

Comunidad

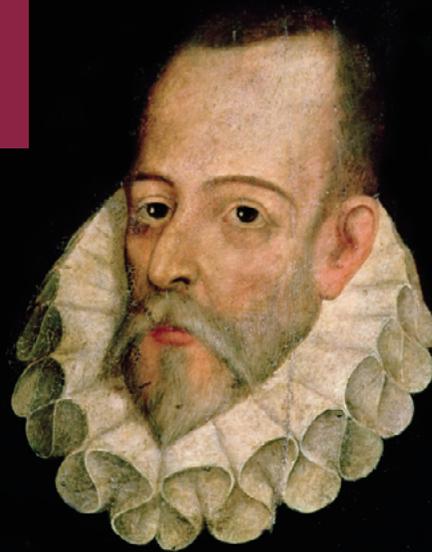
DCSBA

BOLETÍN INFORMATIVO 12

Marzo-Abril 2018

Día Mundial del Español:
la belleza y riqueza de la palabra.

espaÑol



Editorial ▶



Psst... psst ▶



Clic ▶



En clase ▶



Cultura ▶





Editorial

Cilc

Contenido

Día Mundial del Español: la belleza y riqueza de la palabra
Editorial DCSBA

pág. 4

Comunicación escrita: un buen manejo del lenguaje
DCSBA

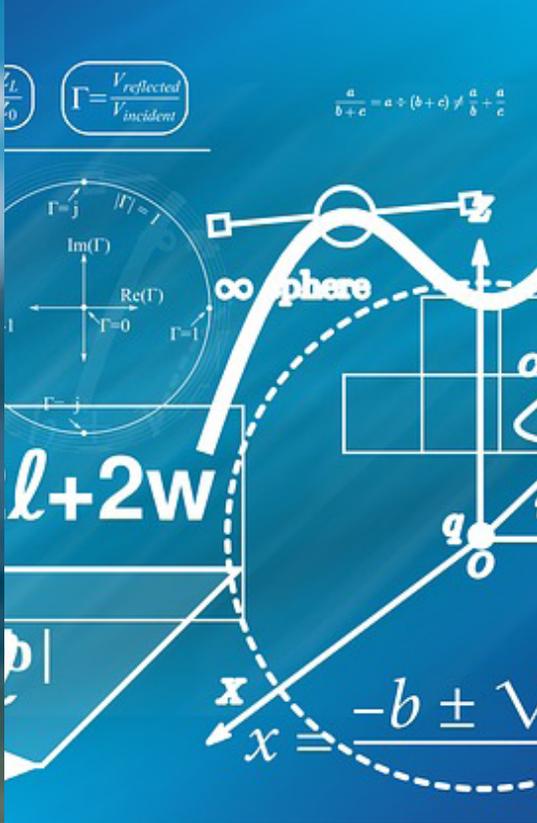
pág. 6

Bases de datos para Seguridad Alimentaria
Sergio Oliva Maheda

pág. 8



Psst...psst



En clase...



Cultura...

Curiosidades del español
DCSBA

pág. 12

Estudia en la UnADM desde
el extranjero
Marcela Villar Rodriguez

pág. 16

Reseña "*Después de ti*"
de Jojo Moyes
Yuritzi Rodríguez Díaz

pág. 20

Seminario de
investigación: práctica
pedagógica para la
formación integral
Beatriz Hernández Altamirano

pág. 14

Salud mental y ambientes
educativos
Jorge Alberto Alvarado Castro

pág. 18

Marzo-Abril 2018

Día Mundial del Español: la belleza y riqueza de la palabra.

español



En este boletín queremos compartirtte la riqueza de nuestro idioma. Actualmente el español es uno de los idiomas más importantes del mundo debido a que para el 2030 se espera que sea el segundo idioma más hablado del mundo tras el chino y que para el 2050 Estados Unidos desplace a México como el país con mayor número de hispanohablantes debido a la creciente población de origen latino en esa nación.

El legado de Cervantes de Saavedra, el genio de las letras y el mayor referente para todos los hispanohablantes y orgullo para nuestro idioma, abarca obras como **'Novelas ejemplares'**, **'La Galatea'** y **'Viaje al Parnaso'**, que de no haber existido, las letras de nuestra época no tuviesen bases sólidas para fundamentarse. Cervantes debe considerarse la máxima figura literaria española porque, gracias a su maestría en el manejo del idioma, hizo que **El ingenioso Hidalgo don Quijote de la Mancha** se considere la primera novela moderna y, además, polifónica (que interpreta la realidad desde varios puntos de vista).

El lenguaje puede considerarse un producto social derivado de convencionalismos basados en ese acuerdo sobreentendido, pero posteriormente también expreso y específico en reglas establecidas por organismos como las Academias de la Lengua. El uso del lenguaje para comunicarse por escrito es, quizá, la capacidad que refleja

puntualmente el orden y la madurez del pensamiento del hombre, además de cumplir la importante función educativa de transmitir en cada mensaje conocimientos de una persona a otra. Aunque nos sorprendan tantos acentos y tantas variantes dentro de un mismo idioma, el español es una lengua homogénea y de normas claras y estables.

Es lógico pensar que los estudiantes a través de su trayectoria educativa deben evolucionar o, mejor dicho, mejorar tanto en su contenido de ideas como en la forma de escribirlas de acuerdo con el desarrollo y la madurez de pensamiento según se incremente su escolaridad, sin embargo muchos estudiantes universitarios presentan deficiencias en esta área.

En la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales sabemos que emplear correctamente la lengua posibilita una mejor comunicación entre el docente y el estudiante. El desarrollo de las habilidades de lectura y escritura, un mejor desempeño en formas de expresión escrita y el mejoramiento de las competencias digitales de redacción son áreas fundamentales para esta casa de estudios, por ese motivo creamos el blog de escritura **Desiderátum** en el cual encontrarás varios recursos para mejorar tus textos.



