Daniel Mendoza Maya 21

COMPROMISO UNLA

6 • La identidad mexicana permanece en el inconsciente y en el Derecho Constitucional | Ana Cristina Ferreyra García 24

PERSPECTIVAS UNIVERSITARIAS

7 • La Monstrua. Aprende de cine de terror con un clic | Andrea Berenice Sandoval Calderas 27

YO TE RECOMIENDO...

12 • Canva para educación y la futurepedia | Oscar Parra Meza, ChatGPT y Texto Mágico en Canva 30

NEURORRETOS

14 • Neurorretos | Luz María Talavera Chávez 32

TRAZOS Y LIENZOS

16 • Escenas de la UNLA creadas por la IA | Héctor Tovar Gaona, MidJourney y Equipo Nexum 37



Directorio

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

JESÚS VIVANCO RODRÍGUEZ
Rector

GLORIA ZARAGOZA RAMÍREZ
Vicerrectora Académica
EMMANUEL MEZA MAGAÑA
Vicerrector Administrativo
JOCELYN CALDERÓN GUZMÁN
Vicerrectora 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

ÓSCAR PARRA MEZA

Director de UNLA Online

ANA CRISTINA FERREYRA FERREYRA
Coordinadora de la maestría en
Derecho Constitucional y doctorado
en Derecho

ESMERALDA CECILIA CASTRO

Jefa de Relación con Egresados

OBDULIA BARRERA ALCARAZ

Jefa de Actividades Deportivas

ERIKA SALAZAR CALLEJAS

Jefa de Tutorías

LUZ MARÍA TALAVERA CHÁVEZ

Tutora en Tutorías

HÉCTOR TOVAR GAONA

Analista de Infraestructura en TI

MESA DE REDACCIÓN

MARIANA DE LOS SANTOS BAUTISTA
Editora en jefe

CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN

Ilustración de portada e interiores

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

ANDREA BERENICE SANDOVAL

PERLA PAULETTE SÁNCHEZ GARCÍA

Asistencia editorial

REVISTA NEXUM No.141, septiembre-octubre de 2023, 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.



EL FUTURO ES AHORA: UN VISTAZO A LAS TRANSFORMACIONES ACTUALES¹

TEXTO GENERADO
POR CHATGPT

Bienvenidos a una nueva edición de nuestra revista universitaria, donde exploramos cómo "El Futuro es Ahora". Desde la emocionante inauguración de un bachillerato vespertino hasta las profundas reflexiones sobre la inteligencia artificial en la educación, y el análisis de las fibras que componen el cine de terror, esta edición es un viaje multidimensional hacia lo que está por venir.

La "Inauguración del Bachillerato Vespertino" marca un hito en nuestra institución. Con la flexibilidad horaria como estandarte, estamos adaptándonos a las necesidades cambiantes de nuestros estudiantes. Este paso audaz no solo redefine el aprendizaje, sino que también abre puertas a un grupo más diverso de aprendices. Es un recordatorio de que la educación debe evolucionar al ritmo de nuestras vidas, no al contrario.

En "Entrevista a Egresados", exploramos cómo nuestros graduados están dando forma al mundo. Sus historias personales revelan un amplio espectro de posibilidades que esperan a aquellos que se aventuran más allá de nuestras aulas. Sus logros y desafíos son un faro para los que siguen sus pasos, inspirándonos a construir sobre las bases que hemos establecido aquí.

La "Inteligencia Artificial en la Educación" ilustra cómo la tecnología redefine nuestras metodologías de enseñanza. La IA personaliza la educación, optimizando el proceso de aprendizaje. Sin embargo, el equilibrio entre lo humano y lo automatizado sigue siendo vital. En este mundo digital en rápido crecimiento, la interacción humana y el pensamiento crítico son los pilares que sustentan una educación completa.

Sumergirse en "Entender el Cine de Terror" nos desafía a explorar nuestras emociones más profundas. Analizar este género no se trata solo de asustarse, sino de comprender las representaciones simbólicas del miedo en la sociedad. Al desentrañar los elementos que lo componen, aprendemos sobre nosotros mismos y cómo enfrentar lo desconocido, una habilidad esencial en cualquier futuro.

Esta edición nos impulsa a abrazar la idea de que "El Futuro es Ahora". A través de horarios flexibles, tecnología educativa, testimonios de egresados y un análisis del cine de terror, estamos equipados para navegar por las aguas cambiantes del mañana. Nuestra universidad no solo se adapta al futuro, sino que también lo forja con cada lección aprendida y cada desafío superado.



¹Para abrir nuestra edición 141, te presentamos el siguiente ejercicio: le indicamos a ChatGPT que escribiera un texto de 1000 caracteres (con espacios incluidos) que fungiera como editorial de una revista universitaria donde el título sea «El futuro es ahora» y los temas abordados fueran la inauguración de un bachillerato vespertino, la entrevista a un egresado, la inteligencia artificial en la educación y, por último, entender el cine de terror. Este texto, reproducido tal cual, fue el resultado. (Nota de la Editora).

POR **JUAN CARLOS GARCÍA GARCÍA**

Apenas hace unos meses estábamos celebrando la exitosa culminación de los estudios de bachillerato de dos centenas de jóvenes; la institución y el claustro docente compartíamos, a flor de piel, la felicidad por este logro y el orgullo de las y los estudiantes y sus familias. Cada estudiante escribió su historia, a su manera y con mucho entusiasmo, dejando imborrables recuerdos. Fue un gran día, lleno de agradecimientos y disfrute, porque además de su certificado de bachillerato, muchos de ellos se llevaron reconocimientos por sus logros académicos y certificados de idiomas: inglés, francés, portugués y chino. En esa ocasión, en plena emoción, tuve la oportunidad de recordar a Mario Benedetti a raíz de los últimos días de las y los estudiantes en su bachillerato: «Nadie nos advirtió que extrañar era el costo que tienen los buenos momentos».

Ahora, nos encontramos ante el ciclo inevitable de un nuevo comienzo, donde la comunidad estudiantil se está encontrando con viejas y nuevas amistades, donde ha llegado una nueva generación de estudiantes con inquietudes, retos y metas en un espacio diferente y único: el Bachillerato de la Universidad Latina de América. Encontrarán en ella muchos detalles que harán de su paso por la institución, una experiencia inolvidable.

Por si esto fuera poco, este ciclo escolar dio comienzo al nuevo proyecto del Bachillerato, la modalidad vespertina, el BUNLAV. El cual está a cargo de un profesor experimentado, amable y siempre atento a las necesidades de las y los alumnos, el Lic. Héctor Toledo Izquierdo, quien, junto con muchos profesores más, ha contribuido en la formación académica de decenas de generaciones de estudiantes bachilleres en nuestra escuela. Este nuevo proyecto es equiparable al nacimiento de una rama más en el tronco de este bello y frondoso árbol que es el Bachillerato UNLA. Es primero un retoño, pero indudablemente, en poco tiempo, será una fuerte rama que soportará inquebrantable a nuevas generaciones.

¡Bienvenida comunidad UNLA! ¡Bienvenidas y bienvenidos al BUNLAV! ¡El mejor de los éxitos a ustedes que conforman la primera generación del Bachillerato Vespertino!

¡Al Bienestar por la Cultura!

El Mtro. Juan Carlos García García es Director del Bachillerato Matutino de la Universidad Latina de América

Bienvenida al
BUNLAV



Domingo Edna Marín,

de ingeniero a abogado en la UNLA

En esta edición de nuestra revista universitaria, me gustaría presentar a un potro destacado, Domingo Edna Marín, quien actualmente acaba de egresar de la maestría en Derecho Constitucional de nuestra institución. Él nació en Venezuela, creció en Colombia y ahora vive en Morelia, México. Él se define como «colombiano de corazón y mexicano por adopción». Domingo cuenta con una gran trayectoria académica y profesional que va desde el campo de la Ingeniería, al ser Ingeniero en Productividad y Calidad y en Producción Industrial y maestro en Control de Procesos y Mantenimiento, hasta el de Derecho con la licenciatura y maestría en la UNLA. Te invito a conocer más de este Potro en las siguientes páginas:

POR **MARIANA
DE LOS SANTOS
BAUTISTA**

ILUSTRACIÓN: CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN
FOTOGRAFÍA: JEFATURA DE PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL



Maestro Domingo, muchas gracias por aceptar la entrevista para Nexum, ¿nos puede contar un poco más de cómo llegó a México?

Es una historia muy particular porque ya estaba casado con una mexicana y por cuestiones de trabajo me mandan a Veracruz a ayudar con una planta de una cervecera muy reconocida en este país y fue como en noviembre... si no mal recuerdo nos quedamos a pasar vacaciones de diciembre. La empresa en Colombia donde yo trabajaba, que es una empresa que hace desarrollos de planta cementera, hacía la fiesta de fin de año en enero, y estando ahí se acerca mi jefe a la mesa donde estábamos y me dice: «oye, te tengo no sé si una buena o mala noticia. Me pidió permiso el gerente de la planta de México para hacerte una oferta laboral». Quizá ha sido el mes más complicado que he tenido en mi vida, por la decisión que tuve que tomar, pero al final pesó mucho más la familia que otra cosa. Llego a México con la empresa, ahí estuve unos añitos, después cambiaron al gerente y tuve que cambiar también de aires y me vine a vivir a Morelia.

¿Y a la UNLA?

En Morelia tenemos la enorme situación de que no hay empresas y fue así de «¿y ahora qué hago?». Ya había tenido un poco de experiencia en docencia y, en el año 2011, me invitan a dar clases aquí en la UNLA, en el Sistema Ejecutivo. Tuve la fortuna de dar clases aquí y en otra universidad. En ese mismo año me contacta una empresa canadiense, me hace una propuesta para irme a trabajar con ellos y, bueno, acepto. Desafortunadamente, una cosa que me dolió mucho fue dejar de dar clases, pero, estuve en Lázaro Cárdenas un tiempo y ahí tuve la oportunidad en el Tecnológico de dar clases también. Hace unos años la empresa se tuvo que ir de México por problemas de cuestiones de seguridad, y acabábamos de realizar una patente nueva, manejábamos desechos metalúrgicos y para poder vender esos desechos se tiene que hacer una mezcla –una composición muy especial–, y aquí en México nada más algunas personas la manejábamos, que era un gerente e ingenieros, incluido tu servidor. Entonces, cuando la empresa se va me hace firmar un contrato para renunciar a ejercer la ingeniería por dos años y medio, pero me pagaba mi sueldo íntegro durante ese tiempo, que era el que faltaba para hacerle una modificación a la patente.

Los primeros dos meses fueron muy ricos, muy bonitos en casa, pero ya después nos queríamos matar entre todos [risas] y como siempre me ha gustado estudiar mucho, decidí estudiar algo. Ya conocía el perfil de la universidad, el Sistema Ejecutivo, y dije: «bueno, contador no, porque toda mi vida he llevado matemáticas y todo, entonces Contaduría cancelada, y Administración de Empresas no es algo que me llame la atención». Y como me gusta leer, fue Derecho.

Inicié Derecho con la gran sorpresa de que la coordinadora del programa ejecutivo fue una exalumna mía y eso también hizo que hubiera un clic impresionante. Terminando Derecho, en seguida, en el año 2021, ingreso a la maestría de Derecho Constitucional aquí en la universidad.

Wow, maestro, ha vivido diversas etapas dentro de esta institución, como docente y estudiante.

Sí, difícil un poco, porque se genera una expectativa. El primer cuatrimestre fue más complicado, sobre todo, porque Sandy en una amabilidad de considerarme como alguien que pasó en su vida profesional como educativa, en este caso, siempre comentaba que yo había sido su maestro, ¿no? Y eso me ponía una presión delante de los maestros que me daban clase, entonces, era así como de «no puedo bajar la guardia, no puedo bajar la guardia». A la vez también fue un reto muy grande que me ayudó muchísimo porque siempre era como estar un paso adelantado, como conocía muy bien el método del Sistema Ejecutivo, sabía que esto es un autoaprendizaje.

Sí, claro, vivía el proceso de estudiante también pensando lo que ya conocía de la experiencia docente. A partir de estas experiencias, maestro, ¿cuáles considera que han sido las herramientas de aprendizaje más significativas que le brindó la UNLA?

Son muchísimas, sería el análisis, el razonamiento –tanto metodológico como en tu área que estás desempeñando–, adaptabilidad, sí, yo creo que cambio y adaptabilidad. Creo que tanto el Sistema Ejecutivo como la maestría me volvieron a inculcar el hábito de la lectura, y es un gusano que una vez que se empieza a mover ya no se detiene.

