



Confluencia

REGIÓN CENTRO OCCIDENTE

NÚMERO 12 · ÉPOCA VII · AGOSTO - DICIEMBRE 2022



DEPORTE UNIVERSITARIO





CENTRO OCCIDENTE Consejo Regional

Dr. Francisco Javier Avelar González
Presidente del Consejo Regional Centro Occidente de ANUIES
y Rector de la Universidad Autónoma de Aguascalientes

Dr. Alejandro García Macías
Secretario Técnico del Consejo Regional Centro
Occidente de ANUIES

Mtra. Lilia Ivette Miranda Cueto
Coordinadora de la Red de Comunicación de la Región
Centro Occidente de la ANUIES y Jefa del Departamento
de Comunicación y Relaciones Públicas de la Universidad
Autónoma de Aguascalientes

Consejo Editorial
Eleonor León Torres (CIO)
Jesús Rodrigo Guadalupe Nájera Trujillo (UG)
Lilia Ivette Miranda Cueto (UAA)
Luis Fernando García Ramírez (UDEC)
Sandra H. Ribeiro Valle (UTJ)
Vianey Amezcua Barajas (UdeC)
Víctor Ignacio Dávalos López (UdeG)
Víctor Javier Escalante Vera (UAG)

Coordinación, producción y diseño
Departamento de Comunicación y Relaciones Públicas UAA

Coordinación de diseño
Lic. Francisco Javier Perales Rivera

Coordinación editorial
Lic. Rocío Basurto Morales



Mtro. Jaime Valls Esponda
Secretario General Ejecutivo

C. José Luis Manjarrez Nava
Coordinador de Comunicación Social

Mtro. Jesús López Macedo
Director General Académico

Mtra. Yolanda Legorreta Carranza
Directora General de Asuntos Jurídicos

Mtro. José Aguirre Vázquez
Dirección General de Planeación y Desarrollo

Lic. Fernando Ribé Varela
Director General de Administración

Sede Consejo Regional Centro Occidente

Universidad Autónoma de Aguascalientes, edificio 1, planta alta, Infoteca Universitaria
Tel. 449 910 74 00, extensiones 21612, 21601, crco@anuies.mx, crco.anuies.mx

Revista Confluencia es una publicación de la Red de Comunicación de la Región Centro Occidente de la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES); a cargo del Departamento de Comunicación y Relaciones Públicas de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, Edificio Académico Administrativo, piso 3, Tel. 449 910 74 00 extensión 10112; confluenciarco@gmail.com Número 12, Época VII agosto-diciembre 2022. Fecha de publicación: Noviembre 2022. Facebook: confluenciaRCO, Instagram: confluencia.ro

● ÍNDICE

5 — EDITORIAL

7 — EL DEPORTE UNIVERSITARIO

8 — Universidad de Colima
El origen y la evolución del deporte universitario

12 — Universidad Autónoma de Guadalajara
Un mundo de deportes en la UAG

16 — EL DEPORTE Y LA FORMACIÓN INTEGRAL

17 — Universidad de Guanajuato
Cultura física y deporte universitario, elementos clave en la
formación integral de estudiantes

20 — Universidad de Celaya
Uni Race ¡corremos juntos! Deporte y recreación con
impacto social

23 — Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes
Regreso a la "normalidad". Reactivación de las actividades
físico-recreativas

25 — Universidad de Colima
Pautas para el retorno a la preparación física segura de los
deportistas universitarios

28 — Universidad de Colima
Actividades físicas-deportivas durante y pospandemia:
voces de los estudiantes universitarios

31 — TECNM Campus Morelia
La práctica de la actividad física como forma de
convivencia y prevención en la salud de los estudiantes en
las Instituciones de Educación Superior

36 — Universidad Tecnológica de Aguascalientes
La UTA transforma su infraestructura para convertirla en un
campus global

38 — Universidad de Guadalajara
Mejor institución del país en deporte universitario de alto
rendimiento, en tiempos de crisis sanitaria COVID-19

43 — Universidad Autónoma de Aguascalientes
Universidad Saludable: un proyecto de salud integral y
formación académica

45 — Universidad de Colima
La práctica deportiva en estudiantes universitarias madres
de familia

49 — Universidad Autónoma de Nayarit
El deporte, disciplina y formación para la vida

51 — DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO

52 — Universidad de Celaya
Deporte de alto rendimiento: orgullo, compromiso y
liderazgo

55 — Universidad de Colima
Inteligencia emocional en deportistas seleccionados
universitarios

59 — Universidad Autónoma de Aguascalientes
Fisioterapia emocional, una aliada en la recuperación física
integral de pacientes

61 — Universidad Tecnológica de Aguascalientes
Se coloca la UTA en el tercer lugar a nivel nacional del
Encuentro Nacional Deportivo y Cultural de Universidades
Tecnológicas

63 — Universidad de Guadalajara
UdeG comprometida con el deporte universitario

66 — Universidad Autónoma de Aguascalientes
Atletas Gallos con presencia en competencias nacionales e
internacionales

71 — ARTÍCULOS DE OPINIÓN

72 — Universidad de Guanajuato
El ajedrez no es difícil y es para todos

- 75 — Universidad de Colima
La percepción del éxito en entrenadores universitarios
- 79 — Universidad de Guanajuato
Federico Daniel Gómez Padilla: “Con el boxeo no se juega”
- 82 — Universidad Autónoma de Aguascalientes
Pavel Marínes: un campeón del mundo en la UAA
- 84 — Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes
Educación dentro del Metaverso
- 86 — Universidad Autónoma de Guadalajara
Actividad física, deporte y aprendizaje
- 89 — Universidad de Colima
Incorporación de los recursos tecnológicos como proceso de seguimiento de las actividades deportivas en universitarios
- 91 — Universidad Autónoma de Nayarit
Beneficios de la actividad física en la salud de la persona adulta mayor
- 95 — Universidad Autónoma de Nayarit
El deporte universitario a través del espectro radiofónico. Caso Radio UAN
- 100 — Universidad Autónoma de Nayarit
Radio UAN como estrategia de difusión deportiva
- 103 — **CIENCIA Y TECNOLOGÍA**
- 104 — Universidad Autónoma de Guadalajara
Suelos de Jalisco otorgan al Tequila características únicas
- 116 — Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.
La escasez o falta de microchips en el mundo
- 110 — Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.
Los ojos azules son cafés y no existían hace 10000 años
- 112 — Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.
Cristales en la miel: posible certificación de origen
- 114 — Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.
El contenido de bits de información de un mensaje: en memoria de Claude Shannon
- 116 — **GESTIÓN Y GOBIERNO**
- 117 — Universidad Autónoma de Guadalajara
Innovación UAG: un paso hacia el futuro
- 119 — Instituto Tecnológico Superior de Irapuato
Secretario de Educación de Guanajuato presenta a la Dra. Mirna Ileri Sánchez Gómez, Directora General del ITESI ante la Comunidad Tecnológica
- 121 — **VINCULACIÓN**
- 122 — Universidad de Guadalajara
UdeG sede del XXIV Foro Regional de Vinculación de la RCO
- 124 — Universidad de Guadalajara
Onceavo Foro Regional de Servicio Social y sexto de Prácticas Profesionales
- 126 — **PUBLICACIONES**
- 127 — Universidad de Celaya
Reinventando la educación superior. Retos, experiencias y buenas prácticas en la Universidad de Celaya durante la pandemia por COVID-19
- 128 — Universidad de Guadalajara
Aportaciones de mujeres mexicanas a la ciencia. Perspectivas multidisciplinares
- 129 — Universidad Autónoma de Guadalajara
Revista Focus
- 130 — Universidad de Guadalajara
Revista Apertura



**DR. EN C. FRANCISCO JAVIER
AVELAR GONZÁLEZ**
Presidente del Consejo Regional Centro
Occidente de ANUIES y rector de la
Universidad Autónoma de Aguascalientes

● EDITORIAL

El 12 de noviembre es Día Mundial de la Obesidad; efeméride que nos invita a reflexionar sobre uno de los problemas de salud más importantes en el mundo. En lo que respecta a nuestra nación y de acuerdo con datos de la OCDE, “casi las tres cuartas partes (72,5%) de los adultos en México tienen sobrepeso u obesidad”, una de las tasas más altas entre las naciones que integran a esta organización (el último dato que tengo disponible, publicado en 2020, nos colocaba en un deshonoroso segundo lugar, solo detrás de Estados Unidos).

A largo plazo, el panorama tampoco es alentador. Estimaciones oficiales publicadas en marzo de este año por la *World Obesity Federation* señalan que para 2030 casi una quinta parte de la población mundial sufrirá de algún tipo de obesidad, con todos los problemas derivados —de salud, económicos y sociales— que esto implica.

Si lo anterior no fuera suficiente, en los últimos años se ha visto un aumento considerable de personas que sufren de alguna enfermedad mental o, por lo menos, de episodios considerables de depresión y de estrés. Si esta ya era una problemática de gran magnitud hasta 2019, a partir de la pandemia y el confinamiento masivo que experimentamos entre 2020 y 2021 se ha registrado un aumento exponencial de casos, al grado de que se habla de la depresión como de la verdadera gran epidemia del siglo XXI.

Como cereza del pastel, el tabaquismo, el alcoholismo y la adicción a otro tipo de drogas (la mayoría de ellas ilegales) continúa siendo un problema social importante, con altos costos para el sector salud y la seguridad ciudadana, pero también para un sinnúmero de familias que, en no pocas ocasiones, acaban por sufrir dolorosas pérdidas personales y adquisitivas, así como fuertes divisiones entre sus integrantes.

Para encontrar vías que nos lleven a configurar sociedades más saludables, y evitar el alud de consecuencias negativas que traen consigo las enfermedades físicas y mentales que sufren las personas, debemos hacer profundos análisis multifactoriales que, a su vez, deriven en estrategias interdisciplinarias de gran calado. Sin perder de vista lo anterior, es cierto también que puede ganarse terreno importante al fortalecer acciones que ya se han puesto en marcha y cuyos efectos han probado ser constatables y positivos. Entre dichas acciones, se encuentran las divulgativas y educativas, consistentes en campañas de concientización social sobre las ventajas de llevar una vida más sana, campañas de activación física y espacios y programas para la realización de deportes.

Es claro que, por su naturaleza formadora de jóvenes, las universidades tienen una enorme responsabilidad e influencia en estas tareas. Y, a juzgar por la gran cantidad de actividades que las IES del país realizan en este sentido, se puede concluir que están plenamente conscientes del papel que les toca jugar con respecto a promover una cultura de vida saludable en la sociedad...

En ocasión de la efeméride comentada en la primera línea de este texto, así como de la importancia medular que tienen las acciones universitarias para la construcción de sociedades sanas, decidimos dedicar este número de la *Revista Confluencia* al tema del Deporte Universitario. Esperamos que las colaboraciones aquí reunidas resulten de interés para nuestros lectores y que, juntos, continuemos trabajando en el diseño de estrategias individuales y colectivas que nos permitan generar mejores y más saludables condiciones de vida.

EL DEPORTE UNIVERSITARIO

EL ORIGEN Y LA EVOLUCIÓN DEL DEPORTE UNIVERSITARIO

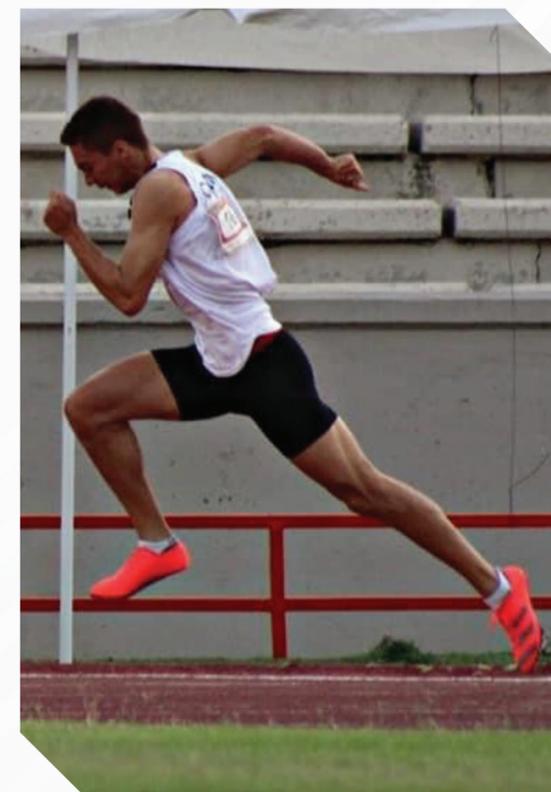
Dra. Ciria Margarita Salazar C.
 Profesora investigadora de tiempo completo de la
 Facultad de Ciencias de la Educación
 Universidad de Colima

El deporte universitario ha representado, para las instituciones de educación superior, un mecanismo de identidad y formación cultural. Quienes han cursado alguna carrera de educación superior tienen esa imagen de que, a la par del escudo universitario, existe una identidad gráfica que hace alusión al ámbito deportivo. Pero más allá de pensar al deporte universitario como un mecanismo de convivencia social y de representación cultural de sus comunidades, las instituciones y organizaciones educativas han conferido al deporte la responsabilidad de contribuir en el proceso formativo del estudiante de educación superior.

El origen pedagógico del deporte

El binomio universidad y deporte es muy antiguo, incluso el deporte moderno, como es conocido en la época actual, tiene su génesis en la Rugby Public School bajo la dirección de Thomas Arnold en Inglaterra, por 1828. Arnold, conocido como el revolucionario del deporte, en sus primeros años como director aplicó reformas al currículo de la escuela pública de la comunidad de Rugby, Inglaterra, y consideró al deporte como un eje transversal en la formación de las juventudes. Al ver la viabilidad pedagógica de las prácticas físicas y organizadas, utilizó los deportes en los tiempos de asueto de las y los estudiantes; les asignó acciones autónomas como reglamentar las actividades físicas y los juegos, el diseño de los sistemas de competición, definición de los espacios y terrenos de juego, e incluso la dirección de los llamados clubes o asociaciones. En otras palabras, fue el tiempo de la ideación, de los primeros trazos de varias de las disciplinas deportivas que hoy conocemos.

En este sentido, el hecho pedagógico que ancló en aquella época al deporte y a la escuela fue la actividad organizada y reglamentada, la convicción de pertenencia, el aprendizaje memorístico y motor del deporte, el desempeño funcional dentro del grupo, valores como la hermandad, el respeto, disciplina, tenacidad, *fair play* y la honorabilidad. Más tarde, aquellos jóvenes que aprendieron a practicar el deporte en las escuelas públicas, al regresar a sus hogares y comarcas, mostraron a sus vecinos esas nuevas formas reglamentadas de conquistar sus ocios; es así como se extendió el deporte fuera de las instituciones educativas y, posteriormente, llegó a ser un fenómeno social en todo el mundo.



A la postre, el deporte no sólo se introdujo en las escuelas y universidades, se observó su efecto disciplinario, civilizador y socializador entre las masas; había nacido una tecnología social paliativa para las necesidades de las comunidades y un alivio para el Estado del siglo XIX, que se preparaba para enfrentar la modernidad. Comprendiendo el potencial que había adquirido el deporte, el barón Pierre de Coubertin, inspirado en los principios formativos de Thomas Arnold, la experiencia de la Escuela Pública de Rugby y la exponencial capacidad asociacionista, creó el formato de lo que en nuestros días conocemos como Juegos Olímpicos (JO), el encuentro deportivo más importante que ha reunido los ímpetus y talentos del mundo por más de 126 años.

En el mundo, los primeros colectivos deportivos universitarios tuvieron origen en Estados Unidos en 1905; a la par, el asociacionismo se repetía en Europa, en Inglaterra, Suiza y Francia. En México, es en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) donde se tienen los primeros datos de organización y promoción del deporte universitario; inclusive, la primera oficina comienza a tomar forma en 1926, pero se concreta la fundación de la Inspección de Educación Física dos años después. Hoy en día, todas las universidades públicas y privadas tienen una dirección deportiva que promueve el sentido formativo y el representativo, mediante competición y la especialización de la alta competencia.

Del hecho formativo al representativo

Los JO fueron el punto de partida de los formatos deportivos como diversos campeonatos del mundo, la Universiada Mundial o los Juegos Continentales, por mencionar algunos. Las nuevas organizaciones deportivas, entre ellas las estudiantiles, emularon la estructura directiva, la logística y operación de las competencias; así como, la reglamentación y las convocatorias para la participación, haciendo posible su consolidación.

Jean Petitjean, francés y líder deportivo universitario, descifró el propósito del movimiento olímpico de Coubertin y el pedagógico de Thomas Arnold, y propuso a su asamblea en 1920 organizar los primeros Juegos Mundiales Estudiantiles, mismos que tuvieron su primera edición en París en 1923, luego cada dos años hasta 1939, interrumpidos por la segunda guerra mundial. Diez años después, en 1949, se creó la Federación Internacional del Deporte Universitario (FISU) y en 1959 la celebración de la primera Universiada Mundial. Actualmente, la FISU está integrada por 174 federaciones nacionales, es reconocida por el Comité Olímpico Internacional y tiene como socio a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, por sus siglas en inglés).

En la Universiada Mundial de Tokio 67, un mexicano estudiante de la Universidad de Texas (UT) gana la primera presea (plata en clavados) en este tipo de competiciones, a él se unió otro tanto de deportistas nacionales que asistieron con el objeto de completar la preparación previo a los Juegos Olímpicos de México 68. Después de la edición de Moscú, en 1973, en donde la leyenda mexicana de natación y medallista olímpico (también estudiante de la UT) Felipe Muñoz Kampas tiene una extraordinaria participación, se hace necesaria la creación de un organismo representante del deporte universitario. En 1973 nace la Organización Deportiva Estudiantil Mexicana (ODEM) hasta llegar a lo que hoy se conoce como Consejo Nacional del Deporte de la Educación A.C. (CONDDE). Siendo la misión del organismo, la participación de las instituciones de educación superior, a fin de que sus estudiantes obtengan la mayor formación integral a través de actividades físico-recreativas que les permitan elevar su calidad de vida, cultura física, y destacar nacional e internacionalmente en el deporte.

Casi cinco décadas después, en el 2019, México consiguió su mejor actuación en una Universiada Mundial, consiguió 21 preseas (ocho de oro, siete de plata y seis de bronce) y el octavo lugar del medallero general, superando a naciones como Canadá, Italia, Inglaterra y Francia. En el verano de 2023, nuestros deportistas universitarios tendrán la oportunidad de estar en Chengdu, China, para abrir o cerrar ciclos deportivos, mientras construyen su futuro profesional en las universidades mexicanas.

A manera de cierre

100 años después, el pensamiento de Arnold, Coubertin y Petitjean sigue siendo origen y destino. La unión del cuerpo y el alma, con un autodesarrollo equilibrado y armonioso, constituye la verdadera esencia del deporte universitario; por ello, UNESCO, como socio estratégico de la FISU, promulgó en 2016 que cada 20 de septiembre sea reconocido como el Día Internacional del Deporte Universitario, para mostrar al mundo el papel crucial que tiene el deporte en la vida de las juventudes de nivel superior.



UN MUNDO DE DEPORTES EN LA UAG

Para la Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) las actividades deportivas forman parte muy importante de la educación desde el nivel básico hasta el profesional. La práctica del deporte estimula las virtudes, promueve la salud física e interior del individuo y fomenta los buenos hábitos como la disciplina, honestidad, respeto a los demás y la superación personal a través de la competencia.

Desde sus orígenes la UAG ha impulsado el deporte entre sus alumnos y así fueron surgiendo las selecciones que representaban a la institución en competencias locales, en las cuales se generaron apasionantes rivalidades deportivas y nacieron porras entrañables, como la famosa locomotora: “A-u-t-o-n-o-m-a... Autónoma, Autónoma, ra ra ra”.

Como ha sido a lo largo de sus 87 años de vida, el deporte para la UAG es una parte fundamental para la formación integral de sus estudiantes y también para el esparcimiento y fomento de hábitos saludables entre sus colaboradores.

En la estructura de la Autónoma existe la Dirección de Asuntos Estudiantiles, una de sus principales áreas es la Coordinación de Deportes, cuya función es facilitar y promover la práctica de los deportes entre el alumnado, detectar talentos, armar selecciones para torneos externos y gestionar el uso de las instalaciones deportivas.

En todos sus campus la Autónoma de Guadalajara tiene infraestructura deportiva, las instalaciones más importantes se ubican en Ciudad Universitaria; de hecho, es uno de los espacios para la práctica del deporte más grandes y con la más amplia variedad de instalaciones para diferentes disciplinas del País.

Tal infraestructura incluye estadios de fútbol americano, beisbol y softbol; alberca olímpica y fosa de clavados, gimnasio multiusos, gimnasio de pesas, canchas de tenis, de basquetbol, voleibol de playa, frontón, frontenis, squash, fútbol rápido, área para la práctica de box, taekwondo y esgrima, canchas profesionales de fútbol y el estadio Tres de Marzo, mundialista en 1986.

Además, funcionan varias canchas de fútbol de distintas dimensiones donde niños y jóvenes reciben capacitación deportiva. Se trata del Centro de Formación “Antonio Leaño Reyes” que cuenta con un programa estructurado de enseñanza técnica y táctica, profesores capacitados y participación en diversas ligas.



Desde hace varios años la UAG tiene un convenio con el Consejo Estatal para el Fomento Deportivo (CODE Jalisco), para el desarrollo de alumnos deportistas de alto nivel que compiten por el estado, algunos llegan a selecciones nacionales, entre ellos la esgrimista Frania Tejeda, el clavadista Rodrigo Diego López y la ciclista Jessica Salazar.

Las selecciones universitarias participan en competencias locales, regionales y nacionales del Consejo Nacional del Deporte de la Educación (CONDDE) y en varias ligas como la Súper Liga de Soccer, Liga Occidente de Voleibol, Liga de Tocho y otras.

Uno de los programas deportivos más antiguos y exitosos es el de fútbol americano. La UAG se cuenta entre las instituciones fundadoras de la Organización Nacional Estudiantil de Fútbol Americano (ONEFA), donde ha cosechado triunfos en todas las categorías, incluyendo la Liga Mayor. Hace apenas unos meses, el equipo Tecos se coronó campeón invicto de la categoría Intermedia en la que participan las principales universidades del país.

Desde hace varios años juega softbol a nivel muy competitivo, ya que los equipos están formados principalmente por estudiantes de entidades donde hay una gran afición por la pelota, así como de Estados Unidos, Puerto Rico y algunos países centroamericanos.

Además, a lo largo del año el Departamento Deportivo organiza competencias interfacultades, donde los estudiantes de todas las carreras tienen la oportunidad de participar en alguna de las disciplinas deportivas.

Durante la pandemia, la UAG adaptó la actividad deportiva y la activación física al programa educativo *B-Learning* mediante una serie de estrategias con actividades asincrónicas y sincrónicas desde casa y creó una plataforma tecnológica con el apoyo de nutriólogos, instructores y entrenadores en línea, comenta el Coordinador Deportivo de la Dirección de Asuntos Estudiantiles (DAE), Óscar Hernández Maya.

De esta manera, la UAG promueve los hábitos saludables en su comunidad, fomenta la sana convivencia y forma integralmente a sus estudiantes.

El deporte en la historia

La tradición deportiva ha estado inmersa en la UAG en su historia. A lo largo del tiempo algunos alumnos incursionaron en el deporte profesional. Destacan dos futbolistas que participaron en Copas Mundiales de fútbol: Ramiro Navarro, que militó en el Oro y asistió al Mundial de 1966 en Inglaterra, y Javier Valdivia, un goleador histórico de las Chivas que fue el primer mexicano en anotar dos goles en un partido mundialista, en México 70. Ramiro terminó su carrera de abogado y Valdivia la de ingeniero químico.

Entre los pasajes históricos también se cuenta que a mediados de los años 70 no se conocía en Guadalajara el fútbol americano; fue entonces cuando un pequeño grupo de alumnos de Medicina y de Ingeniería formaron un equipo y empezaron a competir a nivel nacional. Este deporte llegó al occidente del país de la mano de la UAG. En ese tiempo la universidad no contaba con campos deportivos propios, por lo que el deporte se tenía que practicar en unidades deportivas externas.

Un gran cambio ocurrió para la vida universitaria al inaugurarse en 1970 el campus principal de Ciudad Universitaria, ya que la concentración de estudiantes de distintas carreras detonó el desarrollo tanto de la academia como de las actividades sociales, culturales y deportivas. La presencia de estudiantes venidos de otros estados y países hizo crecer en calidad y cantidad el deporte.

En los Juegos Olímpicos de Atlanta 96, la pareja femenil de voleibol de playa que representó a México estaba formada por egresadas de la UAG.

El deporte se ha tecnificado en el mundo, incluso a nivel recreativo, por lo cual es necesario poner atención en su enseñanza y no sólo en practicarlo. Contar con entrenadores capacitados y respetuosos de los jóvenes es muy importante y así lo entiende la UAG. Por ejemplo, el jugador Copa Davis y varias veces campeón nacional de tenis ya retirado, Joaquín Loyo Mayo, fue entrenador de tenis de la Universidad.

La Autónoma ha incursionado también en algunos deportes profesionales, lo cual impacta de manera positiva en la identificación del estudiante y los colaboradores con la institución y ayuda a mantener cercanos los lazos con los egresados.

Así, a través de los años la Universidad Autónoma de Guadalajara ha participado en el profesionalismo deportivo. Tuvo un equipo de beisbol que dirigía Enrique “Bacatete” Fernández en la ya desaparecida Liga del Noroeste. Así mismo, un equipo de ciclismo de ruta con proyección internacional, ya que participaba en competencias nacionales, en Norte y Sudamérica.

En basquetbol la UAG consiguió títulos de campeón tanto en el Circuito Mexicano (CIMEBA) como en la Conferencia Nacional (CBP). Incluso representó a nuestro país en un Campeonato de Clubes disputado en Argentina.



El fútbol ocupa un lugar muy especial. En 1971 Tecos ingresó al profesionalismo como equipo de Tercera División con un plantel formado por estudiantes, en sólo cuatro años logró el ascenso a Primera División luego de haber resultado campeón de Tercera y campeón de Segunda. Fue el primer equipo de México en subir a la máxima categoría habiendo sido campeón de las dos divisiones inferiores. Permaneció 37 años en Primera División y dos años más en la Liga de Ascenso. Logró el campeonato en la temporada 1993-94 y el subtítulo en el Clausura 2005. Con este equipo creció una nueva generación de aficionados al fútbol en Guadalajara y contó con miles de seguidores, sobre todo en la zona urbana de Zapopan que creció a la par de la UAG.

El equipo descendió en 2012 y la franquicia fue vendida dos años después, pero se creó otro equipo Tecos que ingresó a Tercera División, obtuvo el título y actualmente milita en la Liga Premier (Segunda División); cuenta con una gran cantidad de prospectos en fuerzas básicas. La UAG ofrece a sus jugadores programas especiales para que cursen diferentes grados académicos, incluso carreras profesionales.

La UAG es la única universidad privada de México que ha tenido un equipo de fútbol en Primera División y en el basquetbol profesional. En ambos deportes ha sido campeón.

El deporte, como se dijo al principio, es un elemento muy importante para la formación integral de las personas, por lo cual el Sistema Educativo de la Universidad Autónoma de Guadalajara, que comprende todos los niveles desde preescolar hasta posgrados, ofrece a sus estudiantes la posibilidad de practicarlo como recreación, así como de competir externamente en alguna disciplina en la que sobresalgan y de identificarse con los colores de la institución por medio de sus equipos profesionales.

CULTURA FÍSICA Y DEPORTE UNIVERSITARIO, ELEMENTOS CLAVE EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE ESTUDIANTES



L.C.C. Yendy Cortinas López
Coordinación de Cultura Física y Deporte
Universidad de Guanajuato

EL DEPORTE Y LA FORMACIÓN INTEGRAL

Hablar de la Cultura Física y el Deporte de manera general nos llevaría a adentrarnos en un mundo con infinitud de matices y puntos de vista; además este tema puede ser abordado desde diferentes enfoques con los que tiene estrecha relación, por ejemplo, la salud física y mental, comunicación, psicología, nutrición, entre otros. Para fines de este artículo nos centraremos específicamente en el deporte universitario y el impacto que tiene en la vida de una persona integrante de un equipo representativo.

Es importante como primer punto poner sobre la mesa que existe una diferencia entre la Cultura Física y el Deporte; en la primera podemos incluir a la activación física, deporte recreativo, ejercicio y actividades que tienen la intención de promover la activación de manera regular o esporádica. Aquí se puede apostar a la masificación y a dirigir estrategias para alcanzar un mayor número de personas activas.

Por otro lado, la práctica deportiva requiere otro tipo de aspectos a considerar dependiendo del objetivo, dicho sea de paso, este puede ser individual o en equipo y va dirigido a la competitividad.

Como mencionan Brenda Chávez, Ernesto Solís y Alfonso Recoder (2019) en su libro *71 propuestas para la transición a un modelo exitoso de Cultura Física y Deporte para la Ciudad de México*, existen cuatro grandes grupos en los que es posible segmentar el deporte, que son: deporte social – participativo, deporte competitivo, educación física y ciencias aplicadas.

Esto se torna muy interesante cuando se observa el potencial que tienen las Universidades debido a que en ellas se deben generar estrategias que sumen a cada segmento.

Para enmarcar la perspectiva desde la que se aborda el presente texto resulta fundamental delimitar que quien suscribe se centrará en experiencias vividas como parte de un equipo representativo universitario.



Retomando lo plasmado en la Ley General de Cultura Física y Deporte, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 7 de junio de 2013, Artículo 5°, fracción II y V, la Cultura Física es el “conjunto de bienes, conocimientos, ideas, valores y elementos materiales que el hombre ha producido con relación al movimiento y uso de su cuerpo”; deporte es la “actividad física, organizada y reglamentada, que tiene por finalidad preservar y mejorar la salud física y mental, el desarrollo social, ético e intelectual, con el logro de resultados en competiciones”. (Chávez, Solís & Recoder, 2019. pág. 37).

¿De qué manera el deporte a través de las Universidades contribuye en los estilos de vida, hábitos y actividades que realizan las y los estudiantes? ¿Cómo puede influir el deporte en la formación integral de las personas y con ello en la reconstrucción del entorno social? ¿Qué cambios estructurales son visibles si se combinan los elementos antes mencionados?

La activación física y la práctica deportiva son herramientas que tienen el potencial para sumar y contribuir positivamente en el desarrollo de una sociedad, no solo por los beneficios a la salud, sino también como generador de cambios estruc-

turales y herramientas para la socialización y consolidación de grupos a diferentes niveles.

Las Universidades pueden ser agentes de cambio y generadoras de culturas organizacionales que contribuyan a la sociedad a través de la activación física y práctica del deporte, sin embargo, es necesario vincularlas con programas y/o actividades ya existentes, para tener la posibilidad de impactar positivamente en determinado sector.

En el deporte competitivo, trabajar de la mano con dependencias gubernamentales y/o iniciativa privada es fundamental a fin de buscar mejores condiciones para las y los estudiantes que lo practican, de lo contrario resulta más complejo cubrir todas las necesidades que presenta la Universidad si se busca mejorar en todas sus disciplinas.