Parece que el tema del uso correcto del lenguaje es un asunto bastante enigmático; eso parece ser cuando en los últimos tiempos han aparecido nuevas formas de escritura, todas ellas gracias al surgimiento de nuevas tecnologías, como lo son los celulares y los mensajes de texto, las computadoras e Internet y, a su vez, con los espacios de chat.

El uso de la ortografía se está reduciendo a informes y documentos oficiales, trabajos escolares, publicaciones y noticias, ya no se utiliza cotidianamente, los mensajes de texto ya no necesitan su uso correcto, muchas veces ni siquiera tener una coherencia y orden, así que el uso pertinente del lenguaje queda de lado.

El exdirector del Instituto Cervantes, Víctor García de la Concha, advirtió que el crecimiento de hablantes de español está acompañado de un “uso empobrecido” de la lengua por la falta de lectura y educación. Es importante que no pierdas la costumbre de leer para que tu ortografía no se vea afectada y enriquezcas tu vocabulario porque la ortografía actúa muchas veces como una carta de presentación, si escribes siempre con errores te tendrán en un mal concepto y puede restarte credibilidad.

Un estudiante en la modalidad en línea, aunque cuenta con diversas figuras que le acompañarán en su trayecto-

ria académica, no está exento de desarrollar sentimientos de frustración, desmotivación o ansiedad, que pueden poner en juego su permanencia en la institución educativa, por tanto, un acompañamiento asertivo por parte del docente en línea es clave para contribuir a su motivación.

El acompañamiento asertivo del docente en línea va más allá de calificar un trabajo académico, es tomar interés por la persona que lo realizó y de esta forma lograr una empatía con el estudiante a través de la comunicación escrita, por ejemplo, durante la retroalimentación. Es por esto que debes aprender a manejar de manera eficiente el código escrito de nuestro idioma, el cual es rico por su pluralidad de significaciones (el significado de las palabras cambia acorde con los contextos comunicativos).

Carlos Fuentes expresó en una ocasión que “la lengua española es la que con mayor elocuencia y belleza nos da el repertorio más amplio del alma humana, de la personalidad individual y de su proyección social. No hay lengua más constante y más vocal: escribimos como decimos y decimos como escribimos”. Saber escribir es una habilidad que se adquiere con el tiempo. El lenguaje es algo natural en los humanos, mas no lo es la escritura así que... ¡ánimate a hacerlo sin miedo!

Los tiempos han cambiado y el idioma también porque ha experimentado transformaciones que ayudarán a unificar la diversidad de la lengua. En este contexto, la Real Academia Española, el Instituto Cervantes y otras instituciones culturales como la Fundación del Español Urgente velan por el **correcto uso del español**, así que utiliza sus recursos cuando tengas alguna duda, porque no importa cuál sea tu área de especialidad, el correcto uso del español es imprescindible en tu vida profesional.

Para celebrar el Día del Idioma Español hemos preparado una nota con algunos consejos para que aprendas a comunicarte de manera escrita y algunas curiosidades de nuestro idioma; también, en esta edición, encontrarás información relevante de los Programas Educativos Urgencias Médicas, Tecnología Ambiental, Biotecnología y Seguridad Alimentaria, así como una reseña del libro **Después de ti**, en la sección cultura, escrita por la prestadora de servicio social de la carrera Gerencia de Servicios de Salud.

Esperamos que disfrutes de esta edición de Comunidad DCSBA.



Comunicación escrita: un buen manejo del lenguaje

Como estudiante en línea es imprescindible que cuentes con una redacción clara y concisa. La claridad y la concisión marcan la diferencia entre un escrito enriquecedor y uno tedioso y poco informativo; además es importante que conozcas las reglas de comportamiento escrito que los estudiantes y docentes de la modalidad a distancia deben hacer gala en sus diferentes espacios.

Dos aspectos que favorecen los procesos de aprendizaje y la construcción de aprendizajes colaborativos en entornos virtuales son la comunicación y la interacción. Elementos a los cuales se les debe prestar atención para beneficiar el desarrollo de aprendizajes colaborativos, así como fortalecer las relaciones interpersonales que ayuden a disminuir el sentimiento de soledad de los estudiantes de educación a distancia.

La comunicación es el vínculo que permite a un emisor y a un receptor establecer una conexión para transmitir y compartir ideas. Este proceso también se lleva a cabo de forma escrita, ya sea a mano o mediante el teclado de una computadora, **Smartphone** o tableta. Ya sea que debas participar en un foro o entregar una tarea, es necesario que hagas buen uso del lenguaje escrito.

Trabajos universitarios

Cuando se tiene la tarea de redactar un trabajo universitario o profesional, se debe tomar en cuenta dos

cosas de gran importancia: el tema requerido y el público al cual está dirigido. Estos aspectos funcionan como la base de la comunicación escrita, partiendo de esa base será más sencillo cuidar la presentación del mismo, puesto que esta habla acerca de la persona que lo redacta.

Por ejemplo, una buena apariencia del texto habla de alguien a quien no le importa emplear tiempo en arreglar cada detalle; en cambio una mala predispone al lector desde el inicio.

A continuación se presentan algunos consejos para mejorar la comunicación escrita en tus textos:

- Busca claridad y facilidad en la lectura, usa tipos de letra sencillos, con un color acorde con el fondo y un tamaño apropiado.
- Utiliza una sola tipografía o máximo cuatro en un mismo texto, de lo contrario perderá formalidad y continuidad.
- Evita el abuso de mayúsculas, subrayados y alineación justificada. De esta forma se mantendrá un aspecto limpio con espacios adecuados entre



cada palabra.