Algo que destaco muchísimo es la capacidad de los docentes de la maestría; aquí tengo que ser bien honesto, porque cuando terminé la licenciatura, quería hacer la maestría –eso lo tenía muy claro–, pero decía «la tengo que hacer afuera porque quiero abrir el abanico de gente fuera de Morelia». Un gran amigo fue él que me hizo como tomar la decisión de quedarme aquí –y que después me abandonó en la maestría–.

Entro y me doy cuenta que tenemos un cuerpo docente de primer nivel. Sin demeritar a nadie ni a ninguna institución educativa, tenemos el privilegio de tener una de las mejores maestrías, no del estado, del país; tenemos un cuerpo docente que voy a ponerme hablar con nombres propios así como: Dr. Daniel Barceló, un señor que ves que sabe muchísimo, que tiene libros y que cómo te habla te envuelve, te enrolla y te pone a leer sus libros sin necesidad de que te lo pida; Dr. Rafael Estrada Michel, un doctor super reconocido no

solo en México, sino internacionalmente... los doctores Cruz Barney, Giovanni Figueroa, Mario Cruz, García Ricci, entre otros. Tenemos en la maestría docentes que son maestros de las mejores universidades de Europa. Grupo muy fuerte que te motiva mucho a estar, siempre a querer un poquito más de lo que hay. Eso es algo que vale la pena destacar mucho.

Qué padre lo que me dice, porque a veces de manera interna no podemos reconocer eso que se puede ver al exterior. Maestro, en esta idea que nos está compartiendo de las habilidades que le transmitió la UNLA, me gustaría preguntarle: ¿cómo vivió la transición de haber pasado de un área de profesionalización como una ingeniería a un área que, está vinculada más a pensar en los derechos humanos, en este sentido a algo más social/ humanístico?

Claro, fue una transición muy difícil porque nosotros como ingenieros somos muy prácticos, concretos; no nos gusta darle muchas vueltas. Y en el derecho hay que ir un poquito más, hay que justificar la respuesta y eso me costó muchísimo trabajo. Tuve una maestra que me hizo cambiar el chip; no lo aceptaba en el momento, pero tenía razón, porque yo daba respuestas muy secas y puntuales. Me decía: «tienes que escribir más porque este no es el examen de un abogado». Le respondía: «pero es que las respuestas están ahí ¿o están equivocadas?» Y me decía: «no, no están equivocadas, pero falta argumentarlas». Y yo, así de «¿cómo? ¿Para qué? Ya le respondí lo que quería». Y luego me dice: «si sigues con el pensamiento de ingeniero, te va a costar mucho desarrollarte como abogado», y a mí me molestó mucho porque tenía la ingeniería...quizá ser ingeniero ha sido de las cosas que, desde que tengo uso de razón, siempre quise ser y en mi casa nadie fue ingeniero. Yo tenía que tener ese casco, yo quería ponerme esa camisa blanca. Crecí

con la convicción de ser ingeniero. Pero me dijeron: «olvidate de la ingeniería, porque ahora tienes otro rol que es ser abogado». Empecé a darme cuenta de que tenían razón: tenía que dejar a un lado la ingeniería porque por ahí no era.

Comencé a adaptarme y a leer un poco más, eso fue lo que empezó a generar un entendimiento más profundo de muchas cosas. Creo que como cualquier persona que vive en Morelia, una de las cosas que nos sucede en el día a día son las marchas en la ciudad. Cuando no tienes conocimiento de derecho, lo primero que piensas es: «¿por qué no viene la policía? ¿Por qué no los quita?». Pero cuando empezamos a analizar, te das cuenta de que ellos tienen el derecho de estar ahí. Tienen un reconocimiento en el ámbito jurídico que les da la potestad de estar ahí, y cuando no reconocemos eso, juzgamos de antemano, sin saber.

Una de las cosas que me dejó estudiar Derecho fue entender cuando la gente sale a protestar. Entiendo que están ejerciendo un derecho que les da la Constitución, que les reconocen los organismos internacionales. Entonces empiezas a darte cuenta de que ahora «¿cómo puedo yo ayudar en algo?». Esto lo traje a colación porque me acuerdo de que una vez un maestro me dice que porqué este cambio de ingeniero a abogado, y yo le decía es que ya me cansé de quejarme, es hora de hacer algo diferente. Entonces, empecé desde la licenciatura a hablar un poco de las manifestaciones y de las protestas sociales, ese era el tema de mi ensayo, de hecho, fue mi proyecto de titulación. Lo irónico de todo es que, si tú ves mi trabajo del proyecto de la licenciatura y ves el que acabó de terminar ahorita, que es el mismo tema, podrás ver como los polos se fueron a lados opuestos. Porque, en la maestría se te amplía un horizonte de opciones de conocimiento, de posturas, de doctrinas de filosofía



de derechos humanos. Eso hace que empecemos a ser un poquito más humanistas y entender que todos tenemos el derecho de quejarnos y que el Estado tiene que tener la obligación de solucionarnos esas insatisfacciones que genera con su acción u omisión dependiendo el caso.

Maestro, sumando a esto de entender esas otras maneras y el exterior, ¿usted cómo ha vivido la transición de formarse en tres países, de sentirse un individuo del mundo?

Wow, es algo muy curioso por cómo me ha llevado la vida. Nací en Venezuela y como a los diez años me mandaron a Colombia. Por eso digo que soy venezolano de nacimiento, pero colombiano de corazón, porque prácticamente mi vida la hice en Colombia, pero, sí, soy un agradecido por haber nacido en Venezuela, ahí tengo familia, quiero mucho a Venezuela, les deseo lo mejor en momentos tan difíciles. Pero así es la vida, y Colombia, aunque también está pasando por momentos tan difíciles y yo pasé por momentos también muy difíciles, pues ahí crecí, me hice papá, me hice profesional, entonces le tengo un amor a este país inmenso.

Después, la vida me trae a México, un país donde llegué con mi familia, pero realmente llegué sin conocer nada más. Me acuerdo que mi mamá me dijo cuando nos despedimos en el aeropuerto: «Mira, si eres capaz de subirte a un avión e irte a México, a un país donde no conoces a nadie, tú eres capaz de lograr lo que te propongas». La verdad es que sí me costó desprenderme de Colombia, pero llegar aquí fue de las experiencias más bonitas. Me ha tocado viajar mucho y siempre cuando llego a un país me dicen:

«¿y por qué vives en México? Hay mejores países, ¿qué tiene de bueno México?». Les digo: «lo que te puedo decir, lo mejor que tiene México son las personas, porque son personas que, aunque no tienen nada te dan de lo poco que tienen. Pueden comerse una tortilla embarrada de frijoles, eso te invitan en su casa y en muy pocas partes del mundo hay donde tú llegas y la gente te abre las puertas». Entonces en México definitivamente es la gente. He tenido la fortuna de encontrarme personas así.

Vengo de un país de donde salí muy pequeño; otro de donde conseguí mi desarrollo profesional, pensaba que ya estaba en plenitud como tal, y luego a otro donde también culturalmente somos diferentes, aunque somos latinos, tenemos muchas diferencias. Como colombianos somos más alegres y, no sé, soy muy de tratar de hacer vínculo familiar para mitigar, porque, aunque tengo mi familia, no están mis papás, no están mis hermanos, estoy solo, entonces es mi manera de tener la opción de elegir familia. Trato de convertirme en el lugar en que estoy y agarrarme de las personas que la vida me ha puesto en el camino para tratar de sentirme como en familia.

Muchas gracias por compartir esto, maestro. En este punto que justo comparte que ya se sentía realizado profesionalmente y llegar a otro camino, ¿qué considera que la UNLA ha sumado a su realización profesional?

Ganas. Era algo que quizá había perdido, o no perdido porque siempre he estado como tratando de estar actualizado, pero cuando llego a la UNLA... es lo que comentaba al inicio, que inicia ese gusanito a tomar esa dinámica, las ganas de estudiar. Ah, qué aparte viene apalabrada de un



compromiso que adquirí a los diez años con mi abuelo. Pero sí, son las ganas. Me acuerdo de que, en mi titulación de abogado, la maestra Sandra Chávez –le pedí que me regalara el privilegio de que estuviera entre mis sinodales el día de mi titulación de licenciatura y dos de mis mejores amigos estaban ese día– me decía que dos ingenierías, dos maestrías, ahora la licenciatura, que qué más venía para mí, porque le estaba dejando un zapato muy grande a mis hijos. Yo le decía que cuando se te prende el gusano no hay forma de retroceder, y era así como: «tengo ganas de seguir haciendo y de seguir haciendo». Terminé en mayo y en julio me inscribí en la maestría. Es un hábito que se convierte en una necesidad: continuar preparándote, leyendo.

Yo decía «ay, ya terminé la maestría, voy a descansar» y ya me he leído tres libros y no tengo ni dos meses que terminé. Y me decía uno de mis hijos «papá, ya no estudies más por favor», y yo «¿por qué?» [risas]. Mi abuelo era árabe, mi papá fue criado por un árabe, yo fui criado de hijo de árabe y mi papá siempre les ha vendido a mis hijos que la familia siempre tiene que ir avanzando, entonces, él dice: «yo fui mejor que mi papá, su papá ha sido mejor que yo, y entonces ustedes tienen que ser un poquito mejor que su papá»; de eso se trata ser papá: que los hijos nos superen. Entonces, me dice mi hijo: «papá, ya no estudies, es que, si te vas al doctorado ¿cómo vamos a ser mejor que tú?» y me quedé, así como wow, pero no seas egoísta no me quites mis ganas de lograrlo [risas].

Pero, igual y el éxito no es sucesivo en sí ¿no?

Exactamente, eso les decía a mis hijos: el éxito no se mide por el título, si no lo que logras alcanzar con él. Porque yo puedo terminar el doctorado, pero si me quedo sentado... Siempre le he dicho a mis hijos que los títulos están colgados en la pared, es un papel, lo que realmente representamos, lo que hemos adquirido en los años de estudio, es lo que nos convertimos en persona. Entonces cuando nos convertimos en mejores personas, los títulos se enaltecen si no, es un papel que se llena de telaraña ahí en la pared. Si los títulos nos hacen mejores personas y podemos contribuir un poquito, vaya, ha valido la pena el sacrificio de estudiar algo. Cuando tú, tu labor o tu actuar en la vida te llevan a que te mencionen en algún lugar y que lo hagan con respeto, eso es lo que yo le quiero dejar a mis hijos. Que cuando hablen de mí se sientan orgullosos, entonces, más que el título yo les vendo a ellos, lo que nos podemos convertir como personas.

Qué padre verlo de esa manera. Maestro, ya acercándonos al final de esta entrevista, me gustaría preguntarle ¿qué significa para usted Ser Potro?

Soy un agradecido de esta universidad. Ser Potro

para mí tiene muchos sinónimos: perseverancia, lucha, conocimiento, trabajo, disciplina, retos, logros, objetivos claros. Creo que así se ha movido esta universidad y que ese ha sido el gran desarrollo. Mi esposa es XUNLA y una vez vino y se quedó sorprendida así de «ese edificio de allá no estaba, ¿cuándo hicieron todo?» y yo me fui unos años y cuando regresé ya estaba el [edificio] C, estaban construyendo Odontología, y entonces, ha sido como esa constante evolución que hemos vivido en esta universidad. Yo me identifico y aparte mi forma de vida ha sido eso, ese dinamismo constante, no sé, yo encajo en la filosofía potro como si hubiese nacido aquí. Y me siento muy orgulloso de pertenecer, porque es algo que cuando se adquiere ya no se suelta más, y no me identifico como XUNLA, soy de la UNLA, porque creo que el ex es como ya no pertenecer.

Gracias, maestro. Para cerrar, ¿le gustaría dar un mensaje a nuestra comunidad UNLA?