Ser parte de un equipo representativo genera un sentido de identidad y pertenencia con la institución educativa que brinda las herramientas necesarias para el desarrollo profesional y deportivo, fomenta la búsqueda constante de ser una mejor persona para después ofrecer lo mejor a su entorno inmediato y posteriormente servir a una sociedad.



Largas jornadas de entrenamientos, noches de desvelo en temporadas de exámenes o después de practicar o competir con la Universidad, son solo algunas constantes a las que se enfrenta un integrante de equipos representativos; sin hablar de las lesiones y/o tiempo en rehabilitación.

Por otro lado, se encuentra la alegría de los triunfos, el aprendizaje de las derrotas, el deseo constante de ser mejor cada día, la satisfacción y orgullo cuando se consiguen las metas y ese sentimiento de crecimiento personal que motiva a dar lo mejor.

Estos hechos brindan las bases para salir adelante y reponerse cuando es necesario. El deporte, entre muchas cosas enseña a ser resiliente, a trabajar en equipo, a ser constante y a tomar decisiones (en algunos casos en cuestión de milésimas de segundos), creo firmemente que el deporte forma y forja personas que impactan positivamente en sus entornos. Alguien que en su etapa universitaria representó a un equipo seguramente influirá como un agente de cambio en el ámbito laboral.

En un mundo con las características actuales en donde la información fluye de manera exponen-

cial, nos vemos inmersos en noticias y sucesos (muchas veces negativos o catastróficos) sin embargo, el deporte es portador de buenas noticias, es una manera de ofrecer alternativas a la población para ver historias de vida, ejemplos a seguir, metas y logros alcanzados.

La Universidad de Guanajuato trabaja constantemente a fin de ofrecer alternativas para participar en diversas actividades de cultura física, pero también impulsa a estudiantes con capacidades y cualidades específicas a ser parte de equipos representativos. De este modo viven experiencias a través de programas y proyectos pensados para contribuir en su desarrollo integral.

Las universidades tenemos un gran reto; somos formadores y tenemos la obligación de detenernos a reflexionar sobre qué estamos haciendo en materia de Cultura Física y Deporte para verdaderamente servir e impactar en lo más importante: LAS Y LOS ESTUDIANTES.

Referencias: Chávez, B., Solís, E. & Recoder, A. (2019). 71 propuestas para la transición de un modelo exitoso de Cultura Física y Deporte para la Ciudad de México. Número de Registro Público de Derecho de Autor: 03-2018-071710011400-01, Ciudad de México.

UNI RACE ¡CORREMOS JUNTOS! DEPORTE Y RECREACIÓN CON IMPACTO SOCIAL

Depto. Comunicación e Imagen Institucional
Universidad de Celaya

Desde su fundación en 1988, la Universidad de Celaya ha tenido el compromiso social de brindar una educación integral de la más alta calidad a las infancias y juventudes de Celaya y la región; este compromiso se cumple gracias a las diversas plataformas que la Institución pone a disposición del desarrollo artístico, social, cívico, científico y deportivo de su comunidad educativa, manteniendo siempre como uno de sus objetivos prioritarios el bienestar tanto de sus miembros, como de los celayenses.

En ese sentido, la salud física y el deporte han trazado rutas clave para el desarrollo de programas y eventos sello de la Universidad, tal es el caso de *Uni Race* que es una carrera pedestre en rutas que van desde los 100 m para los más pequeños, hasta los 10 km para adultos, las cuales se ubican sobre la periferia del campus universitario. Este evento deportivo convoca tanto a estudiantes, docentes, líderes académicos, personal administrativo y egresados, como a sus familiares y público en general; en sus últimas ediciones ha llegado a reunir hasta dos mil corredores en sus 11 categorías.

La carrera *Uni Race* está avalada por todos los registros oficiales ante instancias de gobierno, tales como: el Sistema de Cultura Física y Deporte (SIDE), Protección Civil, Policía, Tránsito y Servicios municipales, al tiempo que es supervisada por un agrimensor calificado, por lo que cuenta con los requisitos formales para acreditar su validez.

La primera edición de *Uni Race* fue en el 2013, año en que se conmemoró el XXV aniversario de la fundación de la Universidad de Celaya; a partir del 2015, este evento deportivo se realiza anualmente en Celaya impulsada por tres propósitos estratégicos:

La cultura de la activación física y promoción del deporte

Una de las principales responsabilidades del comité de Vida estudiantil en la Universidad de Celaya como parte del programa institucional de Cultura Uni es ofrecer espacios para fomentar la práctica continua de la actividad deportiva con el propósito de conservar la salud física y mental de los integrantes de su comunidad, de ahí que *Uni Race* les ofrece la oportunidad de realizar actividad físico-atlética en beneficio de su salud, ya que las carreras pedestres favorecen la aceleración del metabolismo, el



fortalecimiento pulmonar, el control del estrés y la oxigenación del organismo, solo por mencionar algunos beneficios.

Participar en *Uni Race* es una de las alternativas que los estudiantes de nivel superior tienen para abonar a su formación integral en la dimensión de activación física del programa de Formación Integral, adicional a los clubes deportivos, los créditos en gimnasio techado o en gimnasio al aire libre; mientras que para las y los estudiantes más pequeños de la sección de educación básica significa el inicio de la práctica de un hábito de vida saludable.

La sana convivencia con un enfoque de inclusión

La convivencia familiar y social que ha caracterizado a este evento deportivo es sana, divertida y amena; reúne a personas aficionadas a las carreras pedestres, pero también a corredores amateur que desean formar parte de la experiencia *Uni Race*.

El evento hace posible la convivencia entre perfiles muy diversos dado que son once las categorías abiertas para la inscripción de los participantes a fin de garantizar la competencia justa:

	CATEGORÍA	DISTANCIA	OBSERVACIONES
1	Infantil A, 5 años y menores	100 m	Varonil y femenil
2	Infantil B, 6 a 7 años	400 m	
3	Infantil C, 8 a 9 años	800 m	
4	Infantil D, 10 a 11 años	1.2 km	
5	Infantil E, 12 a 13 años	2 km	
6	Libre 14 - 39 años	5 km	
7	Libre 14 - 39 años	10 km	
8	Máster 40 años y más	5 km	
9	Máster 40 años y más	10 km	
10	Padre e hijo	2 km	Categoría única
11	Capacidades diferentes	2 km	Categoría única



Una causa social con fines de servicio a la comunidad

“La vida al servicio del bien común” es el lema de la Universidad de Celaya y, en congruencia con él, el carácter de *Uni Race* es netamente social pues lo recaudado se destina al apoyo de asociaciones civiles tales como: Asociación Pro Personas con Parálisis Cerebral (APAC), Casa del niño pobre de Celaya, -a través de CARITAS- los damnificados por los sismos en 2018, De un Segundo a Otro, Fundación Apoyando a la Discapacidad (ADIS) A.C, INCLUDIS, entre otras importantes en la región.

Merece la pena resaltar el papel del nutrido equipo de voluntarios que apoya en la realización de este evento, principalmente de estudiantes, egresados, docentes, administrativos y padres de familia que se organizan para cubrir diferentes puestos previos y durante la carrera, como lo son: la entrega de kits, abanderamiento de la ruta, agrimensión, hidratación, entrega de medallas, jueceo, entre muchos más.

Al ser un evento sin fines de lucro, los costos de operación logran solventarse gracias a una gran cantidad de empresas locales socialmente responsables que, año con año, fungen como patrocinadores -y son cada vez más los donadores que se suman-, confiando en el éxito que *Uni Race* ha logrado edición tras edición en beneficio de los habitantes de Celaya.

En 2021, la pandemia por COVID-19 también retó al comité organizador de esta carrera cuyos miembros optaron por subirse a la ola tecnológica a la que se sumaron las carreras pedestres, volviéndose virtuales tanto en México, como en otras partes del mundo; fue así como en ese año se innovó la manera en que las personas corrían o caminaban la distancia de la carrera en cualquier momento durante un periodo establecido y en cualquier lugar al aire libre de su preferencia; gracias a ello, la octava edición de *Uni Race* se pudo realizar desde la comodidad de un espacio seguro para todos los participantes con apoyo de la app “Tiempo Meta” con la que se hizo el registro de la distancia y el tiempo de cada corredor.

Actualmente, la Universidad de Celaya alista los preparativos para la celebración de su XXXV aniversario en 2023 y de la 10ª. edición de *Uni Race* que se ha convertido no solo en un evento deportivo relevante para su comunidad educativa, sino también en una importante oportunidad de contribuir al logro de una mejor calidad de vida para los celayenses y, con ello, a la mejora del mundo.

REGRESO A LA “NORMALIDAD”. REACTIVACIÓN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS

M.F.P. Gabriel Alfonso de la Madrid Franco
 Jefe del Departamento de Actividades Culturales y Deportivas
 Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes

Es un hecho que poco a poco en la Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes (UTNA) hemos retomado algunas de nuestras actividades habituales después de estar replegados en nuestras casas bajo la encomienda de tener los cuidados protocolarios que marcaban nuestras autoridades sanitarias y una que otra restricción médica si así fuera el caso.

Pues bien, dentro de todo este actuar al salir del aislamiento, las principales acciones que rápidamente tuvieron eco fue el ponerse en forma o darle continuidad a lo ya trabajado durante este tiempo de confinamiento, porque el ejercicio físico y mental fue una de las prioridades, cabe recordar que antes de la pandemia no queríamos ni siquiera caminar a la tienda de la esquina por nuestros enseres domésticos o parte de la despensa, ahora encerrados hacíamos más ejercicio frente a una pantalla o dispositivo electrónico bajo la supervisión de un instructor a distancia.

Así también sitios virtuales de manualidades y tutoriales de baile, danza y disciplinas alternativas en su mayoría orientales como el yoga no fueron la excepción en páginas de videos diversos para tener “algo” que hacer mientras bajaban los índices de contagios y paulatinamente retomar nuestras vidas cotidianas fuera de casa con ciertas reservas y normalizar el uso de atavíos especiales para evitar el contagio así como el ya habitual cubre bocas con sus diferentes diseños, que muchos de ellos son más algo decorativo que funcional.

Con estos estándares y protocolos para evitar agravar los contagios que hasta ese momento había, en la UTNA nos dimos a la tarea de dar activaciones deportivas y material cultural por medio de videos en nuestras diferentes plataformas y páginas oficiales, para que los chicos y chicas que estaban en casa atendiendo sus materias y proyectos educativos se pusieran en acción para desahogar todo ese estrés propio y natural de la edad acrecentado por la presión de sus responsabilidades académicas, esto con la mayoría de los alumnos regulares.

Para aquellos pertenecientes a alguna selección representativa cultural o deportiva la dinámica fue distinta, ya que con ellos trabajamos con más formalidad para que continuara su preparación y no bajar el ritmo para estar completamente en forma física y mental en el momento que se retomaran los compromisos en eventos y torneos que de a poco fueron dándose en su tiempo, ésta dinámica permitió que inclusive no sólo se enfocaran en una disciplina, sino que al tener el acceso ilimitado en tiempo y forma a otras opciones pudieron practicar algo más de lo que ya tenían dominio e incremen-



PAUTAS PARA EL RETORNO A LA PREPARACIÓN FÍSICA SEGURA DE LOS DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

Dr. Pedro Julián Flores Moreno

Profesor e investigador de tiempo completo de la Facultad de Ciencias de la Educación
Universidad de Colima

taron su capacidad de desenvolvimiento sumando otras habilidades en su lista.

Fue así que al momento de regresar a las aulas y ocupar los espacios físicamente, nuestros chicos y chicas llegaron con ánimo de participación y de seguir entrenando y ensayando, al haber estado ocupados con diferentes alternativas de desarrollo físico y mental su actitud de integración se vio reflejado cuando se retomó la “normalidad”.

Esto nos dio frutos y resultados inmediatos con participaciones de grupos de baile y danza que ya traían armados cuadros y bailables que ensayaron a distancia con la invitación a eventos que tuvieron nuevamente atención en diferentes comunidades e instituciones con festejos que tenían pendientes y se reactivaron. Equipos deportivos en ambas ramas venían ya bien preparados físicamente y solo fue cuestión de tiempo para conjuntarse y continuar con sus juegos en los torneos que inmediatamente se pusieron a trabajar.

Los resultados de esta atención “a distancia” no se hicieron esperar al obtener un 3er. lugar en Fútbol Asociación Femenil y un reconocimiento especial en el trabajo de Mural en Gis en el Encuentro Nacional Deportivo y Cultural de Universidades

Tecnológicas, que después de 2 años se retomó en su edición 2022 en la ciudad de Saltillo, con una participación de más de 3 mil alumnos, tomando en cuenta que por lo regular ese evento lleva alrededor de 5 mil participantes.

Sí, estamos regresando a nuestras actividades, pero hay que aprender de lo pasado, y más del hecho que el “encierro” mostró que la actividad física nos mantiene sanos y la actividad mental alertas, así también el lograr una convivencia en el ecosistema familiar demostrando que se puede caminar, leer o bailar mejor en compañía de los suyos, porque para bien o para mal, el regreso a la vida diaria, abre un abanico de posibilidades de intercambio social con los amigos.

Ya vimos que se pueden hacer las cosas bajo techo, por lo que ahora corresponde seguir con esa rutina que armamos en nuestro aislamiento cotidiano aprovechando las condiciones ya al aire libre, aprovechando que traemos ese ímpetu que hace dos años nos faltaba sentir, porque también como instructores y maestros necesitábamos de ellos para retroalimentar nuestra energía y continuar dando buenos resultados, que en principio es el de estar sanos física y mentalmente.

El 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) comunicó a la población, a través de su director, el doctor Tedros Ashanom, que una nueva enfermedad denominada coronavirus (COVID-19) adquiere las características de pandemia. El día 16 del mismo mes se publica el acuerdo 02/03/2020 en el Diario Oficial de la Federación, en el cual se da por suspendidas las clases en las escuelas de educación preescolar, primaria, secundaria y aquellas para la formación de maestros de educación básica del sistema educativo nacional, así como las de tipo medio superior y superior, dependientes de la Secretaría de Educación Pública¹.

Lo anterior, provocó a una incertidumbre sobre el destino de la educación y, por ende, de la práctica deportiva universitaria, al desconocerse los medios y métodos bajo los cuales se pudieron mantener los procesos de preparación deportiva, así como de la realización de justas en la materia. Para el deporte de nivel *amateur* y profesional, las circunstancias transformaron significativamente los escenarios de práctica y de desarrollo, llegando a impactar en la alta competencia, al darse a conocer la reprogramación de los Juegos Olímpicos. La suspensión de las actividades presenciales en centros deportivos especializados, públicos y privados, orillo al quehacer deportivo a diseñar alternativas de trabajo para mantener un estado de forma física adecuado, así como replantear la estructura logística de participación en eventos deportivos de carácter clasificatorio o definitivo.

Las circunstancias no previstas en la atmósfera deportiva obligaron a tomar medidas para preservar el estado de salud de los deportistas, sin descuidar la ganancia física lograda meses antes. Por lo que la principal vía de dirección de preparación física se dio a través de medios digitales y, en casos excepcionales, en instalaciones a puerta cerrada, hasta que el 20 de agosto de 2021 se publica, en el Diario Oficial de la Federación, la reanudación responsable y ordenada del ciclo escolar 2021-2022² y, con ello, el regreso de deportistas universitarios a los espacios designados.

¹ Acuerdo 02/03/2020 Diario Oficial de la Federación https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5589479&fecha=16/03/2020#gsc.tab=0

² Acuerdo 20/08/21 Diario Oficial de la Federación https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5627244&fecha=20/08/2021#gsc.tab=0



El regresar a las acciones físicas después de un periodo asistemático de actividades mostró un impacto negativo en estado de rendimiento físico y cognitivo del deportista universitario, la incógnita a resolver en ese momento fue “¿cuál será la forma segura de reiniciar los procesos de preparación física?”, ya que los efectos poscovid, son diversos, pues se hablaba de daños a órganos como el corazón, riñones, piel, entre otros, en tanto surgía una interrogante más ¿con qué tipo de actividades de preparación física reiniciar el proceso?

De manera inmediata, grupos de trabajo se dieron la tarea de revisar las recomendaciones de actividades poscovid, derivadas del hecho de que esta enfermedad afectaba los tejidos vasculares en todo el cuerpo, causando isquemia y reacciones inflamatorias donde el sistema inmune responde aceleradamente, generando un daño importante al

organismo. No obstante, se mantuvo el reconocimiento de que, realizar actividad física moderada a vigorosa, de forma regular, provoca un estrés al organismo que influye en la función del sistema inmune, reduciendo enfermedades agudas respiratorias y, con ello, la morbilidad y mortalidad.

Para el retorno a las actividades formales de preparación física, cada entrenador tiene el compromiso de identificar quien o quienes de sus deportistas fueron afectados por el COVID-19 y solicitar al personal de salud las indicaciones correspondientes, además de descartar todo daño provocado por la enfermedad, de la siguiente forma: se deberá valorar el estado de aptitud física para conocer el nivel inicial de rendimiento físico y la comparación con los modelos que den paso a la identificación de la reserva de desempeño a desarrollar en el plan de trabajo programado. En lo correspondiente a las actividades, el *American*

College of Sport Medicine sugiere, como primer elemento, tener contacto con el personal de salud para identificar si se es apto para el retorno a las actividades de ejercicio, mantener un ritmo de actividad física moderada, de 150 a 300 minutos por semana³; después de haber sido diagnosticado con COVID-19, el deportista deberá descansar y no realizar ejercicio físico durante dos semanas, hasta una nueva valoración, de ser negativa, el volumen de entrenamiento deberá transitar de leve o bajo, con un aumento gradual y de seguimiento por parte del personal de salud. En relación a la fuerza y resistencia muscular, se deberá ir integrando de manera progresiva con un bajo volumen, incluyendo de cuatro a seis ejercicios con series de 1 a 2, hasta 6 repeticiones y dos minutos de descanso entre series y ejercicios.⁴

Para llevar a cabo las acciones de desarrollo deportivo, ya sea a nivel *amateur* o profesional, se

vuelve imprescindible el monitoreo del estado de salud del deportista constante y sistemático, basado en estudios de tipo electrocardiográficos, para descartar enfermedades provocadas por COVID-19, como miocarditis⁵, así como control bioquímico regular para descartar que el atleta se ha contagiado y que el realizar el entrenamiento pueda provocar un daño aún mayor.

³ Denay, K. L., Breslow, R. G., Turner, M. N., Nieman, D. C., Roberts, W. O., & Best, T. M. (2020). ACSM call to action statement: COVID-19 considerations for sports and physical activity. *Current sports medicine reports*, 19(8), 326-328.

⁴ Gentil, P., de Lira, C. A. B., Vieira, C. A., Ramirez-Campillo, R., Haghighi, A. H., Clemente, F. M., & Souza, D. (2022). Resistance Training before, during, and after COVID-19 Infection: What Have We Learned So Far?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 6323.

⁵ Baggish, A., Drezner, J. A., Kim, J., Martinez, M., & Prutkin, J. M. (2020). Resurgence of sport in the wake of COVID-19: cardiac considerations in competitive athletes. *British journal of sports medicine*, 54(19), 1130-1131.

ACTIVIDADES FÍSICAS-DEPORTIVAS DURANTE Y POSPANDEMIA: VOCES DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Carmen Silvia Peña Vargas
 Profesora de tiempo completo de la Facultad de Ciencias de la Educación
 Universidad de Colima



Tras el regreso a las aulas universitarias, integrantes del cuerpo académico 85 “Educación y movimiento” de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Colima, realizaron una breve exploración¹ con estudiantes que cursan el último semestre de la Licenciatura en Educación Física y Deporte sobre las estrategias y recursos que contribuyeron a que jóvenes universitarios continuaran con actividades físicas y deportivas en tiempos de pandemia y pospandemia.

Los jóvenes que estudian la carrera en cuestión se caracterizan por ser mayoritariamente varones, con una edad promedio de 20.9 años. La gran mayoría vive en la zona metropolitana de Colima y practican, como parte inherente a su formación, actividades físico-deportivas, tanto en formato individual como de conjunto.

Las actividades físicas-deportivas se vieron afectadas por la situación pandémica, al punto que se modificaron y adaptaron las formas de seguir practicándose, como ocurrió en todos los ámbitos. Específicamente, las y los estudiantes relataron nuevas formas de realizar las actividades desde casa, naturalmente con adaptaciones en las rutinas y con los recursos y herramientas que tenían a su alcance. En ese sentido, desde las voces de las y los estudiantes se hace evidente que la actividad físico-deportiva en pandemia fue muy difícil al principio del confinamiento doméstico, pues se tuvo que pasar por un momento de transición para adecuarse a una nueva forma de ejercitarse. En un inicio, esto ocurrió en solitario, reajustando y haciendo espacios (apilando objetos) en los hogares, aprovechando los parques cercanos, las pocas ciclovías y las canchas públicas de los barrios. Así, el hogar fue el espacio más referido por los estudiantes para rescatar sus actividades físicas, a pesar de que todo el trabajo escolar y habitual se compactó y trasladó para hacerse en casa. Aun con eso, el hogar fue la extensión más segura para no bajar la guardia.

¹ Cuestionario sobre estrategias y recursos para la continuidad de actividades físico-deportivas en pandemia y post-pandemia en educadores físicos.

Nota: la imagen es elaboración propia con recursos gráficos de Freepil y Flaticon de uso libre.



Los jóvenes en sus hogares se volvieron consumidores y creadores de materiales en línea. Se convirtieron en una audiencia activa que recurrió a las plataformas (YouTube, principalmente) para identificar formas de ejercitarse, especialmente en entrenamientos de fuerza y resistencia, ejercicios basados en el propio peso corporal (calisténicos), rutinas de entrenamiento, de coordinación y lúdicas. También obtuvieron conocimientos para elaborar herramientas de apoyo para la ejercitación en casa, utilizando productos accesibles y, generalmente, de uso cotidiano. Finalmente, también encontrar información sobre planes alimenticios para compensar la disminución de las actividades físico-deportivas. En este contexto, los entrevistados revelan haber sido usuarios y usuarias de aplicaciones móviles (como Tik Tok) para identificar y desarrollar planes de entrenamientos moderados e intensos.

Las calles fueron espacios importantes de apropiación por parte de los jóvenes universitarios en el periodo de la reincorporación a la práctica físico-deportiva fuera de los hogares. Calles, banquetas amplias, parques, andadores, pequeñas canchas de basquetbol en los barrios, equipos colocados en espacios públicos (gimnasios al aire libre), todos estos elementos pusieron el centro de atención en el ejercicio en la vida urbana, sin que ello implique un nivel de generalización en toda la sociedad.

Los gimnasios, desde las voces de los estudiantes, representan espacios predilectos para el ejercicio de carácter aeróbico, de fuerza, clases dirigidas, entre otros. Durante la pandemia, este escenario se echó de menos por ser un espacio de socialización muy fuerte para nuestros estudiantes. En los tiempos que corren, asistir al *gym* es una práctica que se retoma poco a poco con fuerza; sin embargo, implica acatar una nueva cultura desde que se ingresa, cuando se usa el equipo y las formas de socializar. Las instalaciones han adoptado prácticas más seguras de higiene y ventilación, incluso nuevas tendencias para flexibilizar otras formas de atraer nuevos usuarios y usuarias desde clases remotas *online*.

Al cuestionar a los jóvenes sobre la implementación de prácticas o medidas diferentes en su institución después de la pandemia por COVID-19 —en términos de instalaciones y actividades físico-deportivas—, básicamente las respuestas se concentran en señalar la existencia de protocolos de seguridad e higiene que son notorios en el ingreso. Además, al interior de los espacios deportivos abundan señaléticas de las distintas recomendaciones que deben acatar los usuarios de los equipos y espacios. Por otro lado, los monitores, entrenadores y equipo técnico contribuyen a la labor de sensibilizar sobre estos temas.

LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO FORMA DE CONVIVENCIA Y PREVENCIÓN EN LA SALUD DE LOS ESTUDIANTES EN LAS INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR



L.A.E. Salvador Leyva Chagolla
Promotor deportivo del Departamento de Actividades Extraescolares y Profesor Titular Asociado B TECNM Campus Morelia

En términos generales, hay un consenso en los jóvenes sobre el hecho de que la pandemia propició repensar en la importancia que tiene la actividad física y deportiva, mantenerse en buen estado y adoptar hábitos alimenticios saludables. También coinciden en que esta situación aceleró algunas tendencias para repensar otras formas de propiciar la actividad física en la población.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS)² la actividad física, el ejercicio, el deporte, la recreación y los buenos hábitos alimenticios son pilares protectores que contribuyen al bienestar del ser humano y las educadoras y educadores físicos en formación los asumen como ingredientes clave a fortalecer, inculcar y promover en su entorno, más aún en estos momentos en los que la pandemia y pospandemia por el COVID-19 trastocaron la dinámica cotidiana. Luego entonces, el papel

que juegan las universidades es de suma relevancia para formar habilidades sociales, liderazgos, valores, capacidades de los jóvenes a través del deporte, tal como lo ha puesto de manifiesto la Unesco y las directrices de la Federación Internacional de Deporte Universitario (FIDE): “el deporte ofrece a los estudiantes la oportunidad de adquirir los atributos clave necesarios para el desarrollo de sus futuras carreras. El deporte debe estar completamente integrado en la educación superior y en las infraestructuras de investigación”³.

²OMS. (2020). Actividad física. Datos y cifras. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

³Unesco. (2018) Día internacional del deporte universitario. Directrices. Federación Internacional del Deporte Universitario. https://www.fisu.net/medias/fichiers/IDUS_2019_GUIDELINES_updated_from_2018_ESP2.pdf (párr 3).

La actividad física, lúdica, recreativa y deportiva, en los estudiantes de nivel superior, debe ser tomada como integradora en lo educativo y en lo social. Por lo anterior, es nuestro trabajo, y también nuestro deber, hacer que los estudiantes del nivel superior estén conscientes que la actividad física y el deporte son los mejores instrumentos para poder tener, en la actualidad y en el futuro, una mejor calidad de vida, toda vez que el desarrollo de las actividades físicas implique y estimule la salud y el bienestar en su vida diaria.

Uno de los objetivos del Tecnológico Nacional de México es aportar al estudiante de nivel superior, una formación integral que lo oriente en el desarrollo pleno de todas sus potencialidades del ser humano, es decir, aunado al cultivo académico, que se le promueva el crecimiento armónico de su persona desde su riqueza interior, la salud de su cuerpo y la convivencia con los demás.

Es bien sabido que dentro del deporte de representación estudiantil, en todas nuestras instituciones y universidades del nivel superior, el estudiante que tiene las facultades físicas y técnicas de integrar un equipo o grupo selectivo siempre es bien visto por los entrenadores y promotores que ven sus cualidades, y que sobresalen sobre una gran cantidad de compañeros de su institución, por lo tanto estos alumnos son aprovechados para la representación de nivel competitivo a nivel nacional y tal vez Internacional.

Pero qué hay de la gran base de la pirámide, o sea del grueso de estudiantes que únicamente practican actividades lúdicas, realmente estamos atendiendo sus necesidades prioritarias por los departamentos correspondientes a las Actividades Extraescolares, Departamentos de Promoción deportiva o Educación Física, sea cual sea el nombre correspondiente a promover la actividad física, pienso y creo, es importante concientizar al alumno de la relación que tiene esta (actividad física) con la salud.



En el Tecnológico Nacional de México se ha creado un programa piloto que se aplica a los estudiantes del primer semestre, denominado como asignatura para las *Actividades físicas para la salud y la prevención*. Contiene temas como el concepto de la salud y el cuidado del cuerpo a través de la Actividad física y el fitness. Enfermedades asociadas al sedentarismo, los riesgos de estilos de vida nocivos para la salud, la higiene postural, la nutrición básica, el desarrollo de las capacidades físicas, tiempos de adaptabilidad y descanso, riesgos de la mala praxis de las actividades físicas y medios de recuperación, son algunos conceptos que deben ser conocidos y aplicados a nuestros alumnos desde el inicio de su ingreso a su carrera.

Ejes pedagógicos como competencias a desarrollar:

- a. Concepto de salud, como el significado del cuerpo.
- b. Cuidado del cuerpo, como los desempeños de la motricidad intelectual.
- c. Actividades físicas, como la acción motriz con creatividad.

Programas de promoción lúdica y de hábitos saludables

En años anteriores se realizaban, diseñaban y difundían programas que, tanto el gobierno federal como estatal, y diversas áreas gubernamentales, promovían en el área de la salud. Programas como: *“Muévete y metete en cintura jugando y aprendiendo”*, para la prevención y paliación de la obesidad en adultos y niños; o en el área de deporte, *“El ciclón”*, dirigido a la disposición de espacios públicos para la realización de actividad física. Estuvo también, a nivel nacional el Programa de Activación *“Ponte al 100”*, impulsado por la Dirección de Activación de la Subdirección de Cultura Física de la CONADE.



La finalidad es movilizar masivamente a la población entre 6 y 60 años con el fin de erradicar el sedentarismo y las repercusiones sanitarias y económicas que conlleva.

Por lo tanto, considero aclarar, no soy experto en los temas médicos, pero he visto a través de mis años de servicio, en la docencia del nivel superior de mi actividad, a muchos jóvenes con problemas de salud, como: La prevalencia del sobrepeso y obesidad, mala postura corporal al correr o caminar y algunos más que por Genética y epigenética desarrollan otras enfermedades que hasta ellos mismos ignoran que las tienen o padecen.

Enfocando, este artículo de opinión, sobre el tema de la obesidad y el sobrepeso, en nuestros estudiantes de nivel superior, las causas directas serían; factores ambientales, estilos de vida poco saludables (desequilibrio energético) en la mala nutrición y la poca actividad física que estos realizan, además de su genética donde la descendencia de uno o ambos progenitores obesos tiene de 33 a 64% más probabilidades de ser obesos que los hijos de padres de peso sano.

Sabemos que la causa fundamental del sobrepeso y la obesidad, en una persona, es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas. Es decir, un aumento en la ingesta de alimentos de alto contenido calórico que son ricos en grasas además de un descenso en la Actividad física debido a la naturaleza cada vez más sedentaria de muchas formas de trabajo, los nuevos modos de transporte y la creciente urbanización.

Es importante concientizar a nuestros estudiantes que el riesgo del sobrepeso y la obesidad que prevalece actualmente a nivel mundial, no es exento en los jóvenes de las generaciones actuales y que las enfermedades, no transmisibles, también pueden padecerlas, como el desarrollo de diabetes, hipertensión, dislipemia, síndrome metabólico, algunos tipos de cáncer, depresión, algunas patologías cardiovasculares, asociado con un aumento en la mortalidad.

Según reportes oficiales, más del 40% de los fallecidos por Covid-19 tenía diabetes o alguna Enfermedad Crónica No Transmisible (ECNT).

De acuerdo con el IMSS, 1 de cada 3 mexicanos padece hipertensión y 6.5 millones de adultos mayores de 20 años viven con diabetes.