- Usa un formato diferente para cada medio, escoge una letra menos recargada para una pantalla y una con más presencia para una hoja impresa.
- Aprovecha tu procesador de textos, emplea las funciones para sangrías, interlineado, alineación, etc., en vez de usar métodos más fáciles y nada apropiados.
- Elude el uso de fuentes en manuscrito, de lo contrario se creará dificultad al leer.

Recuerda que el buen uso de la comunicación escrita será de ayuda para todos los aspectos de tu vida diaria. Encuentra tu estilo y practica tu redacción.

Foros, correo electrónico y chats: netiqueta

La netiqueta deriva de la palabra **net** (red en inglés) y **étiquette** (etiqueta en francés) y quiere decir “normas para comportarse adecuadamente en línea (Internet)”.

Nuestras relaciones y comunicaciones personales cada vez son más digitales, las computadoras y dispositivos móviles invaden todos los ámbitos de nuestras vidas; estamos en un momento en el que las conversaciones

virtuales van ganando terreno a las presenciales, y en tu caso como estudiante en línea, los foros, chat y grupos de **WhatsApp** están a la orden del día, por ese motivo te recomendamos los siguientes consejos para una comunicación asertiva y un adecuado manejo del lenguaje:

- Recuerda que te comunicas y relacionas con personas. No hagas a otros lo que no te gusta que te hagan a ti.
- Compórtate en Internet igual que lo haces en tu vida real.
- Ten presente en qué entorno estás comunicándote, las reglas son diferentes según donde estés.
- Respeta el tiempo de los demás, no se lo hagas perder si no es necesario.
- Muestra tu lado bueno en tus conversaciones en línea, escribe de forma correcta y sencilla.
- No escribas únicamente en mayúsculas, es como gritar y además dificulta la lectura.
- Recuerda siempre usar “por favor” y “gracias” (las palabras mágicas) cuando solicites ayuda de tus compañeros de clase.
- Comparte conocimiento útil y relevante, escribe sobre lo que sabes.
- Ayuda a mantener el control en las situaciones controvertidas.
- Respeta la privacidad y la intimidad de los demás.
- No abuses de situaciones ventajosas que puedas tener, saber más que otros no te faculta para aprovecharte de los demás.
- Mantén los debates en un ambiente sano y educativo.
- Disculpa los errores de otros. Trata en privado y amablemente conversaciones delicadas.

En definitiva la mejor regla es utilizar el sentido común y comportarnos en nuestra vida virtual tal cual lo hacemos en la presencial; en ambos contextos el respeto a los demás y la educación son valores fundamentales. Estas reglas aplican a los distintos servicios que se ofrece la modalidad en línea como el correo electrónico, blogs, foros de discusión, y a todo tipo de actividad que provoque interacción entre los individuos dentro del aula virtual y de la red.

Bases de datos para Seguridad Alimentaria



Conocer la situación alimentaria y nutricional de la población mexicana es importante para la construcción de proyectos, marcos estratégicos y fundamentos confiables, mismos que permitan partir de diagnósticos reales que justifiquen mejoras de la calidad de vida de las personas que pertenecen a las diversas comunidades mexicanas.

Por: Sergio Oliva Maheda
Responsable del Programa Educativo en Seguridad Alimentaria.

La seguridad alimentaria es una disciplina que requiere del desarrollo de proyectos que fomenten una correcta alimentación y una nutrición idónea en México; para lograrlo se llevan a cabo -mediante la propuesta, el desarrollo y la aplicación de programas y políticas que inciden en la alimentación y la nutrición de la sociedad- trabajos enfocados en el cumplimiento de las dimensiones de acceso, disponibilidad, consumo y estabilidad de los alimentos, y apegados a las normas de producción, transformación, distribución y comercialización a través de indicadores.

El desarrollo de estos proyectos y las diversas acciones que se relacionan con el logro de las dimensiones de la seguridad alimentaria requieren de información confiable que permita realizar diagnósticos que justifiquen de manera contundente su construcción. En este sentido

las bases de datos son recursos útiles porque recopilan todo tipo de información, para atender las necesidades de un amplio grupo de usuarios. Su tipología es variada y se caracterizan por una alta estructuración y estandarización de la información.

Bases de datos: instrumento eficaz de información

La disponibilidad y el uso de información estadística permiten no solo el desarrollo de diagnósticos sino también la construcción de indicadores que evalúan todas las acciones que se encaminan a garantizar la seguridad alimentaria y determinar la efectividad y eficiencia de las políticas que son aplicadas por los gobiernos. Las bases de datos de la Organización de las

Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) abarcan un amplio abanico de temas relacionados con la seguridad alimentaria y la agricultura, disponibles por año, por país e indicador. Su uso es sencillo y gratuito, y tiene un valor importante debido a la magnitud de datos y cálculos automáticos que realiza el portal.

Procedimiento de consulta de bases de datos

En el caso de seguridad alimentaria, las bases de datos son importantes para ser consultadas y realizar proyecciones en cuanto a consumo de nutrimentos en la población. A continuación, se describe el procedimiento para realizar la consulta de la información estadística relacionada con las actividades de producción, operaciones del campo, la determinación de indicadores de sustentabilidad, alimentación, nutrición entre otros. Para utilizarlas, ten en cuenta lo siguiente:

1. En el menú principal del portal de la FAO identifica la opción denominada Estadísticas.
2. Elige en esa opción Introducción y aparecerá una lista de diversos temas, entre los más sobresalientes se encuentra Alimentación y agricultura, que es la que interesa para realizar las consultas.
3. Elegida la opción Alimentación y agricultura, aparecerá el botón de acceso a la base de datos de FAOSTAT, al acceder encontrarás diversos tópicos para consultar. Para seguridad alimentaria pueden observarse diversos temas.
4. A manera de ejemplo se puede revisar la base de datos de balances alimentarios en donde se reportan las hojas de balance, entonces, se elige esa opción.
5. De esa opción se determinan los criterios de consulta que se requieren para el diagnóstico.
6. En primera instancia puede escogerse por país, región o grupo, luego se eligen todos los elementos necesarios para la estadística.
7. Luego determinar los productos que interesan.
8. Finalmente se seleccionan los años requeridos.