Sí, creo que tenemos que darle el valor y reconocer que estamos y pertenecemos a una de las mejores universidades no solo del estado sino del país. Eso es algo que nos tenemos que meter en la cabeza y lo tenemos que vender y sentirnos orgullosos de ello. Desde la preparatoria inculcarles [a los jóvenes] ese sentido de pertenencia que tenemos que tener por la UNLA. Hablé mucho de la maestría y grandes docentes, pero es que también el Sistema Ejecutivo tiene excelentes docentes. Personas que he tenido la fortuna de conocer, que tienen una ética y una honorabilidad intachable y quizá puedo decir nombres: Irma Trejo, Rodolfo Morales, Edgar Rodríguez, Marco Vinicio, hay muchísimos que hay que resaltar. Pero tenemos que ponernos la camiseta por esta universidad, promocionarla, divulgarla y sentirla que es nuestra y cuidarla, sobre todo, cuidarla, porque es como me decía mi abuelo y me dice mi papá: «cuando uno sale de su casa, la imagen que uno refleja es la imagen que uno refleja de su casa». Y si somos y pertenecemos a una institución como la UNLA de los valores y principios tan importantes que tenemos aquí, nuestra manera de cómo nos comportamos ante la sociedad tiene que ir basado con los principios UNLA. Porque eso es lo que nos conecta y lo que hace demostrar que la UNLA está haciendo el trabajo que estamos diciendo que hacemos. Pero si no lo hacemos de esa manera, nos lastimamos a nosotros como personas, familia y nos llevamos por delante la institución que nos dio la posibilidad de alcanzar los logros profesionales que tenemos.

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

Méritos de Generación Primavera 2023

La Universidad Latina de América reconoció el talento, el trabajo y la trayectoria en diversos ámbitos a sus egresadas y egresados de este período, con la entrega de los Méritos de Generación UNLA Primavera 2023.

POR **ESMERALDA CECILIA CASTRO CUEVAS**

A través de una convocatoria, las y los estudiantes que estaban próximos a egresar tuvieron la oportunidad de postularse, o ser nominados por integrantes de la comunidad, compartiendo evidencias de las actividades que les hicieron destacarse en las categorías de Cultura, Deportes, Esfuerzo y Perseverancia, Responsabilidad social y Emprendedurismo, para que el comité evaluador pudiera determinar quiénes serían las y los acreedores a esta distinción, que constó de la entrega de un diploma y un fistol de plata durante las Ceremonias de Egreso tanto de bachillerato, como de posgrados y licenciaturas.

A continuación, la lista de las y los acreedores a Méritos de Generación Primavera 2023:

Méritos Deportivos

Mariana Chávez Guzmán y Josh Ahmed Garduño López de la licenciatura en Administración de Empresas.

Karen Aldara Cruz Gómez del Bachillerato en Ciencias Físico-Matemáticas y Jael Juárez Moron del bachillerato en Ciencias Económico-Administrativas.

ILUSTRACIÓN: CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN
FOTOGRAFÍAS: JEFATURA DE PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL





Méritos Culturales

Lucy Sabrina Carrillo Ayala de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación y Mariana Pulido Alvarez de la licenciatura en Administración de Empresas.

Fabiola Mariam Villalobos Rodríguez del bachillerato en Ciencias Histórico-Sociales.

Méritos de Responsabilidad Social

Diana Paulina León Briseño de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación y Mariana Chávez Guzmán de la licenciatura Administración de Empresas.

Méritos de Emprendedurismo

Salma Melissa Mohammadiyan Terrazas de la maestría en Planeación Fiscal y Tributación Internacional y Maribel Pedraza Contreras de la licenciatura en Administración de Empresas.

Méritos de Esfuerzo y Perseverancia

Nithya Mora Arroyo de Mercadotecnia y Efraín Arévalo Chávez de la licenciatura en Relaciones Comerciales Internacionales.

Por otra parte, también se otorgó la distinción de Mérito Académico a las y los estudiantes que obtuvieron un promedio final igual o mayor a 9.5 en su trayectoria en la UNLA.

Esmeralda Cecilia Castro Cuevas es jefa de Relación con Egresados en la UNLA



LA TECNOLOGÍA COMO UN IMPULSO INNOVADOR PARA LAS TRADICIONES

El paso de las tradiciones mexicanas y su convergencia con la tecnología ha sido un proceso interesante y en constante evolución. A lo largo de la historia, México ha sido reconocido por su rica herencia cultural, arraigada en tradiciones ancestrales que han sido transmitidas de generación en generación. Sin embargo, con la llegada de la era digital y la tecnología, estas tradiciones se han enfrentado a desafíos y oportunidades para adaptarse y preservarse en un mundo cada vez más conectado.

Uno de los aspectos más notables de esta convergencia es cómo las festividades y celebraciones tradicionales han encontrado una nueva plataforma en línea. Por ejemplo, eventos como el Día de los Muertos, que antes se celebraban principalmente en comunidades locales, ahora se han extendido a nivel global gracias a las redes sociales y las transmisiones en línea. Personas de diferentes países pueden aprender sobre esta tradición mexicana y, en algunos casos, incluso participar en ella de manera virtual.

Además, la tecnología ha permitido a los artesanos y artistas mexicanos ampliar su alcance y promover sus productos. Las plataformas de comercio electrónico y las redes sociales han dado lugar a un auge en la venta de productos artesanales tradicionales mexicanos, como textiles, cerámicas y joyería, que antes solo se encontraban en tiendas locales. Esto ha contribuido a la preservación de estas artesanías y ha permitido a los artistas obtener un mayor reconocimiento y apoyo a nivel internacional.

Por otro lado, la tecnología también ha influido en la forma en que se transmiten y preservan las tradiciones. La difusión de información y conocimiento a través de internet ha facilitado el acceso a rituales y prácticas que antes solo se transmitían de manera oral o mediante la observación directa. Esto ha sido especialmente relevante para las nuevas generaciones que, a veces, se han alejado de ciertas tradiciones, pero que ahora pueden aprender y conectarse con su patrimonio cultural de manera más accesible.

POR PERLA PAULETTE
SÁNCHEZ GARCÍA

Sin embargo, esta convergencia también ha planteado desafíos. La influencia de la tecnología y la globalización ha llevado a una cierta homogeneización cultural, donde ciertos aspectos de las tradiciones mexicanas pueden diluirse o fusionarse con otras culturas.

Con ello, uno de los peligros que pueden llegar a ocurrir es el de apropiación de la cultura. Es importante destacar que esto no se refiere a un asunto territorial, sino más bien a un asunto tradicional, en el que una tradición cumple un papel en la forma de pensar, ver y desenvolverse en el mundo. Querer adoptar cierta vestimenta, cantar ciertos cantos o pretender ser algún guía espiritual sin una conexión genuina puede resaltar no solo un aspecto de ignorancia, sino también de falta de respeto y ética. Comprender al otro no significa imitarlo o apropiarse de su sentido. Comprender al otro es acercarse, escuchar y ver; es comprender que cada persona se ha ido construyendo a partir de un sentido propio del mundo.

FOTOGRAFÍA: MASUDI



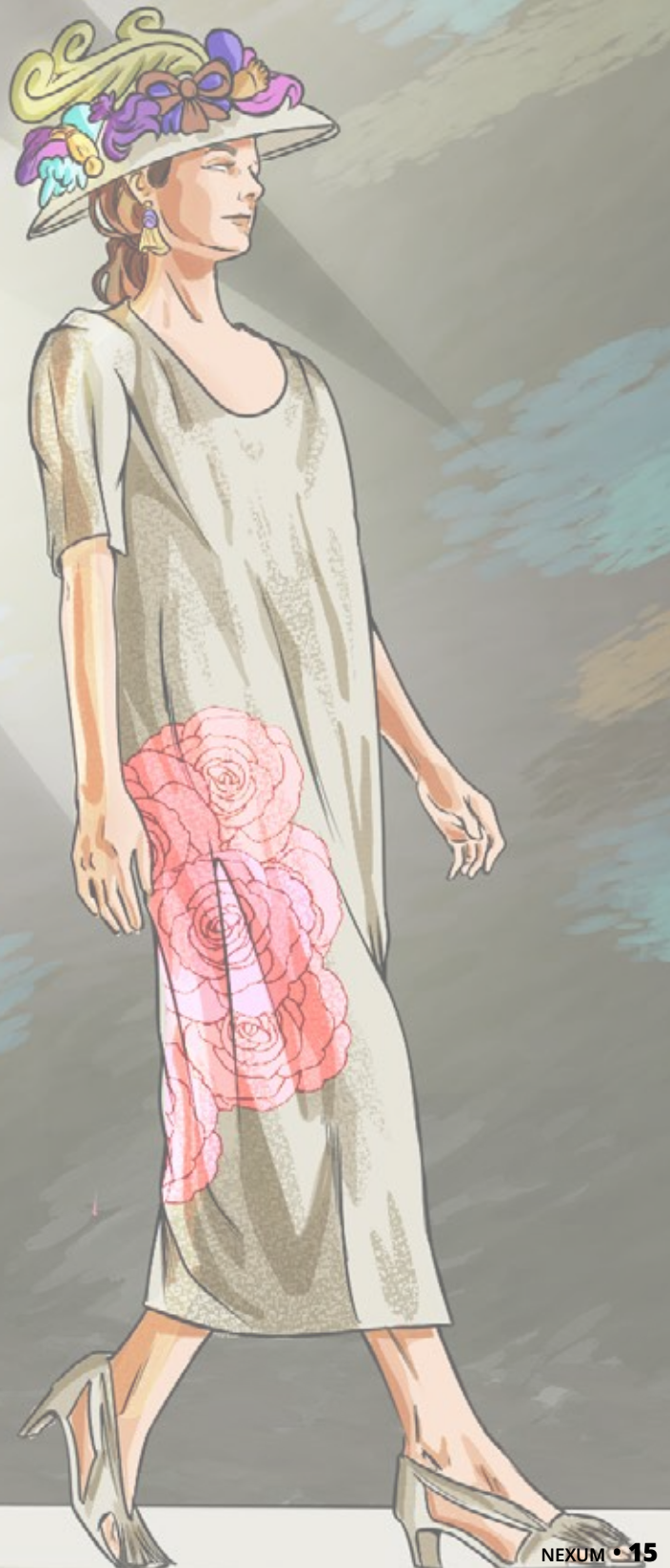
La fusión o resignificación cultural puede resultar peligrosa si se destaca un aspecto banal y superficial de una comunidad o sociedad en general. Aunque ciertas fusiones pueden ser vistas como nimiedades a lado de otras, como el caso de la cantante española Rosalía, que incorpora el reggaetón latino en su música; mientras algunos critican estas fusiones por considerarlas apropiación cultural, otros, como yo, creen que la música está destinada a fusionarse y experimentar con diferentes géneros. Sin embargo, es crucial tener en cuenta que ciertas apropiaciones culturales pueden tener un impacto negativo, especialmente cuando se trata de elementos más significativos y arraigados en la identidad de una comunidad.

Un ejemplo preocupante es la apropiación de la vestimenta tradicional de algunas comunidades indígenas, como en el caso de Oaxaca, donde las mujeres indígenas han creado a lo largo del tiempo una vestimenta que representa y distingue su cultura. Al llevar esto a la gran industria de la moda, se corre el riesgo de banalizar y minimizar el valor de su trabajo y esfuerzo. No es lo mismo que Frida Kahlo en sus tiempos haya utilizado un *huipil* y una falda floral, a si esta vestimenta la portaran en grandes pasarelas, que además de grandes, son multimillonarias y sumamente inalcanzables. La realización de comidas, vestimentas, calzados, el uso de un idioma y otros aspectos culturales no deberían ser vistos como simples oportunidades de mercantilización a gran escala, sino como expresiones auténticas de vivencias culturales. Imaginemos algo, que un diseño de blusa, falda o *huipil* (vestimenta tradicional) de una comunidad indígena de México es fotografiada o digitalizada, a continuación, utilizando tecnología de impresión textil avanzada y métodos de fabricación en masa, se reproducen miles de copias idénticas de la vestimenta. Estas copias se venden en tiendas y en línea, llegando a un público mucho más amplio. Parece ser que una prenda ha logrado gran impacto porque su artesano ha hecho un buen trabajo y ha logrado plasmar una idea, pensamiento y sentido en una prenda. Todo suena bien, hasta que ese público consumidor llega al punto de caer en cuenta de que no conoce la historia y el significado cultural detrás de esa prenda que ha comprado y que porta como si lo supiera. Estos son solo algunos de los ejemplos tanto de muchos de los problemas como de cosas positivas a las que nos enfrentamos al reducir las tradiciones a un asunto de tendencia o de mercantilización.