Una de las principales debilidades de nuestro país para enfrentar el COVID-19, son las altas tasas de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) que se registran en los mexicanos. De acuerdo con cifras del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), la hipertensión afecta a uno de cada tres mexicanos y provoca más de 50 mil muertes al año.

Aunado a esto, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2018) realizada por el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), reveló que 96 millones de mexicanos padecen sobrepeso u obesidad, 8.6 millones sufren diabetes y 15.2 millones presentan hipertensión. La obesidad causa inflamación crónica, las personas obesas tienen un menor número de defensas para combatir una infección que las personas que se encuentran en un peso saludable. Por eso, hoy más que nunca, es fundamental apearse a estilos de vida saludables.

Existen varias formas de indicar o asesorar a los estudiantes de cómo reducir el sobrepeso y la obesidad, pero la mejor es la de los profesionales de la salud y la nutrición, así como orientarlos en la manera de aplicar un programa de actividades físicas de acuerdo con criterios establecidos en tiempos de recuperación y descanso, ya que los riesgos de realizar estos con una incorrecta dosificación, sobrecarga o mala ejecución en los ejercicios, pueden provocar lesiones que conlleven a una inactividad por un tiempo que limite al estudiante en sus actividades diarias.

El *docente* debe ser un profesional reflexivo, capaz de atender las necesidades y motivaciones de los estudiantes, además de propiciar que la enseñanza-aprendizaje sea significativa en él y lo proyecten más allá de los muros universitarios, así como hacer del movimiento un estilo de vida saludable.

Diagnóstico de la CONADE sobre las ciencias del deporte

según reza en un documento maestro sobre los compromisos presidenciales elaborados por la CONADE *“la carencia del personal preparado y calificado para el fomento de la enseñanza y la dirección del deporte, así como los especialistas en ciencias del deporte que dan atención a los diferentes núcleos poblacionales del país ha sido uno de los verdaderos problemas para lograr un desarrollo óptimo del deporte en México”*. Se pueden leer voces, a través de entrevistas publicadas en internet, del ámbito deportivo o del científico que reclaman más vinculación entre ciencia y deporte en México.

AGENTES IMPLICADOS, POSIBLES ALIADOS INSTITUCIONALES

Son agentes implicados en este ámbito, necesarios para abordar los retos y los cambios que todos proponemos, las siguientes Instituciones:

- El Sistema Nacional Deportivo (SINADE)
- Secretaría de Educación Pública (SEP)
- Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE)
- Institutos Estatales del Deporte
- Instituto Municipales del Deporte
- Consejo Nacional para el Desarrollo de la Educación Física y el Deporte en la Educación Básica (CONDEBA)
- Consejo Nacional para el Desarrollo del Deporte en la Educación Media Superior (CONADEMS)
- Consejo Nacional del Deporte de la Educación (CONDDE)
- Comisión Nacional Deportiva Estudiantil de Instituciones Privadas (CONADEIP)
- Comité Olímpico Mexicano (COM)
- Federaciones Deportivas
- Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT)
- Consejo Nacional de Fomento Educativo (CONAFE)
- Sistema de Capacitación y Certificación para Entrenadores Deportivos (SICCED)
- Escuela Nacional de Entrenadores (ENED)
- Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales (CONOCER)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)
- Registro Nacional de Cultura Física y Deporte (RENADE)
- Asociaciones deportivas en general, investigadores, docentes, etc.

Fuentes bibliográficas:

- Instituto Mexicano para la Competitividad A.C.
- Facultad de Medicina de la UNAM.
- Educación Física y Deporte en el Sistema Educativo. Deporte Universitario. Informes Sectoriales del Deporte Mexicano.
- Actividades Físicas para la Salud y la Prevención. Dirección de Formación Integral. Ciudad de México, marzo de 2020. Tecnológico Nacional de México.
- Libro: “Obesidad en México”; Juan Ángel Rivero “et-al”. UNAM.
- Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS).
- Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT).
- Instituto Nacional de Salud Pública (INSP).
- Anales de la Real Academia Nacional de Farmacia, Dolores Corella “et-al”.

LA UTA TRANSFORMA SU INFRAESTRUCTURA PARA CONVERTIRLA EN UN CAMPUS GLOBAL

La Universidad Tecnológica de Aguascalientes (UTA) realiza inversión histórica en el mantenimiento de infraestructura, así como en la conclusión de nuevos edificios los cuales permitirán ampliar y brindar un mejor servicio al alumnado, informó el rector Ángel de Jesús Jiménez Ochoa.

Señaló que la infraestructura física, es un elemento clave y factor fundamental para lograr la transformación de la universidad en un campus con estándares globales, así como en la profesionalización de los mismos estudiantes.

Destacó que la inversión se destinó en cuatro prioritarios proyectos, uno de ellos es la conclusión del Centro de Diseño, Desarrollo e Innovación 4.0, la cual, en esta última etapa contempla iluminación de interiores, conexión a red sanitaria, pavimentación de área perimetral, así como la construcción de la caseta de vigilancia; al momento, las obras llevan un avance del 60 por ciento y se considera que para finales del primer cuatrimestre del año quede concluido en su totalidad.

Dijo que es muy importante que esta obra quede terminada en los tiempos indicados debido a que ya se está en pláticas con empresas colaboradoras en participar como proveedoras, capacitadoras y en desarrollo de investigación en este espacio, una de ellas es Siemens México.

Recordó que las funciones del Centro de Diseño, Desarrollo e Innovación 4.0 serán satisfacer la demanda de capacitación y certificación en competencias técnicas clave, investigación aplicada y desarrollo tecnológico, diseño e innovación y en ofrecer servicios tecnológicos y de consultoría para la incorporación, operación y mantenimiento de las tecnologías utilizadas en los sectores aeronáutico, automotriz y médico, al generar una estrecha colaboración entre la academia-industria.

De igual manera, refirió que la inversión también se utilizó en la remodelación y ampliación de un edificio que albergará, en un solo lugar, todo lo referente a los servicios al estudiante, es decir, control escolar, cajas y biblioteca.

Otras obras importantes son, el mantenimiento de las instalaciones deportivas, específicamente la duela del Pluriforum y la pista de Tartán, así como la rehabilitación de gran parte de los edificios que albergan la actividad académica y administrativa.



Jiménez Ochoa, refirió que estas obras forman parte de las estrategias acordes a las tendencias y perfiles globales del plan de desarrollo estatal de la administración encabezada por el C.P. Martín Orozco Sandoval. Agregó que la rehabilitación de la infraestructura se realizó con ahorros derivados de una baja en los gastos de operación del 2020, ocasionados por la ausencia física de alumnos y profesores, debido a que las actividades académicas se cambiaron al plano virtual, atendiendo a las medidas sanitarias por la pandemia, así como por la postergación de eventos que se tenían programados.

Finalmente agradeció el apoyo de la Federación, el Gobierno del Estado, así como a la Junta de Consejo, para canalizar debidamente estos recursos, gracias a esto, una vez que los estudiantes regresen a la modalidad presencial, encontrarán un campus totalmente transformado, adecuado a las actividades académicas con enfoque global, lo que traerá bastantes beneficios en su formación profesional.

La cancha de basquetbol cuenta con los más altos estándares de calidad aprobados por la FIBA

En el marco de la temporada 2022 de la Liga Nacional de Baloncesto Profesional (LNBP), la duela de la Universidad Tecnológica de Aguascalientes (UTA), fue referente para el entrenamiento de equipos como Soles de Mexicali. En palabras del Gerente de Comunicación y Mercadotecnia del equipo, Luis Eugenio Monje, la cancha de basquetbol de la UTA, presenta una duela y tableros aprobados por la Federación Internacional de Baloncesto (FIBA), lo cual le da un valor competitivo a la instalación deportiva.

Las instalaciones deportivas de la UTA son parte esencial de la formación integral de los estudiantes, es por ello, que desde hace un par de años a la fecha, se realizó una importante inversión en el mantenimiento y remodelación de la duela y la pista de tartán, lo cual forma parte de la estrategia del plan de desarrollo de la saliente administración estatal.

MEJOR INSTITUCIÓN DEL PAÍS EN DEPORTE UNIVERSITARIO DE ALTO RENDIMIENTO, EN TIEMPOS DE CRISIS SANITARIA COVID-19

El 17 de marzo de 2020 la Universidad de Guadalajara emite la circular No. 4, “acatando las medidas de prevención recomendadas en materia de salud... se determina la suspensión de las clases presenciales a partir del martes 17 de marzo para los alumnos de nivel medio superior y superior”. Lo que originó el cierre total en las áreas deportivas, esto propició que las autoridades de la Coordinación de Cultura Física, encabezado por la Dra. María Georgina Contreras de la Torre y el director de Alto Rendimiento, Mtro. Quetzalcóatl Marcelino Oregel Leja, tuvieran que rediseñar las estrategias de trabajo con los diferentes actores del deporte universitario (entrenadores, deportistas, nutriólogos, psicólogos, metodólogos y administrativos) para continuar con el deporte de alto rendimiento en la Universidad de Guadalajara, cuidando la integridad y salud de toda la comunidad universitaria.

Con el paso de los días, la Universidad de Guadalajara se mantuvo en espera de los comunicados oficiales del Consejo Nacional del Deporte de la Educación (CONDDE) A.C, acerca de la Universiada Nacional 2020; fue a través de su página oficial donde se informó la “suspensión temporal de todas las actividades del CONDDE... esto incluye la suspensión hasta nuevo aviso de eventos regionales, clasificatorios, la Universiada Nacional Guanajuato 2020, así como el 4to Encuentro Nacional”. Esto influyó nuevamente en el replanteamiento de las estrategias y objetivos de la Coordinación de Cultura Física a corto, mediano y largo plazo, para el ciclo 2020-2021.



Estrategias a corto plazo

Se mantuvo la postura de mantener activos a los deportistas para evitar que perdieran la condición física, por lo que se realizaron reuniones metodológicas con el equipo multidisciplinario de la Coordinación de Cultura Física, donde se plantearon actividades para desarrollarse durante la pandemia:

- En junio y julio de 2020 se realizaron reuniones metodológicas vía Meet y Zoom para elaborar el plan de entrenamiento, además para revisar y aprobar las 26 disciplinas convocadas para la Universiada Nacional.
- De septiembre de 2020 a febrero de 2021, el equipo multidisciplinario de la Universidad de Guadalajara supervisaba los microciclos y unidades de entrenamiento:
 - Los metodólogos participaron en las sesiones virtuales de entrenamiento y revisaban las asistencias de los entrenadores y de los deportistas.
 - Los psicólogos deportivos del Instituto de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y al Deporte brindaron asesorías personalizadas a los deportistas para evaluar su estado emocional y afectivo. Es importante destacar que se detectaron cuatro casos con cuadros de depresión y uno de ellos con tendencia suicida, pero la buena intervención hizo que pudiera prevenirse y mejorar su estado emocional.
 - Los nutriólogos realizaron dietas dirigidas a los deportistas con control de peso (boxeo, lucha, tae kwon do, karate o levantamiento de pesas) y a quienes solicitaban el apoyo.
 - El área médica canalizó los casos de deportistas con sospecha de contagio al sistema Radar, Jalisco, para la prueba de detección de COVID-19.



Estrategias a mediano plazo

El día 16 de marzo de 2021, el CONDDE emitió un comunicado oficial para informar que *“a partir del mes de abril se iniciará con eventos deportivos de manera presencial,”* lo que implicó a la reactivación del deporte de alto rendimiento de la Red Universitaria, exclusivamente en las selecciones representativas de la Universidad de Guadalajara, realizando las siguientes actividades:

- Se tuvo una reunión vía Meet el día 17 de marzo con todo el colectivo multidisciplinario de la Coordinación de Cultura Física, donde se estipuló el regreso a los entrenamientos de manera presencial, cumpliendo el 100% de los protocolos de la Secretaría de Salud (Plan Jalisco para la Reactivación Económica).
- El equipo metodológico registró a los deportistas en la plataforma del CONDDE.
- El 22 de marzo inició la reactivación presencial de 945 atletas de los 17 centros universitarios pertenecientes a las selecciones representativas.
- Los entrenamientos se realizaban a partir de las 8:00 am hasta las 18:00 horas. de lunes a sábado. Cada disciplina en dos sesiones con la finalidad de tener el 50% de la afluencia en las áreas deportivas.
- Al término de cada entrenamiento el equipo de limpieza desinfectaba las áreas y el material deportivo utilizado durante los entrenamientos.
- Se les proporcionaba cubrebocas y gel antibacterial, se les pedía traer su agua y comida desde casa para evitar contagios.
- El área médica efectuó pruebas morfo-funcionales para evaluar el estado físico y mental de los deportistas.
- Se establece un convenio entre la Coordinación de Cultura Física y el Centro Universitario de Ciencias de la Salud, para proporcionar pruebas gratuitas a los deportistas y entrenadores de las selecciones universitarias para la detección de COVID-19. Ningún deportista presentó problemas antes, durante y después de las competencias.

· El área metodológica se reunió el 14 de abril para planificar las estrategias correspondientes al comunicado de la *“Coordinación General de la Región IV del CONDDE, donde emite la posible calendarización de los Campeonatos Nacionales Universitarios 2021 a efectuarse en los meses de abril a noviembre”*.

· El día 2 de mayo de 2021, la Universidad de Guadalajara implementó macro módulos de vacunación contra el COVID-19; todo el equipo multidisciplinario de la Coordinación de Cultura Física fue convocado para la aplicación de la vacuna Cansino.

Estrategias a largo plazo

Con la publicación de la convocatoria del primer Campeonato Nacional Universitario de Atletismo, la Coordinación de Cultura Física comenzó con las estrategias correspondientes para poder participar en todos los eventos convocados; con el principal objetivo de cuidar la salud de los deportistas y mejorar los resultados de la Universidad Nacional 2019, destacando los siguientes puntos:

- Fueron convocados 31 campeonatos nacionales universitarios durante el año 2021, en 30 participó la Universidad de Guadalajara, destacando los siguientes resultados y actividades:

1. Primer lugar absoluto con 72 oros, 69 platas y 75 bronce, para un total de 216 medallas, con una diferencia de 150 medallas del segundo lugar (Universidad Autónoma de Nuevo León).

2. Participación con el mayor contingente a nivel nacional con un total de 571 deportistas, 68 entrenadores, 2 delegados institucionales, 5 directivos, 4 médicos y 5 fisiatras.

3. Primer lugar general en ocho Campeonatos Nacionales (Boxeo Universitario, Fútbol Tenis, Bádminton, Lucha, Escalada Deportiva, Judo, Tiro con arco y Kick-boxing).

4. Comité organizador de 4 Campeonatos Nacionales Universitarios en la red universitaria (Esgrima - Preparatoria Vocacional, Escalada deportiva - Rocódromo Ameyalli, Handball - Unidad deportiva San Rafael, Beach Games – Puerto Vallarta, Jalisco) destacando las siguientes acciones:

- Eventos burbuja; el cual consistía en presentar una prueba serológica covid-19, con resultado negativo siendo aplicada como máximo 72 hrs antes del arribo al evento. Toda persona que participaba en los eventos solo podía salir del hotel hacia el lugar de competencia y al comedor, si se salía a otro lugar que no tuviera relación con la competencia este sería suspendido de la competencia.



Universiada Nacional 2022

Los protocolos de salud para prevenir el Covid-19, que se establecieron durante todo el proceso fueron cambiando de fase en fase, en el Estatal se solicitó a todos los deportistas el certificado de vacunación, este fue un requisito obligatorio para toda persona que fuera a formar parte de esta competencia (deportistas, entrenadores, oficiales, personal médico, prensa). Para la etapa regional y clasificatorios nacionales se utilizó el evento burbuja.

La fase “Estatal CONDDE Jalisco”, se realizó del 25 de febrero al 3 marzo del 2022, en esta instancia la Universidad de Guadalajara participó con 427 deportistas y entrenadores, posteriormente se realizó la fase “Regional” del 28 de marzo al 3 de abril en la ciudad de Morelia, Michoacán, en esta etapa la UdeG participó con 352 deportistas y entrenadores. En el periodo del 6 de abril al 1 de mayo se realizaron los Clasificatorios Nacionales en distintas sedes del país, en estos clasificatorios la UdeG participo con 177 deportistas y entrenadores.

La Universiada Nacional UACJ 2022 se realizó del 12 mayo al 5 de junio en Ciudad Juárez, Chihuahua, donde se disputaron 26 disciplinas deportivas, en la cual la UdeG participó con 478 deportistas, entrenadores y equipo multidisciplinario. Los resultados obtenidos fueron 90 medallas 29 oros, 15 platas y 46 bronces) además de culminar con un total de 2825 puntos, con estos resultados obtenidos la Universidad de Guadalajara terminó la competencia en segundo lugar tanto en medallas como en puntos.



UNIVERSIDAD SALUDABLE: UN PROYECTO DE SALUD INTEGRAL Y FORMACIÓN ACADÉMICA

Navid de Luna García
Departamento de Comunicación y Relaciones Públicas
Universidad Autónoma de Aguascalientes

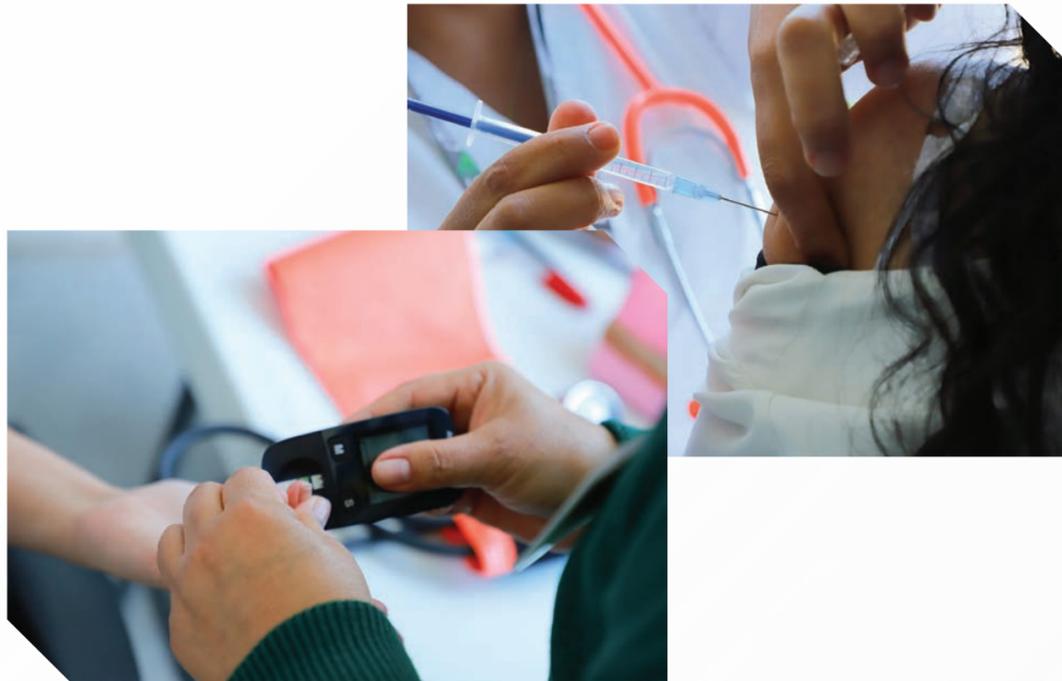
Las universidades juegan un papel preponderante en la sociedad. Más allá de la formación académica debe involucrar acciones de investigación, desarrollo de habilidades, formación profesional, vinculación con sectores productivos, y de promoción de la salud.

Las instituciones de educación superior están comprometidas para abonar desde su trinchera a la mejora y solución de las problemáticas sociales. Prevenir y atender situaciones de salud, es una de las tareas más puntuales y de las que incluso, la Organización Mundial de la Salud, ha determinado como prioritaria, exhortando a la creación de entornos que apoyen y favorezcan la salud.

De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en nuestro país hay poco más de 30 millones de jóvenes entre 15 y 29 años de edad que representan el 25.7 por ciento de la población total en México, sector desde donde resulta imprescindible promover el fomento a la salud. Este grupo, representa un número importante, y las universidades se vuelven un entorno ideal para promocionar prácticas saludables y permear a la sociedad en general.

Ante ello, la Autónoma de Aguascalientes, cuenta con el programa de “Universidad Saludable” un proyecto que integra una serie de actividades y acciones que buscan en todo momento contribuir al mejoramiento del estilo de vida de la comunidad universitaria, promoviendo hábitos de vida sanos, formando promotores de la salud, favoreciendo la vinculación institucional y llevando a cabo trabajo preventivo para orientar a la comunidad universitaria hacia una cultura de vida saludable.





Integran este programa un equipo multidisciplinario: un coordinador y promotores de salud que son los propios estudiantes de carreras del área médica quienes aportan desde el cumplimiento del servicio social y las prácticas profesionales; equipo de correctores de estilo, que son alumnos de Lic. en Letras y Filosofía, que apoyan en la revisión de la información; diseñadores gráficos que colaboran en dar forma a las campañas de difusión; así como un grupo dedicado a la información que se transmitirá en los medios de comunicación.

Según expresó, la Dra. Carmen Rodríguez Juárez, Jefa del área de Servicios Médicos de la Unidad Médico Didáctica (UMD) de la UAA, la institución se ha dado a la tarea de promover por medio de este programa, información sencilla y práctica sobre temas de salud, además de ofrecer charlas enfocadas en dar herramientas y habilidades a los alumnos por medio de los tutores, tanto para grupos de escolares de la UAA, como para instituciones externas que las solicitan.

Cada una de estas charlas es diseñada a medida, para que la conferencia impartida, pueda verdaderamente cumplir con su función de promover la salud física, mental y psicosocial.

Universidad Saludable también ha logrado concretar convenios importantes con instancias de salud estatal y federal, es decir, que mantienen contacto directo con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y la Secretaría de Salud del Estado de Aguascalientes, con la intención de recibir información y hasta apoyo en consultorios de medicina preventiva, vacunación, información sobre salud sexual y reproductiva, entre otros.

Tan sólo durante junio de este año, el informe de actividades de Servicios Médicos de la UMD hace referencia a más de 900 acciones y más de 10 mil beneficiados a través de actividades como: vinculación externa de servicios médicos, consultorios satelitales de servicios médicos, consultorio medicina preventiva, consultorio de vida sexual y reproductiva, pláticas, promoción en radio y televisión universitaria, así como actividades electrónicas para difundir hábitos saludables.

Con estas acciones se muestra el impacto y beneficio del programa. Universidad Saludable permite a los universitarios no sólo contribuir a la mejora del entorno, sino además liberar horas de servicio social y prácticas profesionales. Sin embargo, también es un programa loable y altruista en el que los estudiantes se pueden involucrar en el momento en que decidan, se cuenta con voluntarios que buscan contribuir a la promoción de la vida saludable.

LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS MADRES DE FAMILIA

Dra. Rossana Tamara Medina Valencia
 Facultad de Ciencias de la Educación
 Universidad de Colima

La importancia de la educación del ocio y la práctica deportiva que se ha adquirido en la sociedad moderna, tiene como uno de los principales indicadores el progresivo aumento del tiempo libre, en tanto tiempo liberado del trabajo y disponible para uno mismo; y los múltiples intentos de establecer un uso racional del tiempo. Por otra parte, el aumento de la expectativa de vida reduce el impacto que la vida estudiantil tiene en el universitario.

Según estudios recientes, las preferencias de las actividades que realizan los jóvenes en su tiempo libre son escuchar música, el uso de redes sociales y frecuentar bares; sin embargo, cuando se comparan con las actividades encaminadas a la lectura de libros, el uso de tecnología con otros fines, así como la participación en asociaciones y prácticas deportivas, podemos observar que las y los jóvenes de educación superior presentan porcentajes mayores en estas prácticas que el resto de la población joven.

Con base en estos porcentajes, se deduce que el significado del tiempo libre para los universitarios es resultado de sus estilos de vida: de los comportamientos, los intereses y preferencias recreativas o deportivas, de las emociones que les generan sus prácticas, de las motivaciones que tienen hacia las actividades que realizan y de los aspectos socioculturales. Los estudiantes universitarios tienen significaciones del tiempo libre y las prácticas de ocio, recreación y deporte que se basan en conceptos clásicos como relajación, recreación, deporte, un tiempo para compensar y contrarrestar los efectos no deseados de responsabilidades, como el estudio, es un tiempo para liberarse, entre otras expresiones brindadas.





Por otra parte, los seres humanos realizan diversas actividades en su vida cotidiana, como el estudio, el trabajo, el descanso y las requeridas para abastecer sus necesidades principales. Dentro de éstas se encuentran el deporte, la diversión, el esparcimiento, la activación física, convivencia y un sin número de actividades recreativas que permiten disfrutar o gozar la vida con mayor satisfacción.

Si analizamos las necesidades del ser humano, la teoría de Maslow las ordena en forma de pirámide, primeramente, el ser humano debe de cumplir las necesidades fisiológicas, como son los alimentos, dormir, la vestimenta, bañarse; de estas siguen las relativas a la seguridad, el tener una vivienda, un seguro médico, trabajo; después, sigue la necesidad de pertenencia, el tener una familia, estar bien con ella, amigos, pareja, un club, comunidad, luego la necesidad de la estima, aquí entra el reconocimiento, la confianza, el respeto, éxito y, por último, la necesidad de autorrealización: lograr metas, solucionar problemas, auto superación, desarrollo personal, entre otras; para poder llegar a esta última necesidad hay que cumplir la primera, que permite subir al siguiente escalón y estar autorrealizados.

La historia se ha encargado de marcar la división de las actividades laborales dependiendo del género, donde a la mujer se le ha asignado las tareas domésticas, que para ellas son más responsabilidades y obligaciones. Aunque los tiempos y costumbres han cambiado y los roles en algunas familias se han modificado, la mayoría de las mujeres en México siguen llevando la responsabilidad de cuidar y organizar a la familia, combinando estas actividades con el trabajo.

Aunado a lo anterior, cuando las mujeres trabajan, también realizan las tareas domésticas y estudian, esta carga de responsabilidades en su horario diario hace que tengan ocupada la mayor de su tiempo, resultando en poco espacio para la práctica deportiva. Ahora bien, teniendo en cuenta la psicología positiva, se debe hacer referencia a las conductas saludables de las madres de familia, se debe identificar el tiempo libre como una conducta saludable que permite, por ejemplo, neutralizar el estrés en las madres de familia estudiantes.

Habría que retomar la idea que la sociedad patriarcal ha consolidado sobre la diferencia de roles sociales; por ésta, las capacidades que se consideraban necesarias para realizar las actividades de la esfera doméstica eran tales como: emotividad, afectividad, sensibilidad, ternura, intuición, entrega, entre otras, consideradas inherentes y de carácter natural en las mujeres. Se ha primado la función reproductora de éstas, revistiéndolas con mitos y creencias de maternidad y abnegación que, aunque parezca la labor más importante, no tiene una valoración concreta fuera del ámbito familiar.

De esta manera, las mujeres están abocadas a ocupar la mayor parte de su tiempo facilitando el tiempo de otras personas (hijos, pareja, familiares dependientes), mientras, el suyo está dedicado a una serie de asunciones, obligaciones y deberes. Tal es la responsabilidad, que se asume que muchas mujeres no consideran tener un tiempo propio para la práctica deportiva, incluso no consideran que puedan tener un deseo propio, aquel que les permita entrar en una dinámica de reafirmación personal, partiendo desde el sentirse bien con ellas mismas a compartir con otras personas experiencias, anhelos y pensamientos para poder situarse reconociéndose y reconociendo a las otras personas y, desde ahí, poder entrar en una fase productiva que las sitúe frente a su capacidad creadora como personas autónomas que adquieren un mayor crecimiento para sumarse activamente al conjunto de la sociedad.

Las mujeres madres de familia tienen un mayor número de obligaciones, a diferencia de las mujeres que no tienen bajo su responsabilidad una familia, entre éstas están el atender o llevar las riendas de la organización del hogar, situación que genera que la mujer disponga de un menor tiempo para cubrir sus necesidades personales; aunado a esto, si decide superarse, el tiempo que dispone para satisfacer sus necesidades disminuye aún más, por el compromiso que adquiere al matricularse en alguna institución educativa.

Durante varios años se ha comentado sobre la gran importancia que tiene la práctica deportiva y los beneficios que tiene en diferentes estratos sociales, así como sobre los problemas que limitan a las personas para poder disponer de tiempo para su recreación o la práctica deportiva y con esto buscar estilos de vida que sean más saludables para obtener una mejora en su calidad de vida.

Por otra parte, se ha demostrado que la práctica deportiva y la convivencia social que se adquiere incluye la evolución del ser humano en el aspecto integral, por ejemplo, el cuerpo físico, el cuerpo mental, el cuerpo espiritual, así como la cualidad de poder gozar de un tiempo único específico que lo transforma en un cuerpo nuevo, en espacio y tiempo definido.

Varios autores mencionan que los diferentes tipos de roles con los que debe cumplir la mujer en la sociedad actual conllevan a una sobrecarga en sus jornadas de trabajo, esto debido a que las costumbres que ha tenido la sociedad de nuestros antepasados, le han establecido a las mujeres la responsabilidad sobre las actividades domésticas no remuneradas. A pesar de que en las últimas décadas las mujeres se han incorporado más en el área del trabajo, éstas siguen realizando las tareas domésticas y del cuidado de la familia.

En un estudio reciente, en la Universidad de Colima, analizó los hábitos de la práctica deportiva que tienen las mujeres estudiantes madres de familia universitarias del estado de Colima, al igual que su situación familiar, el uso de su tiempo libre y algunos otros aspectos, los resultados mostraron que 30.2% de la población de mujeres madres de familia estudiantes universitarias laboran turnos completos y ninguna de ellas dispone de tiempo libre entre semana para la práctica deportiva, incluso los fines de semana preferían invertirlo en labores domésticas así como realizar tareas escolares y complacer en la práctica de actividades elegidas por los demás integrantes de la familia en compensación al tiempo otorgado al estudio y el trabajo.



Del 69.8% restante, 16.2% laboran media jornada y las demás no realizan ninguna actividad laboral; dentro de este bloque de mujeres solo 10.9% practican algún deporte de manera habitual y, en su mayoría, se inclinan por deportes individuales como el atletismo, natación, crossfit y entrenamientos personalizados.

Al indagar sobre las dificultades que se les presentan para la práctica deportiva se encontraron factores como la falta de tiempo, económicos, el apoyo familiar y la falta de energía; por último, al cuestionarles sobre el grado de satisfacción que sienten consigo mismas en la relación del tiempo libre y las prácticas deportivas, 71% manifestaron sentirse muy insatisfechas y tan solo 2.8% en el rango de bastante satisfechas o muy satisfechas.

Con las cifras antes mencionadas, se puede verificar que la mayoría de las mujeres estudiantes universitarias no visualizan la práctica deportiva como una necesidad o ni siquiera la consideran como posibilidad y las que lo practican lo hacen acompañadas de sus hijos o familia, ya que lo consideran como un tiempo de aprovechamiento y disfrute en familia.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que los adultos de entre 18 a 64 años de edad realicen actividades físicas con una acumulación, a lo largo de la semana, de entre 150 a 300 minutos de actividad física intensa o moderada, o bien un mínimo de 75 a 150 minutos de actividad física aeróbica de intensidad vigorosa o la combinación equivalente, con el fin de obtener beneficios notables para la salud; por lo tanto, si ellas visualizaran el costo beneficio-tiempo optarían seguramente por la práctica de un deporte que sea de su elección dos veces por semana y con esto cubrirían la cuota necesaria para mantenerse en un estado óptimo de salud, que a fin de cuentas repercute en sus labores cotidianas (OMS, 2020).