Portal de la FAO. <http://www.fao.org/home/es/>

FAOSTAT

Datos | Indicadores por País | Comparar Datos | Definiciones y Estándares | Preguntas Frecuentes

Buscar un Indicador o un Producto

Balances Alimentarios | Volver a la lista de dominios

DESCARGAR DATOS | VISUALIZAR DATOS | METADATOS | INFORME

PAÍSES REGIONES GRUPOS ESPECIALES

Q Filtrar resultados, p. ej. afganistán

- Marruecos
- Mauricio
- Mauritania
- México
- Mongolia
- Montenegro

Seleccionar todo | Limpiar selección

México x

ELEMENTOS

Q Filtrar resultados, p. ej. población total

- Población total
- Producción - Cantidad
- Importaciones - Cantidad
- Variación de existencias
- Exportaciones - Cantidad
- Suministro interno

Seleccionar todo | Limpiar selección

Alimentos x

Cantidad de suministro de alimentos (kg/persona/año) x

Cantidad de suministro de grasa (g/persona/día) x

Cantidad de suministro de proteínas (g/persona/día)

Balances Alimentarios

Food Balance Sheet presents a comprehensive picture of the pattern of a country's food supply during a specified reference period. The food balance... [Mostrar Más](#)

Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO)

Descarga en bloque

Todos los Datos	15.91 MB
Todos los Datos Normalizado	82.89 MB
Todos los grupos de países	3.39 MB
África	2.72 MB
Américas	2.53 MB
Asia	2.9 MB
Europa	2.94 MB
Oceanía	502 KB

Última actualización
8 de enero de 2018

Documentos relacionados

[Update history](#)

[Definiciones y Estánda...](#)

[Metadatos](#)

PRODUCTOS GRUPOS DE PRODUCTOS

Q Filtrar resultados

- Población
- Trigo
- Arroz (Elaborado)
- Cebada
- Maíz
- Centeno

Seleccionar todo | Limpiar selección

Trigo x

AÑOS

Q Filtrar resultados, p. ej. 2013

- 2013
- 2012
- 2011
- 2010
- 2009
- 2008

Seleccionar todo | Limpiar selección

2013 x

Portal FAO. <http://www.fao.org/faostat/es/#data/FBS>

La información desplegada aparece en el navegador o bien puede descargarse en formato de hoja de cálculo que puede trabajarse de forma particular para los fines requeridos.

Aciertos y horizontes de mejora

De forma general, los insumos estadísticos que se encuentran son de gran utilidad para la construcción de diagnósticos que permitirán establecer acciones para atacar áreas de oportunidad en materia de alimentación y nutrición en México; sin embargo, la información tiene la desventaja de ser general y no presenta

particularidades en relación a las diversas comunidades que integran al país, por lo que los marcos estratégicos que puedan instituirse presentan sesgos importantes, por tal motivo la participación activa de estadistas y profesionistas del área de la seguridad alimentaria es crucial para determinar las necesidades de alimentación, propuestas de desarrollo y solución de forma específica para cada región del territorio mexicano.

Mostrar Datos

Descargar Datos

Mostrar Datos



Código Ambito	Ambito	Código País	País	Código Elemento	Elemento	Código Producto	Producto	Código Año	Año	Unidad
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5511	Producción	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5611	Importaciones - Cantidad	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5072	Variación de existencias	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5911	Exportaciones - Cantidad	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5301	Suministro interno	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5521	Pienso	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5527	Semillas	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5123	Perdidas	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5154	Otro uso	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	5142	Alimentos	2511	Trigo	2013	2013	Miles de toneladas
FBS	Balances Alimentarios	138	México	645	Cantidad de suministro de	2511	Trigo	2013	2013	kg

1 - 14 de 14 registros.

Portal FAO. <http://www.fao.org/faostat/es/#data/FBS>



Curiosidades del español

HOMENAJE
A LA
LENGUA ESPAÑOLA

Para conmemorar el Día Mundial del Español hemos decidido hablar un poquito más de nuestra lengua y contarte algunas curiosidades de esta, porque nunca está de más seguir aprendiendo sobre ella, debido a que es sumamente rica y por ello tiene un sinfín de curiosidades que resultan desconocidas.

Con información del Instituto Cervantes, la Real Academia Española y la Fundación Telefónica.

En gran parte de América y Europa, millones de personas escribimos y hablamos en español, este fue el idioma que aprendimos en la escuela y en nuestras casas a través de nuestros familiares. Nuestro idioma, al igual que muchos otros, tiene muchas singularidades y anécdotas que lo acompañan a lo largo de su evolución como lenguaje.

Comunidad DCSBA ha elaborado una lista de las 10 cosas más curiosas sobre el idioma español que vale la pena conocer.