Es importante que entendamos que, si bien la tecnología llegó para ayudar a realizar tareas más sencillas, impulsar viejas tradiciones y apoyar a la

comercialización a gran escala, esta no puede ser el remplazo del ser humano como artesano, creador de un sentido de vivencia que se ve plasmado y relatado en un producto, que más que producto es un reflejo de toda una cultura. La tecnología como herramienta en manos del humano ético, no el humano en manos de la tecnología.

Perla Paulette Sánchez García es aprendiz de Almacenes en la UNLA



Tláloc y el ave emplumada

POR VALERIA GARCIA
HERNÁNDEZ

Hace mucho, pero mucho tiempo atrás, en una pequeña aldea llamada Tenochtitlán vivía Tláloc, un niño encantador lleno de alegría y amor, a quien le fascinaba jugar en el agua, pero su madre no le permitía acercarse, ya que su hermano mayor había fallecido ahogado en el lago de Texcoco. Su madre, al tener tanto miedo por la pérdida de su hijo, no permitía que Tláloc se alejara de casa, ni mucho menos que fuera a bañarse al río. Ella prefería ir por unas jícaras de agua para bañarlo en casa.

Tláloc cansado de no poder salir a jugar con niños de su edad y de vivir bajo la estricta supervisión de su madre, un día decidió salir sin permiso. Al fin y al cabo, sabría que mientras su madre iba al centro de la aldea a vender el cacao de su familia, tendría el tiempo suficiente para ir al río a jugar con los demás niños y volver.

—¡Estoy harto de que mi mamá no me deje salir a jugar! Estas cuatro paredes de adobe me tienen cansado. Iré al río con los demás, total, ¿qué puede pasar?

Salir de casa solo era algo que Tláloc jamás había hecho. Siempre iba en compañía de su mamá o de su difunto hermano, así que no era un experto en andar por la aldea. La cual, a pesar de ser una aldea, no era muy pequeña que digamos y el camino al río era bastante largo. Poco a poco Tláloc se iba alejando más y más de casa, sin saber exactamente el rumbo y con el paso de las horas iba cayendo la noche. Al ver la puesta de sol, Tláloc quiso volver, pero ya no supo el camino de regreso. Comenzó a sentir nervios y preocupación.

—¡Ay no, mi mamá se pondrá furiosa! Y ahora, ¿qué hago?

Como se había alejado tanto de la aldea no había alguien a quien pudiera pedirle ayuda para volver. Pronto, cayó la noche y Tláloc empezó a sentir mucho miedo por la oscuridad. Siguió caminando sin rumbo, hasta que de pronto se detuvo de golpe, había escuchado un sonido extraño. Las piernas le comenzaron a temblar y le sudaban las manos del miedo. Quiso hacer como si no hubiera escuchado nada y siguió caminando, pero unos pasos después volvió a escucharlo.



—¿Hay alguien ahí? —dijo con la voz entrecortada.

—¿Hola? —pero nadie respondió.

Tláloc cada vez más asustado corrió y corrió tratando de salir de aquel lugar. Después de unos cuantos kilómetros, sintió que alguien lo seguía, pero cada que volteaba a ver hacia atrás, nada. No había nada. Siguió caminando y mientras lo hacía se puso a llorar.

—No debí de salir de casa, debí haber escuchado a mamá. ¡Ahora, jamás podré volver! Mi mamá no se merecía perder a otro hijo, soy muy malo por hacerla sufrir.

Tláloc se sentía fatal, no solo por desobedecer a su madre, sino porque no sabía cómo volver y la noche helada y oscura le daba aún más terror. Cansado y con el estómago vacío decidió sentarse debajo de un árbol, y ahí se quedó dormido, hasta que de la oscuridad comenzó a salir una tenue sombra.

Tláloc despertó al escuchar de nuevo un ruido y comenzó a sentir la piel chinita cuando vio como la sombra se iba acercado a él.

—¡Ay! —gritó mientras cerraba los ojos. —No me hagas daño, te juro que no hice nada malo.

De repente comenzó a escuchar cómo se reían y entreabrió un ojo.

—¿Eh? —dijo dudoso.

Sin entender que era lo que pasaba abrió los ojos y miró cómo un quetzal estaba sobre una piedra mirándolo y riéndose de él.

—¿De qué ríes, tonto pájaro? —dijo molesto. —¿Crees que es gracioso? Casi me matas del susto.

Y el ave le respondió:

—Para nada niño, no fue mi intención asustarte.

Tláloc se quedó atónito al ver cómo el ave le respondía. —¿Hablas?, ¿cómo es posible? No, no, no, no. Seguramente estoy alucinando. —Incrédulo se talló los ojos y volvió a ver hacia la roca donde estaba el ave, y en efecto, esta estaba ahí.

—¡Ah caray! No estoy soñando. Qué alguien me pellizque.

El ave emprendió un vuelo corto hasta donde estaba Tláloc y le dio un picotazo.

—¡Ves, no estás soñando ni estás loco! Esto es real. Me presento, querido niño, soy tu guardián, mi nombre es Quetzali y estoy aquí porque mi misión es guiarte hacia tu destino ¿Acaso crees que las cosas pasan por casualidad?

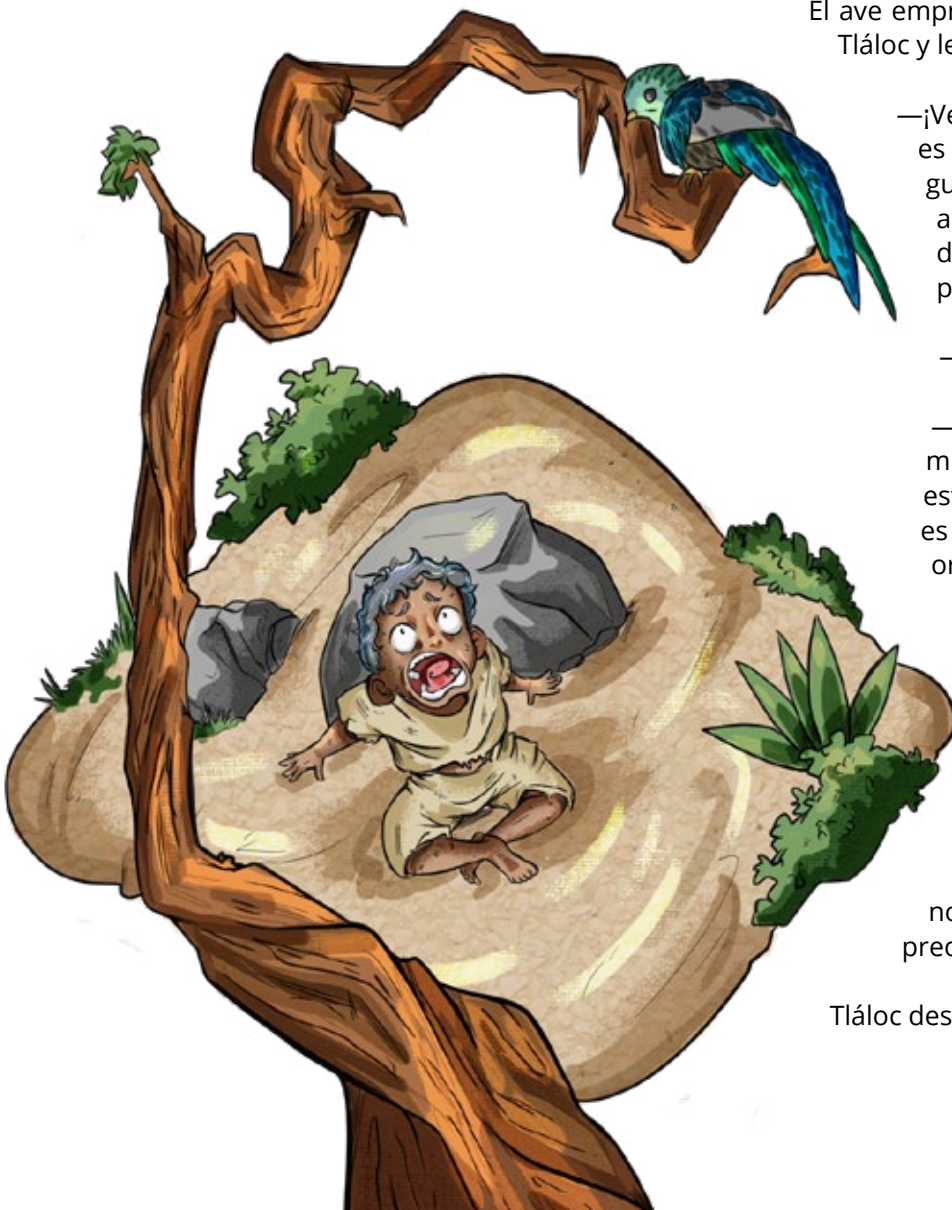
—Sí —dijo Tláloc asustado.

—Pues no, no seas tonto —le dijo el ave mientras le daba otro picotazo. —Todo en esta vida pasa por una razón y esa razón es tu destino. Y para eso estoy aquí, para orientarte y llevarte a la grandeza. Tú, mi pequeño querubín, tienes una misión importante en esta vida y es momento de que la cumplas.

—Pero, ¿qué pasará con mamá? ¿Me llevarás de vuelta con ella? —preguntó Tláloc emocionado.

—No pequeño, desafortunadamente ya no verás a tu madre nunca más, pero no te preocupes, ella estará bien.

Tláloc desconcertado se negó a escuchar al ave.



—Estás mal, yo debo volver a casa. Mi mamá me necesita. Que no ves que ya perdió a mi hermano y sería injusto que ahora me pierda a mí.

Quetzali lo miró fijamente, extendió su ala y lo abrazó mientras le decía.

—Mira, pequeño, a veces debemos decirle adiós a las personas que amamos para poder alcanzar nuestra misión y ayudar a otros. Tú estás aquí porque tu comunidad te necesita.

—¿Me necesita? —preguntó Tláloc confundido.

—¡Sí! Te necesita y es momento de que les brindes esa ayuda. Sabes que la sequía no ha dejado que las cosechas se den, lo que ha provocado que las personas se peleen por los alimentos, el dinero y el desabasto de insumos para poder vivir, y tú eres la solución.

—Pero, ¿cómo puedo yo ayudarlos? Que no ves que solo soy un niño.

—Tú, eres la clave para el renacer de Tenochtitlán. Solo debes creer en ti y tu poder.

—¿Qué poder? —respondió Tláloc.

—¿Cómo que qué poder? —dijo Quetzali molesta
—¿Qué tu madre nunca te lo dijo?

—No —dijo Tláloc.

El ave se quedó paralizada, pues su madre le había ocultado quién era y el don que poseía.

—Esto será más difícil de lo pensé —respondió— ¡Ven acompañame!

Tláloc confundido y temeroso siguió al ave, algo en su interior le decía que hacía lo correcto. Después de caminar toda la noche llegaron al río de Texcoco y al verlo Tláloc quedó maravillado.

—¡No puede ser! Es increíble —dijo entusiasmado.

Los ojos le brillaban y brincaba de emoción. Quetzali lo dejó disfrutar del momento más esperado de Tláloc.

—¿Alguna vez te has preguntado por qué te sientes atraído por el agua y cuando llueve te sientes lleno de energía? —preguntó Quetzali.

—No, en realidad no. Pensé que era porque mi mamá no me daba permiso de venir aquí —respondió.

Quetzali comenzó a reír y voló hacia donde estaba el niño.

—Mira, todos en la tierra tenemos un don. Algunos nacen con él y otros lo van desarrollando con el paso de los años, pero tu don en particular es de los más bellos. Gracias a ti, el ciclo de la vida es como es. Tú das vida y, aunque algunos no te quieran, siempre serás necesario.

—Pero, ¿cuál es mi don? Quiero saberlo.

Quetzali extendió su ala y le tomó de la mano mientras la sumergía en el agua.



—Dime, ¿qué sientes?

—Am... No lo sé, no me siento diferente ¿Me veo diferente?

—No, aún no. Pero, ¿por qué no intentas concentrarte un poco más?

—Eso intento, pero no, no me siento distinto.

El ave frustrada aventó a Tláloc al agua mientras el gritaba: «¡No sé nadar!». Quetzali no hizo nada por rescatarlo, ahí lo dejó mientras pataleaba y manoteaba por no hundirse. Sabía que era imposible que muriera ahogado. Paso un tiempo y Tláloc se cansó de intentar salir del agua, se hundió y parecía que no saldría de nuevo. Quetzali se asustó y dijo:

—¡Ay, Quetzalcóatl! No me haya confundido de niño.