Organización Mundial de la Salud, (12 de julio de 2021). Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo. Recuperado de: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336657/978924001511-eng.pdf>

EL DEPORTE, DISCIPLINA Y FORMACIÓN PARA LA VIDA

L.C.M. Viridiana Ortega Jacobo,
L.C.M. David Antonio García López
Dirección de Comunicación de la Universidad Autónoma de Nayarit

El deporte no solo abre puertas, mantiene la mente, cuerpo y espíritu limpios.

“El deporte siempre será un espacio para la formación del área conocimiento a la que nos dediquemos, el deporte siempre nos va permitir compartir valores, identidad, cultura de paz, respeto y reconocimiento de las personas como sujetos sociales con defectos y virtudes”, compartió Aline Viridiana Huerta Hernández, deportista universitaria, locutora y coordinadora de Difusión y Divulgación Científica, de la Secretaría de Investigación y Posgrado, de la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN).

Enfaticó que este amor por el deporte comenzó cuando era pequeña, ya que su padre la llevaba a caminar al Parque la Loma o al cerro, fomentando de esta manera el espíritu deportivo, el cual vibró en ella durante toda su formación educativa, hasta ser parte de la selección de nuevos talentos por parte de la Universidad, involucrándose por completo en diversas competencias.

Sabemos que el ejercicio es clave para la salud física y mental, pero para nuestra universitaria Aline Huerta, el deporte siempre vincula a las personas con otras instituciones, sociedad, incluso escenarios que no habrían pensado o no podrían tener incidencia de manera directa, asimismo con ello aplican la disciplina a su vida cotidiana, trabajo, familia y en la formación para ser un buen ciudadano.

Dentro de su trayectoria laboral, ha podido acrecentar su pasión por el deporte, al integrarse como locutora del programa radiofónico “Ecos Universitarios”, junto a la periodista Emérita María Concepción Bravo Mata, buscando darle voz a las y los deportistas universitarios que no solo hayan ganado un premio o medalla, sino también aquellos que son detectados como futuros talentos para darles apertura y visibilidad.

Dicho programa le ha traído grandes satisfacciones y aprendizajes, al tener la oportunidad de entrevistar a personajes como Paola Bueno Calvillo, destacada mundialista, así también atletas de juegos panamericanos y centroamericanos, medallistas nacionales, funcionarios de la Liga Mexicana de Béisbol y a la primer mujer ampáyer, Luz Alicia Gordo.

“A mí en lo particular una entrevista que me ha gustado bastante y me impactó mucho, fue la selección de fútbol de los jóvenes Down, quienes representaron a Nayarit a nivel nacional, cuando llegaron a cabina todos nos abrazaron y compartieron qué es lo que hacen, entonces yo sentí una energía muy fuerte, porque el deporte finalmente hace eso, siempre nos une, puedes no conocerte, pero te da una sensibilidad de tal manera que cuando tú te encuentras con alguien que también hace deporte te reconoces de inmediato, dejas todo, no te juzgas”, expresó la deportista y locutora.

En este sentido, habló también sobre la importancia de fomentar el deporte entre la comunidad universitaria y sociedad en general, porque esto puede llevar a construir una cultura más identitaria, de paz, respeto y salud; como ejemplo, platicó que gracias al deporte ha obtenido grandes dichas, puesto que ha conocido personas que le inculcaron valores, los cuales aplica en su vida cotidiana y laboral, además de considerarles familia por acompañarla en su camino a ser una destacada deportista.

Para concluir la entrevista, Aline Huerta dijo que una de las enseñanzas que la han marcado en lo profundo de su corazón, es el alto grado de sensibilidad de avanzar, pero no en lo individual, ya que no se trata solo de una persona, sino de cómo trasciendes en los demás a través de lo que brindas, para ayudar a construir ese camino, tal como un día le apoyaron a ella para lograr llegar a la meta soñada.

DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO

DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO: ORGULLO, COMPROMISO Y LIDERAZGO

Depto. Comunicación e Imagen Institucional
Universidad de Celaya

La Misión de la Universidad de Celaya como institución particular, sin fines de lucro, es contribuir en la mejora del mundo actual mediante el desarrollo de la capacidad intelectual, la formación en valores y visión empresarial de sus estudiantes para que ellas y ellos asuman su responsabilidad y liderazgo como ciudadanos globales en busca del bien común.

En congruencia con su misión, así como con su Reglamento General de Alumnos, se creó -y se ha consolidado- el Programa institucional estratégico denominado “Cultura Uni” que tiene el propósito de impulsar la formación integral de los estudiantes durante toda su trayectoria educativa por medio de actividades clave como el deporte para conservar la salud física y emocional de los jóvenes.

La oferta de actividades deportivas que se programan en el campus está abierta toda la comunidad educativa de la Universidad de Celaya, pero también existe la oportunidad de que los estudiantes tanto de preparatoria, como de educación superior integren los equipos representativos de la Institución, los cuales exigen un mayor nivel de desempeño físico, disciplinario y de compromiso, ya que tienen el objetivo de fomentar el liderazgo, el espíritu competitivo y el juego limpio.

Para las y los alumnos es motivo de gran orgullo formar parte de un equipo representativo institucional en alguna de las siete disciplinas con las que la Universidad compite en los diferentes torneos, siendo estas: (1) fútbol soccer varonil y femenino, (2) fútbol rápido varonil y femenino, (3) volleyball de sala, (4) volleyball de playa, (5) baloncesto varonil y femenino, (6) atletismo y (7) porristas, pues el alto nivel competitivo favorece su desarrollo como deportistas, al tiempo que se fortalece su integridad ya que deben conducirse con respeto, cordialidad, honestidad y buena comunicación intra e intergrupalmente; asimismo, porque se espera que todos los participantes de cualquier torneo deportivo practiquen un juego limpio que, tal como se señala en las políticas para alumnos de equipos representativos de la Universidad de Celaya, “tiene por objetivo esencial el alcanzar el rendimiento ético y moral que caracteriza toda forma de juego, sobre cualquier otro recurso que lleve a la resolución de la victoria desprovista del honor o que vulnere el plano de igualdad prevista por las reglas”.



El programa de equipos representativos de la Universidad de Celaya brinda a las y los jóvenes deportistas la posibilidad de adquirir experiencia a través de su participación en eventos y competencias; es decir, la preparación física que reciben los atletas seleccionados no solo consiste en un programa de entrenamientos, sino que también contempla su participación en torneos locales y foráneos que los habitúan a las exigencias de los encuentros competitivos y agudizan tanto sus aptitudes, como actitudes individuales y colectivas. Es por ello por lo que en la Institución se sabe que el proceso del deporte formativo y competitivo es cuestión de constancia a través del tiempo, pues la madurez y la experiencia se consiguen gracias a la continuidad, la dedicación y la disciplina, todos ellos factores determinantes para la conquista de las metas que tanto directivos, como el cuerpo de entrenadores se fijan al inicio de cada ciclo académico.

Los equipos de la Universidad de Celaya participan en torneos organizados y promovidos por la Comisión Nacional Deportiva Estudiantil de Instituciones Privadas (CONADEIP), por el Consejo Nacional del Deporte de la Educación A.C. (CONDDE), por la Asociación de Basquetbol Estudiantil (liga ABE), así como por la Federación Internacional de Deportes Universitarios (FISU); esta última, por ejemplo, encargada de la organización de los Juegos Universitarios o Universiada en la que recientemente el equipo varonil de fútbol rápido participó gracias a que obtuvo su pase derivado de triunfos cosechados frente a equipos de su misma zona que abarca a los estados de San Luis Potosí, Querétaro, Aguascalientes, Michoacán y, por supuesto, Guanajuato.

Desde la perspectiva del director del área de deportes de la Institución, el Mtro. Baruch Álvarez, la clave de los resultados favorables que han obtenido los equipos representativos está en la preparación de pretemporada que reciben las y los jóvenes 15 días antes de iniciar sus clases semestrales, periodo durante el cual trabajan fuerza y disciplina, preparándose para arrancar con gran impulso su programa de alto rendimiento semestral en horarios pensados para que no intervengan con sus clases, ni los distraigan de sus responsabilidades escolares ya que, aproximadamente el 50% de los estudiantes que conforman los equipos representativos de la Institución es beneficiario de una beca. Dicho con palabras del propio profesor Baruch, la Universidad de Celaya procura el equilibrio en sus estudiantes, de tal manera que “en cada estudiante que forma parte de un equipo representativo, también haya un egresado”.



Aunado a la pretemporada, otros factores importantes para el crecimiento y madurez de los equipos representativos Uni han sido:

- 1) La perseverancia que se traduce en la asistencia constante de los seleccionados a cada una de las sesiones del programa de entrenamiento.
- 2) Su participación en juegos locales de preparación para que los jóvenes se mantengan activos y con espíritu competitivo.
- 3) El desempeño, la disposición y la actitud positiva tanto de los directivos, las y los entrenadores, así como de las y los seleccionados.

Ciertamente existen otras disciplinas deportivas que, aunque no se contemplen en el programa de la Institución, sí son apoyadas y promovidas entre la comunidad educativa a través del programa “Talento deportivo” que hace posible que jóvenes inscritos en nivel medio superior o superior, y que practican deportes tales como: Charrería, Tenis, Natación, Triatlón o Golf en un nivel altamente competitivo, puedan compaginar sus estudios con sus compromisos deportivos para fortalecer así su salud tanto física, como emocional. Las y los estudiantes que forman parte de este programa suelen contar con un historial de participación deportiva en torneos locales, estatales, regionales, nacionales e/o internacionales que los avalan.

Al término del semestre enero - julio 2022 se realizó una ceremonia muy significativa en el campus universitario para hacer la entrega de medallas a aquellos estudiantes seleccionados en equipos representativos que consiguieron ya sea triunfos destacados, o el pase a la fase nacional o fase final en su respectiva disciplina deportiva durante el periodo 2021-2022, poniendo en alto el nombre de la Universidad de Colima pero, sobre todo, fortaleciendo su orgullo, compromiso y liderazgo deportivo.

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN DEPORTISTAS SELECCIONADOS UNIVERSITARIOS

Dra. Adriana Isabel Andrade Sánchez
Facultad de Ciencias de la Educación
Universidad de Colima

La inteligencia emocional (IE) es concebida como el uso adaptativo de las emociones, de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio; es “una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. De esta manera, se puede usar esta información para guiar nuestra forma de pensar y nuestro comportamiento”¹.

La actividad física suele estar relacionada con la canalización y regulación de las emociones y su efecto en el rendimiento deportivo² y la IE permite tomar conciencia de dichas emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones, acentuar la capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social³.

El uso adecuado de las emociones beneficia tareas como la resolución de problemas, la toma de decisiones, la comunicación, la focalización de la atención y el pensamiento creativo. La comprensión de éstas permite discernir la información emocional, cómo se combinan, progresan y transitan.

Algunos estudios⁴ señalan que la inteligencia emocional y la práctica físico-deportiva generan un estado de bienestar físico, mental y académico, el cual favorece la canalización de frustraciones, así como la facilidad a la hora de tomar decisiones de forma óptima ante las diversas situaciones estresantes a las que se han de enfrentar diariamente.

Por estas razones, se encuestó a 34 seleccionados universitarios —un estudio no experimental, cuantitativo, transversal, no probabilístico por inclusión de voluntarios— de las disciplinas de atletismo, basquetbol, ciclismo, fútbol, *handball*, taekwondo y voleibol. El 100% son estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Colima, donde 14.7% cursaban primer semestre, 2.9% tercer semestre, 61.8% quinto y 20.6% séptimo.

¹ Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators* (p. 3-31). Basic Books.

² López, S., Zurita, F., Ubago, J.L. y González, G. (2021). Importancia de la actividad física sobre la inteligencia emocional y diferencias de género. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 42, pp. 636-642.

³ Goleman, D. (2018). *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Ediciones B.

⁴ Puertas-Molero, P., González-Valero, G. y Sánchez-Zafra, M. (2017). Influencia de la práctica físico deportiva sobre la Inteligencia Emocional de los estudiantes: Una revisión sistemática. *ESHPA- Education, Sport, Health and Physical Activity*, 1(1), 10-24.



Para analizar la IE de las y los estudiantes, deportistas seleccionados universitarios, se utilizó el cuestionario TMMS-24 (escala rasgo de metaconocimiento emocional, por sus siglas en inglés), un instrumento basado en las cuatro habilidades que Mayer y Salovey conciben en su modelo de IE: a) percepción, evaluación y expresión de emociones, b) asimilación de las emociones en nuestro pensamiento, c) comprensión y análisis de las emociones y d) regulación reflexiva de las emociones⁵. El TMMS-24⁶ es un cuestionario propuesto por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en 2004, compuesto por 24 ítems que se responden sobre una escala de Likert de cinco puntos donde se mide la IE a través de tres factores denominados atención, claridad y reparación emocional.

Los estudiantes, deportistas seleccionados universitarios tienen en promedio 20.4 años (+-01.6). El 50% de ellos, además de estudiar y entrenar, trabajan para ayudar a la economía familiar. Entre las ocupaciones mencionadas, están los de entrenador o instructor de gimnasio, profesor de voleibol, para aquellos que trabajan de lunes a viernes; y mesero, bartender, fotógrafo, laminero y taquero, los que tienen actividad económica los fines semana.

Entre las personas encuestadas se encuentran deportistas que han ganado campeonatos nacionales premier, la copa internacional de balonmano playa volcán, la copa Jalisco, la liga formativa, el torneo de facultades de futbol de bardas, el torneo nacional Copa Colima 2021, el torneo Gatorade 5vs5, liga local, juegos de la Comisión Nacional del Deporte (CONADE), y han obtenido medalla de plata en la Universiada Nacional de Handball de Playa.

⁵ Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds). Emotional development and emotional intelligence: implications for educators (p. 3-31). Basic Books.

⁶ Basado en el TMMS-48 de Salovey, Mayer, Goldman y Turvey (1995). Emotional attention, clarity and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. En J. W. Pennebaker (Ed.), Emotion, disclosure & health (pp. 125-154). American Psychological Association.



En el imaginario social, la actividad física está relacionada con la actividad mental y el bienestar social, ya que aquellas personas que la realizan demuestran mejores destrezas psicológicas y disminuyen la ansiedad y el estrés⁷. La actividad física y el deporte ayudan a afrontar retos, colaborar formando parte de un equipo y así hay una relación entre la IE y la actividad física⁸; sin embargo, a través del TMMS-24, se encontró que solo 58.8% de los seleccionados universitarios tienen una adecuada atención a sus sentimientos; sin embargo, 20.6% deben mejorar, ya que prestan poca atención, y un porcentaje igual tiene opción de mejora, ya que prestan demasiada atención a sus sentimientos.

En lo que respecta a la claridad de los sentimientos, es decir, la comprensión de los propios estados emocionales, tan solo 38.3% tienen una adecuada o una excelente comprensión (26.5% y 11.8% respectivamente); y 61.8% de los seleccionados universitarios debe mejorar la claridad que tiene de sus sentimientos.

Con referencia a la reparación emocional, 70.6% tienen una adecuada o una excelente regulación (50% y 20.6% respectivamente); sin embargo, 29.4% de los seleccionados universitarios deben mejorar la regulación que tienen de sus sentimientos.

Analizando de manera más detallada, 11.8% de los deportistas seleccionados universitarios participantes en el estudio, tienen puntajes inadecuados en las tres variables latentes del TMMS, es decir, presentan puntajes bajos o muy altos de atención, poca claridad y una incorrecta regulación de sus sentimientos, lo que significa que esta cantidad de deportistas universitarios tienen una inadecuada inteligencia emocional.

⁷ Acebes, J. (2019). Relaciones entre actividad física, experiencia deportiva e inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Madrid (tesis doctoral). Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) (UPM). <https://doi.org/10.20868/UPM.thesis.57777>.

⁸ Crombie, D., Lombard, C. y Noakes, T. (2011). Increasing emotional intelligence in cricketers: an intervention study. *International Journal of Sport Science and Coaching*, 6(1), pp. 69-86. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.6.1.69>



En el deporte competitivo se distinguen cuatro aspectos del rendimiento deportivo: físico, técnico, táctico y psicológico; en donde el aspecto táctico, se refiere al ámbito estratégico e incluye habilidades como la planeación y toma de decisiones,⁹ mientras que los aspectos psicológicos incluyen el desarrollo de habilidades cognitivas, habilidades emocionales y habilidades sociales¹⁰. Aun con los resultados anteriores, solo 2.9% de los seleccionados asiste a atención o terapia psicológica de manera regular; 52.9% alguna vez fue, pero ya no lo hace; 32.4% no va, pero le interesa tener la atención; y 11.8% no va y no le interesa.

La relevancia que ha adquirido la IE en el deporte se evidencia con las investigaciones realizadas últimamente, como la de Miranda y Cantú (2022)¹¹. Con los resultados obtenidos, se podría concluir que el deporte no es un factor que garantice los altos niveles de inteligencia emocional en todas las personas que lo practiquen. Se hace necesario el acompañamiento psicológico a deportistas universitarios, ya que no solo afrontan situaciones complejas de la vida cotidiana, sino que su participación como representantes deportivos podría incrementar los niveles de estrés percibido.

⁹ Moran y Toner (2018). *Psicología del Deporte. El Manual Moderno*.

¹⁰ Miranda Rochín, D. y Cantú Berrueto, A. (2022). Estado de la investigación sobre inteligencia emocional y rendimiento deportivo. *Revista de Ciencias del Ejercicio*, 1(17), pp. 8-10.

¹¹ Miranda Rochín, D. y Cantú Berrueto, A. (2022). Estado de la investigación sobre inteligencia emocional y rendimiento deportivo. *Revista de Ciencias del Ejercicio*, 1(17), pp. 8-10.

FISIOTERAPIA EMOCIONAL, UNA ALIADA EN LA RECUPERACIÓN FÍSICA INTEGRAL DE PACIENTES

Mauricio Lugo González
Departamento de Comunicación y Relaciones Públicas
Universidad Autónoma de Aguascalientes

La Fisioterapia, también conocida como Terapia Física, pertenece a un área de la Medicina que se enfoca en la reparación y restauración de la movilidad física de los pacientes que han sufrido algún tipo de trauma físico para evitar el rápido deterioro funcional de los pacientes. Los fisioterapeutas han demostrado tener conocimiento en lo relacionado al movimiento corporal humano y sus afecciones, por lo que se convierten en profesionales clave en el tratamiento y mejora de la salud mental de los individuos.

Cobra relevancia el apartado de un complemento a las terapias ordinarias de rehabilitación física: la fisioterapia emocional o psicología en rehabilitación. Aquí tiene mucho que ver el estudio y la aplicación de principios psicosociales en la conducta de las personas que sufren alguna discapacidad, ya sea física, cognoscitiva, del desarrollo o emocional. La fisioterapia emocional ayuda a las personas con discapacidad a que tengan o alcancen un óptimo funcionamiento psicológico, físico y social.

Cabe destacar que la primera escuela para técnicos en terapia física en el país fue instituida en el año 1955, año en que se funda, además, la Asociación Mexicana de Terapia Física y Rehabilitación (AMTFR), que posteriormente cambiaría su nombre a Sociedad Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación.

Dentro de la fisioterapia se llegan a presentar casos muy complejos, en los que se debe contar con una preparación física y mental para poder brindar al paciente la mejor atención posible, de ahí que se trabaja con un equipo multidisciplinario para derivar alguna situación particular hacia un servicio especializado de psicología. Con este tipo de apoyo psicológico, los pacientes pueden entender de mejor manera la situación que viven, favoreciendo el proceso adaptativo.

Ana Laura González Delgado, Fisioterapeuta de la Clínica de Rehabilitación de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, dio a conocer que dentro de la fisioterapia hay áreas de especialidad, una de ellas es la salud mental, que va de la mano con la parte psicológica y emocional. Cuando se presenta un paciente con una lesión o discapacidad física, los terapeutas se enfocan en disminuir el impacto de esa discapacidad para, por el contrario, mejorar la forma de afrontarla. En pocas palabras, empoderar al individuo a través del movimiento y la actividad física. Y es que, por ejemplo, hay quienes acuden con el fisioterapeuta y reciben como parte de su terapia, un masaje; pero hay quienes aplican, además, biodinámica craneosacral, una técnica que favorece la relajación

Adicionalmente, comentó que hay lesiones que generan mucho dolor, y cuando éste se vuelve crónico, hay dificultades para poder desempeñarse ordinariamente en la vida cotidiana. Por eso es importante que los terapeutas físicos se capaciten constantemente y aborden el apartado psicológico, fundamental al momento de tratar alguna lesión o trauma físico, ya que las emociones, están muy ligadas al apartado de recuperación, de ahí que se debe procurar, al momento de la terapia, una atención positiva y de gran motivación.

Compartió que el contacto físico con el paciente es de suma importancia, las manos de un fisioterapeuta transmiten mucho, hasta sus propias emociones. La labor del fisioterapeuta, al abordar el lado emocional de su paciente, entra de lleno al momento de hacerle saber que se enfrentará probablemente, a una nueva condición de vida como consecuencia de alguna caída o accidente; desde una fractura de tobillo, un golpe en el cráneo o lesión de espalda y que implique, por ejemplo, el uso de una silla de ruedas.

Fisioterapeutas en diversos portales de salud como novofisio.com, reportan que las patologías más comunes que se tratan son las escoliosis, esguinces, esguinces cervicales, de rodilla, de tobillo, lumbalgias, contracturas, tortícolis, ciática, hernias y accidentes de tráfico, por mencionar algunas.

Ante una situación adversa, como puede significar una lesión física grave, una persona puede presentar altibajos emocionales, es por ello que se recomienda complementar la terapia de rehabilitación física con terapia psicológica.

Un fisioterapeuta domina y aplica conocimientos para ayudar a las personas a recuperarse de una lesión y evitar recaídas, sin embargo, también las orienta para prevenirlas; recordemos que son especialistas y que, con técnicas sensitivas como la electroterapia, la punción seca, de auto reconocimiento corporal, estiramientos y ejercicios varios, seguramente podrán aminorar dolencias en nuestro cuerpo, sean reales o sentidas, como el conocido “espectro del dolor fantasma”.



SE COLOCA LA UTA EN EL TERCER LUGAR A NIVEL NACIONAL DEL ENCUENTRO NACIONAL DEPORTIVO Y CULTURAL DE UNIVERSIDADES TECNOLÓGICAS

La Universidad Tecnológica de Aguascalientes (UTA) se mantiene entre los tres primeros lugares en materia deportiva y cultural a nivel nacional; así se demostró en la reciente contienda del Encuentro Nacional Deportivo y Cultural de Universidades Tecnológicas (ENDCUT)

Los equipos de la universidad se colocaron en la tabla de posiciones de la siguiente manera, primer lugar varonil y segundo femenino en ajedrez, así como el tercer lugar por equipos en la misma disciplina; en el atletismo se obtuvo el tercer lugar en la especialidad de los 800 metros planos.

En el tae kwon do se obtuvieron dos primeros lugares, uno en la categoría bantam y otro en la categoría fly; así como dos segundos lugares, en las categorías feather y heavy, de esta manera, la institución se coló al segundo lugar general por medallas y por equipos.

De igual manera, destacó la participación de los equipos de voleibol varonil y de béisbol, quienes obtuvieron el segundo y primer lugar respectivamente; los últimos colocándose como invictos en el torneo.





Es importante mencionar que la entrega simbólica de los trofeos de los participantes a manos del rector, se llevó a cabo este fin de semana. Durante la ceremonia el, alumno reconocido como mejor jugador del torneo en la disciplina de béisbol, Abraham Martínez Ortiz, de la carrera de mecatrónica, destacó la importancia de la formación integral de las futuras generaciones, ya que, a través del fomento de la práctica del deporte se fortalecen capacidades físicas y mentales.

Por su parte, el rector mencionó que el ENDCUT, representa la contienda deportiva más importante del año para los jóvenes universitarios, ya que es en este dónde confluye la gran comunidad que integra el Subsistema de Universidades Tecnológicas, desde los mismos alumnos, entrenadores, algunos profesores y el personal encargado de coordinar dicha fiesta universitaria, con lo cual se respalda la formación integral de los estudiantes, así como el estímulo a la sana convivencia.

UDEG COMPROMETIDA CON EL DEPORTE UNIVERSITARIO

Desde hace algunos años la Universidad de Guadalajara (UdeG) ha desarrollado un plan integral en materia deportiva, lo que le ha permitido mantenerse en los primeros planos del deporte universitario nacional e internacional.

La clave ha sido la metodología, la medicina del deporte, la nutrición, la psicología y la incorporación de entrenadores para una atención integral de los atletas, así como un mayor presupuesto.

Durante el periodo de confinamiento, la Coordinación de Cultura Física implementó diversas estrategias para mantener en movimiento a sus deportistas mediante programas de entrenamiento a distancia, así como un monitoreo permanente de los atletas.

En el año 2021, con la reanudación de las competencias universitarias a través de los Campeonatos Nacionales Universitarios, esta Casa de Estudio tuvo una destacada participación, ubicándose en la primera posición al obtener 72 medallas de oro, 69 de plata y 63 bronce, para un total de 214 preseas.

En la pasada Universiada Nacional 2022, que tuvo como sede a la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, fueron más de 800 personas las que integraron la delegación de la UdeG, de las cuales, 470 corresponden a deportistas, que participaron en 24 de 26 disciplinas convocadas, con excepción de basquetbol y tenis.

Esta Casa de Estudio terminó en la segunda posición general en la tabla de puntos y medallas; sumó un total de 90 preseas: 29 de oro, 15 de plata y 46 de bronce, superando el número de medallas de oro y totales de ediciones anteriores; mientras que en la tabla de puntuación de la justa estudiantil, concluyó también en la segunda posición, al sumar 2 mil 830 puntos.

Una de las disciplinas en las que la UdeG sigue manteniendo su liderazgo es la de lucha universitaria, terminando la participación con un total de 23 preseas: cinco de oro, seis de plata y 12 de bronce; mientras que en box obtuvo 11 preseas: cinco de oro, tres de plata y tres de bronce.

Por su parte, la selección de béisbol hizo historia al obtener su primera medalla en Universiada Nacional, luego de derrotar en partido por la medalla de bronce al equipo anfitrión de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ).

El Jefe de la Unidad de Alto Rendimiento de la Coordinación de Cultura Física, Quetzalcóatl Oregel, dijo que da gusto ver que en los últimos años ha alcanzado un gran realce el deporte universitario y se ha vuelto más masivo, con un mayor número de disciplinas.

“A los mismos estudiantes les ha llamado más la atención involucrarse, y eso ha provocado que crezca, que sea masivo; y no es sólo deporte, es una fiesta, es un intercambio cultural, es conocer. Los estudiantes siempre buscan aprender más, es por eso que la gente se involucra cada vez más en el deporte universitario”, declaró.

Explicó que ya existe, entre las autoridades universitarias en general, una mayor conciencia de apostar por el deporte como parte de la formación integral, ya que es una forma de mantener a los estudiantes alejados de malos hábitos, de buscar una integración social y generar que su tiempo libre los jóvenes lo inviertan en el deporte, lo que favorece su educación, formación y disciplina.

“Los principales retos, en el caso de los estudiantes deportistas, es el tiempo, por las cargas horarias; tienen que buscar los tiempos para entrenar. Es una cuestión de disciplina el poder administrar los tiempos y los periodos de descanso que pudieran tener, y los aprovechan entrenando”, agregó Oregel.

Destacó que además el deporte universitario es cuna de deportistas que han desempeñado un papel importante a nivel olímpico, y mientras en ese ranking México está ubicado en el lugar 70, en los eventos de Universiada está entre los primeros diez.

“Hemos tenido a varios medallistas en campeonatos mundiales universitarios, de diferentes disciplinas; obviamente, la UdeG ha aportado a sus deportistas, que han ido a los Juegos Olímpicos de la Juventud, mundiales, medallistas panamericanos. El nivel del deporte universitario se ha incrementado. Esto habla de que ha crecido y se le está dando su valor”.

Dijo que otro de los aspectos a destacar es que los deportistas ya están preocupándose por su segunda etapa, la que se refiere a lo que va pasar cuando se retiren del deporte, por lo que ya se preparan académicamente.

“Eso es gratificante. Antes, ser deportista era dedicarse al deporte al 100 por ciento, pero la vida de un deportista tiene fecha de caducidad y muchos de ellos batallan después de que terminan su ciclo deportivo y ya no saben qué hacer; y es una alternativa bastante buena, para que sigan con un buen nivel de vida, el prepararse profesionalmente”.

Atletas Destacados



Citlali Cristian Moscote

Atletismo

Culminó en el décimo lugar del maratón femenino del Campeonato Mundial de Atletismo Oregon 2022, logrando el mejor tiempo de cualquier maratonista mexicana en un campeonato mundial.



Andrea Maya Becerra

Tiro con arco

Medalla de oro en la Universiada Mundial 2019; primera presea dorada para México en la historia de la disciplina en dicha competencia.



Miguel Becerra

Tiro con arco

Medalla de oro en los Juegos Mundiales Birmingham 2022.



Thor Villegas García

Escalada deportiva

Bicampeón universitario.



Verónica Ángel Talamantes

Atletismo

Medalla de oro en las pruebas de mil 500 y 800 metros en Universiada Nacional 2022.

ATLETAS GALLOS CON PRESENCIA EN COMPETENCIAS NACIONALES E INTERNACIONALES

Rocío Basurto Morales
 Departamento de Comunicación y Relaciones Públicas
 Universidad Autónoma de Aguascalientes

Ante el escenario de pandemia que sacudió la vida universitaria, los estudiantes de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, especialmente quienes se avocan al deporte de alto rendimiento, continuaron con sus entrenamientos de manera individual en espacios abiertos durante el periodo de la emergencia sanitaria.

En octubre de 2021 se aprobó el regreso a los entrenamientos para los clubes deportivos, esta medida de la Comisión Ejecutiva Universitaria de la UAA motivó a los entrenadores, estudiantes y personal administrativo del Departamento de Deportes para dar todo su esfuerzo en las justas deportivas universitarias. Los estudiantes lograron retomar sus actividades deportivas a nivel selectivo con la intención de prepararse para las competencias del Consejo Nacional del Deporte de la Educación (CONDDE); primero en su etapa regional en el mes de abril como parte de la región V, donde participaron las instituciones de educación superior de San Luis Potosí, Aguascalientes, Guanajuato y Querétaro.

Más de 200 deportistas universitarios representaron a la Universidad Autónoma de Aguascalientes en 19 de las 25 disciplinas deportivas convocadas por CONDDE para la Universiada Regional que se realizó en la Universidad Autónoma de San Luis Potosí del 1 al 8 de abril de 2022. En opinión de Irma Irela Rangel Robledo, jefa del Departamento de Deportes de la UAA, el periodo de confinamiento representó dos años difíciles para el deporte; sin embargo, los Gallos mostraron en la etapa regional un gran resultado de su esfuerzo, disciplina y compromiso realizado durante la crisis sanitaria.