- 1. El español es una continuación moderna del latín vulgar** desde el siglo III, que tras el desmembramiento del Imperio Romano fue divergiendo de las otras variantes del latín que se hablaban en las distintas provincias del antiguo imperio, dando lugar, mediante una lenta evolución, a las distintas lenguas romances. Nuestro idioma es hermano del portugués, del gallego, del catalán, del valenciano, del francés, del occitano, del italiano y del rumano.
- 2.** El español se habla, oficialmente, en **veinte países** de cuatro continentes. Además de Europa y América, se habla en África (Guinea Ecuatorial) y en Oceanía (Isla de Pascua).
- 3. México** es el país que más hablantes de español tiene con más de 121 millones de personas. Le siguen Colombia con 48, 014, 693; España con 46, 771, 341; Argentina con 42, 202, 93512; Perú con 31, 151, 643; Venezuela posee 30, 620, 404 habitantes que hablan español.
- 4.** Cuenta actualmente con **93,111 palabras** de acuerdo con la edición número 23 del **Diccionario de la Real Academia Española**. Algunas de estas palabras son muy extrañas, por ejemplo: abuhado, acmé, jipear, sapenco, uebos, entre otras. Ahora debemos agregarle: **amigovio** (relación entre amigo y novio), chupi, (pasarla bien o estupendo en una fiesta o reunión), **homoparental** (familia con hijos formada por padres del mismo sexo), lonchera (recipiente para guardar la comida), **miguelito** (artefacto con clavos grandes y retorcidos que se utiliza para pinchar neumáticos), limpiavidrios (detergente o persona que limpia los cristales), **papichulo** (hombre muy atractivo), **zíper** (cierre o cremallera) y **basurita** (partícula de suciedad que molesta tanto cuando se introduce en el ojo). Además, recoge 195,439 acepciones, entre ellas casi 19, 000 americanismos, así como voces coloquiales, por la cual oficialmente entra **Wifi** a la lista de palabras aceptadas en la RAE.
- 5. Es el idioma más rápido.** Esto se basa en la cantidad de sílabas que un hablante medio es capaz de pronunciar por segundo.
- 6.** Cada día más personas hablan español. En 2030, el 7.5 % de la población mundial será **hispanohablante** (un total de 535 millones de personas), porcentaje que destaca por encima del ruso (2.2 %), del francés (1.4 %) y del alemán (1.2 %). Para entonces, solo el chino superará al español como grupo de hablantes de dominio nativo.
- 7.** Dentro de tres o cuatro generaciones, el **10 % de la población mundial** se entenderá en español.
- 8.** A pesar de que el español tiene bondades, también tiene ciertas debilidades, por ejemplo: la mayor parte de la **producción científica** se realiza, expresa y comunica en inglés; aunque es claro que no podemos esperar que el español lo sustituya, sí debemos fortalecer nuestras vías de comunicación científica.
- 9.** En el estudio ‘El valor económico del español’, realizado por la Fundación Telefónica, se destacan los aspectos conceptuales y teóricos del **valor económico** de la lengua española. Hasta el momento se han realizado 14 publicaciones en las que han participado 200 investigadores, el proyecto ha concluido que la lengua es un bien económico y entre más personas la usen más valor tiene. Prueba de ello es que el español es el segundo idioma más usado en Internet, tanto en usuarios como en número de páginas, y eso es algo significativo que debe ser aprovechado.
- 10.** La asignatura pendiente para estos próximos años está dirigida a la **expansión y consolidación** del español como lengua internacional. Ahora se resalta la importancia de su ascensión como lengua de prestigio en todo el mundo. De acuerdo con el informe del Anuario del Instituto Cervantes, cerca del 80 % de las empresas exportadoras españolas cree que «el hecho de que en el mercado de destino se hable en español puede facilitar su actividad económica».

Como lees, el español es un idioma muy rico en varios aspectos; muchos lo consideran un idioma difícil de aprender por su compleja gramática y su amplio vocabulario, te invitamos a que ahondes en la prodigalidad de nuestro idioma.

Seminario de investigación: práctica pedagógica para la formación integral

La investigación, dentro del plan de estudios, es parte integral de la formación del Técnico Superior Universitario en Urgencias Médicas. La investigación está enfocada en el aporte de soluciones en los casos de urgencia en donde el TSU pueda y deba intervenir siempre a favor de la sociedad y su entorno.

Por: Beatriz Hernández Altamirano.

Responsable del Programa Educativo Técnico Superior Universitario en Urgencias Médicas

El seminario de investigación, también conocido como Seminario Alemán, es una actividad académica cuyo origen se dio a finales del siglo XVIII en la Universidad de Gotinga de Alemania para renovar las estrategias de estudio y formación de los investigadores y demostrar que la docencia y la investigación se pueden unir y complementar para obtener mejores resultados.

Método del Seminario Alemán

El seminario consiste en estudiar, discutir e intercambiar experiencias acerca de un tema en particular, en el cual sus participantes se intercomunican exponiendo el tema (relatoría), complementándolo y evaluándolo (correlatoría), aportando entre todos (discusión), sacando conclusiones y planteando nuevas interrogantes permitiendo que todo ello quede en la memoria escrita (protocolo).

El seminario debe llevarse a cabo en un ambiente ama-

ble, jamás autoritario u hostil; debe ser cooperativo y no competitivo, al que se asiste por el placer de compartir lo que se sabe sobre un área del conocimiento y tener la humildad de aprender del otro.

TSU en UM: la investigación como herramienta importante

En la Universidad Abierta y a Distancia de México (UNADM) y la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales creemos que, por el escenario donde laboran los profesionales de atención prehospitalaria, los estudiantes deben enfatizar en los enfoques prácticos de identificación, actuación e investigación para fortalecer los modos de actuación que le son propios a un Técnico Superior Universitario en Urgencias Médicas y que contribuyan, de forma interactiva, a la solución de los problemas emergentes que ocurran en la población en este rubro.

Dentro de la formación académica de un Técnico Superior Universitario en Urgencias Médicas se encuentra la asignatura **Seminario de investigación** ubicada en el quinto semestre de la carrera. Esta asignatura te permitirá elaborar un protocolo de investigación encaminado al desarrollo de un tema para que lo apliques en tu comunidad y/o entorno real e involucra las siguientes etapas: **revisión bibliográfica** y artículos especializados sobre el tema, **marco teórico y conceptual, planteamiento del problema, justificación, objetivos, metodología, formulación y evaluación de hipótesis, diseño de experimentos**, así como la **selección de la muestra** para su aplicación.