Voló para intentar rescatarlo, pero por más que lo intentaba no lo conseguía.

—Ahora sí los dioses me van a echar.

Siguió intentándolo, pero el cielo se comenzó a poner nublado mientras caían rayos que tronaban como jamás lo habían hecho. Parecía que la tierra se movía cada que caía un rayo. Quetzali se rindió y voló a la orilla del río agotada. Volteo a ver el cielo, no comprendía qué pasaba.

De pronto cayó la lluvia y el río comenzó a desbordarse mientras el agua se movía diestra y siniestra.

Como si un tsunami se aproximara. De pronto, *splash*, sale del agua Tláloc. Quetzali se quedó

paralizada al ver que este

se había convertido

en hombre, con un

tono de piel azulada

y un gran penacho.

Tláloc comenzó a reírse

de Quetzali mientras se

acercaba a ella.

—¿Ya ves que no es tan gracioso cuando te asustan? Ahora sentiste lo que yo sentí cuando te conocí.

Quetzali se levantó y se río.

—Sabía que no me había equivocado, eres el indicado. Ahora si podrás completar tu misión.



ILUSTRACIONES: CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN

—Pero, ¿qué se supone que soy ahora? —preguntó Tláloc.

—Eres un Dios, eres el dios de la lluvia y contigo Tenochtitlán podrá salvarse de la sequía y la hambruna.

—Bien. Entonces, ¿qué es lo que debo hacer ahora? —dijo Tláloc.

—Debes traer la lluvia para que las cosechas puedan darse, el río se vuelva a llenar y recuperar el ecosistema. Esa es tu misión.

Tláloc puso manos a la obra y comenzó a traer lluvias a la aldea, los cultivos comenzaron a florecer, el río se fue llenando y la gente podía continuar con sus labores de agricultura, domésticas y la naturaleza iba floreciendo cada vez más.

Tláloc salvó a su pueblo, aunque para hacerlo tuvo que sacrificarse y jamás volver a ver a su madre. Sin embargo, siempre le daba señas de que él estaba ahí, ya que todas las mañanas dejaba un rocío sobre las plantas que su madre tenía dentro de la casa, en especial aquella *cacaloxóchitl*, mejor conocida como *flor de mayo* que Tláloc le había regalado. Es por ello que, el periodo de lluvias inicia en mayo, en representación de la flor que le había dejado a su mamá, pues esta solo florecía durante esa época. Y colorín colorado, este cuento ha acabado.

Valeria García Hernández es XUNLA de la licenciatura en Ciencias de la Comunicación, generación 2016-2020



Los cambios tecnológicos han dado pie a revoluciones sociales en el mundo, en su tiempo lo hizo la máquina a vapor, más recientemente el internet, y ahora estamos viviendo el fenómeno de la Inteligencia Artificial. Sin embargo, estos cambios se dan gradualmente, y en México lo seguimos observando con el *Esports* o *Gaming* profesional.

Desde la aparición de las computadoras y combinado con el deseo humano del juego, aparecieron los primeros videojuegos que se han ido desarrollado a la par, incluso contribuyendo a la búsqueda de la eficiencia de chips y procesadores cada vez más rápidos y pequeños con el objetivo de mejorar los gráficos y el poder de procesamiento para ofrecer la mejor experiencia del usuario. Aparecieron las empresas de manufactura *gaming*, que dieron paso al *blockchain* y con ello a las criptomonedas. ¿Quién iba a imaginar que un artículo con el principal propósito de mejorar la experiencia gaming terminaría siendo pieza clave para revolucionar el mercado financiero?

«LOS CAMBIOS SON BUENOS», DICE KHA'ZIX

POR SERGIO DANIEL
MENDOZA MAYA

Ninguno sabe con certeza hacia dónde llega el camino que trazas con tus decisiones del día a día, pero sí conocemos los eventos que te ayudan a darte cuenta de tu propio valor cuando te suceden después de esforzarte por ello; y cómo impactan en el mundo, tu país, tu ciudad o simplemente tu universidad. Así que les contaré cómo descubrí lo que podía aportar en el gaming michoacano.

Las personas cambian cuando se dan cuenta del potencial que tienen para cambiar las cosas.

Paulo Coelho



¡1, 2, 3, DALE, POTROS!

Yo no era diferente de un estudiante mexicano ordinario e introvertido, el cual desde niño me gustaban los videojuegos, era un jugador casual, buscaba solo entretenerme y divertirme junto a mi hermano y amigos. Hasta que llegué a la universidad, continuaba con mi vida realmente sin un camino claro delante de mí, más que titularme y trabajar como lo hacen mis papás. No obstante, en noviembre del 2011, a mis veinte años, vi el segundo mundial de *League of Legends*, juego que ya conocía y que llevaba apenas algunos meses practicando. Me dejó boquiabierto, debido a que en mi cabeza no existía la posibilidad de que llegara a convertirse en una profesión. No me interesaron las partidas, ni quién era mejor, solo me interesó el cómo hacerlo posible; cómo subirme a un escenario y ser parte del grupo de personas que hacen realidad las competencias de videojuegos. Este fue el primer descubrimiento personal, en el cual encontré mi **enfoque**. A partir de ahí todo lo hice en torno al *gaming* competitivo, mis proyectos de la escuela, mi tiempo libre, mis nuevas amistades, todo. Y cada decisión que tomaba me acercaba más y más a mi objetivo, claro está que, como en todas partes, hay personas que no pensaban que era posible y solo sería un gasto de tiempo, en mi caso fue mi papá y al principio mis amigos más cercanos.

Ahora sé que era porque se preocupaban por mí, mi papá con esfuerzo pagando una colegiatura para que yo la «desperdiciará» en videojuegos, es totalmente comprensible, pero en su momento sí era muy pesado y difícil las discusiones para defender mis sueños, se acumularon muchos obstáculos, principalmente económicos y sociales. Después de cuatro años, perder un año y medio de mi carrera, endeudarme, perder algunos amigos, lo logré. Pude participar en la copa latinoamericana de *League of Legends*, siendo de los mejores seis equipos de entre veintinueve países que conformaban la región del servidor.

Este es mi segundo descubrimiento personal, el darme cuenta de que soy capaz de lograrlo, encontré mi **valor**. No fue todo miel sobre hojuelas, hubo bajas y altas, pero me mantuve en el ámbito profesional por tres años consecutivos. No obstante, el continuar hizo crecer la factura y sumando a mis errores de novato, tuve que abandonarlo. Y aquí se encuentra mi tercer descubrimiento personal, mis **límites**. Todo suena al contarlo como si siempre estuviera consciente y, no es así, es un largo y duro proceso de vida, el cual solo si te atreves a tomar acción puedes cursar y desarrollarte.

Al ver mis límites, tuve que adaptarme y buscar nuevos enfoques, así que después de graduarme, decidí intentar aplicar lo que aprendí y ofrecerlo a la UNLA proponiendo un proyecto a largo plazo, iniciando por un taller, sobre un equipo de esports representando a la universidad. No solo tuve que adaptarme sino también crecer, aunque estudié Comercio Internacional, tuve que aprender sobre psicología, entrenamiento deportivo, mercadotecnia, liderazgo, comunicación, derecho, impuestos, y un montón de cosas más. Lo que me lleva a mi cuarto descubrimiento personal, para superar mis límites tengo que aprender y cambiar mi mentalidad, en otras palabras, **crecer**. No puedo obtener lo que quiero si no estoy preparado para recibirlo.



¡1, 2, 3, DALE, POTROS!



ILUSTRACIONES: CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN

Este periodo fue un constante prueba y error, donde intenté varias cosas para ver qué funcionaba y qué no, donde terminé organizando eventos de Esports para compartir mi pasión por el ámbito con más personas y abrir un camino para apoyar a aquellos michoacanos con talento a cumplir sus sueños. Así hice el quinto descubrimiento personal, que son mis **talentos**, fallar tanto en diferentes cosas, me hizo consciente de lo que se me facilita y lo que no. Resultado de ello es el UNLA Esports Fest, que es un festival de videojuegos, con el propósito de abrir un espacio a la comunidad *gamer* de Michoacán a compartir nuestra pasión.

Cada persona tiene sus métodos y sus tiempos, si no tienes algo que te impulse o apasione actualmente, no te presiones, llegará a ti en su momento, pero no por arte de magia, es necesario salir de aventura sanamente de vez en cuando. Disfruta de la finita vida que tenemos y atrévete a dar ese primer paso.

Gracias a mis cambios pude impactar en mi ciudad, y en mi universidad, a la que tanto agradezco y quiero, y continuaré usando mis descubrimientos para seguir adelante. Les deseo buena suerte y ¡vamos Potros!

Sergio Daniel Mendoza Maya es entrenador del equipo representativo de Esports en la UNLA

EDUCACIÓN CONTINUA OTOÑO 2023

DIPLOMADOS

- + COMUNICACIÓN, DISCURSOS Y RELACIONES INTERNACIONALES/06 OCTUBRE
- CREATIVIDAD E INNOVACIÓN/06 OCTUBRE
- * DESARROLLO DE HERRAMIENTAS PARA GESTIÓN PÚBLICA/13 OCTUBRE
- * NUTRICIÓN CLÍNICA/13 OCTUBRE
- + ORIENTACIÓN FAMILIAR SISTÉMICA/20 OCTUBRE
- ESTRATEGIAS DIGITALES PARA TU MARCA/27 OCTUBRE
- * IMPARTICIÓN DE JUSTICIA EN MATERIA LABORAL/27 OCTUBRE

TALLERES

- + ENTREVISTA CLÍNICA/06 OCTUBRE
- APRENDIENDO A INVERTIR EN LA BOLSA/04 NOVIEMBRE
- + IMPUESTOS PARA NO CONTADORES (entendiendo al SAT)/11 NOVIEMBRE
- FASHION MARKETING/17 NOVIEMBRE

✉ educacioncontinua@unla.edu.mx

☎ 443 322 15 00 ext. 1185

☎ 443 438 70 34

- + Presencial
- Online
- * Híbrido

Sé libre de desarrollar

nuevas habilidades

unla.mx

UNLA
Universidad Latina de América

la identidad mexicana permanece en el inconsciente y en el derecho constitucional

POR ANA CRISTINA FERREYRA FERREYRA



La identidad intercultural de la nación mexicana va más allá del concepto *cultura* que, «en su acepción más amplia, es el conjunto de rasgos distintivos espirituales, materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a la sociedad y que comprende un sistema de valores, creencias y opiniones» (Valdés, 1983, pp. 138-139).

Nuestra identidad tiene su origen en la composición pluricultural y es producto del mestizaje e intercambio cultural. Se expresa en su día a día más que por ser una condición, por «decisión continua que se refleja en nuestra forma de actuar en cada momento de nuestras vidas» (Murillo, 2022). Para comprenderla, como señala Alavez, «no basta con identificar los elementos comunes porque ello nos llevaría a consolidar los estereotipos, a su vez que existen muchos componentes que se reconocen mutuamente pero que son de distinto origen» (2014, p. 35).

Existen dos elementos indispensables para la identidad cultural: el territorio y la lengua. El primero, entendido como referencia de lugar, en el que se es partícipe y artífice de los beneficios de la naturaleza; el segundo juega en el devenir histórico no solo como «vehículo de comunicación sino el de transportador de una memoria colectiva [...], construye, reconstruye, rescata, renueva y reproduce las manifestaciones culturales, las actualiza y la vivifica» (Valdés, 1983, p. 140).

En el siglo XIX, la idea sobre lo que implicaba la identidad nacional era «la creencia en una cultura y una historia comunes, en un parentesco, en una lengua y una religión, en un territorio, en un acto fundacional y un destino compartidos» (Alavez, 2014,

p. 36), hoy no es así, la identidad es más un *sentido de pertenencia voluntaria*. Para Dabin (2003) «la nacionalidad brota más de la carne que del espíritu, [...] la nacionalidad tanto para las masas como para los individuos, es no solo cuestión de ser, en el sentido de una determinación física tomada, es cuestión de voluntad; no obstante, las diferencias étnicas pueden establecer semejanzas que resultan de haber adoptado un partido de colaboración común, aunque sea un ideal político, como el amor a la independencia y a la libertad» (p.16).