Después de dos años de pandemia, los Gallos lograron ver los triunfos de su esfuerzo individual, al clasificar en diversas disciplinas: baloncesto, beisbol, futbol bardas, futbol soccer, handball, tochito bandera, voleibol, ajedrez, atletismo, bádminton, esgrima, halterofilia, judo, lucha universitaria, tae kwon do, tenis, tenis de mesa, tiro con arco, o triatlón.

En la Universiada Nacional brilló un alto nivel competitivo en todos los jóvenes del país, en el caso de la Universidad Autónoma de Aguascalientes también triunfaron todos los atletas. Aquí te presentamos a tres jóvenes que se colgaron medallas en atletismo, bádminton y judo, que además han destacado en otras competencias nacionales de sus disciplinas.

Ellos son Dhamar Arlette Chavarría Rocha, es estudiante de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte, y en la Universiada Nacional obtuvo la medalla de bronce en Judo en la categoría 52 kg; Roberto Ángel Márquez Muñoz, estudiante de la Licenciatura en Mercadotecnia, medalla de plata en atletismo de 3,000 metros con obstáculos; así como Atziri Alejandra Varela Mendoza, de la carrera de Químico Farmacéutico Biólogo y Jocelyn Karen Cervantes Aguilar, alumna de Ingeniería Biomédica, quienes lograron la medalla de bronce en la modalidad dobles femenino de bádminton.



Roberto Ángel Márquez Muñoz Atletismo 3,000 metros con obstáculos

Como atleta de alto rendimiento se planteó diversos objetivos para la temporada de competencias de 2022, además de participar en la Universiada Nacional del CONDDE, donde obtuvo la medalla de plata; compitió en los Nacionales de Atletismo de la CONADE, logrando la plata en su prueba y el bronce en los 1,500 metros, su prueba secundaria. En el Nacional de la Federación Mexicana de Atletismo, donde se colgó la medalla de plata; y recientemente, en el Campeonato Mundial de Atletismo Sub 20 que se realizó en Cali, Colombia, quedando en la posición 35 del ranking, hasta ahora esta participación es uno de sus máximos logros.

Roberto nos compartió que tiene más de cinco años entrenando manera más intensa y seria, lo que le permitió en 2019 dar el salto a grandes competencias: se coronó campeón en la Olimpiada Nacional de CONADE en la prueba de 2,000 con obstáculos, dicho triunfo le valió representar a México en el Campeonato de Norteamérica, Centroamérica y el Caribe de Atletismo (NACAC) donde ganó la medalla de oro. Con la pandemia y las competencias canceladas, Roberto redujo los entrenamientos al aire libre para no perder el trabajo logrado. En julio de 2021, se logró la realización de los Juegos Nacional de CONADE colocándose como campeón nacional en los 3,000 metros con obstáculos.

“Trato de tener en una balanza el estudio y el atletismo”. Roberto Márquez afirma que en un país como México es muy difícil el deporte selectivo, ya que no existen las condiciones para participar en las competencias mundiales, pues no existen los apoyos económicos, pero asegura que gracias a la pasión que le tiene a la disciplina y los logros obtenidos se ha planteado como meta los Juegos Olímpicos.



Joselyn Karen Cervantes Aguilar y Atziri Alejandra Varela Mendoza *Bádminton en dobles femenil*

Tras competir en la Universiada Nacional y ganar la medalla de bronce, la primera para la UAA en Bádminton en la modalidad de dobles, Joselyn y Atziri nos cuentan que como dupla ya habían participado en competencias recreativas y representando a Aguascalientes en las Olimpiadas de la CONADE; sin embargo, esta participación en la Universiada Nacional implicó un gran esfuerzo para coordinar los trabajos escolares con la práctica deportiva, especialmente después de dos años de crisis sanitaria.

Este 2022, la máxima justa del deporte universitario coincidió con el periodo de exámenes en la UAA por lo que “fue un gran reto para cumplir con las tareas y las evaluaciones, afortunadamente con la modalidad semipresencial, se facilitó un poco, pero aun así fue un reto lograr acoplarse a esa forma de trabajo”. Ambas expresaron sentirse muy satisfechas con lo que han logrado hasta hora, pues a pesar de que en la Olimpiada no se obtuvieron medallas, lograron buenos resultados que esperan superar en próximas competencias para obtener alguna medalla.

Joselyn comenzó a practicar el bádminton en el instituto del deporte desde muy pequeña, y al ingresar a la UAA se abre la posibilidad de conformar un selectivo, por lo que se integra para ir avanzando en la clasificación rumbo a la Universiada Nacional; mientras que Atziri conoció la disciplina también a los 11 años durante un curso de verano del instituto del deporte, a partir de entonces la invitaron a practicarlo a nivel competitivo.

Aunado a lo anterior, esperan que cada vez más alumnos se sumen al Bádminton para armar equipos y participar en todas las modalidades: singles, dobles y mixtos. “Fue un honor representar a la Universidad y haberlo hecho muy bien” a pesar del periodo de confinamiento, ya que la inactividad requirió un entrenamiento arduo para retomar la condición física y la técnica; practicar el bádminton, un deporte muy rápido que utiliza un gallito y raquetas para jugarse, implica mucha coordinación y técnica corporal.



Dhamar Arlette Chavarría Rocha *Judo*

Entrevistada vía Zoom desde las instalaciones de concentración de la CONADE, Dhamar nos cuenta de su último triunfo que la colocan como la campeona nacional de Judo en la categoría de 18-22 años hasta 52 kg., una de las tres medallistas de Aguascalientes en los Nacionales CONADE 2022. Para ella, ha sido complicado conjugar su carrera deportiva con sus estudios en la Licenciatura de Cultura Física y Deportes en la UAA; aunque gracias a la disposición de los académicos y la facilidad que permiten las plataformas digitales ha logrado compaginar las diversas sesiones de entrenamiento con las clases en línea.

Un día en la concentración comienza a las 7 de la mañana con el desayuno, después dedica un par de horas a sacar pendientes y realizar tareas para comenzar a las 10 con el primer entrenamiento de su disciplina, dos horas con el entrenador técnico. Después, de 1 a 3 de la tarde baja de nuevo al comedor; antes de regresar a la segunda sesión de entrenamiento alrededor de las 5 ó 6 de la tarde -una sesión muy pesada que implica dos a tres horas de gimnasio- dedica más tiempo a las clases de la universidad. El día finaliza a las 11 de la noche, después de cenar y convivir un poco con los demás atletas, para descansar lo suficiente para repetir todo al día siguiente.

La historia de Dhamar comienza a los 11 años, durante un curso de verano cuando le surgió el interés tres actividades: judo, ciclismo y lucha, pero fue la técnica de derribar al oponente lo que la convenció de incursionar en el judo, por lo que tras varios meses de práctica obtuvo su primero triunfo que la hizo descubrir su buen desempeño y aptitud como judoka.

En 2019 fue convocada para integrarse a la selección nacional, tras un tiempo en CONADE regresó a Aguascalientes para concluir sus estudios de preparatoria. A principios de 2020 le ofrecieron la posibilidad de regresar como seleccionada nacional, pero a causa de la pandemia por la COVID-19 todas las actividades deportivas de alto rendimiento se suspendieron, por lo que decidió iniciar sus estudios profesionales en medio del confinamiento establecido para frenar el coronavirus con las expectativas de ingresar a un programa educativo 90% práctico.

Durante 2019 logró destacar entre los primeros lugares de diversos torneos, entre ellos, el Nacional de Judo Profr. Tomoyoshi Yamaguchi (tercer lugar), el Torneo Nacional Sensei Daniel F. Hernández (segundo lugar, Olimpiada Nacional de Judo (tercer lugar), la Copa Judotecnia (primer lugar en la categoría de 48 kgs). En 2020, cambió de categoría a 52 kgs, y quedó en séptimo lugar del torneo Profr. Tomoyoshi Yamaguchi; así como dos torneos virtuales de Judo Funcional, uno de ellos, organizado por la UAA. En este 2021, se efectuó en Aguascalientes la edición del torneo Profr. Tomoyoshi Yamaguchi, donde quedó en primer lugar, lo que le permitió quedar como seleccionada nacional. Las siguientes competencias serán los Juegos Nacionales y la Universiada Nacional, donde podrá por primera vez representar a la Universidad Autónoma de Aguascalientes.

ARTÍCULOS DE OPINIÓN

“EL AJEDREZ NO ES DIFÍCIL Y ES PARA TODOS”: ENTRENADOR UG

Lic. en Periodismo, Juan Carlos Salcido Hernández
Dirección de Comunicación y Enlace
Universidad de Guanajuato

Pensar en el ajedrez es imaginarse a dos personas altamente intelectuales teniendo una auténtica batalla de mentes en donde, quien logre anticipar correctamente los movimientos de su rival, se llevará la victoria, sin embargo, para Oscar Mauricio Tun Pinzón, entrenador del equipo representativo de ajedrez de las Abejas de la Universidad de Guanajuato (UG), esto no tiene que ser así, ya que incluso, hay quienes juegan para relajarse, aunque no deja de ser un deporte que ayuda a ejercitar la mente.

“El ajedrez tiene la bondad de que, al igual que muchas disciplinas, es para todos, realmente no se requiere una habilidad especial para poder jugar. Incluso desde el origen del taller mismo, este es abierto a todos. Yo veo la parte principalmente competitiva, pero sí me ha tocado ver de todo, yo por cierto doy clases en una de las preparatorias de nivel medio de la UG desde hace quince años, y me ha tocado ver de todo, gente que es competitiva, y gente que le gusta el ajedrez y quizá no progresa tanto en su calidad de juego, pero lo disfruta, al final de cuentas lo disfruta y lo relaja. Muchos se preguntan ¿Cómo se van a relajar con algo que los tensa? Pero realmente muchos encuentran un espacio de distracción”.

Así se expresa Oscar Tun, quien lleva la batuta como entrenador desde el año 2019, tiempo en el que ha tenido participaciones importante con el equipo, compitiendo incluso a nivel nacional, mismo que para este semestre se compone de cinco mujeres y cinco hombres, todos estudiantes activos de la UG, tal como lo marcan los lineamientos del Consejo Nacional del Deporte de la Educación A.C. organismo rector de sus competencias, que también exige, sean estudiantes regulares y estén cursando al menos tres materias en el semestre, a menos que su plan de estudios marque lo contrario.

Y si bien, él se encarga de prepararse para estos torneos, siendo la más cercana la Universiada del mes de octubre, tiene claro que: *“la principal función del taller es ver el ajedrez de una manera lúdica, como algo divertido, cultural”.*



El ajedrez como una disciplina que ejercita la mente

Si bien Oscar Tun ve su deporte como uno que cualquiera puede practicar, igualmente requiere entrenamiento y preparación: *“Yo siempre les digo, equivale a ir al gimnasio. Para los nadadores y clavadistas necesitan técnica para sus disciplinas, pero pasan muchas horas en el gimnasio porque necesitan la fuerza para llevar a cabo la técnica. Lo mismo pasa aquí, la táctica y estos ejercicios son enfocados a ejercitar eso. Y otra parte, ya vemos las cuestiones de estrategia, desde lo básico, los elementos, el análisis de una posición, el dominio del centro, las estructuras de los peones, la actividad de las piezas, etc. Hasta ya cosas poquito más complejas”.*

Este entrenamiento y visión no impide que personas novatas en el juego de las torres, caballos y peones no puedan unirse al taller, que muchas veces recibe personas externas a la UG, apasionadas del mismo, que pueden ser de todas las edades, aunque en lo que respecta a los menores de edad, piden que siempre esté presente uno de los padres o adultos a su cuidado.

De cualquier manera, Oscar Tun admitió que hay personas a las que se les puede facilitar más aprender sobre el ajedrez y que también les permite llegar al nivel competitivo de una manera más rápida:

“Hay cosas que ayudan, igual que como a un basquetbolista le ayuda la altura, hay quienes les ayuda su capacidad de pensamiento lógico, eso les ayuda a progresar más rápido en ciertos aspectos, sobre todo la fuerza, pero justamente eso a veces les dificulta; por ejemplo, hay quienes tienen mucha fuerza en ese sentido, pero en la comprensión de las cuestiones abstractas de la estrategia, se pierden, por lo que es variable”.



El ajedrez es nuestra pasión

Más allá de las competencias, de los arduos entrenamientos, el ajedrez no deja de ser un escaparate, una manera de desconectarse del ajetreo de la actualidad, incluso para Oscar Tun, quien, a pesar de que tiene una responsabilidad extra al ser también entrenador del representativo, este taller es un espacio de esparcimiento:

“Es la pasión que muchos tenemos por el juego, es muchas cosas. Por un lado es un trabajo más, porque tenemos una responsabilidad para con los chicos. Es una distracción para mí porque incluso, yo les he comentado a algunas personas: tengo otro trabajo, a veces es cansado y todavía sale uno a dar el taller; a veces hay un desánimo por mi parte, pero es antes de, cuando estoy aquí se me olvida el cansancio, el desánimo, el agotamiento y al contrario, como que me anima más, me levanta más estar acá”.

Parte de equipos representativos desde la educación media superior y desde luego ya en la superior, igualmente ha acompañado al taller desde que fue fundado hace siete años, luego del primer Festival Universitario de Ajedrez en 2016, este deporte de estrategia ha formado parte de su vida académica, y espera que continúe mucho tiempo más.

A propósito del festival, organizado por la Dirección de Extensión Cultural de la UG, la séptima edición del mismo está por celebrarse del nueve al doce de noviembre, en las instalaciones del histórico Mesón de San Antonio, en el que esperan recibir a más de 100 participantes, tanto de la misma comunidad de abejas, como de otros centros educativos de educación superior del estado.



LA PERCEPCIÓN DEL ÉXITO EN ENTRENADORES UNIVERSITARIOS

Dra. Isela Guadalupe Ramos Carranza
 Profesora de tiempo completo
 Universidad de Colima

Hoy en día el éxito deportivo tiene varias perspectivas, puesto que se ha demostrado que cada sujeto interpreta este concepto de acuerdo con sus necesidades; ya sean deportivas, biológicas, culturales o sociales. La motivación de logro en el deporte y el ejercicio físico, específicamente en jóvenes universitarios, ha sido objeto de estudio en los últimos años.

Las claves del éxito deportivo son un reto para la investigación en cualquier disciplina o modalidad. A nivel universitario, en muchas ocasiones, el rendimiento deportivo está alejado del ámbito profesional, por ello las universidades deben poseer un modelo deportivo integrado con una adecuada metodología, así como disponer de importantes recursos afines, ya que estos factores son determinantes para alcanzar los objetivos planeados por la universidad y su posicionamiento como institución que promueve la calidad deportiva.

De esta manera, los selectivos universitarios deben estar conformados por atletas que cuenten con las mejores capacidades físicas y habilidades disciplinares de su deporte, ya que representar a la universidad en una justa regional o nacional es sinónimo de orgullo e identidad. Sin embargo, el camino para la selección del talento universitario se ve afectado por la motivación de participación, ya que las y los estudiantes están enfocados al estudio y las posibilidades de compaginarlo con el deporte son difíciles.

Las estrategias utilizadas por los entrenadores consisten en hacer un llamado a deportistas de cualquier disciplina para que unan a los selectivos, de preferencia aquellos que cuenten con experiencia competitiva en nivel medio superior, o hayan participado en justas deportivas representando al estado; sin embargo, se han presentado atletas cuyo interés surge hasta el nivel superior o tienen la posibilidad de asistir a practicar un deporte.

Es por ello por lo que las universidades deben garantizar un programa deportivo transversal que desde etapas tempranas establezca las mejores condiciones para el desarrollo de capacidades y habilidades de los deportistas universitarios.

La motivación como vía para el éxito deportivo

Otro de los factores que se deben analizar e incluir en el tema del éxito deportivo es la colaboración de las personas más significativas para el atleta –familia, amistades, entrenador– a la hora de orientar la consecución del éxito, ya que se ha demostrado que el aspecto socioemocional también determina el rendimiento físico del deportista.

En este sentido, se revisan diversas variables que conducen al éxito deportivo, por un lado, tenemos atletas a quienes la genética les permite tener las condiciones biológicas para lograr un rendimiento deportivo elevado y, por el contrario, aquellos que han tenido años de práctica y de entrenamiento. Ambos posicionamientos generan, entre expertos y profesionales del sector, un constante debate sobre si un campeón deportivo nace o se hace. Indudablemente, se requieren características biológicas para la práctica deportiva, pero no es un condicionamiento que le impida hacerlo.

Derivado de lo anterior, conviene fusionar ambas ideas, ya que se acepta la importancia del potencial genético de un deportista que, mediante un proceso de entrenamiento cuidadosamente planificado y estructurado, podría alcanzar el máximo nivel deportivo en una determinada disciplina, pero también requiere de constancia, estabilidad emocional, entre otros factores.



Fotógrafo: Gustavo Arturo Loza Martínez
Licenciado en comunicación

Los entrenadores deportivos y la investigación

La investigación es una herramienta útil para crear indicadores que permitan tomar decisiones más acertadas a la planeación del deporte universitario. En este orden de ideas, existen diversos instrumentos que ayudan a encontrar la caracterización de los entrenadores universitarios y a partir de ahí trazar un plan estratégico que mejore los resultados deportivos de la Universidad de Colima (UdeC). De esta manera, hemos aplicado el instrumento “*cuestionario de percepción de éxito*”, versión española, de Cervelló (1996) del Perception of Success Questionnaire (POSQ) de Roberts y Balagué (1991) a los entrenadores de la UdeC.

Dicho instrumento fue elaborado para medir la orientación disposicional de las metas de logro en el contexto deportivo. Consta de 12 ítems, seis de implicación disposicional en la tarea y otras seis en el ego. La pregunta inicial que encabeza el cuestionario es “Siento éxito en el deporte cuando...”. Las respuestas se recogen en escala tipo Likert que oscilan desde “muy” en desacuerdo (1) a “muy de acuerdo” (7).

Los resultados muestran una inclinación hacia la “tarea”, la percepción de los entrenadores universitarios señala, en un 83.9%, que está ligada a trabajo de equipo y reconocimiento social, mientras que solo un 21.8% señaló que su percepción es más personal, ya que va acorde a las necesidades propias de cada individuo, en otras palabras, enfocados más hacia el “ego”.





Además, mostraron que los entrenadores consideran el éxito deportivo cuando esos logros los realizan con el trabajo de equipo y cuando se superan a sí mismos. También se pudo comprobar que existe relación entre nivel de autoestima y éxito deportivo, ya que con base a los resultados se confirma que hay una clara inclinación hacia la tarea, la cual se relaciona con éxito grupal y no individual. Sin embargo, no se puede generalizar, ya que las experiencias competitivas son distintas en cada proceso, debido a que intervienen la preparación formativa de los entrenadores y la experiencia en el medio deportivo.

No debemos olvidar que el deporte universitario es un espacio para el encuentro de instituciones superiores y, aunque los principales protagonistas sean los atletas, los entrenadores juegan un papel importante en el éxito deportivo de la Universidad, y que anualmente en México se celebra la Universidad Nacional; no obstante, se requieren recursos formativos para las actualizaciones de la formación académica de los entrenadores, ya que algunas universidades están limitadas a proporcionar la instalación para el entrenamiento y el recursos de material deportivo, dejando a un lado la capacitación continua de sus entrenadores.

Por otro lado, el análisis del éxito deportivo recae en identificar el clima motivacional como el propósito de evaluar el entorno y enfocar los entrenamientos hacia el tiempo de motivación correcta. El éxito deportivo inicia con la motivación, los estímulos y eventos que ocurren al deportista, los cuales alteran la probabilidad de que ocurra una determinada conducta. En este sentido, la motivación personal es primordial para el éxito deportivo, esta ocurre cuando el deportista observa cambios, gana, o su desempeño mejora, si esto se canaliza de la manera correcta el atleta tendrá la motivación necesaria para seguir consiguiendo el éxito deportivo; sin embargo, si el entrenador no cuenta con las herramientas necesarias para conducir al deportista, hay abandono deportivo por falta de motivación.

Finalmente, podemos confirmar que los entrenadores que buscan el éxito parten de desarrollar un mejor rendimiento personal, iniciando con actualizaciones sobre métodos de entrenamiento o estrategias técnicas o tácticas que fortalezcan el desempeño deportivo de sus atletas; no obstante, los logros individuales pueden permear en el éxito de equipo. Este tipo de indicadores se puede considerar en futuras investigaciones, así como en planes anuales de la propia institución, considerando que el éxito deportivo requiere de un trabajo en conjunto con directivos, entrenadores y atletas.

FEDERICO DANIEL GÓMEZ PADILLA: “CON EL BOXEO NO SE JUEGA”

Juan Carlos Salcido Hernández
Dirección de Comunicación y Enlace
Universidad de Guanajuato

Medallista en las Universiadas Nacionales de 2019, 2021 y 2022 en boxeo en la categoría de 69kg, estudiante del último semestre de Ingeniería Química en la Universidad de Guanajuato (UG), y orgulloso miembro de la Universidad de Guanajuato, para Federico Daniel Gómez Padilla, el camino es claro y es el de ser boxeador profesional, deporte que respeta mucho y que considera, no se juega, a diferencia de otras disciplinas, dado los duros entrenamientos y la naturaleza de la misma:

“Con el boxeo no se juega porque todos saben que es un deporte muy estricto que te demanda mucho tiempo, mucha disciplina y tienes que cuidar todo; dieta, horas de sueño, y hasta por la carrera. Por la carrera (Ingeniería Química) me dicen, oye eres boxeador e ingeniero químico, y como que se les hace una carrera muy difícil o complicada y le añades el ‘químico’ y ya todos se sorprenden. ¡No! Es algo imposible, pero no es imposible, simplemente es algo de que te nazca, que le metas pasión y ganas”.

Aunque su meta ahora mismo sea entrar al nivel profesional del boxeo, para Daniel, cuya inspiración para estudiar Ingeniería Química fue su padre, el apoyo desde la UG fue trascendental para llegar a donde está ahora, con medallas nacionales en su historial y a un nivel competitivo importante, sobre todo por las becas y reconocimientos, que lo motivaron a salir adelante, tanto en estudios como entrenamientos:

“Te motiva bastante (Las becas) porque hay veces que dices, sí es difícil, pero como empiezas a ver el beneficio y el reconocimiento más que nada, te motiva; te motiva a no tirar la toalla, a seguir adelante aunque estés cansado, seguirle dando, echarle ganas, tú solito te automotivas y autodisciplinas”.



Estudiar a nivel profesional y practicar deporte a alto rendimiento sí es compatible

El joven estudiante deportista de alto rendimiento de la UG, aprovechó para que el anhelo de tener una carrera deportiva, pero también preparación a nivel profesional, es posible, ya que si bien él se ha enfocado más en su carrera como púgil, pudo llevar a la par su preparación en Ingeniería Química:

“Si tienen este dilema de su deporte y la universidad, saber que en realidad sí se puede combinar. Muchas veces se dice: si entras a la universidad, te tienes que olvidar de tu deporte, porque te va a empujar y te va a absorber. Yo creo que con las nuevas tecnologías, que puedes checar información a la hora que tú quieres, que hay muchísimos profesores en YouTube o en otras plataformas que explican muchos temas que se ven en la universidad, ya es más fácil hacer tus entrenamientos. Entonces, no se crean cuando les dicen que no se puede”.

Para el estudiantes de la UG, el box fue la disciplina que lo motivó a superarse y buscar ser alguien, donde además ha logrado obtener reconocimientos e incluso medallas en competencias de alto nivel, aun así, motivó a más jóvenes a encontrar eso que los haga ser mejores, y superarse en el día a día:

“Creo que el deporte es algo muy importante, pero sin embargo, no es algo que a todos les apasione; hay quienes les apasiona la música, a otros el arte, lo importante es encontrar un hobby. Les deseo suerte, algo que tenemos algunos, que a temprana edad encontramos nuestra pasión, algunos tienen mi edad y todavía no la encuentran, entonces, deseo que encuentren algo que les apasione”.



Dedicación y entrenamiento al máximo

Haber conseguido medallas a nivel nacional, reconocimientos en la UG, y estar a punto de comenzar a nivel profesional, son metas que requirieron una gran preparación, lo cual muchas veces se basa en grandes leyendas de su deporte, y que comienza desde tempranas horas del día:

“Voy actualizando mis entrenamientos, nunca me gusta estar entrenando igual porque, yo creo que si entreno igual, no mejoro, entonces siempre estoy añadiendo algo, buscando nuevos entrenamientos. Me gusta mucho buscar en YouTube para saber cómo entrenan Floyd Mayweather, Julio César Chávez y les copio algunos movimientos, algunas rutinas, pero básicamente comienzo desde las 5 de la mañana, me levanto, me preparo el desayuno, y me voy al gimnasio”.



Fin de su carrera a nivel universidad, comienzo del profesionalismo

Federico Daniel Gómez actualmente cursa el décimo semestre en Ingeniería Química, lo cual no sólo implica terminar su formación profesional, sino dar el salto al profesionalismo, por ello, vivió su última Universiada con melancolía, y aunque obtuvo un nada despreciable segundo lugar, quedó con el deseo de llegar a lo más alto:

“Fue algo melancólico, porque yo sabía que era la última y ahorita estoy ya en mi último semestre, entonces, yo realmente quería el campeonato nacional, pero me faltó preparación, me faltó experiencia y pues me quedé con el segundo lugar, sí me tuve que conformar. Muchos me dicen, es un buen logro, no es algo tan sencillo, pero yo sí quería el primero”.

Finalmente, el miembro de la comunidad UG, mostró su orgullo por formar parte de la misma, de los logros que ha tenido, y de un camino que al iniciar, no esperaba llegaría a estas alturas:

“Pues es un orgullo. Me da mucho gusto que me consideren de los deportistas de alto rendimiento. Yo en realidad cuando empecé nunca pensé que me consideraran de los mejores, yo simplemente empezaba por hobby, poco a poquito le fui agarrando el gusto, y ahora estoy feliz y orgulloso de mí mismo”.



PAVEL MARINES: UN CAMPEÓN DEL MUNDO EN LA UAA

Norma Alejandra Calderón Regalado
Departamento de Comunicación y Relaciones Públicas
Universidad Autónoma de Aguascalientes

Pavel Marines Luna, entrenador adscrito al Departamento de Deportes de la Universidad Autónoma de Aguascalientes (UAA), obtuvo recientemente la medalla de oro en la categoría de combate varonil del décimo Campeonato del Mundo de The World Union of Karate-Do Federations (WUKF) celebrado en la ciudad de Miami, Estados Unidos.

Pavel es diseñador gráfico egresado de la UAA, su labor en la universidad inicio en 2006, como entrenador conlleva la responsabilidad de los clubes deportivos de Karate Do, donde ha fomentado la enseñanza de este arte marcial entre los estudiantes e impulsarlos en competencias deportivas como la Universiada Nacional del Consejo Nacional del Deporte de la Educación (CONDDE).

Al respecto de su triunfo en el WUKF, compartió que se trata de una federación con muchos años de experiencia; ahí están incluidos alrededor de 80 países, en el último certamen se presentaron 54 delegaciones de Estados Unidos y México. Este triunfo significa para él, un gran logro que permite mostrarle a otros compañeros y a sus alumnos, principalmente, que la constancia es el camino para obtener los resultados planteados y deseables que se van a dar de manera esporádica. “Es como una planta que está siendo regada, que es frutal, con el tiempo si tiene los nutrientes necesarios y el ambiente adecuado, dará sus frutos naturalmente. Esta medalla es un fruto que se dio naturalmente sin ambición de querer demostrar algo”.



Su experiencia y trabajo con jóvenes le ha permitido reconocer que la práctica de un arte marcial, como el Karate Do, es importante para tratar de promover el desarrollo de las buenas personas; su único propósito sincero y real, que debe existir en cualquier actividad deportiva, es tratar de que ese atleta llegue a ser una mejor persona en el aspecto emocional, humano, en lo físico y, sobre todo que sea capaz de mostrar los valores más virtuosos de la humanidad.

-¿Cuáles son esos valores que mencionas y de qué manera se relacionan con la vida diaria?-

-“Yo creo, destaca Pavel, que los principios elementales que nos acompañan en nuestra actividad y que indudablemente se aterrizan en la sociedad son el respeto y la disciplina, no puede uno estar por encima del otro, deben de estar por igual. Cinco valores que considero deben prevalecer en cualquier ser humano son el respeto, la humildad, la sinceridad, la disciplina y la perseverancia; no hay duda de que eso es necesario y se puede implementar en la vida cotidiana.

Enseñanza e influencias con huella oriental

Pavel Marines Luna, mencionó que ha intentado rescatar las enseñanzas de su difunto maestro Toshiro Sasaki Fujino, quien fue representante del Karate Do Goju Ryu para Latinoamérica y promotor de este estilo de arte marcial creado en Okinawa por el gran maestro Chōjun Miyagi, con la intención de continuar transmitiendo esa metodología tal cual, no hacer nada innecesario. “Tuvi- mos la fortuna de estar bajo sus enseñanzas por muchos años y son prácticas que se transmiten desde Japón; entonces tratamos de reconocer la figura del maestro Miyagi, ya no nada más como un personaje de ciencia ficción, sino como un personaje real e importante en la historia del karate. Puedo decir ahora con mucho orgullo que somos descendientes de las enseñanzas de ellos, del maestro Miyagi, del maestro Hizaki y del maestro Sasaki”.

Transmitir y enseñar la disciplina del karate a los jóvenes universitarios se requiere mucho tiempo, en ocasiones los chicos llegan sin haber hecho alguna actividad física, entonces prepararlos para un sistema de competencias tan alto, tan estricto, como es la Universiada Nacional, en ocasiones resulta hasta antipedagógico, porque no llegaban los chicos tan preparados como uno esperaba y salían lastimados de formas graves; entonces hay que evitar exponer a los alumnos a incidentes de esa naturaleza. “Llegó un momento en creí que era mejor no participar en las competencias con los chavos que apenas están iniciando porque es una responsabilidad mayor la vida de los estudiantes que aspirar a una medalla. Entonces, mi compromiso fue más hacia ese sentido, y seguí avanzando en ese camino, es decir, enseñando karate ya sin el propósito de competir, sino por enseñar solamente este arte”, explicó.

Triunfar en los deportes, en el karate, requiere de atletas perseverantes y pacientes para avanzar en ese camino que se han trazado, en ese andar se presentarán las oportunidades y se concretarán los éxitos.



EDUCACIÓN DENTRO DEL METAVERSO

Mtro. Luis Alejandro Ruvalcaba Macías
 Director Académico de las carreras de Mecatrónica y Tecnologías de la Información
 Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes

Históricamente desde sus inicios, la educación siempre ha sido y será, parte fundamental del desarrollo de una sociedad, no es ningún secreto que las sociedades más desarrolladas son las que también presentan más avances tecnológicos, así como patentes de los mismos.