Lo anterior tiene la finalidad de que participes directamente en un tema de tu interés, que lo desarrolles de manera adecuada y construyas una serie de conocimientos para la elaboración de tu trabajo de investigación. **Seminario de investigación** está ligado con la materia **Estadía**, en la cual llevas a la práctica tu protocolo de investigación, presentando sus resultados. Recuerda que en la educación a distancia la investigación es la base del proceso cognitivo.

Seminario de investigación está conformada por temas relacionados con la urgencia médica, seleccionados con la orientación del docente en línea, quien con su experiencia y conocimiento del tema central, guía la selección con pertinencia, actualidad y ubicación en el contexto.

Los temas serán desarrollados en sesiones planificadas, en las cuales los miembros asumirán diferentes roles, mantendrán una relación de interés y compromiso con el conocimiento y sin jerarquías, en un clima de colaboración y participación activa con la intención de formar profesionistas para la investigación, con las capacidades de: lector crítico de resultados de investigación en el área de la atención prehospitalaria; de observación e identificación de los problemas presentes en tópicos bajo análisis dentro de su comunidad y/o lugar de residencia; de buscar respuestas a preguntas clave, y sustentarlas teórica y metodológicamente en forma verbal y por escrito; y de identificación de las relaciones del problema objeto de estudio con el contexto económico, político o social.

Te invitamos a pensar en el tema que desarrollarás. Observar tu medio y reflexiona cómo puede tu investigación ayudar a tu comunidad y/o lugar de residencia.

Recuerda que como TSU en UM, nuestro mayor deber es ayudar

Vive y ayuda a sobrevivir...





Estudia en la UnADM desde el extranjero

Bienvenido aspirante mexicano en el exterior. La UnADM tiene una oferta especial para connacionales que radican en el extranjero. Tecnología Ambiental es una carrera con gran proyección internacional y es una de las licenciaturas ofertadas para ti que vives fuera de México.

Por: Bióloga Marcela Villar Rodríguez
Responsable del Programa Educativo de Tecnología Ambiental

La Universidad Abierta y a Distancia de México (UnADM) tiene la característica de ofrecer todos sus cursos en línea, lo que da oportunidades diversas de movilidad y es una opción viable de formación profesional a nivel licenciatura. El Programa Educativo de Tecnología Ambiental se oferta dentro de la variedad de educación superior en línea.

Según el Instituto de los Mexicanos en el Exterior de la Secretaría de Relaciones Exteriores existen 12, 027, 320 mexicanos que viven en el extranjero, de los cuales el 97.33 % por ciento radica en los Estados Unidos de América. De ellos, solo el 27 % desempeñan actividades como profesionistas en sus países de residencia.

Formación en educación superior desde extranjero

Actualmente la UnADM tiene una matrícula de 1,028 mexicanos que estudian desde el extranjero. Los cinco países en los que se encuentran la mayor parte de nuestros estudiantes son Estados Unidos, Canadá,

España, Alemania y Colombia. En total son un aproximado de 74 países en los que la UnADM tiene el registro de estudiantes.

El Programa Educativo Tecnología Ambiental ha tenido egresados de los países de Estados Unidos, España y Alemania en su mayor parte. En estos países han desarrollado proyectos para el egreso en los sectores industriales, educativos y de la construcción; estos se han desarrollado hacia la gestión ambiental con un manejo y enfoque de las normativas mexicanas y extranjeras, con lo cual se han colocado en puestos de trabajo clave, así como el ingreso a programas de posgrado en estos países.

De igual manera, las problemáticas ambientales que se analizan a lo largo del tránsito del programa educativo tienen pertinencia a diversas escalas, local, regional, global, y actualmente los retos a nivel mundial, como el cambio climático, son eje de formación, lo cual permite un abordaje desde diferentes perspectivas normativas y regulatorias enriqueciendo la retroalimentación entre pares dentro de los foros académicos de trabajo.



Requisitos

La convocatoria internacional de ingreso a la Universidad Abierta y a Distancia de México se emite una vez al año en paralelo con la convocatoria nacional. Tiene como requisitos básicos:

1. Tener nacionalidad mexicana.
2. Llenar una solicitud de registro a través del portal www.unadmexico.mx cuando sea publicada la convocatoria de ingreso.
3. Cumplir con la documentación del expediente escolar.
4. Acreditar en su totalidad el proceso de admisión.

Dentro del portal www.unadmexico.mx existe la sección de aspirantes en el extranjero <https://www.unadmexico.mx/portal3/index.php/mexicanos-en-el-extranjero> en la que es posible verificar más información y apoyos a esta oferta. También puedes consultar en TV UnADM el material informativo sobre la oferta educativa a mexicanos que residen en el extranjero, haz clic en la siguiente liga: <https://youtu.be/F2KHjWUNED4>

Como ves, la UnADM está comprometida con la educación en México ofreciendo educación superior

de calidad sin importar tu lugar de residencia; además este sistema está orientado a satisfacer las necesidades de educación de nivel superior de diversos sectores de la población que carecen de acceso a los servicios escolarizados y se basa en criterios y estándares de calidad e innovación permanentes.



Salud mental y ambientes educativos

El entorno educativo actualmente apuesta por la inclusión de personas discapacitadas, al mismo tiempo busca establecer espacios donde los diferentes actores tengan las mismas oportunidades de desarrollo; sin embargo, la salud mental es un problema con poca visibilidad que debe ser atendido por todos los integrantes de la comunidad universitaria.