El proyecto de Identidad MX tiene como objetivo analizar la identidad de los mexicanos. Después de más de un año de estudio de millones de mensajes y usuarios, este proyecto llegó a conclusiones muy interesantes que me permito retomar porque nos dan datos relevantes:

Existen rasgos únicos que nos identifican como mexicanos, que se han grabado en nuestro inconsciente; que son producto de circunstancias y fenómenos que solo suceden en México [...] que nos dan la identidad que compartimos entre todos [...] [Esa identidad] tiene impacto y se puede explotar su valor, debe perdurar, ser reconocida en México y en el resto del mundo, es en este punto donde la identidad mexicana toma valor. Para lograr esto es indispensable que el valor que agrega sea tangible, que representa un activo, con el que de alguna forma se pueda transaccionar, ya sea entre nosotros los mexicanos o con ciudadanos de otros países (Murillo, 2022).



Esos fenómenos pueden ser naturales, sociales, de carácter político incluso económico y nos han ayudado a crear la identidad de la resiliencia y el compromiso social; además son trascendentales, perduran y motivan nuestras decisiones. Esta identidad mexicana trascendental y perenne, es parte del inconsciente colectivo de los mexicanos, motiva nuestras decisiones y consecuentes acciones, está incrustada en nuestro orden jurídico.

El Derecho constitucional es la «tábula rasa», en la que se ha escrito la historia de la nación mexicana, la que contiene «cláusulas pétreas» que nos recuerdan un pasado común y una identidad formada a través de un amalgamiento cultural. Entre estas cláusulas las más importantes son la división de poderes y la independencia judicial, seguida de la no reelección del presidente de la república bajo ningún supuesto, garantía de democracia constitucional. Estas cláusulas en tiempos recientes se han visto amenazadas y, a la vez respaldadas por la sociedad, mediante marchas emblemáticas y pacíficas en las que la identidad mexicana está siendo moldeada por los fenómenos que se expresan en redes sociales. (#YoDefiendoALINE #ElINENoSeToca, #LaCorteNoSeToca)

Esta «tábula rasa» reconoce en el pluralismo jurídico la interculturalidad regulada en los sistemas normativos internos (antes usos y costumbres de las comunidades indígenas) y con ello reivindica la esencia de la identidad mexicana, un amalgamiento pleno, en el que la diversidad es el eje y la fuente de unidad nacional.

Ana Cristina Ferreyra Ferreyra es coordinadora del doctorado en Derecho y la maestría en Derecho Constitucional de la UNLA



Referencias

Alavez R. A. (2014). *Interculturalidad: conceptos, alcances y derecho*. México: Mesa

Directiva de la Cámara de diputados y Centro de Producción Editorial del GPPRD.

Dabin, J. (2003). *Doctrina general del Estado*. México: IJ-UNAM.

Murillo, J. (2022). La identidad del mexicano. <https://www.forbes.com.mx/la-identidad-del-mexicano/>

Valdés, L. M. (1983). Reunión sobre minorías étnicas y Estados nacionales. Diagnóstico temático. *Nueva Antropología*, V(20). 137-144.



Envíanos tus comentarios a
nexum@unla.edu.mx

LA MONSTRUA.

Aprende de cine de terror con un clic

POR ANDREA BERENICE SANDOVAL CALDERAS

El terror es uno de los géneros más menospreciados de la industria del cine. Tanto así que la ceremonia de premios más *mainstream*, los Oscar, no tiene una categoría para él y difícilmente premia una película de este tipo. La única cinta de terror que cuenta con la estatuilla a mejor película es *El silencio de los inocentes* de Jonathan Demme de 1992.

Sin embargo, aunque existe un gran prejuicio hacia el cine de terror, en realidad es uno de los géneros más creativos y diversos. Sí, todos estamos acostumbrados a ver en la cartelera del cine películas de espíritus y posesiones que probablemente tienen «diablo», «demonio» o «maldito» en el título, pero esa es solo una mínima parte del prolífico contenido que nos regala este género. Solo hay que «rascarle» o bien, seguir mis pasos y dejarte atrapar por las garras de La Monstrua.

Cuando conocí por primera vez el trabajo de La Monstrua, una dupla de estudiosas del cine compuesta por Mariana Zárata y Canela Ailen Rodríguez, fue a través de la página web de la FILO de la Universidad de Buenos Aires con un seminario en línea gratuito titulado **M de Miedo, M de Mujer**. Dicho seminario tiene un fuerte enfoque en el género (como pueden ver en su título) y aunque cada sesión se centra en un subgénero distinto, uno de los hilos conductores de todo el curso es «la otredad» a manera de amenaza y, asimismo, la mujer vista como justamente eso: amenaza, o en su contraparte, como víctima de ella.

Aprendí por primera vez que el cine de terror es uno de los más estudiados y analizados, y que las mujeres también dirigen, escriben, fotografían, crean filmes de terror sin tener, lamentablemente, el mismo reconocimiento que los creadores hombres. Por fin



ILUSTRACIONES: CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN

dejé de creer que el terror solo consiste en cintas estereotípicas de fantasmas y aprendí sobre el *slasher*, cine de cuerpos, monstruos, brujas y de violación y venganza, de la mano de la teoría de autoras y autores como Wood, Clover, Williams, Creed y Pinedo, entre otros.

Su siguiente curso se tituló **Apuntes para ver un *slasher*** y consiste en un viaje a lo largo de la historia de este subgénero, uno de los menos amados por su facultad de predecible (yo me incluía en el club de *haters*), no obstante, el favorito de Las Monstruas por su creatividad y dinamismo. El recorrido inicia desde el proto *slasher* hasta llegar al *slasher* contemporáneo, con la revisión de la cinematografía de diversos países como Estados Unidos, Canadá, Inglaterra, Italia y Argentina.

En este curso conocí uno de los términos cruciales del subgénero: la *final girl*, utilizado por Carol Clover para referirse al personaje femenino que sobrevive la serie de asesinatos típicos del *slasher* por ser la única chica que no transgrede los esquemas morales (no toma, no fuma, no tiene relaciones sexuales). La transgresión es lo que mata a sus amigos o a las personas que están a su alrededor (de manera metafórica, claro, de manera literal los mata el asesino). Los espectadores varones se ven forzados a identificarse con la *final girl* (aunque sea mujer) ya que solo existen dos tipos de personajes masculinos en este tipo de cintas: los jóvenes tontos que mueren fácil y rápidamente, y el asesino. Ninguno de los dos suena como una buena opción ¿verdad?

Descubrir una gran variedad de películas *slasher*, comprender su trasfondo, el análisis y las críticas que se han hecho de ellas (además de que en verdad son muy entretenidas) logró que me expulsara a mí misma del club de *haters* y me uniera al de *fans*. Así que gracias Mariana y Canela.

El más reciente seminario de La Monstrua tiene por nombre **Desde las sombras. SXPLOITATION** y a diferencia de los dos anteriores, no está enfocado en el género de terror, sino en el cine de explotación, el cual engloba a las películas de bajo presupuesto producidas en masa durante las décadas de los 60 y 70.

Lo interesante de este tipo de cine es que se valía del factor *shock* con la excusa de ser educativo para la audiencia, es decir, las películas mostraban gore, tortura, asesinatos, drogas, peleas, venganza, y en el caso del *Sexploitation*, desnudos y sexo (combinado con los anteriores) de forma explícita (bueno, tan explícita como se podía en esos años) para mostrarle al público qué no debe hacer si no quiere terminar como las personas en pantalla. Aunque su fin no era asustar, sino hacer uso del morbo de los espectadores para ganar dinero, el cine de explotación, con todos los factores mencionados arriba, no está muy lejos de lo oscuro y siniestro del terror.

Este curso, de forma similar al anterior, realiza un recorrido a través de la historia del cine de explotación y el *sexploitation* y sus clasificaciones, tomando cineastas de diferentes partes del mundo como Estados Unidos (donde nacen estas cintas), España, Francia, Italia, Japón y Argentina; y una vez más, la fuerte mirada femenina está presente porque una de las clases está dedicada a las mujeres creadoras de cine *sexploitation*.

Los tres seminarios fueron transmitidos a través de Youtube y están publicados en su canal al que puedes acceder con solo dar clic en este link: <https://www.youtube.com/@lamonstrua>. En adición, La Monstrua cuenta con seis series de videos dedicados a temáticas de terror (vampiros, monstruos, asesinos, etc.) de los que seguro puedes aprender un poco más, y un podcast que podemos encontrar tanto en su canal como en Spotify (<https://open.spotify.com/show/6rEvFIApoUZTqPNFG>)



i7aos?si=a12463a37d3f4549) en el que tocan temas como el metacine, la crianza forzada y la amenaza del cuerpo envejecido.

Te invito a utilizar las herramientas que ya forman parte de nuestro día a día, como lo es Youtube y Spotify, las cuales son gran ayuda en la búsqueda del conocimiento y entretenimiento, y aprovechar el maravilloso contenido que estas dos expertas en cine nos comparten desde su amor y su fascinación al género de terror y a la investigación como parte de tu crecimiento universitario. O qué... ¿le tienes miedo a La Monstrua?

Andrea Berenice Sandoval Calderas es aprendiz de Difusión Cultural y Publicaciones en la UNLA



Referencias

Clover, Carol J. (2015). *Men, women and chainsaws. Gender in the modern horror film.* Princeton University Press.

¿Qué es el slasher?

Es un subgénero del cine de terror cuya trama consiste en la presencia de un psicópata normalmente enmascarado que asesina a un grupo de jóvenes. Su nombre proviene de la palabra inglesa *slash* que significa 'corte profundo' y es por eso que la mayoría del tiempo los asesinatos se llevan a cabo con objetos punzocortantes que atraviesan la piel de las víctimas.



Descubre
UNLA

18
OCTUBRE

08 Y 29
NOVIEMBRE

unla.mx



IA: Canva para Educación y la Futurepedia

POR OSCAR PARRA MEZA, CHATGPT Y TEXTO MÁGICO DE CANVA

La Inteligencia artificial (IA), es un campo de la informática que se centra en crear sistemas y programas que pueden realizar tareas que normalmente requieren de inteligencia humana. La meta principal de la IA es desarrollar máquinas que puedan aprender, razonar, planificar, percibir el entorno, reconocer patrones y tomar decisiones, todo de manera autónoma. Como ejemplo están las listas de Spotify, las sugerencias que llegan al celular de viajes o videos que recomienda para cada persona con base en sus datos de navegación.

conoces *Canva* pero en su actualización más reciente incorpora herramientas de Inteligencia Artificial como Texto Mágico (similar al *ChatGPT*) que ayuda a incorporar texto generado automáticamente en tus creaciones, a insertar imágenes creadas bajo los parámetros que tú definas. Puedes generar proyectos donde insertas un documento y se convierte en presentación de manera automática y compartir directamente en tus redes.

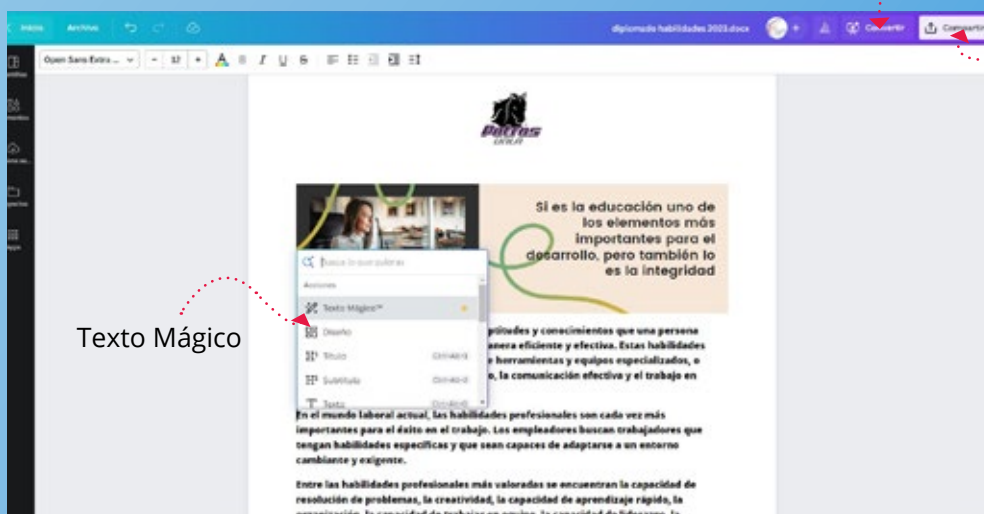
IA en CANVA para Educación

En esta ocasión voy a recomendar *Canva* que es un software y sitio web de herramientas de diseño gráfico simplificado, fundado en 2012. Seguramente ya

Por ejemplo, puedes cargar un documento de Word, trabajarlo incorporando una parte de Texto Mágico que te ayuda a desarrollar el tema, insertar un logo institucional que ya está cargado y editar el diseño.