Para la Universidad Tecnológica del Norte de Aguascalientes (UTNA) es importante ir sumando a la parte educativa recursos tecnológicos que logren desarrollar un aprendizaje más significativo en los estudiantes, todo sin olvidar que la tecnología en la educación es una herramienta más de las muchas otras que se pueden emplear.

“Metaverso”, una palabra que per se impone, es un acrónimo compuesto por ‘meta’, que proviene del griego y significa “después” o “más allá”, mientras que ‘verso’ hace referencia a “universo”, por lo que hablamos de un universo que está más allá del que conocemos actualmente. (Santander, 2018)

Integrar en un enunciado la palabra metaverso y educación, lo hace muy atractivo, innovador, inspirador, suena a decir un universo más allá de la educación, es llevar al proceso de enseñanza aprendizaje al siguiente nivel, al de la industria 4.0. En la UTNA contamos actualmente con la carrera en TSU en Tecnologías de la Información en Entornos Virtuales y Negocios Digitales (TIEVND), así como la Ingeniería en Entornos Virtuales y Negocios Digitales (IEVND), debido a esto, todos los temas con referencia al metaverso son de interés mayúsculo para nosotros, por lo cual, recientemente realizamos una práctica de laboratorio haciendo uso de la realidad virtual con los estudiantes de Ingeniería en Mecatrónica en la materia de Sistemas Mecánicos II.



El Objetivo de esta actividad en el laboratorio fue ensamblar un motor de combustión interna de gasolina de 4 cilindros en realidad virtual con la ayuda del dispositivo Oculus Quest 2.

El proceso de la clase inició con una introducción teórica del tema, para posteriormente proceder a la práctica de laboratorio donde estratégicamente se trabajó al grupo en 2 secciones, realizando acciones de manera simultánea de manera virtual, cada uno de los integrantes de los equipos realizaba el sub ensamble de una parte del motor, al concluir su participación, el siguiente participante retomaba el ensamble del motor justo en el punto donde su compañero predecesor lo había dejado.

Con este proceso se fomenta el “trabajo colaborativo virtual” donde cada uno de los alumnos tuvo la oportunidad de involucrarse en una sección del armado del motor en un ambiente totalmente inmersivo y de manera virtual.

Se pudo observar que poco más del 65% del estudiante está familiarizado con el uso de tecnología, así mismo, los estudiantes presentaron una gran disposición a la aplicación de estos complementos dentro de la clase, por lo que en su momento si este tipo de actividades se logra insertar dentro de las clases de manera habitual, los estudiantes estarán a la vanguardia en su proceso de formación, aunque en particular el uso de realidad virtual fue para la mayoría el primer contacto en vivo.

Agradecimientos: Maestro Titular Sistemas Mecánicos II: Ing. Fernando García Vargas. Equipo técnico especializado en Realidad Virtual: M.C. Jorge Eduardo Herrera Serrano / Ing. Pedro Serafín Vergara.
 Nota Facebook redes sociales UTNA: https://www.facebook.com/watch/?extid=NS-UNK-UNK-UNK-IOS_GK0T-GK1C-GK2C&v=2280310032124302&_rdc=3&_rdr

ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y APRENDIZAJE

Dr. Ismael Zamora Tovar
 Coordinador Modelo Educativo
 Universidad Autónoma de Guadalajara

Existe un acuerdo generalizado en la importancia que tiene la actividad física y el deporte para mejorar el estado de salud y el bienestar. Las personas que habitualmente realizan deporte o ejercicio físico, en términos de probabilidad son más fuertes física y mentalmente, son más sociables y padecen menos trastornos mentales como la depresión y la ansiedad. Además, hay evidencias que señalan la existencia de una relación directa con la mejora del rendimiento cognitivo en las personas.

A 36 años de la Primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud reunida en Ottawa el día 21 de noviembre de 1986 evento en el que se suscribió la Carta dirigida a la consecución del objetivo "Salud para Todos en el año 2000" su concepto de que la buena salud es el mejor recurso para el progreso personal, económico y social y una dimensión importante de la calidad de la vida sigue vigente. También el hecho de que los factores políticos, económicos, sociales, culturales, de medio ambiente, de conducta y biológicos pueden intervenir bien en favor o en detrimento de la salud. Ciertamente el objetivo de la acción por la salud en actual e implica hacer que esas condiciones sean favorables para poder promocionar la salud.

En el contexto de la UAG, el compromiso con los estudiantes no es sólo ofrecerles una formación académica profesional de calidad; sino que transita por propiciar en ellos hábitos de vida saludable como son la actividad física y el deporte de tal forma que en conjunto con otras actividades humanísticas puede lograr una formación integral que les permita desarrollar y perfeccionar sus facultades físicas, intelectuales, morales y estéticas que haga posible su salud, el conocer, el saber ser, el hacer, el convivir y el trascender considerando el orden natural, cultural, político y económico.



Es así como el programa educativo de cada licenciatura se concibe como un ecosistema centrado en el educando, abierto y flexible para dar respuesta al contexto social local y global en movimiento. Se trata de articular un itinerario de formación relevante y pertinente; con espacios de enseñanza aprendizaje significativos y situados que favorecen el desarrollo de las facultades físicas, cognitivas, volitivas y afectivas de los estudiantes a fin de posibilitar la realización de su proyecto de vida y propiciar que su comportamiento en libertad sea bueno, constante, permanente, eficientes, coherente y responsable en los diferentes ámbitos de la actuación humana.

El ejercicio rutinario mejora el funcionamiento del organismo, el estado de ánimo aumenta la autoestima y mejora la calidad del sueño; a la vez que disminuye la probabilidad de que este tipo de personas consuman drogas y alcohol alejándolos de la amenaza de las adicciones.

La actividad física influye notoriamente en el estado físico de las personas, propicia una actitud positiva y mayor optimismo a lo largo del día, favorecer la concentración, la memoria y en consecuencia la asimilación del aprendizaje.

El ejercicio físico además de desarrollar las capacidades motoras, de coordinación y control del cuerpo que estimulan el cerebro por el hecho que se encuentra en sincronía con el resto de los motores del cuerpo; mejora la salud física y la calidad del sueño.

El sueño es esencial para que el ser humano pueda desenvolverse de una forma ideal en la realización e las actividades cotidianas y para mantener un estado de ánimo saludable y armónico que favorece sus habilidades sociales y emocionales ayudándole a resolver conflictos, a comunicarse de una forma asertiva y controlar sus impulsos.

El control de los impulsos es un mecanismo útil para enfrentar adecuadamente los conflictos y controlar las frustraciones cuando los resultados esperados no se obtienen, es decir, la práctica de actividades físicas facilita a las personas asumir las derrotas y aceptar las dificultades que suelen presentarse en los procesos de aprendizaje.



El hábito de realizar actividad física también estimula la creatividad y la imaginación, cualidades necesarias para la innovación y el logro educativo. Con su realización se fomentan valores fundamentales como la responsabilidad, la disciplina, la colaboración y el compromiso los cuales son esenciales para enfrentar exitosamente el reto que implican los estudios universitarios.

Desde luego, la actividad física sirve para fomentar la creación de hábitos de higiene y salud. De la misma manera permite llevar un estilo de vida más organizado que reduce el estrés en la medida que se toma conciencia de lo que es prioritario y relevante. Lo cual ayuda a definir una agenda que orienta el uso del tiempo en relación con sus objetivos y plan de vida personal y profesional.

En este sentido, las actividades extracurriculares que se realizan en la UAG adicionan, perfilan y acentúan un conjunto de elementos pedagógico-didácticos que renuevan el quehacer académico para enriquecer las acciones educativas que conducen a nuestros egresados hacia un crecimiento personal y una formación profesional exitosa en éstas condiciones críticas para el desarrollo debido a los ingentes cambios en el ámbito económico, laboral, científico-tecnológico, poblacional y cultural propios de este cambio de época en el Siglo XXI.

Las actividades extracurriculares que promueven la actividad física se articulan con los objetivos académicos considerando todos los entornos de aprendizaje de nuestros estudiantes para hacer posible el logro de los perfiles de egreso establecidos en cada programa.

Es evidente que los tiempos han modificado el contexto, vivimos en una sociedad globalizada, digitalizada, intercultural y cambiante que favorece el sedentarismo y con ello problemas de salud pública como la obesidad; por tal razón es imprescindible propiciar las mejores condiciones para que los universitarios desarrollen hábitos de vida saludable como el ejercicio físico.

INCORPORACIÓN DE LOS RECURSOS TECNOLÓGICOS COMO PROCESO DE SEGUIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN UNIVERSITARIOS

Dr. Lenin Tlamatini Barajas Pineda
 Profesor de tiempo completo de la Facultad de Ciencias de la Educación
 Universidad de Colima

El 11 de marzo de 2020, tras el anuncio de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de que la nueva enfermedad Covid-19, provocada por el coronavirus Sars-CoV-2, se caracterizaba por ser pandémica¹ —lo que significó que se había extendido por todo el mundo, afectando a un gran número de personas— los países tomaron decisiones de políticas internas para contrarrestar o disminuir los efectos negativos de salud para sus poblaciones, entre las más comunes fueron la cuarentena, el distanciamiento social, el cierre temporal de espacios públicos, así como el cierre temporal de los centros educativos.

En el contexto educativo nacional, para continuar con el proceso educativo, el gobierno federal implementó la estrategia denominada “Aprende en casa”, dirigida a los estudiantes de los niveles preescolar, primaria, secundaria y media superior, en los que se utilizaron las cadenas de televisión nacional para continuar el proceso formativo. Con relación a la promoción de actividades físicas y saludables, “Aprende en casa” contaba con una sección de educación física en donde se participaban atletas olímpicos y profesores de educación física que promovían actividades motrices, invitando a la imitación y repetición de los patrones de movimiento ahí efectuados.

Por otro lado, la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior, integrada por instituciones públicas y particulares de educación superior, firmó un acuerdo el 24 de abril de 2020², en el que, para salvaguardar la salud de la comunidad educativa y sociedad en general y asegurar la continuidad de los servicios académicos, se pondría a disposición toda su capacidad científica, de infraestructura y equipamiento para implementar una educación a distancia y con ello atender las disposiciones oficiales. Es en ese contexto en el que particularmente los profesores y entrenadores de los niveles medio superior y superior que desarrollaban actividades recreativas y deportivas se enfrentaron, en un primer momento, a problemáticas de logística (organización del tiempo), tecnológicas (actualización y conectividad en casa), pedagógicas (adaptación e innovación), así como a situaciones socioafectivas (personales), para mantener y continuar el desarrollo de ciclo escolar.

¹ Alocución de apertura del director general de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrado el 11 de marzo de 2020 <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>

² Acuerdo Nacional por la Unidad de la Educación Superior frente a la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19 https://web.anui.es.mx/files/Acuerdo_Nacional_Frente_al_COVID_19.pdf

La mayoría de las universidades públicas del país, comienza –con sus posibilidades y limitantes– la enseñanza en modalidad a distancia. Las herramientas más utilizadas para mantener la comunicación con los estudiantes durante los primeros meses de pandemia fueron Facebook, WhatsApp, YouTube y, en menor medida, el correo electrónico; como evidencia de seguimiento a sus actividades de enseñanza y aprendizaje, se solicitaban fotografías o video cortos.

Tras el aumento de contagios y, en consecuencia, la prolongación temporal del confinamiento durante 2021, las instituciones educativas optaron por eficientar los recursos digitales a su disposición; por un lado, capacitar a todo su personal docente y tener mejores alternativas para sus estudiantes, considerando algunos “lineamientos para el trabajo académico en modalidad a distancia”.

Acorde con lo anterior, para nivel básico se renovó, en tres ocasiones, la estrategia “Aprende en casa”, mientras que en educación superior se incorporaron, con mayor frecuencia, los recursos tecnológicos de los servicios de las propias instituciones –en mejores versiones– (caso Universidad de Colima con la plataforma EDUC³), así como el uso de recursos como Google Classroom, Edmodo, entre otros, para el aprendizaje asincrónico⁴, mientras que para el desarrollo de aprendizajes sincrónicos surgieron plataformas innovadoras como Zoom, Google Meet y Skype.

Con lo anterior, profesores y entrenadores de actividades deportivas adaptaron sus planeaciones y, con ello, los recursos pedagógicos de diagnóstico, seguimiento y evaluación de aprendizajes de estudiantes. Los ajuste y las adaptaciones para

atención a la nueva normalidad⁵ no sólo quedaron en los niveles de intervención: “docente-estudiante-docente”, si no que trascendieron a los niveles superiores, en cuanto a “autoridad-docente-autoridad”, pues para atender a los diagnósticos, seguimiento y las evaluaciones, la autoridad tuvo que mantener la dinámica de trabajo digital, facilitando los procesos de acreditación deportiva en un círculo virtuoso para la universidades con relación a la economización del tiempo y recursos económicos, dejando atrás el uso de grandes cantidades de papel.

La incorporación de los recursos tecnológicos en el proceso de seguimiento de las actividades deportivas en universitarios y universitarias fue, en un principio, accidentada, sin embargo, con el paso del tiempo se sistematizó, mejorando el seguimiento de los y las estudiantes que formaron parte de las actividades deportivas y de los profesores y entrenadores, en cuanto a sus planeaciones.

Por último, se debe reconocer que la Universidad de Colima ha asumido el reto de ser una universidad digital, reconocido así en el Plan Institucional de Desarrollo 2022-2025⁶, en el marco de la atención integral de la función de docentes para atender las nuevas necesidades de los estudiantes y población en general, considerando la pandemia, la globalización e internacionalización educativa en atención a las competencias digitales. Ante los nuevos retos y el avance constante de las tecnologías de la información, las universidades deberán de mantenerse a la vanguardia digital y vincularlos a la mejora de los procesos de enseñanza y aprendizaje de la comunidad estudiantil.

BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA SALUD DE LA PERSONA ADULTA MAYOR



**Raquel Judith Solis Canal /
Marco Faryd Flores Reyes**

Especialista en Gerontología /
Estudiante de medicina.
Unidad Académica de Medicina
Universidad Autónoma de Nayarit

La actividad física (AF) es una acción realizada cotidianamente por todas las personas, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (2020), la definen como *“cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Haciendo referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona, que mejora la salud”*.

Por lo tanto, actividades como caminar, montar bicicleta, practicar deportes, participar en actividades recreativas y juegos, forman parte de las expresiones más comunes de la AF en todas las edades. De acuerdo con Rodríguez Torres y colaboradores (2020) se ha demostrado que la AF regular ayuda a prevenir y controlar las enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes y varios tipos de cáncer. Además, ayuda a prevenir la hipertensión, a mantener un peso corporal saludable y mejora la salud mental, la calidad de vida y el bienestar.

La OPS (2021) señala que la inactividad física (IF) es un problema relevante en América Latina (AL), especialmente, en la persona adulta mayor (PAM). Se estima que tres cuartas partes de la población adulta es sedentaria, siendo las personas de bajo nivel socioeconómico, las mujeres y las PAM las más inactivas durante el tiempo libre o recreación. Adicionalmente, se estima que el 20.1% de la mortalidad ocasionada por enfermedad crónica no transmisible en toda AL se puede atribuir a los efectos de la IF (Mosqueda, 2021).

La OMS (2021) considera como PAM a toda persona mayor de 60 años de edad. Actualmente, en México, la esperanza de vida es de 78 y 72 años de edad para las mujeres y hombres, respectivamente (INEGI, 2021). Con más PAM viviendo más tiempo, las enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer, traumatismos, discapacidad (padecimientos relacionados con enfermedades crónico degenerativas) y actualmente el COVID-19 se identifican como las principales causas de defunción en México en este grupo de edad. (INEGI, 2021)

³ Sistema para la Gestión del Aprendizaje en Línea de la Universidad de Colima, plataforma EDUC <https://educ.ucol.mx/>

⁴ Concepto de Aprendizaje Sincrónico y Asincrónico: <https://observatorio.tec.mx/edu-news/aprendizaje-sincronico-y-asincronico-definicion#:~:text=El%20aprendizaje%20as%C3%ADncrono%20es%20aqu%C3%A9l,cada%20alumno%20a%20su%20ritmo.>

⁵ N.A. Nueva normalidad: denominada así a la etapa del tiempo en la que se reactivó la economía mexicana de forma responsable y segura.

⁶ Programa Institucional de Desarrollo de la Universidad de Colima <https://www.ucol.mx/desarrollo-institucional/pide.htm#book5/pagina1>

Para muchos el envejecer puede ser agotador y difícil, ya que puede significar para ellos nuevas cargas y preocupaciones. No obstante, la realización de AF a lo largo de la vida, principalmente en la vejez debe ser vista como una medida de prevención de enfermedades y padecimientos que puedan significar problemas al estado de salud que repercuten en la calidad de vida.

Todos los cambios que adopta la PAM son producto de las modificaciones fisiológicas propias de su organismo. La AF, si bien no evita los cambios, retrasa su aparición, disminuye su progresión y su impacto en la salud; mejora la calidad y el estilo de vida de la PAM. (Barrera Rodríguez, 2021)

Los beneficios que otorga el deporte en este grupo etario pueden enumerarse y reconocerse de acuerdo al impacto en el control de enfermedades y en el mejoramiento de la calidad de vida. Favorece el buen funcionamiento cardiocirculatorio; ayuda a que se normalicen la presión arterial (reducciones de 4 a 12 mmHg diastólica y de 3 a 6 mmHg sistólica), los niveles de glucosa y lípidos en la sangre (controla la aterosclerosis y el riesgo de infartos); fortalece los sistemas respiratorio y muscular; ayuda a controlar o disminuir el peso; disminuye el estrés; mejora la calidad del sueño y el descanso físico; mejora la memoria, el autoestima y la sensación de bienestar; el cuerpo libera hormonas de placer y felicidad que le hacen sentir bien. (Mayo Clinic, 2022) Auxilia en la preservación de la independencia física-mental. Motiva a la diversión, goce y convivencia-integración con otras personas. (IMSS, 2019)

Después de realizar una valoración integral de la PAM se puede recomendar realizar AF adicional a la diaria o basal, ya que esta no es suficiente y los hace propensos al sedentarismo y disfuncionalidad al ser esclavos del televisor o del sueño.

Se recomiendan ejercicios para mantener una resistencia, flexibilidad y fuerza óptimas. (Reyes-Rincón & Campos-Uscanga, 2020) A continuación, se mencionan algunos ejercicios recomendados en la vida de la PAM:

Ejercicios para mantener la resistencia

Permiten que a la PAM se mantenga activo, sin fatigarse, haciéndolo resiliente a los esfuerzos de las actividades diarias. Representantes de estos ejercicios son caminar, trotar, nadar, bailar, andar en bicicleta, practicar yoga, meditación, gimnasia, paseos y excursionismo.

Ejercicios para la flexibilidad

Consienten la adquisición y mantenimiento de movimientos ágiles. Relajan los músculos y mejoran la movilidad de las articulaciones para que la PAM tenga una vida más independiente y autónoma. Se recomienda realizar danza, trapear, jardinería, lavar el automóvil, yoga y estiramientos.

Ejercicios para la fuerza

Favorecen la prevención de caídas y osteoporosis. Mejora la postura y el equilibrio. Se debe recomendar cargar las bolsas del supermercado, realizar rutinas con pesas de bajo peso, subir y bajar escaleras despacio, sin fatigarse. Sentarse y levantarse varias veces de una silla cómoda. Y, emplear ligas de resistencia para fortalecer extremidades. (IMSS, 2019)



De las actividades antes mencionadas, se debe elegir una o dos de cada grupo para realizarlas un día de la semana, solicitando a la PAM que lleve un calendario de las actividades que realiza con la finalidad de ejercitar el aspecto neurológico. En cuanto al tiempo e intensidad, esta puede ser de ligera a moderada y todo dependerá del estado físico de la PAM, jamás se debe obligar a exceder sus capacidades. La OMS (2020) señala que las PAM “deberían realizar AF variada y con diversos componentes, que hagan hincapié en el equilibrio funcional y en un entrenamiento de la fuerza muscular moderado o de mayor intensidad, tres o más días a la semana, para mejorar la capacidad funcional y prevenir las caídas, con un tiempo que va de los 30 a 60 minutos”. Finalmente, se aconseja que en la medida de lo posible la PAM realice AF en compañía de amigos y familiares para reforzar lazos emocionales, que favorezcan el apego de la actividad.

En conclusión, la AF aporta grandes beneficios, tanto físicos como mentales a las PAM al igual que a la población, los cuales van desde la prevención del deterioro cognitivo como el desarrollo de Alzheimer, control de enfermedades crónicas degenerativas hasta la disminución de la depresión y ansiedad, elevando la autoestima que genera sensación de bienestar integral, ya que evitar la dependencia es el principal beneficio que se busca, ya que permitirá realizar actividades cotidianas sin necesidad de ayuda.

Por lo que, es imperante que se impulse en la promoción de la salud en todos los niveles, ya que es un eslabón vital en la construcción de una sociedad con hábitos saludables. En todo momento hay que promover la AF que más disfrute la PAM, donde use ropa cómoda y calzado adecuado para evitar alguna lesión. Previo al inicio de actividad física se debe realizar una valoración geronto-geriátrica integral para identificar fortalezas y limitaciones que se puedan presentar al desarrollar la AF.

Siempre debe traer en sus pertenencias una placa, tarjeta o papel que contenga sus datos personales, tipo de sangre, las enfermedades que padece, alergias y un contacto de emergencia. Por último, debe suspenderse la actividad física si presenta alguna molestia o efecto no esperado hasta que mejore o se valore por un profesional.





EL DEPORTE UNIVERSITARIO A TRAVÉS DEL ESPECTRO RADIOFÓNICO. CASO RADIO UAN

M.E. Óscar Omar Verdín Cervantes
 Docente de la unidad académica de Ciencias Sociales
 M.C.A. Carlos Omar Gutiérrez Montes
 Docente adscrito a la Dirección de Comunicación
 Universidad Autónoma de Nayarit

El deporte en la Universidad Autónoma de Nayarit

La difusión del deporte al interior de la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN) amerita de un extenso estudio que detalle los enormes esfuerzos que las administraciones centrales y las unidades académicas han realizado para que la práctica deportiva se considere un eje articulador dentro de la formación de las y los estudiantes de nivel medio superior y superior. Los distintos Planes de Desarrollo Institucionales han concebido al deporte como parte fundamental de sus estrategias y líneas de acción en aras de conseguir los resultados deseados.

Una de las fortalezas que mantiene la Universidad en este rubro son las instalaciones deportivas al interior. Se cuenta, por ejemplo, con una pista olímpica donde cientos de atletas y público en general practican diversas disciplinas; existen campos de fútbol soccer que incluso son solicitadas por otras instancias gubernamentales para realizar torneos regionales y nacionales; las canchas de basquetbol, volibol y fútbol rápido se conservan en excelente estado; la práctica de lanzamiento de martillo y de bala se desarrolla en espacios amplios; y como uno de los grandes atractivos en cuanto a deporte se refiere, se posee un estadio de beisbol que alberga un equipo dentro de la liga estatal.

En cuanto al aspecto formativo, los planes de estudio de las diferentes licenciaturas contemplan dentro de su currícula el área de formación optativa, misma debe ser cubierta por actividades académicas, culturales, artísticas y deportivas, ello con la intención de que el estudiante expanda su formación disciplinar y se desarrolle de manera integral, integrándose a unidades de aprendizaje que son planeadas por la Dirección de Vinculación de Cultura Física, Deporte y Recreación, instancia que pertenece a la Secretaría de Extensión y Vinculación. A su vez, dentro de las unidades académicas, son gestionadas materias de carácter opcional que buscan que el estudiantado encuentre diversidad en su formación profesional.

REFERENCIAS

Barrera Rodríguez, D. F. (2021, July 1). Revisión teórica sobre los efectos de la actividad física en el adulto mayor. *Revista UDCA*. Retrieved September 15, 2022, from <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1937/2162>

IMSS. (2019). Promoción de la Salud. IMSS. Retrieved September 18, 2022, from https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/guias_salud/adultos_mayores/Guia_adultosmay_promocion.pdf

INEGI. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021, January 27). CARACTERÍSTICAS DE LAS DEFUNCIÓNES REGISTRADAS EN MÉXICO DURANTE 2019. Inegi. Retrieved September 18, 2022, from https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/DefuncionesRegistradas2020_Pnles.pdf

INEGI. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021, July 8). COMUNICADO DE PRENSA NÚM. 378/21 8 DE JULIO DE 2021 PÁGINA 1/5 ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL DE LA POBLACIÓN. Inegi. Retrieved September 18, 2022, from https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_POBLAC21.pdf

Mayo Clinic USA. (2022). Ejercicio: Un método sin medicamentos para bajar la presión arterial alta. Mayo Clinic. Retrieved September 18, 2022, from <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-pressure/in-depth/high-blood-pressure/art-20045206>

Mosqueda, A. (2021, October 1). Importancia de la realización de actividad física en la tercera edad. *Dilemas contemporáneos*. Retrieved September 18, 2022, from <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2943>

OMS. Organización Mundial de la Salud. (2020, November 26). Actividad física. Retrieved September 18, 2022, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

OMS: Organización Mundial de la Salud. (2021, October 4). Envejecimiento y salud. Retrieved September 18, 2022, from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

OPS. Organización Panamericana de la Salud. (2021, octubre). Actividad Física. PAHO. Retrieved September 18, 2022, from <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica>

Reyes-Rincón, H., & Campos-Uscanga, Y. (2020, agosto). HEALTH BENEFITS OF GREEN PHYSICAL ACTIVITY FOR OLDER ADULTS. 1988-348X-14-2_act física. Retrieved September 18, 2022, from <https://scielo.isciii.es/pdf/ene/v14n2/1988-348X-ene-14-2-e14207.pdf>

Rodríguez Torres, Á. F., García Gaibor, J. A., & Luje Pozo, D. I. (2020, abril). LOS BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*. Retrieved September 18, 2022, from <http://emasf.webcindario.com/>

Radio UAN y sus programas deportivos

Estas acciones deben ser informadas tanto a la comunidad universitaria y como a la sociedad a través de canales de comunicación que conciben la diversidad de las audiencias. Dentro de la Dirección de Comunicación, particularmente en la Coordinación de Radio Universitaria, se producen programas deportivos que difunden el deporte desde este importante medio informativo. A continuación se presentan las entrevistas realizadas a los universitarios y cronistas deportivos Luis Antonio Arredondo Bertrand (LAAB) y Javier Rodríguez Castro (JRC), productores y locutores de *Al Silbatazo* y *La Cáscara* respectivamente, quienes detallan pormenores de su trabajo al interior de la Universidad.

¿Por qué hacer un programa deportivo en la universidad?

LAAB: De acuerdo a la gran actividad deportiva que hay en la universidad, creo que ya era necesario poder tener un programa para informar a la comunidad universitaria y a la sociedad en general lo que se hace en materia deportiva, los resultados que han entregado los deportistas de la UAN en las últimas fechas han sido tan buenos que era urgente poder plasmarlos, difundirlos y darle realmente su valor.

JRC: Para informar a la universidad este es un espacio público, empezamos cubriendo todos los temas a lo que se refiere al deporte ya sea universitario o local, también en nuestra entidad, nacional e internacional; darle difusión a la actividad deportiva que está involucrada directamente con la parte académica, porque es parte de la formación integral que tiene la universidad; por el espacio radiofónico pasaron los medallistas de universiada, de juegos nacionales de CONADE, es un momen-

to de proyección también para el deportista, que conozca a la gente, al deportista que triunfa o el que va triunfar, o al que está haciendo algo, al que está promoviendo el deporte de alguna forma u otra aquí en nuestra localidad, a nivel nacional e incluso a nivel internacional, por ejemplo; hablamos del medio maratón que se acerca aquí en la capital, ya hemos platicado un poco de eso, es decir, es darle voz a los que a lo mejor no tienen tanto aparador dentro de lo que es la radio de la UAN.

¿Cómo surge la intención de difundir el deporte ante la comunidad universitaria?

LAAB: Nace ante la necesidad de que nuestros deportistas estaban obteniendo buenos resultados, del trabajo que se hace arduamente día con día, el voltear y ver las canchas y los espacios deportivos llenos de jóvenes, entonces creo que no solamente es decir, hay que soltarles el balón, hay que jugar o hay que organizarles un torneo, sino también hay que difundir lo que hacen, y esto hay que decirlo desde todos los ámbitos, podemos hablar del atletismo, de la gimnasia, del karate, del taekwondo, del levantamiento de pesas, de las luchas, del fútbol, del voleibol tanto como voleibol de sala como el de playa, el basquetbol que ahora hay nueva modalidad con el tres por tres es parte de ir generando una identidad universitaria con la gente que le gusta el deporte diciéndole que también aquí se practica deporte y de muy buena manera.

JRC: Nace por una necesidad creo yo, tanto personal como de la misma institución ya que a veces no se tocaban temas del deporte. Creo que a partir de esto surge, porque era darle voz a la gente, y de esta manera nace ahora lo que es la Cáscara, podemos decir que la cáscara es un lugar donde uno va a divertirse, así como cuando uno está jugando una cáscara y se está divirtiendo, es lo

mismo en este espacio radiofónico, es divertirnos, pasarla bien, informar a la gente, que el invitado que tengamos cada viernes disfrute estar en el espacio de radio y que se divierta.

¿Cuál ha sido la aceptación del programa ante la comunidad universitaria y la población en general?

LAAB: Cada vez más me preguntan -¿a quién vas a tener?-, -¿quién va a ir a tu programa?-, me preguntan resultados. Acabamos de dar a conocer lo de la copa UAN de básquetbol que apenas se va a jugar la jornada tres en donde por cierto se están dando buenos resultados, se está fogueando al selectivo universitario, es prácticamente un estatal, vienen dándose cosas interesantes.

También se está trabajado a través del programa de radio, sino que por redes sociales también se transmiten los juegos, y está creciendo cada vez más el interés por este torneo en específico, viene el torneo universitario y para ello cada una de las unidades académicas ya están trabajando en los torneos intramuros, porque también los chicos se van preparando con su selectivo para representar a su unidad académica de la mejor manera, y empiezas a ver quién tiene cualidades para el basquetbol, baseball, fútbol, y que bueno en un momento dado cada quien arme el mejor selectivo pueda aspirar al título. Hoy con mucha ilusión vemos que los jóvenes quieren regresar a la actividad, la difusión de esa copa solamente en dar los resultados y estadísticas.

JRC: Espero que sea buena, la gente como que sí, más de alguno me ha escuchado y me dicen que les gusta lo que comparto, y buscamos tratar de dar cosas un poco diferente, por ejemplo tenemos una sección que se llama recomendación literaria y muchos dicen ¿recomendación literaria en el de-

porte?, son libros que están relacionados con el deporte, desde biografías de deportistas famosos, entre situaciones que han pasado en el mundo del deporte, cuentos que están involucrados con el deporte y este es un plus que nosotros tratamos de dar porque también estamos dentro de la radio universitaria y es parte de cultivar algo como es la literatura, pero en este caso deportiva.

¿Cuáles han sido las entrevistas más importantes dentro de su programa?