Por: Jorge Alberto Alvarado Castro
Responsable del Programa Educativo de Ingeniería en Biotecnología

La salud mental es un componente integral y esencial de la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) dice que «la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». Una importante consecuencia de esta definición es que considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales.

La salud mental abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental incluido en la definición de salud que da la OMS: «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». Asimismo, está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas.

El sistema educativo y la educación en general son los principales determinantes de la salud mental, y por tanto son entornos privilegiados para promover la salud y el bienestar del estudiantado a lo largo de su experiencia escolar y posteriormente en su vida profesional.

Salud mental en el ámbito educativo

La salud mental incluye desde trastornos incapacitantes como la esquizofrenia, la depresión, la obsesión-compulsión y el alcoholismo, que son enfermedades neuropsiquiátricas, hasta fenómenos sociales que, como conductas antisociales, son también materia de la salud mental.

Muchos de estos problemas mentales son detectados en ambientes educativos sin que existan protocolos de atención para las personas que las padecen, de esta manera la escuela pierde la oportunidad de canalizarlas, por tal motivo es necesario formar e informar al respecto a docentes y estudiantes.

Para que esto sea posible, el tema de la salud mental debe asociarse con la salud física y alimentaria, que de alguna manera ya han ganado un espacio en la agenda de las instituciones educativas, pero no podemos dejar de lado al binomio educación salud que se refuerza más en el área de la salud mental en las referidas competencias socioemocionales, ya incluidas en el actual sistema educativo.



Tanto estudiantes como docentes deben enfrentarse a estos problemas, puesto que, para evitar que las personas que padecen alguna enfermedad mental sean tratados como estigmas o tabúes deben establecerse líneas de acción desde los siguientes criterios:

Hablar de salud mental sin asociarla con la violencia o con el estado anímico; estas dos últimas posturas suavizan las consecuencias de las enfermedades mentales.

Evitar utilizar el diagnóstico de una persona como principal característica de la misma; de igual forma que con la discapacidad física, es necesario evitar acentuar las condiciones y diferencias propias de estos padecimientos.

Evita relacionar los problemas mentales con el genio o con capacidades sobresalientes. Es un estereotipo que las personas con problemas de esta índole tengan una especial habilidad para las matemáticas, la música y las artes en general.

Establecer áreas de atención psicológica dentro de la institución educativa.

Instaurar protocolos de canalización de casos detectados por docentes o atención solicitada por los propios estudiantes.

Existen instituciones públicas y privadas que se dedican a atender estos casos, sin embargo su nula difusión provoca que, en combinación con el desconocimiento de las personas, se ignoren estos problemas o se realice una gestión poco adecuada.

Salud mental: ¡caba con el estigma!

Los especialistas consideran que los problemas de salud mental son un estigma social porque conllevan a cualidades negativas o peyorativas asociadas, teniendo como resultados inmediatos que las personas con incipientes

problemas de salud mental se aíslan, se oculten o sean invisibilizadas hasta que finalmente el deterioro de su condición impide continuar con

su vida familiar, social y laboral. Esta situación puede llevar a la discriminación, misma que no debe permitirse bajo ninguna circunstancia; así que exprésate contra el estigma porque los juicios de los demás casi siempre surgen de una falta de comprensión y no de información basada en hechos.

Aprender a aceptar las enfermedades mentales y a reconocer que se necesita ayuda es el primer paso para enfrentarlas; si conoces a alguien o eres tú quien presenta algún indicio de enfermedad mental, busca apoyo inmediatamente o bien ayuda a educar a los demás respecto a este problema. Considera expresar tus opiniones y experiencias en eventos relacionados con el tema o en Internet mediante un blog o vlog, estas acciones pueden ayudar a inculcar valor en aquellos que se enfrentan a desafíos similares y a reeducar al público sobre las enfermedades mentales.

UnADM a favor de la no discriminación

Tanto en el Código de Ética de los Estudiantes, como en el de la Universidad Abierta y a Distancia de México se establece el respeto la igualdad de derechos de las personas, sin considerar género, edad, religión, ideología, cultura, origen étnico, discapacidad o cualquier otro aspecto que los distinga. Además, enfatiza la conducta bajo los principios de tolerancia, cordialidad, no discriminación y trato digno, evitando las manifestaciones de violencia física, verbal, sexual, cibernética, o cualquier otro tipo que atente contra la convivencia universitaria y con la sociedad en general.

Todos necesitamos contar con una buena salud mental que permita afrontar los retos de la vida diaria. El estrés es detonante de todos problemas mentales, y en el ambiente educativo las constantes entregas y la presión por cumplir con los deberes generan estrés. La atención de problemas mentales nunca más debe ser motivo de vergüenza o aislamiento, el ser humano es un ser omnímodo y la escuela, al promover el desarrollo integral, debe ocuparse de la detección y canalización de estos padecimientos.





Reseña “Después de ti” de Jojo Moyes

¿Cómo seguir adelante después de perder a la persona que tanto amas? Louisa Clark aún se hace esta pregunta día tras día. A pesar de haberse mudado a Londres todavía no encuentra sentido a su vida, en lugar de cumplir con la promesa que hizo Louisa se ve atrapada en un apartamento que no siente llamar hogar y en un empleo que nadie podría desear. A veces sobrevivir después de perder a un ser amado requiere una fuerza casi sobrehumana.

Por: Yuritz Rodríguez Díaz.

Prestadora de Servicio Social del Programa Educativo Gerencia en Servicios de Salud.