Convierte a presentación

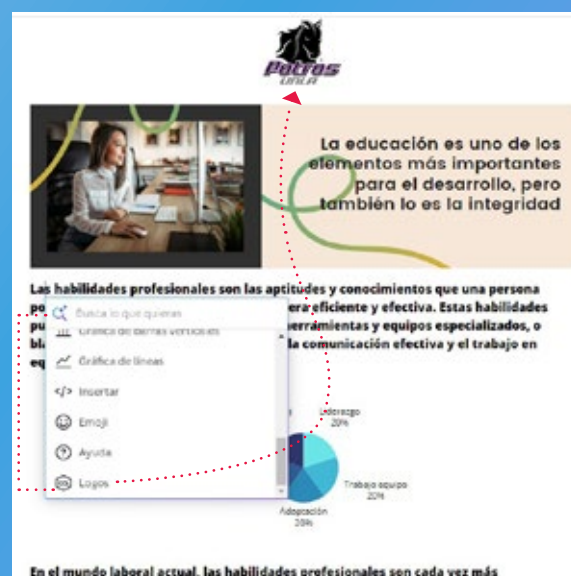
Compartes, imprimes y descargas en diversos formatos



Texto Mágico

Este documento fue elaborado por el autor, nutrido con Texto mágico, diseño, logo y gráfico en Canva.

Insertas gráficos, listas numeradas, logos y recursos de la web



Canva for Education

¿Cómo obtengo Canva para Educación?

Canva Para educación está disponible para todos los docentes y estudiantes de la UNLA, esta opción tiene disponible todas las herramientas de Canva Pro, para inscribirte y poder utilizarlo sólo date de alta con tu correo UNLA en el siguiente link o escanea el código Qr: <https://www.canva.com/brand/join?token=Yz5kWB9NjfqkvE91XExNjA&brandingVariant=edu&referrer=team-invite>



Canva utiliza inteligencia artificial para ayudar a los usuarios a diseñar de manera más rápida y eficiente. Por ejemplo, la función *Magic Resize* utiliza la inteligencia artificial para ajustar automáticamente el tamaño de un diseño a diferentes dimensiones, lo que ahorra tiempo y esfuerzo en el proceso de diseño. Además, Canva también utiliza la inteligencia artificial para sugerir diseños y elementos visuales en función de lo que el usuario ha buscado o utilizado en el pasado. En resumen, la Inteligencia Artificial es una herramienta importante que Canva utiliza para hacer que el diseño sea más accesible y fácil para todos.

Tareas, exposiciones y trabajos finales con Canva

Crea presentaciones, infografías, carteles, dípticos, trípticos, tarjetas, invitaciones, banners y proyectos con todas las herramientas de Canva Pro y con los colores institucionales precargados para que tus producciones sean únicas. Canva es un recurso más de los entornos digitales del Modelo UNLA Synchronic:



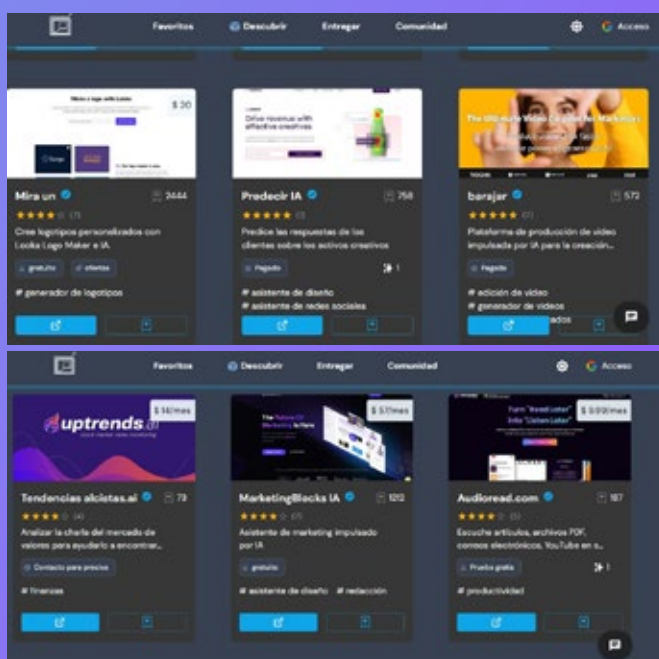
YO TE RECOMIENDO...

Y otra recomendación que es digna para «maratonear» explorando y probando diferentes aplicaciones es la llamada *FuturePedia*, que es el directorio de herramientas de IA más grande. Actualmente tiene más de 4 mil agrupadas en diferentes categorías como: texto, imagen, código, audio, video, 3D, citas, salud, juegos, asistente de vida, memoria, investigación y algunas otras. A finales del mes de julio tenía más de 150 mil personas inscritas que reciben las últimas novedades en cuanto a la IA se refiere.



Puedes ingresar a *Futurepedia* en el siguiente link: <https://www.futurepedia.io/> y descubrir cómo pueden ayudarte una gran cantidad de herramientas en sus versiones de prueba y de paga para crear, imaginar y apoyarte en Inteligencia Artificial para la escuela y el trabajo.

La IA es un apoyo para potencializar y desarrollar tus habilidades y competencias. Puedes fortalecer tu escritura, desarrollar el planteamiento de preguntas e imaginar nuevas producciones originales con ayuda de la tecnología preservando tu originalidad y la integridad en tus creaciones. Te invito a explorar.



Óscar Parra Meza es director de Educación a Distancia UNLA Online en la UNLA

ILUSTRACIÓN: CARLOS JAVIER MELGAR RINCÓN



POR LUZ MARÍA
TALAVERA CHÁVEZ

Neurorretos

¡Bienvenida y bienvenido a esta nueva edición de los *Neurorretos*! Espero hayas iniciado este ciclo escolar con entusiasmo y con toda la actitud o disposición para enfrentarte a nuevos retos u objetivos en lo académico y personal.

El desafío a superar en esta ocasión es la procrastinación que, en muchas ocasiones, puede ser el principal obstáculo en tu vida académica y personal para lograr tus propósitos. En un mundo lleno de distracciones constantes, como redes sociales, videojuegos y entretenimiento en línea, es fácil caer en la tentación de posponer las responsabilidades académicas. La procrastinación académica es un fenómeno que afecta a estudiantes de todas las edades y niveles educativos. Sin embargo, comprender los factores subyacentes y adoptar un enfoque proactivo puede marcar una gran diferencia en tu vida estudiantil.

A medida que los plazos se acercan, un gran número de estudiantes se encuentran posponiendo sus tareas y proyectos académicos, recurriendo a distracciones e impidiendo el trabajo real. Este comportamiento puede ser perjudicial, generar altos niveles de estrés y ansiedad, causar un bajo rendimiento académico, o peor aún, la deserción escolar.

Es de vital importancia tomar el control de nuestras acciones para evitar posponer nuestros deberes académicos o personales, ya que la procrastinación puede ser también una forma de evitar emociones negativas que van asociadas con el esfuerzo que implica llevar a cabo tareas académicas y, en tal caso, se busca mejor una gratificación inmediata en lugar de trabajar en objetivos y recompensas a largo plazo (García, 2012, p. 49). Es posible que más de alguna vez hayas postergado alguna tarea escolar y esto te parezca familiar. No te preocupes, ¡tiene solución!

Date la oportunidad de asistir al Programa Integral de Tutorías de la UNLA para que desarrolles y mejores esta y otras habilidades, escríbenos al correo esalazar1@unla.edu.mx y con gusto te acompañaremos en este proceso.

Es importante que sepas que se puede incidir en aquellos factores que tienen que ver con la autorregulación, la metacognición y la volición, este último término se refiere a la capacidad de elegir y dirigir la conducta de acuerdo con los propios deseos, metas y valores. Esto conlleva –entre otras cosas y como ya se mencionó en los *neurorretos* del *Nexum* 135– a realizar una buena organización y gestionar las diferentes actividades de una manera más eficiente, estableciendo prioridades para disponer las tareas de acuerdo a objetivos bien establecidos. De esta forma estaríamos dando los primeros pasos para evitar la procrastinación. ¿Estás lista o listo para enfrentar este reto?

Calentamiento neuronal

Comencemos con un cuestionario muy sencillo que propone el Dr. Piers Steel, el cual nos permite identificar el nivel de procrastinación frente a una tarea determinada. ¡Vamos!

Lee con detenimiento cada planteamiento y elige el número correspondiente que consideres con base en las opciones, que van desde el *nunca o casi nunca* al *siempre o casi siempre*.

Test: ¿Cuál es mi nivel de procrastinación?

(Steel, 2012, p. 15-16)

Nunca o casi nunca	Apenas	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
I. ¿Pospongo lo que tengo que hacer más de lo razonable?				
1	2	3	4	5
II. Lo hago todo cuando creo que hay que hacerlo				
5	4	3	2	1
III. Me lamento de no haber hecho antes lo que hay que hacer				
1	2	3	4	5
IV. Hay aspectos de mi vida que dejo para otro momento, aunque sé que no debería hacerlo				
1	2	3	4	5
V. Si tengo que hacer algo, lo hago antes de hacer otras tareas menores				
5	4	3	2	1
VI. Pospongo las cosas hasta tal punto que mis resultados y bienestar se resienten innecesariamente				
1	2	3	4	5
VII. Al final del día siento que podría haber empleado mejor mi tiempo				
1	2	3	4	5
VIII. Empleo el tiempo sabiamente				
5	4	3	2	1
IX. Cuando debería estar haciendo una cosa, me pongo a hacer otra				
1	2	3	4	5

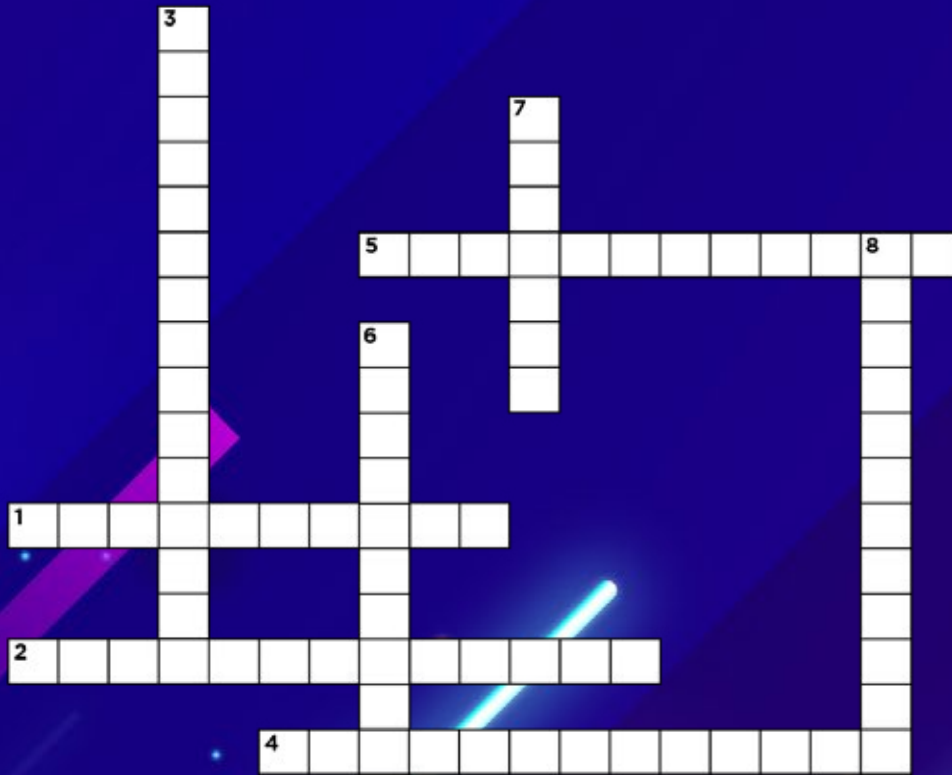
Total de puntos: _____

¿Cómo te sentiste al responder este test? ¿Tienes pistas sobre tu nivel de procrastinación y de sus causas? La interpretación de tu puntuación total aparecerá en la próxima edición de la revista. ¡No te la pierdas!