LAAB: En toda mi carrera me ha tocado entrevistar a muchas personas, alguna en específico, me ha tocado entrevistar a Hugo Sánchez que fue una gran figura y comentarista deportivo, me ha tocado compartir micrófono con Heriberto Murrieta, que es un especialista en toros, son gente que ves desde acá desde provincia porque ellos están en la capital, con gente que ha marcado la pauta en la crónica deportiva.

Nayaritas, pues es el caso de Ramon Ramírez, me tocó entrevistarle cuando regresaban del mundial del 94, en donde bueno tuvimos la oportunidad de ver a 3 nayaritas ahí, el caso de Marcelino Bernal, Ramón Ramírez, y Misael Espinoza, con los 3 me ha tocado entrevistarlos, y creo que se siente bonito entrevistar a gente que es de tu tierra que son tus paisanos pero que triunfan no solamente a nivel nacional sino internacional.

Víctor Aarón González, ahora que fue campeón en la serie mundial con los Dodgers de los ángeles, a mí me tocó que me concediera unos minutos, es un joven talentoso pero de pocas palabras, y es lo más difícil a veces como periodista, el poderle sacar respuestas que sean interesantes para nuestro público, y al final de cuentas son de los deportistas destacados que me han tocado, Ana Gabriela Guevara también en su tiempo, y bueno de renombre.

Aunque ha habido otras entrevistas que me han marcado, en lo personal hice una entrevista o reportaje a Oliver Zepeda, beisbolista, de Aztlán de las Garzas, este chavo fue guante de oro, mejor bateador, y al final de cuentas con ese reportaje gane un premio estatal de periodismo deportivo, y cuando realmente no lo conocía, tenía 12 años de edad, ahorita el ya juega al profesional del beisbol, pero te hablo acerca de 8 años en el 2014, en donde yo logré entrevistarle y ya se le veía madera, no sé hasta donde vaya a llegar el chavo lo que si sé, es que esto me dio mucha satisfacción.

JRC: Todas son importantes, porque le damos voces a todos, esto es importante resaltarlo y todas son relevantes en este sentido, podemos mencionar que por cuestiones de tiempo nos tocó entrevistar a Paola Bueno quien fue tendencia a nivel nacional e internacional, lo que hizo fue muy grato, fue en otro espacio deportivo, y eso es para resaltarlo, ella venía llegando recién del campeonato mundial de atletismo, subcampeona mundial, medallista de plata, récord nacional y la tuvimos aquí en este espacio, platicamos con ella más de media hora, fue una charla tendida con ella y su entrenador, fue muy amena la plática, también las chicas gimnastas que fueron campeonas medallistas nacionales, las chicas del equipo de futbol SETUAN, que quedaron campeonas aquí en el estatal, es decir, todo este tipo de cosas es lo que nos alimenta a uno a seguir adelante.

Te puedo platicar de estos chicos que fueron al campeonato de beisbol a la Ciudad de México, eran unos niños y platicar con ellos que te transmitan tanta buena vibra, tanta energía creo que también a uno lo alimenta este tipo de charlas que tienen; tuvimos la visita de Marcelino Bernal, tuvimos una charla de las 12, aquí con él sobre el mundial del futbol, Misael Espinosa también nos visitó en la cabina de la radio, nos contaba un poco de

su trayectoria, fue bastante gratificante el hecho de platicar, dialogar, que nos contará un poco de su vida; también marcó Antonio Díaz Ávalos, que jugó en los tigres de la Universidad Autónoma de Nuevo León, entre otros, por ejemplo, hablamos con Francisco Javier Valdéz el pony, beisbolista profesional, que en algún momento dado también estuvo en diferentes organizaciones, fue campeón de liga mexicana, es decir son buenas experiencias, es gente accesible, eso es lo más importante, gente con la que puedes compartir, porque te las encuentras incluso en la calle, te cuentan su trayectoria y les da gusto venir a este tipo de espacios donde se les reconoce un poco de lo que han hecho a lo largo de su vida.

¿Qué áreas de oportunidad concibe con relación al deporte universitario y su propia difusión?

LAAB: Si, es que creo que hay mucha área de oportunidad, porque creo que la información deportiva todavía no ha sido muy explotada dentro de la universidad, el material está ahí, la información está ahí, pero son pocos los espacios donde podemos dar a conocer toda esta actividad, entonces creo que ahora todos espacios que nos brindan los medios de la UAN son muy importantes, porque en un momento dado así como se habla de investigación, logros de los docentes investigadores o trabajadores, también hay que decirle al público sobre el deporte de nuestros deportistas, de lo que hacen, conozco deportistas que están en los primeros lugares, y que no solamente sobresalen en lo que viene siendo la academia sino también el deporte. Bien vale la pena decirle a la gente a la comunidad universitaria y a la sociedad en general, que es lo que hacen nuestros deportistas y el esfuerzo que también hacen.

JRC: Creo que sí hay áreas de oportunidad, porque a lo mejor muchas veces no se conoce la historia de los deportistas, los logros, creo que el espacio de la misma universidad de la radio universitaria se están generando estos espacios para que poco a poco se empiecen a identificar y ver la vida de estos chicos que son dos cosas lo que hacen, es difícil hacer las dos cosas, estudiar y hacer deporte a un nivel competitivo, y a veces no solamente hay que buscarlos cuando ya regresen con la medalla, sino que hay que buscarlos previo porque sabemos de los esfuerzos que a lo mejor le están dedicando estar en el entrenamiento que esto muy pocas veces se difunde, difundir la previa antes de la competencia nacional para ver el esfuerzo que el muchacho le dedicó para estar presente en el evento más importante que es la Universiada Nacional, y eso creo que al deportista le agrada o lo motivaría, decir, me están dando a conocer antes de la competencia, creo que este tipo de cosas son las que están faltando todavía.

¿Qué experiencia personal puede compartir con la comunidad universitaria y sociedad en general?

LAAB: Esto de estar en un programa de radio a mí me apasiona, el poder compartir con uno, con dos o un millón, no se cuánta gente esté detrás del micrófono, porque también esa es una incógnita que llegamos a tener, nos sentamos en radio ante un micrófono y no sabemos cuántas personas hay ahí atrás.

Creo al final de cuentas compartir la información que tengas tu, siempre sea verídica con mucha responsabilidad para que en un momento dado lo

que estas transmitiendo sea algo bueno, creo el trabajo que se hace desde los ellos entrenadores y deportistas, el poder difundirlo, el poder darlo a conocer es una satisfacción importante y creo que bien vale la pena invertir el tiempo en ello.

JRC: Mi experiencia personal te puedo decir que es muy grato todo lo que uno hace frente al micrófono platicando con los muchachos, te puedo compartir que a lo largo de mis 10 años aquí en la Universidad laborando, un poco menos de tiempo aquí en la radio, pero he estado siguiendo la huella de los deportistas universitarios en eventos nacionales, incluso los que han viajado en competencias internacionales, estando en comunicación y que te digan sabes qué, gané, también a uno los llena de como de orgullo este tipo de logros, creo que es lo más grato saber que el deportista triunfa le va bien, y que se vuelven profesionistas, que también les va bien en su área de trabajo, eso es gratificante y creo que con ese tipo de cosas son con las que me quedo.

A manera de conclusión

Los programas deportivos producidos por la Coordinación de Radio Universitaria son parte de las estrategias comunicativas que la Universidad implementa para la difusión del deporte. Como puede interpretarse, la aceptación de estas producciones es alta, ya que generalmente las distintas disciplinas deportivas son del gusto de la población. En la comunidad universitaria no es la excepción. Empero, es importante desarrollar nuevas líneas para que las distintas audiencias se sientan identificadas y ciertos deportes, que no son tan comunes como lo es el futbol, por ejemplo, sean atendidas.

RADIO UAN COMO ESTRATEGIA DE DIFUSIÓN DEPORTIVA

M.E. Óscar Omar Verdín Cervantes
 Docente de la unidad académica de Ciencias Sociales
 Dra. Dalinda Isabel Sandoval Acosta
 Docente de la unidad académica de Ciencias Sociales
 Universidad Autónoma de Nayarit

Antecedentes

El deporte universitario en nuestro país plantea escenarios de contraste: por un lado se encuentran las grandes instituciones de educación superior quienes durante las competencias regionales y nacionales encabezan los medalleros con atletas que a diario entrenan en espacios adecuados para su disciplina; y por otro aquellas universidades que no cuentan con la infraestructura necesaria para que sus deportistas se desarrollen plenamente. Es comprensible que los recursos económicos destinados para este rubro son distintos según la capacidad de cada institución; sin embargo, las políticas deportivas deben mantenerse en el marco de todo Plan de Desarrollo o cualquier documento que establezca las líneas generales a seguir.

Es en la propia Constitución donde se origina la trascendencia que el Estado habría de darle a la práctica del deporte. El Artículo 4º párrafo treceavo indica que “toda persona tiene derecho a la cultura física y a la práctica del deporte. Corresponde al Estado su promoción, fomento y estímulo conforme a las leyes en la materia” (Cámara de Diputados, 2021, p. 11). Para el caso particular, el Plan de Desarrollo Estatal de Nayarit en su sexenio de 2021-2027 establece, dentro del eje rector denominado “Disminuir la pobreza y la desigualdad”, el programa “Deporte”, mismo tiene como objetivo prioritario “promover la cultura física y el deporte como estrategia para elevar la calidad de vida de la ciudadanía, facilitando el acceso a instalaciones adecuadas con personal calificado” (Secretaría de Desarrollo Sustentable del Gobierno del Estado de Nayarit, 2021, p. 119).

Para la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN) las estrategias en cuanto al desarrollo de la práctica deportiva por parte de la comunidad universitaria han sido diversas. Actualmente se construye el Plan de Desarrollo Institucional para la presente administración rectoral (2022-2028); no obstante, el documento del pasado gobierno universitario indica que “en lo que respecta al deporte, es importante contar con infraestructura adecuada para llevar a cabo las diferentes disciplinas y personal docente con el perfil idóneo para desarrollar y potencializar las habilidades deportivas de las y los estudiantes” (Universidad Autónoma de Nayarit, 2016, p. 12).

La UAN mantiene espacios deportivos de excelente calidad para la práctica de diversas disciplinas, como por ejemplo el atletismo, fútbol soccer, fútbol rápido, basquetbol, karate, voleibol, beisbol, levantamiento de pesas, lanzamiento de martillo. A su vez, desde la Secretaría de Extensión y Vinculación y la Dirección de Vinculación de Cultura Física, Deporte y Recreación son coordinadas unidades de aprendizaje optativas de carácter deportivo que son ofertadas para la población estudiantil del nivel superior, con la intención de concretar una formación integral que no solo contemple el campo disciplinar, sino el deporte como un eje transversal en su desarrollo universitario. Con esto queda clara la importancia que tiene el deporte para las autoridades universitarias.

Ahora bien, estas acciones habrían de entrelazarse con estrategias comunicativas que difundan el deporte entre la comunidad universitaria y la población en general. En la coordinación de Radio Universitaria, perteneciente a la Dirección de Comunicación, se desarrollan tres programas que particularmente atienden esta dinámica: la difusión del deporte universitario, mismos serán detallados en un próximo apartado.

La radio universitaria

Dentro del organigrama de la Dirección de Comunicación de la Universidad Autónoma de Nayarit se contemplan cinco coordinaciones, destinadas principalmente a la difusión de las múltiples actividades que se realizan al interior de la UAN. Una de estas coordinaciones es la de Radio Universitaria, la cual mantiene una concesión ante el Instituto Federal de Comunicaciones (IFT). La barra de programación puede ser sintonizada a través del 101.1 de frecuencia modulada.

La concesión para operar una estación de radio pública otorga un sinnúmero de oportunidades para la comunidad universitaria y el público que sintoniza, como lo son el acceso a programación nacional que es transmitida por la estación o bien la invi-

tación a congresos, seminarios y diversas actividades sobre las radios públicas. Sin embargo, la misma concesión atañe de responsabilidades considerables, ya que el contenido producido es regulado por el propio IFT y penalizado, según sea el caso, por la Ley Federal de Telecomunicaciones y Radiodifusión. Uno de los elementos más importantes que establece dicha ley son los derechos que tienen las audiencias, entre los que destaca el mantener una programación que incluya diversos géneros.

El 101.1 de F.M. propone una barra de programas diversos, con contenido variado. Destacan los de corte informativo *Conexión 101.1 FM*, *Universo 60* y *Lado B*. Este último con varios años al aire y elegido como uno de los mejores programas radiales en el estado. A su vez existen programas con contenido cultural, como *El Terruño*, *Shot de Soju*, *Relatos y Leyendas* y *La Hora Nacional*, programa de carácter federal. Muchos programas académicos han construido sus propios programas y los han adaptado a la radio, tal es el caso de *Acciones con rostro y corazón*, de la licenciatura en Ciencias de la Educación, o *Filosofía para todos*, con docentes de ese mismo programa que se desarrollan como locutores.

La difusión del deporte

En cuanto a los programas deportivos producidos por Radio UAN se contemplan tres: *Ecos Deportivos*, *La Cáscara* y *Al Silbatazo*, todos ellos enfocados a la difusión del deporte desde distintos ángulos. El primero de ellos se constituye como el programa deportivo más longevo producido por la coordinación de la radio universitaria, con cerca de 17 años al aire. Fue iniciado por Concepción Bravo Mata, quien es considerada la primer mujer cronista en el estado, quien junto a don Jesús Valdez Pérez, comenzaron difundiendo información relacionada al beisbol, deporte gustado en la población nayarita (particularmente en la zona costera y norte del estado). Posteriormente se incluyeron entrevistas a atletas y entrenadores nayaritas.

Actualmente Aline Viridiana Huerta Hernández, ex deportista de alto rendimiento de la Universidad se incluyó como parte de la locución. Este programa se transmite los sábados a las 15 horas y mantiene una duración de una hora.

La Cáscara por su parte se especializa en el deporte a nivel local, nacional e internacional. Durante la transmisión son abordados temáticas relacionadas al automovilismo, el boxeo, la lucha libre, el tenis, la esgrima y particularmente el futbol soccer. A su vez mantiene secciones que son del agrado de las audiencias, tales como “Nayarita destacado”, donde se escuchan reseñas de deportistas con trascendencia de la entidad, y la “Recomendación literaria deportiva”, donde se proponen lecturas relacionadas al deporte. El universitario Javier Rodríguez Castro es quien conduce este programa, mismo es transmitido los viernes en punto de las 16 horas.

Para completar la barra de programación deportiva se encuentra Al Silbatazo, producción que inició en septiembre de 2022 con la intención de consolidarse como un espacio donde se informe de las múltiples actividades deportivas que se realizan al interior de la Universidad, destacando las actuaciones y resultados de los deportistas universitarios en eventos locales, regionales, nacionales e internacionales. Es importante mencionar que este espacio es propuesto por la Dirección de Vinculación de Cultura Física, Deporte y Recreación y es conducido por el cronista Luis Antonio Arredondo Bertrand. Se transmite los lunes y viernes a las 12 horas.

Retos para el deporte universitario

La Universidad implementa diferentes líneas de acción para que las y los universitarios practiquen deporte. Desde la construcción y mantenimiento de los espacios deportivos; la integración del deporte en la currícula de los diferentes programas académicos; la realización de torneos deportivos; y por supuesto la difusión a partir de los mecanismos de comunicación institucionales. Ahora bien, se piensa que es necesario extender estas acciones hacia más integrantes de la comunidad universitaria, ya que en sondeos internos se conoce que son pocos quienes practican alguna actividad deportiva de manera constante.

Para Molina-García et al. (2007, p. 88) “la práctica deportiva parece fomentar algunos indicadores del bienestar psicológico”, una de las principales razones en las que se basan los esfuerzos que hace la institución para que el estudiantado, principalmente, conciba al deporte como parte esencial de su vida. La comunicación entonces se contemplaría como una herramienta fundamental para que esto suceda.

REFERENCIAS

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. (2021). Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>

Gobierno del Estado de Nayarit. (2021). Plan Estatal de Desarrollo Nayarit 2021-2027. <http://www.hacienda-nayarit.gob.mx/Documentos/plan2021.pdf>

Molina-García, J., Castillo, I., Pablos, C. (2007). Bienestar psicológico y práctica deportiva en universitarios. Motricidad. European Journal of Human Movement, 18 (1) 79-91. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274220374005>

Universidad Autónoma de Nayarit. (2016). Acuerdo que contiene el Plan de Desarrollo Institucional 2016-2022 de la Universidad Autónoma de Nayarit. https://www.uan.edu.mx/d/a/sg/Legislaci%C3%B3n_Universitaria_Vigente/7_Plan_de_Developmento_Institucional/Plan_de_Developmento_Institucional.pdf

CIENCIA Y TECNOLOGÍA



SUELOS DE JALISCO OTORGAN AL TEQUILA CARACTERÍSTICAS ÚNICAS

Dra. Ana I. Zárate-Guzmán

Profesora del Departamento de Ciencias Biotecnológicas y Ambientales de la UAG

- **Investigadores de la Universidad Autónoma de Guadalajara descubren parámetros para garantizar la autenticidad del tequila.**

El Tequila es nuestra bebida nacional por excelencia, en reuniones con amigos y familia siempre nos acompaña, y es que no es extraño decir, “El Tequila me recuerda a casa, a sus aromas, a su clima, a mi tierra” y es verdad, el Tequila en su esencia lleva a nuestra tierra.

Estudios recientes desarrollados por la Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) y su Grupo de Investigación en Materiales y Fenómenos de Superficie, dirigidos por el Dr. Luis Alberto Romero Cano y la Dra. Ana I. Zárate-Guzmán, han demostrado que los suelos de la región de Denominación de Origen del Tequila presentan trazas de metales que migran a la planta de Agave tequilana Weber variedad azul y permanecen durante todo el proceso de elaboración del Tequila, por lo que es posible apreciarlos en el producto final.

Este estudio muestra que suelos de la región otorgan al Tequila características únicas, las cuales pueden ser útiles como trazadores geoquímicos de autenticidad de la bebida, siendo una estrategia innovadora auxiliar a los procesos de verificación actuales para identificar bebidas apócrifas y/o adulteradas logrando una mejora de la imagen del Tequila a nivel mundial.

El trabajo de investigación ha sido desarrollado por la Mtra. Carolina Espinoza-Ángulo, como parte de su trabajo de Tesis para obtener el grado de Maestría en Procesos del Tequila. La UAG en colaboración con el Consejo Regulador del Tequila realizó un muestreo de suelo y agave representativo de la región de denominación de origen del tequila.



Posteriormente en una estancia de investigación realizada en la Universidad de Granada (España) con el Prof. Dr. Francisco Carrasco Marín, la maestra realizó la caracterización de las muestras por espectroscopia de fluorescencia de rayos X. Los resultados arrojaron la presencia de gran variedad de minerales, siendo el Cromo, Bario y Circonio elementos clave ya que estos se relacionan con los suelos volcánicos característicos de la región.

El estudio se complementó en la UAG con apoyo de alumnos de los últimos cuatrimestres de Químico Farmacéutico Biólogo, Walter M. Warren-Vega, y alumnas asociadas al programa de investigación temprana de la Ingeniería en Conservación y Restauración Ambiental, Mónica Muñoz-Miranda y Silvia G. Sánchez-Franco, quienes complementaron la caracterización fisicoquímica de los suelos mediante la determinación de color, textura, materia orgánica, humedad, pH, densidad, entre otros.

Los resultados obtenidos han sido recientemente publicados en la revista científica *Industrial Crops & Products* la cual se encuentra indexada en el *Journal Citation Reports* con un factor de impacto de 6.449. Al final de la nota se anexa la liga de acceso al documento.

Nuestra tierra es única, nuestra bebida también ¡Salud!

Espinoza-Angulo, C., Warren-Vega, W. M., Muñoz-Miranda, M., Sánchez-Franco, S. G., Carrasco-Marín, F., Miguel-Cruz, F., ... & Romero-Cano, L. A. (2022). Determination of inorganic tracers in agave plants and agricultural soils as an auxiliary parameter to ensure the authenticity of the region that grants the Denomination of Origin of Tequila. *Industrial Crops and Products*, 187, 115401. <https://doi.org/10.1016/j.indcrop.2022.115401>

LA ESCASEZ O FALTA DE MICROCHIPS EN EL MUNDO

Sergio Calixto
Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.

Antes de leer este artículo se recomienda leer la referencia¹ publicada el año pasado que contiene una introducción al problema de la falta de microchips o circuitos integrados que usan muchos de los aparatos o dispositivos que usamos diariamente como las computadoras, teléfonos celulares, televisiones, equipos médicos, aires acondicionados hasta los medios de transporte como aviones de pasajeros y de combate, tanques de guerra, camiones, autos, los cohetes que transportan a los astronautas, los vehículos que investigan las superficies de otros planetas (Rover) y un sin fin de otros dispositivos y maquinas.

En esa referencia¹ se describió el proceso de fabricación de los microchips, las características ambientales del proceso de su fabricación y el problema y la causa de la escasez de ellos. Ahora comentaremos sobre las acciones que se están tomando para resolver la falta de los microchips. Varios países tienen más necesidad de los microchips que otros, entre ellos los países desarrollados que fabrican aparatos de alta tecnología. Por ejemplo: Estados Unidos lo ve como una prioridad nacional² ya que su economía depende de los productos que usan los microchips. Además, el poder militar de Estados Unidos³ depende de los microchips avanzados y Estados Unidos no los fabrica. De igual forma Francia, Italia y Alemania⁴ desean tener fábricas de microchips. En inglés se les llama a las fábricas de microchips “fabs” o “fabrication facilities”.

Con respecto a Estados Unidos proponen gastar \$280 000 millones de dólares en la industria de los semiconductores. De esa cantidad \$52 000 millones se usarán directamente a la fabricación de microchips. La votación en la cámara de representantes para la aprobación del presupuesto fue de 243 a favor y 187 en contra. En el senado la votación fue 64 contra 33. Los que votaron por la aprobación mencionaron que lo ven como² seguri-

dad nacional, independencia económica y fortalecimiento de la competencia contra china.

El presidente de Estados Unidos predice² que se crearan 1 millón de empleos en la construcción de las facilidades para fabricar microchips y también se crearan trabajos de alta tecnología bien pagados. Además del presupuesto que invertirá el gobierno las compañías que fabrican los microchips también contribuirán económicamente al progreso de la fabricación de microchips. Por ejemplo, la compañía Micron⁵ invertirá \$40 000 millones de dólares en memorias chip. También la asociación de la industria de semiconductores (Semiconductors Industry Association, SIA) participara en la propuesta económica.

La fundación nacional para la ciencia (National Science foundation, NSF)⁵ será la que administrará el presupuesto y enfocará el trabajo en la fabricación de los microchips y computación avanzada y autorizará las siguientes cantidades:

- \$10 000 millones de dólares para centros de innovación y tecnología

- \$1000 millones para el departamento de comercio de los estados unidos para ayudar a crear trabajos de larga duración y en comunidades en miseria o afligidas.

- Autorizara nuevas inversiones en Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas (STEM, Science, Technology, Engineering and Mathematics) y entrenamiento para no graduados y graduados.

- Autorizara inversiones para aumentar la diversidad en instituciones de investigación incluyendo nuevas iniciativas para respaldar gente de color y combatir acosos sexuales y de género que son barrera para participación en STEM.

De los 52 000 millones de dólares antes mencionados la mayoría serán otorgados a las compañías que fabrican los microchips. Sin embargo, no solo se necesitan fábricas de microchips. El proceso completo de los microchips contempla el material⁶ para fabricarlos y el diseño de los microchips. Compañías que desarrollan diseño son por ejemplo AMD (Advanced Micro Devices), Nvidia y Qualcomm. Otras compañías que diseñan y fabrican microchips son Micron y Texas Instruments. Sin embargo, estas compañías de diseño al parecer no recibirán apoyo económico. Debido a esto se creó una modalidad llamada FABS⁷ que incluiría crédito a las compañías que diseñan y otras que adquieren instrumentos muy costosos.

De los 52 000 millones de dólares también se darán a compañías que no son de Estados Unidos como TSMC (Taiwan Semiconductor Microchips), Samsung, Global Foundries y otras. Siempre y cuando ellos construyan fábricas en Estados Unidos.

En relación a la construcción de fábricas fuera de Estados Unidos pero respaldadas por el presupuesto de este país la compañía Intel² invertirá al principio 33 000 millones de dólares en Europa. Luego planea invertir hasta 80 000 millones de euros. Se construirán dos fábricas en Magdeburg, Alemania para fabricación de microchips. Su construcción empezara en el año 2023 y abrirán en 2027. Se espera la aprobación de la comisión europea. Los microchips que se construirán ahí tendrán detalles más pequeños que los que se construyen ahora y serán de unos 10 nanómetros, se les llama micro dispositivos de la era de los Angstroms. Habrá 7000 nuevos empleos en la construcción y 3000 empleos permanentes de alta

tecnología en Intel. Además, se invertirán 12 000 millones de euros en Leixlip, Irlanda, doblando el espacio de manufactura. En Europa también Intel invertirá en Italia 4 000 millones de euros creando 1500 lugares de trabajos con operaciones comenzando en 2025 y 2027. Intel planea adquirir la fábrica italiana Tower Semiconductor⁸, de Israel, por 5 000 millones de euros. Tower Semiconductors tiene relaciones con la compañía italiana que está en Agrate Biranza Italia, STMicroelectronics.

Siguiendo con la aplicación de Intel en Europa Intel planea construir una oficina de diseño en Plateau, Francia. Tendrá 1000 empleos. Ahí será el “cuartel” principal para computación de alto nivel e inteligencia artificial usadas en los automóviles, las ciencias de la vida y otros. En Gdansk Polonia, Intel incrementara su espacio por 50% para trabajar en redes neuronales, audio, gráficos centro de datos y computación por la “nube”. En España colaborara en Barcelona, España, con el centro de Supercopita en el desarrollo de la arquitectura zettascale.

En Europa Intel ha colaborado por 30 años y emplea 10 000 personas. Sin embargo, a nivel mundial Intel tiene 120 000 trabajadores. Intel gasta 10 000 millones de euros con compañías europeas. Pero espera doblarlo en 2026.

Además del diseño de microchips y la construcción de nuevas fábricas se debe tomar en cuenta que para la fabricación de microchips se deben tener los materiales básicos necesarios⁶. La mayoría de los materiales provienen de china y ahora con la tensión entre estados unidos y china se ve una dificultad para obtener estos materiales básicos. Entre los materiales que china provee para

REFERENCIAS

¹ <https://www.am.com.mx/guanajuato/vivirmas/el-microchip-un-panorama-complejo-20210630-0034.html>

² <https://www.fierceelectronics.com/electronics/house-approves-chips-act-by-243-187-vote>

³ <https://www.nytdirect.com> Visto el 14 de julio 2022, The Morning, “The military relies on advanced semiconductors. The U.S. doesn’t make any.”

⁴ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/intels-massive-pan-europe-chip-plan-starts-two-german-fabs>

⁵ [https://www.fierceelectronics.com/electronics/Micro-plans-\\$40B-in-memory-plants-on-heels-of-CHIPS-Act](https://www.fierceelectronics.com/electronics/Micro-plans-$40B-in-memory-plants-on-heels-of-CHIPS-Act)

⁶ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/merck-emd-s-nambiar-next-decade-will-be-decade-materials>

la fabricación de microchips tenemos: aluminio, antimonio, arsénico, bismuto, carbón, fluorine, galio germanio, indio, plomo, magnesio, fosforo, tierras raras, silicio, telurio, tungsteno y muchos más. Como son suministrados por china se está en un riesgo de perderlos. Debido a esta falta de materiales se esperan atrasos en la producción de microchips.

Dados los aspectos geopolíticos hay un pensamiento nacionalista de construir más capacidad de fabricación y sistemas ecológicos y enfocar su estrategia para localizar sus proveedores donde sea posible. Es importante que los materiales y proveedores estén presentes localmente donde se construyan las nuevas fábricas. Además, las fábricas deben crear estrategias a largo plazo para obtener los materiales básicos. Hace unas tres décadas solo se necesitaban unos 10 elementos para fabricar microchips, pero ahora se necesitan unos 70. La década siguiente será la década de los materiales.

También debido a los acontecimientos geopolíticos la cooperación entre los países se ha vuelto más difícil. Por ejemplo, Estados Unidos ahora prohíbe a las compañías Nvidia y AMD (Advanced Micro Devices) vender microchips avanzados a china⁹. Estos microchips están dedicados a reconocimiento de imágenes y voz basados en inteligencia artificial, usados en actividades militares con imágenes satelitales y de video vigilancia.

En el caso de Nvidia se trata de sus productos A100 y H100. El primero es una GPU diseñado para la computación de alto rendimiento con 54.000 millones de transistores especializada en centros de datos del ámbito de la IA (Inteligencia Artificial). El segundo es un sistema con fotolitografía de 4 nm de TSMC y 80.000 millones de transistores. En relación a AMD no podrá vender a china el GPU MI250 de tercera generación con arquitectura CDNA 2 usados en el superordenador más potente del mundo y el primero en romper la barrera de la exaescala.

Más recientemente con la aparición del conflicto entre Rusia y ucrania otros materiales usados en la construcción de microchips son vulnerables: el neón y el paladio¹⁰. El primero es un subproducto de la fabricación de acero en Rusia y es purificado en ucrania. Mientras que Rusia provee un tercio del paladio usado en memorias y sensores. Además, Rusia también produce el hexafluorocyclobutano para procesos de litografía. Esta situación incrementara los precios de los dos materiales y a su vez incrementara los precios de los microchips.

Asimismo, estados Unidos trata de impedir que ASML (Advanced Semiconductor Materials Lithography)^{11,12}, el mayor fabricante a nivel mundial de equipos de semiconductores que está en los países bajos, le venda los equipos a china. ASML tiene el 67 por ciento de las ventas mundiales de máquinas de litografía con una competencia compuesta por Ultratech, Canon y Nikon.

TSMC (Taiwan Semiconductor Manufacturing)¹³

Esta compañía acapara el 54% del mercado global de semiconductores con clientes como Apple, Nvidia, AMD y otras grandes industrias. Además, el 90% de los procesadores de última generación son fabricados en sus instalaciones. Así que TSMC tiene un papel fundamental para terminar la crisis de semiconductores.

Otras compañías que participan en la fabricación de microchips son Samsung e Intel, con un 17%. Luego están UMC¹⁴ (United Microelectronics Corporation) y GlobalFoundries con un 7%, y finalmente SMIC con un 5%.

TSMC desarrolla investigación para hacer microchips con una resolución de 5 nm. Está construyendo en Taiwán facilidades para este proyecto. Después, en 2024, iniciará su manufactura en una fábrica nueva que construye en Arizona (Estados Unidos). Asimismo, construirá dos fábricas, en Japón, y la otra tal vez en Alemania.

Acciones para contrarrestar la falta de microchips

Debido al conflicto entre Rusia y Ucrania y a las medidas económicas tomadas por la Unión Europea, Estados Unidos y otros países, de bloquear las relaciones comerciales con Rusia, incluyendo los microchips, la compañía rusa LADA¹⁵, la marca de automóviles más vendida en Rusia, decidió fabricar carros como los que hacía hace 30 años, o sea, sin casi la utilización de microchips y motores con tecnología antigua. Aunque el grupo LADA forma parte del grupo francés Renault debido a las sanciones económicas las industrias de occidente asentadas en Rusia no reciben partes de producción como las refacciones para vehículos.