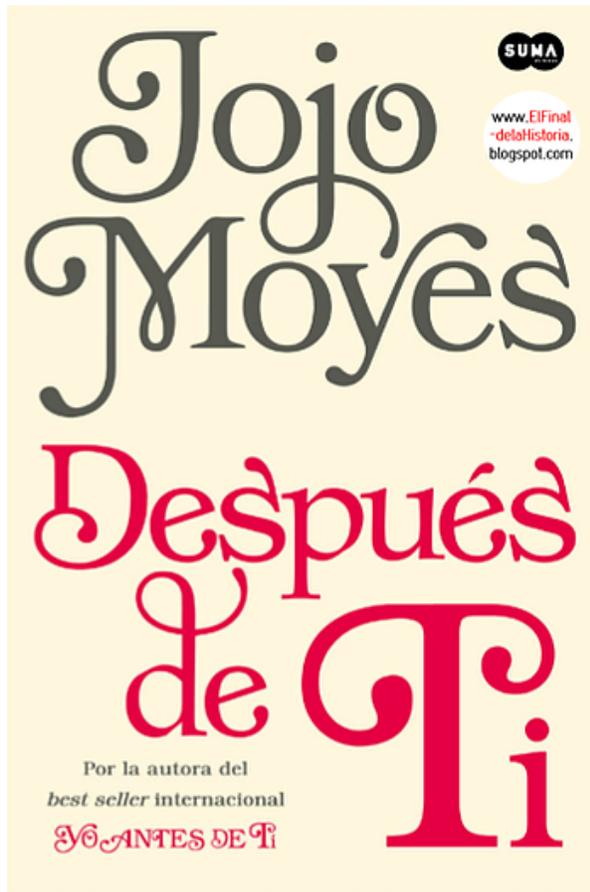
Louisa Clark, la protagonista de nuestra historia, sabe a ciencia cierta lo que significa estar en un estado de ruinas internas ya que un día en el círculo del avance al que asiste tratan el tema de la culpa, del sentimiento de culpa de quien sobrevive: culpa por no haber hecho lo suficiente. A menudo esto impide avanzar porque la mayor parte del tiempo lo que define el día a día es la ansiedad o rabia contenida, dos emociones que vienen emparejadas en este tipo de situaciones.

Después de ti, la esperada continuación de **Yo antes de ti**, de la autora Jojo Moyes, con su estilo emotivo, recuerda en esta historia que Louisa Clark tiene que pasar un tiempo de duelo, reflexionando, conociéndose

y comprendiendo que no se llega superar en la vida la pérdida de un ser amado, más bien se aprende a vivir con ello y que el recuerdo de tus seres queridos permanece a tu lado a pesar de que ya no vivan, ni respiren.

Louisa descubre que al pasar el tiempo ya no se siente la pena desgarradora que se tiene al principio, de esas penas que solo quien ha perdido a un ser amado puede entender hasta qué punto consumen y que hace que te den ganas de llorar en lugares inoportunos, y que te saque de quicio toda la gente que continúa con vida, mientras la persona que quieres está muerta. Pero poco a poco es algo que sobrellevas y haces que todo funcione, como si te adaptaras a un agujero.

A pesar de que su familia está todo el tiempo con ella después de que sufre un accidente al caerse de la azotea de su departamento, Clark comprende que también para su familia es difícil verla triste y sin ganas de continuar después del suicidio de Will Traynor, pues la gente que no entiende la magnitud del duelo se harta del dolor, no considera que en el duelo el tiempo es relativo y no existe, aunque crean que en seis meses, un año, quizás estarás mejor y a partir de entonces les irrita que no te encuentres mejor o que estés llorando o con asiedad cuando te preguntan cómo te encuentras.



La vida de nuestra protagonista toma un vuelco impresionante al aparecer Lily, la hija no reconocida de Will Traynor, su gran amor, pues le da a Clark un nuevo motivo para seguir adelante. Sin embargo aprende que aunque Lily le motive a seguir trabajando y asistir a sus reuniones semanales del círculo del avance, ella es la única que se puede impulsar a seguir viviendo, así como se lo dijo Will antes de morir ¡Vive Clark, vive bien!

Pero eso no es todo, pues Lou, aun con un poco de miedo, le da una nueva oportunidad al amor. En su vida aparece Sam, un técnico en urgencias médicas, que le enseña que en el amor hay que tomar riesgos, dejar los miedos atrás y disfrutar cada instante al lado de la persona que amas, pues nada en esta vida está escrito. La vida de aventuras de Lou continuará ahora en Nueva York, pues aceptó un trabajo de cuidadora con la familia del señor Gopnik.

¿Qué le espera a la protagonista de esta historia? Si quieres saberlo no dejes de leer el tercer libro de esta saga de Jojo Moyes, titulado **La chica que dejaste atrás**.

“Cuando escribo tengo la extraña sensación de que tus ojos ven lo que escribo; por un instante estamos unidos aunque no estemos cerca”.

In memoriam de Jose Elpidio Rodríguez Ávila.



Boletín electrónico generado por la División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales de la Universidad Abierta y a Distancia de México para ofrecer a sus estudiantes información sobre su programa educativo y fortalecer la identidad Universitaria.

Editor responsable: DCSBA

Servicios fotográficos: Pexels, Getty Images, Pixabay, RPE SA.



AVISO LEGAL © Derechos Reservados 2018 Universidad Abierta y a Distancia de México/División de Ciencias de la Salud, Biológicas y Ambientales. La Universidad Abierta y a Distancia de México es titular de todos los derechos de propiedad intelectual e industrial de sus publicaciones periódicas, publicaciones en web y publicaciones en medios impresos, así como del contenido de las mismas, incluido pero no limitado a texto, fotografía, video o audio para componer sus artículos, reportajes o investigaciones así como logotipos, marcas, dibujos, combinaciones de colores, estructura y diseños usados, de los cuales es autor o titular derivado. El contenido descrito con anterioridad y las obras de Derechos de Autor se encuentran íntegramente en proceso de trámite.