¡Vas muy bien! Ya has realizado el primer paso importante: reflexionar sobre algunos de los distractores que te incitan a postergar tus tareas. Independientemente del nivel de procrastinación que resultes en el test, **es imprescindible tomar el control de nuestras acciones**. Recuerda que organizar las actividades académicas es el primer paso para aprovechar al máximo el tiempo y lograr un rendimiento efectivo.

¡Iniciemos con nuestro neurorreto! Deberás contestar un crucigrama, este tiene que ver con aquellas palabras clave que nos ayudan a evitar la procrastinación. El desafío es contestarlo en el menor tiempo posible. ¡Vamos, tú puedes lograrlo!

NEURORRETOS



Horizontales	Verticales
1. El impulso interno que nos lleva a actuar y lograr nuestras metas.	3. La obligación de cumplir con las tareas y responsabilidades asignadas.
2. La capacidad de completar tareas y lograr objetivos de manera eficiente y efectiva.	6. La capacidad de mantenerse enfocado y seguir un plan de acción.
4. El proceso de crear un plan para lograr un objetivo.	7. La habilidad de mantenerse concentrado en una tarea u objetivo específico.
5. La habilidad de determinar qué tareas son más importantes y necesitan ser completadas primero.	8. La habilidad de ordenar y estructurar tareas y responsabilidades.

¿Qué tal te fue? ¿Lograste identificar esas habilidades que nos permiten evadir la procrastinación?
¡Excelente, muy bien!

Recuerda que en la actualidad contamos con muchas aplicaciones y herramientas digitales que facilitan nuestras tareas. Además, es posible utilizar también la inteligencia artificial en la educación, claro, de una manera responsable y ética, de tal forma que pueda contribuir notablemente a optimizar nuestro tiempo para la realización de proyectos. Puedes utilizar los asistentes virtuales impulsados por IA como los altavoces o aplicaciones móviles para establecer recordatorios o fechas límites para tus tareas y proyectos, los cuales envían notificaciones o alertas para recordarte tus pendientes.

Te sugiero una aplicación para tu celular que podría ser de utilidad para que continúes tomando el control de tus actividades:



¡Genial! ¿No es así? Ahora herramientas como estas nos permiten realizar nuestras tareas de una manera más organizada y controlada. Por lo tanto, esas emociones negativas que conlleva el procrastinar las podemos convertir en esas sensaciones placenteras que se logran al finalizar cualquier tarea.

Existen muchas aplicaciones y plataformas de IA que podrían ayudarte a recordar y organizar tus actividades –como las que conociste a lo largo de este número de *Nexum*–, pero lo más importante en este reto personal es tener una idea más precisa de cómo podrías dejar de procrastinar para retomar el control de tus acciones. Un punto de partida, podría ser establecer un plan de acción a partir de definir metas y prioridades que te ayuden en la asunción de tus responsabilidades personales y escolares. Si aún no realizas, te invitamos a que conozcas los neurorretos del *Nexum 135*, ¡te serán de gran utilidad!

En conclusión, ¡tú puedes abordar la procrastinación académica de manera activa y consciente! Una persona con un componente volitivo bien desarrollado tiende a mostrar una mayor autodeterminación y facultad para enfrentar desafíos y superar obstáculos en la búsqueda de sus metas. Como ya se mencionó, la dimensión volitiva tiene que ver con la capacidad de una persona para tomar decisiones y ejercer control consciente sobre sus acciones, y puede influir para superar la procrastinación, mantener la motivación y tomar decisiones basadas en consideraciones a largo plazo en lugar de gratificaciones instantáneas a corto plazo. Esto te ayudará a mejorar tu rendimiento académico, reducir el estrés y alcanzar un equilibrio saludable entre tu vida personal y educativa.

Recuerda, estudiante Potro, que te esperamos en el Programa Integral de Tutorías para acompañarte en tu proceso formativo. Permítenos apoyarte a que continúes desarrollando habilidades que te ayudarán a mejorar tu rendimiento académico y a crecer en todos los ámbitos de tu vida.

No olvides que puedes enviarnos tus comentarios sobre los *Neurorretos* o inscribirte a tutorías al correo esalazar1@unla.edu.mx. Puedes también revisar el canal de YouTube en el que tutoras, tutores y colaboradores trabajamos para brindarte videos con información de calidad que te ayudarán en tu proceso académico, así que por favor acompáñanos y comienza a seguirnos en nuestro canal. ¡Estamos seguros de que nuestro material te será de utilidad! Te dejo enseguida el enlace: <https://www.youtube.com/channel/UCKZF8PANldAcr5eBZUIVznQ/featured>

O si prefieres escanea el siguiente código QR para que te lleve directo a él:



Referencias

García, C.A. (2012). Procrastinación académica: revisión de investigaciones y estrategias para su abordaje. *Ecos desde las fronteras del conocimiento*, 2(11), 47-56.

Microsoft corporation, (2016). *Aplicación Microsoft To Do: Lists, Tasks & Reminders*. <https://www.microsoft.com/es-mx/microsoft-365/microsoft-to-do-list-app>

Steel, P. (2012). *Procrastinación: Por qué dejamos para mañana lo que podemos hacer hoy*. México: DeBolsillo.



Resultados de los Neurorretos de Nexum 140

Calentamiento neuronal
Formando palabras (Gramunt, 2010, p.46 y 48)

Abrumado	
1. Roma	2. Broma
3. Bruma	4. Arduo
5. Domar	6. Armado
7. Rumba	8. Arda
9. Amar	10. Mudar
11. Amado	12. Bar
13. Boda	14. Rumbo
15. Dama	16. Mar
17. Rudo	18. Amor
19. Abra	20. Orar

Dialogar	
1. Día	2. Ola
3. Algo	4. Rigo
5. Alga	6. Largo
7. Ralo	8. Gira
9. Radio	10. Girado
11. Radial	12. Olga
13. Dial	14. Lago
15. Ardió	16. Raido
17. Liado	18. Olida
19. Lar	20. Ágora

Concentración y habilidad verbal

1 Ana
2 Arenera
3 Reconocer
4 Sometemos
5 Salas
6 Seres
7 Ada
8 Ojo

Fluidez verbal semántica (Jiménez, s.f., p. 9)

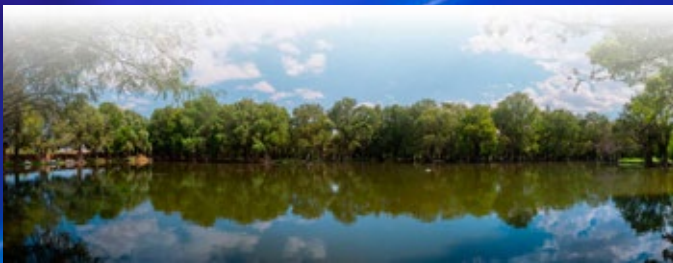
Animales	Frutas	Prendas de vestir	Flores
1. Oso	1. Cereza	1. Camiseta	1. Margarita
2. Perro	2. Mango	2. Camisa	2. Lirio
3. Gato	3. Piña	3. Vestido	3. Rosa
4. León	4. Fresa	4. Cinturón	4. Buganvilia
5. Hipopótamo	5. Coco	5. Zapatos	5. Tulipán
6. Puma	6. Lima	6. Falda	6. Girasol
7. Conejo	7. Guanábana	7. Chaleco	7. Orquídea
8. Avestruz	8. Manzana	8. Short	8. Clavel
9. Canario	9. Mandarina	9. Abrigo	9. Flor de loto
10. Búho	10. Sandía	10. Mallas	10. Jazmín
11. Elefante	11. Uva	11. Calcetín	11. Lavanda
12. Delfín	12. Níspero	12. Bikini	12. Petunia

ESCENAS DE LA UNLA CREADAS POR LA IA

POR HÉCTOR TOVAR
GAONA, MIDJOURNEY
Y EQUIPO NEXUM

Tras explorar cómo el impacto de la tecnología ha permeado nuestras vidas cotidianas a lo largo de esta edición de nuestra revista universitaria, invitamos a un colaborador de nuestra institución a explorar con una IA que se especializara en crear imágenes. Héctor Tovar, quién colabora en el área de Tecnologías de la Información, aceptó la invitación y nos recomendó la IA Midjourney.

La dinámica consistía en lo siguiente: le compartimos a Héctor unas fotografías del campus UNLA con la finalidad de que con cada una de ellas interactuara con la IA para solicitarle una nueva propuesta de imagen a partir de una indicación textual (prompt). A continuación, te damos a conocer los resultados de este juego. Estamos seguras que te sorprenderán:



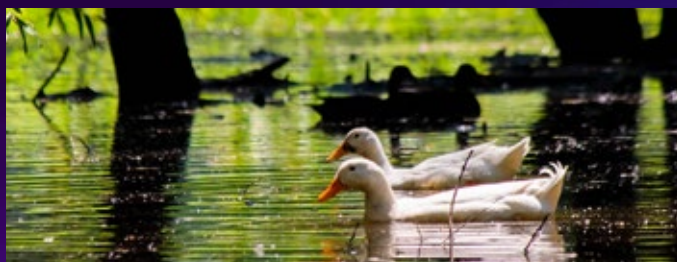
Fotografía

El lago UNLA

El *prompt* que se compartió a la IA fue el siguiente: ayúdame a crear una variación de esta imagen <https://www.unla.mx/assets/images/footer.jpg> que sea como cubismo, surrealismo, expresionismo, arte pop, futurista e hiperrealista



Imagen propuesta por Midjourney



Fotografía

Los patitos en la UNLA

El *prompt* que se compartió a la IA fue el siguiente: ayúdame a crear una variación de esta imagen <https://www.unla.mx/assets/images/home/galeria-home-3.jpg>, que sea como arte pop, futurista e hiperrealista



Imagen propuesta por Midjourney



Fotografía

El Edificio C

El *prompt* que se compartió a la IA fue el siguiente: ayúdame a crear una variación de esta imagen <https://www.unla.mx/assets/images/home/galeria-home-1.jpg>, que sea como futurista e hiperrealista

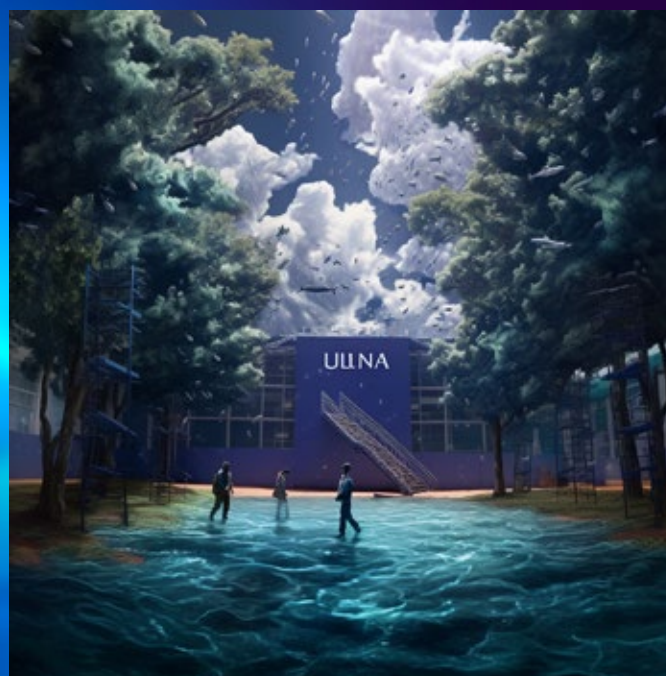


Imagen propuesta por Midjourney



Fotografía

El Paseo de los Fundadores

El *prompt* que se compartió a la IA fue el siguiente: ayúdame a crear una variación de esta imagen <https://www.unla.mx/assets/images/home/galeria-home-10.jpg> con variaciones hiperrealistas, futuristas y con muchos colores pasteles, de día



Imagen propuesta por Midjourney



Fotografía

La glorieta

El *prompt* que se compartió a la IA fue el siguiente: ayúdame a crear una variación de esta imagen <https://www.unla.mx/assets/images/nosotros/Historia.png> con variaciones hiperrealismo, futurista y con muchos colores pasteles, de día



Imagen propuesta por Midjourney

¿Cómo ves las imágenes creadas por Midjourney? ¿Te gustan? ¡Compártenos tu opinión!



Midjourney

¿Qué es Midjourney?

Es un laboratorio independiente de investigación y también un programa de Inteligencia Artificial y código abierto, en donde puedes crear imágenes a partir de descripciones textuales (<https://www.midjourney.com/>).