Respecto a sus motores serán puestos en su mínima expresión y por lo tanto serán contaminantes. De esta forma los coches no tendrán frenos ABS, ni repartidor electrónico de frenado, ni control de tracción de estabilidad, bolsas de aire, asistente de arranque en pendientes y demás ayudas.

Referencias¹⁶⁻²⁵ completan más información sobre el tema de las acciones para solucionar la falta de microchips.

En la fábrica de GM en Silao no hubo actividades por algunos días debido a la falta de microchips. En ese caso el contrato colectivo de trabajo previene que se les pagara a los trabajadores un 50% de su sueldo. Sin embargo, ahora mediante el sindicato piden que se les aumente a 70%²⁶.

⁷ <https://www.fierceelectronics.com/sensors/chip-industry-splits-over-us-chips-act-benes-intel>

⁸ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/intel-acquire-tower-semi-israel-54b-specialty-chip-bid>

⁹ <https://www.xataka.com/componentes/ultimo-golpe-estados-unidos-a-china-nvidia-amd-no-podran-venderle-chips-avanzados>

¹⁰ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/ukraine-war-could-hurt-supplies-of-neon-palladium-needed-for-chips>

¹¹ <https://www.asml.com/en/company/about-asml/asml-at-a-glance>

¹² <https://www.asml.com/en/technology/all-about-microchips>

¹³ <http://tsmc.com/englis>

¹⁴ <https://www.umc.com/en/home/Index>

¹⁵ <https://www.elcarrocolombiano.com/noticias/lada-reanudara-su-produccion-pero-con-autos-cero-tecnologia-asi-se-verian/>

¹⁶ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/intel-invests-100m-education-chip-rd-across-us>

¹⁷ <https://www.fierceelectronics.com/keyword/pat-gelsinger>

¹⁸ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/intel-plans-for-foundry-unit-and-20b-for-two-arizona-chip-fabs-prompt-hope>

¹⁹ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/chip-industry-blasts-25-tariff-chips-and-parts-imported-china>

²⁰ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/chip-shortages-hit-even-as-car-and-auto-chip-sales-climb>

²¹ <https://www.fierceelectronics.com/electronics/sensors-converge-jack-gold-old-chips-new-fabs-and-supply-chain-complexity>

²² <https://www.fierceelectronics.com/electronics/chip-component-shortages-see-no-quick-end-sight>

Videos Youtube

²³ "Why is U.S. so interested in Taiwan"

²⁴ "Why Taiwan's semiconductor industry is so important"

²⁵ "Why the world relies on ASML for machines that print chips"

²⁶ XHRML Radio Formula Bajío, Formula Noticias Bajío, 101.1 FM. Locutor Carlos Rosanoff.

LOS OJOS AZULES SON CAFÉS Y NO EXISTÍAN HACE 10000 AÑOS

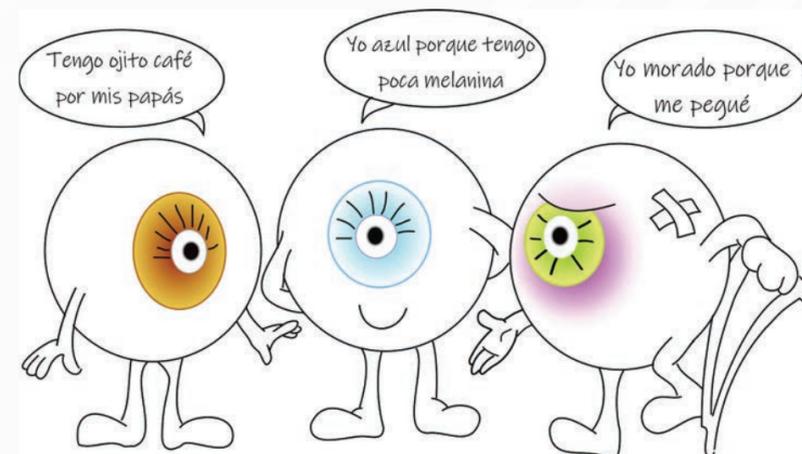
Gonzalo Paez Padilla
 Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.

Así es, no existe el pigmento azul en nuestros ojos, y esa tonalidad apareció hasta el Neolítico, cuando la humanidad ya realizaba pastoreo de ganado y agricultura. A lo largo del tiempo, el color de los ojos ha sido tema de interés, habiendo incluso asociaciones a cualidades no siempre afortunadas o inocentes.

En la mitología griega Demeter (Ceres) hermana de Zeus, tenía los ojos verdes, Atenea grises, Afrodita azul océano, Artemisa plateados. Entre los humanos hay toda una variedad de colores, algunos poco comunes como los famosos ojos color violeta de Elizabeth Taylor. Al color de ojos hasta canciones les han compuesto, “aquellos ojos verdes de mirada serena...” “ochie chorniye, ochi zhguchie, ochi strastnye i prekrasnye...”, “blue eyes, baby’s got blue eyes like a deep blue sea...” y la lista sigue, en muchos idiomas y culturas.

El iris es la parte con color de nuestro ojo y cambia de tamaño para controlar la cantidad de luz que llega a la retina, donde se forman las imágenes. Cuando nacemos nuestro iris es más claro y en el primer año se oscurece. Después, el color del iris cambia lentamente a lo largo de nuestra vida. Los cambios bruscos de tonalidad no son normales y podrían estar asociados a alguna condición médica, como la uveítis, trauma ocular, virus como el herpes zoster o melanoma. Algunos medicamentos pueden cambiar el color de ojos, como las gotas para tratar el glaucoma o los cosméticos para hacer crecer las pestañas, que los oscurecen.

Atestiguamos colores de ojos en toda una amplia gama, casi de arcoíris. Sin embargo, no existe tal cosa como pigmentos azules, verdes o violetas. El pigmento que tiene nuestro iris es la melanina y es de color café, del ámbar al chocolate, dependiendo de la mezcla de melaninas. Entonces el color que le vemos al ojo se debe por una parte a la cantidad y localización de melanina y por otra al esparcimiento de la luz en la capa frontal del iris, que se ve azul. Este esparcimiento es el mismo fenómeno óptico por el que vemos azules al cielo y al mar profundo. Si hay poca melanina predomina el esparcimiento y el ojo tiene tonos claros. Si además la capa posterior del iris tiene poca melanina, los vasos sanguíneos reflejan y se ven rojos o violeta.



En esencia, la gran variedad de colores de ojo está determinada genéticamente por la concentración y localización de la melanina. Alrededor de tres cuartas partes de la población tiene ojos cafés, azules del 8 al 10%, ámbar 5%, avellana (tonalidades verdes y cafés) 5%, gris 3%, verde 2%, y otro color (violetas, rojos, rosas, heterocromía) menos del 1%. Se llama heterocromía cuando los ojos presentan diferente color, como Henry Cavill (superman), Mila Kunis, Angelina Jolie y (probablemente) Alejandro Magno.

Hay dos genes en particular responsables del color de ojos, OCA2 y HERC2 y en menor grado están involucrados hasta 16 genes (y en general más de 150 en el transporte y almacenamiento de melanina) Con esa complejidad genética, no es nada simple predecir el color de ojos de un hijo. La mutación que produce ojos azules altera el gen HERC2 que regula al gen OCA2, reduciéndose la producción de melanina en la capa frontal del iris y se observa color azul debido al esparcimiento.

En un estudio de personas con ojos azules de diferentes naciones se encontró la misma secuencia de ADN en la mutación genética del color de ojo, lo que sugiere que tuvieron una sola persona como ancestro común. Se estima que la mutación se produjo en los últimos 6000 a 10000 años.

Finalmente, fuera de mitos y leyendas, el color de ojos no nos hace ni más inteligentes, ni más espirituales, ni celosos, ni confiables, ni determina el estado mental. Simplemente los ojos de las personas tienen el mismo pigmento en tonos de café, la melanina a diferente concentración. El hecho importante es la funcionalidad del iris, que se cierra en ambientes bien iluminados y se abre en la penumbra y así podemos disfrutar la belleza del mundo en mañanas soleadas o noches de luna.

CRISTALES EN LA MIEL: POSIBLE CERTIFICACIÓN DE ORIGEN

Dr. Manuel H. De la Torre Ibarra
Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.

La miel de abeja (principalmente de la especie *Apis mellifera*), es un alimento milenario que se produce a partir de la recolección del néctar que las abejas encuentran en las flores en diferentes lugares y en distintas temporadas.

El proceso de elaboración inicia cuando el insecto ha ingerido el néctar y le añade enzimas y proteínas, propiciando la descomposición de los azúcares en fructosa y glucosa principalmente.

Una vez que la abeja regresa a la colmena, se lleva a cabo un proceso mecánico que involucra a varias abejas, el cual permite eliminar parte de la humedad de esta mezcla. Concluido lo anterior, la miel se almacena en los panales, cuyas pequeñas celdas son selladas con cera hasta el momento en que es requerida por las abejas o retirada por los apicultores.

Durante su proceso de elaboración, la miel adquiere una composición de fructosa, glucosa, agua, otros azúcares, aminoácidos y en menor medida minerales y otros elementos, como las partículas de polen. El polen depende del tipo de flor visitada por las abejas durante la recolección, siendo este un elemento de gran interés, ya que a través de su estudio se puede identificar el tipo de miel, así como su origen geográfico.

La Melisopalinología es el estudio de los granos de polen en la miel, una técnica que sirve entre otras cosas, para saber si una miel está adulterada o si fue mezclada con alguna otra variedad de miel. En el caso de la miel de un solo tipo de flor (mono floral) es de suma importancia esta verificación porque permite certificar la pureza de su origen.

Con el fin de comercializar la miel en distintos mercados, existen prácticas cuyo fin es ocultar o adulterar el origen floral y regional de esta.

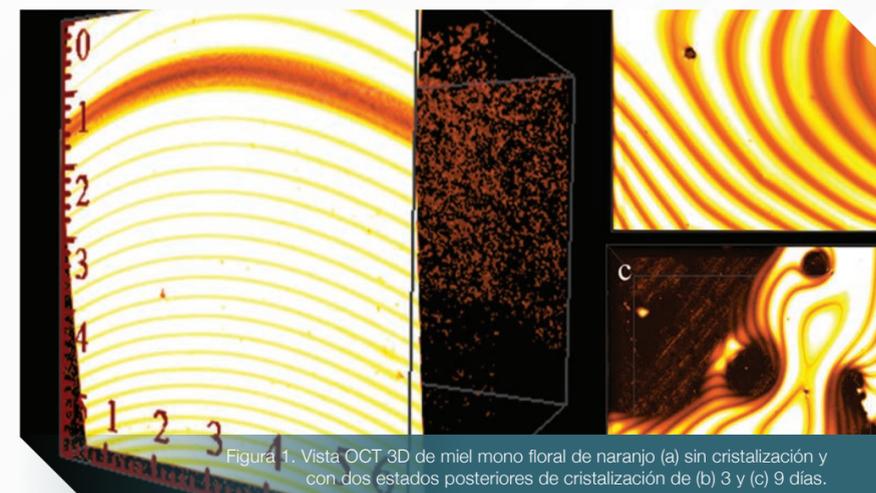


Figura 1. Vista OCT 3D de miel mono floral de naranjo (a) sin cristalización y con dos estados posteriores de cristalización de (b) 3 y (c) 9 días.

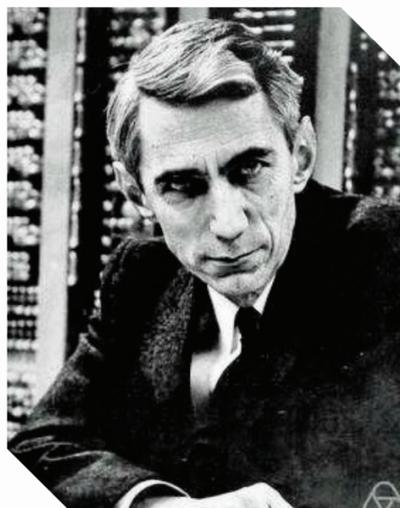
Actualmente, por medio de la melisopalinología solo es posible detectar si la miel fue sometida a un filtrado para eliminar los granos de polen al no observarlos en el microscopio. Pero no puede determinar si los granos fueron introducidos posteriormente de otra variedad floral para hacerla pasar como otro tipo de miel.

Este tipo de limitaciones hacen necesario emplear nuevos métodos de detección más sofisticados y confiables, uno de ellos es la Tomografía de Coherencia Óptica (OCT).

Esta técnica recién se está introduciendo al estudio de la miel en el Centro de Investigaciones en Óptica, A.C. (CIO) - Unidad Aguascalientes, para observar los grupos de cristales. Estos cristales son particulares para cada tipo de miel y solo se pueden destruir dañando el producto con calor. Es por ello, que en este estudio se están utilizando para identificar si la miel es monofloral o multifloral. Se están realizando análisis de la velocidad de cristalización en la miel, independientemente de que exista o no polen en ella.

Al ser México uno de los principales exportadores de miel, su identificación adquiere gran relevancia, ya que la calidad de las diferentes variedades que se producen en nuestro país podrían ser candidatas a una denominación de origen, debido a las condiciones particulares de las flores endémicas de cada región.

Este estudio permitirá establecer una nueva metodología en la certificación de la miel, beneficiando a los apicultores nacionales, ya que les dará la oportunidad de competir en el mercado internacional, llevando productos de calidad certificada a un escenario mundial en el que existen cientos de variedades de miel.



EL CONTENIDO DE BITS DE INFORMACIÓN DE UN MENSAJE: EN MEMORIA DE CLAUDE SHANNON

Dr. Manuel Servín Guirado
Centro de Investigaciones en Óptica, A.C.

En la actualidad todos sabemos que existió un gran físico llamado Albert Einstein (1879-1955). En contraste, pocos saben que existió un notable matemático e ingeniero llamado Claude Shannon (1916-2001). La fórmula de Einstein más conocida es $E=mc^2$; la energía E de una masa m se encuentra al multiplicar esta masa por el cuadrado de la velocidad de la luz c^2 . Esta es una de las fórmulas más elegantes, sencillas y útiles de la física. A Claude Shannon también se le conoce por una fórmula muy simple, ingeniosa y útil que revolucionó las comunicaciones digitales como hoy las conocemos. Esta fórmula es: $I=-\log_2(p)$ y nos da el contenido de información I en bits de un mensaje que tiene una probabilidad p de ocurrir. En esta fórmula se usa el logaritmo de base 2, y lo podemos entender con el siguiente ejemplo: $24=2*2*2*2=16$; implica que $\log_2(16)=4$.

Claude Shannon se graduó en 1936 como matemático e ingeniero eléctrico simultáneamente. Después de la segunda guerra mundial, en 1948, Shannon publicó este importante artículo científico: Claude Shannon, "A Mathematical Theory of Communication", Bell System Technical Journal, Vol. 27, pp. 379-424 (1948). En este artículo se define por primera vez en la historia, la cantidad de bits de información que contiene un mensaje.

Como vimos, los bits información de un mensaje están relacionados con la probabilidad de que este mensaje ocurra. Por ejemplo, si alguien envía el mensaje: en León Gto., el 10 abril, será un día soleado. Para esta fecha, esto es muy probable, tal vez con un 99% de certeza. La cantidad de bits de información de este mensaje es de 0.014 bits; una información muy baja.

1. Claude Shannon, Claude Shannon - Wikipedia, la enciclopedia libre
2. Teoría de la información, Teoría de la información - Wikipedia, la enciclopedia libre
3. Frecuencia de aparición de letras. Frecuencia de aparición de letras - Wikipedia, la enciclopedia libre
4. ASCII en Wikipedia ASCII - Wikipedia
5. Telescopio espacial James Webb. Telescopio espacial James Webb - Wikipedia, la enciclopedia libre

Decir que un 10 de abril será soleado no es sorpresa, así que su información es baja. Si ahora consideramos el mensaje opuesto, "el 10 abril será un día nublado", tendrá una probabilidad muy baja, $100\%-99\%=1\%$, sin embargo, tendrá una cantidad de información alta, de 6.64bits.

Esto es el mensaje: "el 10 de abril será nublado" contiene $6.64/0.014=474$ más bits de información que el mensaje: "el 10 de abril será soleado". En la Fig. 2 se muestra pictóricamente estos dos mensajes.

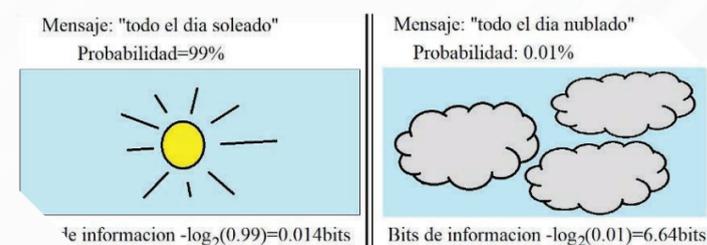


Fig. 2. Dos mensajes: El primero con una alta probabilidad de ocurrir del 0.99, y el segundo con una baja probabilidad de ocurrir de 0.01.

Ahora supongamos que no solo tenemos un mensaje, sino N mensajes $\{M1, M1, \dots, MN\}$, cada uno con una probabilidad de p_n . Pongamos como ejemplo el alfabeto español. Nuestro alfabeto está compuesto por 27 letras (A, B, C, ..., Z), y además sabemos que la probabilidad de ocurrencia de cada letra es la que se muestra en la Fig. 3.

Finalmente, el código más usado en informática es el código ASCII (del inglés, Estándar Americano para el Intercambio de Información). Este código requiere 7 bits y codifica hasta $2^7=128$ caracteres distintos (entre otros: a-z; A-Z; 0-9; @, #, \$, %, &, *, ", +, -, etc.); desde $0=(0000000)$ hasta el $127=(1111111)$. Por ejemplo, en ASCII la letra E se codifica usando el número binario 1000101, la minúscula e, se codifica como 1100110, el número 5 como 0110101, el signo de dólar \$ como 0100100 y así sucesivamente (ASCII - Wikipedia).

La Fig. 3 muestra que la letra más frecuente es la E (13.68%), la cantidad de información de la letra E es de 2.87bits. Por otro lado, la letra menos frecuente es la W (0.01%) con una probabilidad de 0.0001, y cuya información es de 13.28bits. La información promedio de las letras en textos escritos en español es de solo 4.042bits. En la práctica, usar un número de bits diferente por cada letra no es práctico. Por ejemplo, con 5 bits podemos representar 32 símbolos diferentes, $2^5=32$, o $\log_2(32)=5$. Siendo 32 superior a 27, entonces podemos representar desde la letra primer letra A=(00000) hasta la letra 27, la Z=(11011) con estos 5 bits. Y todavía nos sobran $32-27=5$ números binarios que podríamos usar para codificar otros 5 símbolos como por ejemplo, (+, -, =, \$, %).

Como vimos, aunque Claude Shannon no es un científico tan famoso como Albert Einstein, a Shannon le debemos la teoría de la información que hace posible la internet, que podamos comunicarnos con nuestros celulares y que el telescopio espacial James Webb pueda mandar fabulosas imágenes de nuestro universo desde una distancia de 1.5 millones de kilómetros de nuestro planeta.

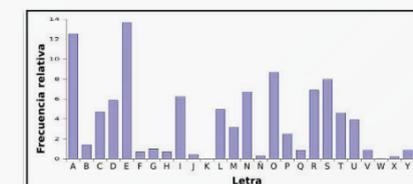


Fig. 3 Frecuencia relativa de uso de las letras en textos escritos en español en referencia [3].

Letra	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
Porcentaje	12,53%	1,42%	4,68%	5,86%	13,68%	0,69%	1,01%	0,70%	6,25%	0,44%	0,02%	4,97%	3,15%	6,71%
Letra	Ñ	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	
Porcentaje	0,31%	8,68%	2,51%	0,88%	6,87%	7,98%	4,63%	3,93%	0,90%	0,01%	0,22%	0,90%	0,52%	

GESTIÓN Y GOBIERNO



Lic. Antonio Leño del Castillo, Vicerrector General de la UAG.

INNOVACIÓN UAG: UN PASO HACIA EL FUTURO

Lic. Antonio Leño del Castillo
Vicerrector General Universidad Autónoma de Guadalajara

En el Sistema Educativo de la Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) nos distinguimos por mantenernos en el camino de la innovación, durante 87 años hemos impulsado en el país, numerosas iniciativas y programas en beneficio de la sociedad.

Estos últimos años han generado importantes cambios en nuestra forma de aprender, de trabajar y en nuestra forma de vivir. Las instituciones educativas no han sido la excepción, este contexto, nos ha posicionado en una nueva línea de arranque rumbo a la transformación, la excelencia y la trascendencia.

Es momento de construir nuevas ventajas competitivas anclados en la innovación, con un propósito claro y pertinente, encaminando cada acción realizada en el otorgamiento de servicios educativos de excelencia a nuestros estudiantes, a padres de familia, a nuestros egresados, a nuestros colaboradores y a la sociedad en general.

Es tiempo de romper paradigmas y reinventarse. Se requiere determinación para generar en cada uno de nosotros, ese factor diferencial que aporte valor a nuestro entorno y en particular, a nuestra Institución. Así como lo hicieron los fundadores de la UAG, con valentía, encontraremos soluciones y alternativas innovadoras para nuestro diario hacer, para las futuras generaciones y para una sociedad cada vez más exigente.

Las condiciones están dadas, y sin duda, en la UAG las aprovecharemos para retomar el liderazgo dentro del sector educativo, siendo referentes por nuestro actuar, y permaneciendo como pioneros en el camino hacia la Innovación, de la mano de la Universidad número uno en innovación en Estados Unidos de América y guiados de manera permanente por los Valores Trascendentes que la institución promueve.



A través de la Innovación, la UAG apuesta a una visión de futuro clara y pertinente.

Con esta visión, además de la mejora de procesos y enriquecimiento de nuestra oferta académica, se trabaja en la construcción de relaciones y alianzas estratégicas con grandes organismos de talla internacional que, al igual que nosotros, comparten una visión fundamentada en la innovación educativa basada en alta tecnología.

Esta visión, brindará a la UAG un futuro inimaginable, en el que podremos trascender fronteras y ser identificados como una Institución sin precedentes en México. Estamos seguros de que las decisiones y acciones realizadas hasta el momento, marcarán un nuevo capítulo en el futuro de nuestra gran historia, permitiendo no solo establecer metas muy retadoras, sino también, aterrizar planes específicos para alcanzarlas, a pesar de los retos que la actualidad presenta.

Sin lugar a dudas, las universidades somos piezas clave para generar progreso en la sociedad; por ello, en la UAG continuaremos con el fomento de

una cultura de innovación de manera transversal y vertical, tanto en nuestras funciones sustantivas como adjetivas.

Los desafíos y la disrupción están en marcha en la Autónoma, y esto, nos fortalece como personas, como equipos de trabajo y como Institución. Estamos hoy más que nunca, listos para llevar a nuestro Sistema Educativo a un gran centenario, lugar al que muy pocos logran llegar, y sólo unos cuantos pueden hacerlo con la solidez que demuestra nuestra Institución.

Es por ello que, en la UAG a través de la Innovación, apostamos a una visión de futuro clara y pertinente, y en lugar de paralizarnos ante las dificultades, capitalizaremos las oportunidades para trascender con el valor que siempre nos ha caracterizado, atendiendo como siempre, el desarrollo tanto de nuestra propia comunidad, como de toda la sociedad.



SECRETARIO DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO PRESENTA A LA DRA. MIRNA IRERI SÁNCHEZ GÓMEZ, DIRECTORA GENERAL DEL ITESI ANTE LA COMUNIDAD TECNOLÓGICA

- **Vengo a sumar y consolidar logros, pero también a atender áreas de mejora.**
- **Es importante formar profesionistas pero más importante formar buenas personas.**

Irapuato, Gto., 21 septiembre 2022.- El Secretario de Educación del Estado de Guanajuato, Jorge Hernández Meza presentó a la Directora General del Instituto Tecnológico Superior de Irapuato (ITESI), designada por el Gobernador del Estado Diego Sinhué Rodríguez Vallejo; ante el personal docente, administrativo y de apoyo en el marco de la Semana Escolar por la Paz.

“Seguramente vendrán años muy buenos para el ITESI, cuenten con un servidor el tiempo que me toque estar en este encargo, disfruto mucho estar en el ITESI normalmente me convocan ideas buenas el estar acá, el ITESI nos convoca para cosas muy positivas...”, señaló.

Una vez finalizado el evento de arranque de la Semana Escolar de la Paz realizado el pasado 19 de septiembre del 2022, en el foro al aire libre del ITESI, se congregó el personal en el auditorio del edificio F donde acudió el Secretario y la Directora General del ITESI para su presentación.

En este entorno, la Directora General del ITESI, Dra. Mirna Ileri Sánchez Gómez agradeció la confianza del Sr. Gobernador, y del Secretario de Educación del Estado. Al dirigirse al personal presente en el recinto manifestó estar comprometida con la sociedad, a la que nos debemos, venir a sumar y consolidar logros, pero también a atender áreas de mejora para impulsar la calidad académica y el bien de los estudiantes.

Con una comunicación abierta, humanista y buscando cumplir las funciones sustantivas con la exigencia requerida y convencida de la importancia de la formación integral, ya que es importante formar profesionistas, pero más importante formar buenas personas.

Llamó a la suma de voluntades con compromiso y responsabilidad, para hacer frente a los nuevos retos que refuercen el posicionamiento del ITESI, como referente nacional del Tecnológico Nacional de México.

La Dra. Mirna Ileri Sánchez Gómez, estudió la Licenciatura en Física en la Universidad Autónoma Metropolitana; *Maestría en Ingeniería (Investigación de Operaciones)*, Universidad Nacional Autónoma de México; *Maestría en Sistemas de Calidad y productividad*, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey; *Doctorado en Administración*, Universidad Autónoma de Querétaro.

Cómo experiencia profesional se desempeñó como Directora General Instituto Tecnológico Superior de Purísima del Rincón; Universidad de la Salle Bajío, Directora de Posgrado y Educación Continua; Directora General y Directora Académica del Sistema Avanzado de Bachillerato y Educación Superior SABES; Consultor y asesor a empresas diversas en aplicación de la estadística a la industria y en desarrollo de sistemas de Calidad; Profesor de licenciatura y posgrado: Tecnológico de Monterrey, Universidad Iberoamericana, Universidad DeLaSalle.

VINCULACIÓN



UDEG SEDE DEL XXIV FORO REGIONAL DE VINCULACIÓN DE LA RCO – ANUIES

Boletín de prensa UDG,
Coordinación General de Investigación, Posgrado y Vinculación (CGIPV)

Como cada año la Red de Vinculación de la Región Centro Occidente de la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) realiza el Foro de Vinculación.

Este año la Universidad de Guadalajara (UdeG), a través de la Coordinación General de Investigación, Posgrado y Vinculación (CGIPV), fue sede del XXIV Foro Regional de Vinculación de la RCO – ANUIES: “Diálogos de la triple hélice para una vinculación efectiva”.

En este espacio las instituciones asociadas comparten sus experiencias con los diversos sectores productivos con los que interactúan, analizando y debatiendo sobre los retos a los que se enfrentan durante el quehacer universitario, con la finalidad de fortalecer los vínculos entre sí y así hacer frente a las problemáticas actuales.

Actualmente, la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) cuenta con 207 instituciones de educa-

ción superior de todo el país. Jalisco a través de la UdeG, es una de las instituciones de Educación Superior de los seis estados que conforman la Red de Vinculación de la Red Centro Occidente (RCO) - ANUIES (Aguascalientes, Colima, Guanajuato, Jalisco, Michoacán y Nayarit).

Analizan problemáticas sociales que enfrentan las IES

El XXIV Foro Regional de Vinculación de la RCO – ANUIES estuvo compuesto de 3 paneles: “Gestión del agua en la Región Centro Occidente”, “Desarrollo de soft skills en egresados” y “Disminución de la pobreza en la región centro occidente del país”, así como la conferencia magistral “Ecosistemas regionales de innovación y emprendimiento: Una estrategia para la región de Piura - Perú”, los cuales se llevaron a cabo de manera híbrida.

De igual manera, se realizaron los talleres: “Diseño de contratos para la vinculación”, “Estrategias para disminuir la burocracia dentro de las Universidades” y “¿Cuánto vale mi tecnología?”, dirigidos principalmente a los asistentes de las diferentes IES que conforman la Red de Vinculación de la Red Centro Occidente (RCO) – ANUIES.

Como ponentes participaron investigadoras e investigadores de la Universidad de Guadalajara de los Centros Universitarios de Ciencias Económico Administrativas (CUCEA), del SUR (CUSUR) y de Valles (CUVALLES). Así como de las Universidades estatales de Guanajuato y Colima y la Universidad de Piura en Perú.

De igual manera, representantes de las empresas privadas C3 AI México, Persistent Systems México, Vitesco Technologies, Mexstrategy y la Oficina de Transferencia Tecnológica, Becerril, Coca y Becerril compartieron las necesidades que tiene el mercado laboral con relación al recurso humano altamente calificado y cómo generar vínculos con las instituciones educativas.

También integrantes de la Cámara Nacional de la Industria Electrónica, de Telecomunicaciones y Tecnologías de la Información (CANIETI), el Banco Diocesano de Alimentos Guadalajara y el Gobierno del Estado de Jalisco expusieron las acciones

y estrategias que desde sus instituciones realizan para combatir las problemáticas sociales y abrieron el diálogo para remarcar la importancia de trabajar en colaboración los tres integrantes de la triple hélice: el sector público, la iniciativa privada y la academia.

La clausura estuvo a cargo del director general de Vinculación de la Universidad de Colima, el doctor Oscar Javier Solorio Pérez, la coordinadora general de Investigación, Posgrado y Vinculación y el coordinador de Transferencia Tecnológica y del Conocimiento de la Universidad de Guadalajara, doctora Margarita Hernández Ortiz y maestro Ramón Willman Zamora, respectivamente.

Margarita Hernández resaltó que, “estos eventos hacen que nos llevemos muchas experiencias, que encontremos coincidencias y que compartamos esos retos y dificultades con las que nos encontramos todos los días desde nuestras oficinas de vinculación”.

“Nuestras universidades no fueron creadas para adaptarse fácilmente a la economía del conocimiento y eso no solo implica la creación de oficinas de transferencia tecnológicas sino también la reestructuración jurídica, financiera y administrativa de las universidades, ese también es parte de nuestro reto”, concluyó la coordinadora general.





ONCEAVO FORO REGIONAL DE SERVICIO SOCIAL Y SEXTO DE PRÁCTICAS PROFESIONALES DE LA RED DE SERVICIO SOCIAL, DEL CONSEJO REGIONAL DE LA ANUIES

Boletín de prensa,
Coordinación de Prensa y Comunicaciones, Universidad de Guadalajara

Siete proyectos dedicados al servicio y beneficio de diferentes ámbitos de la sociedad, fueron premiados este jueves con la edición 17 de la Presea al Servicio Social Irene Robledo García “Por una humanidad más humana” que es otorgada por la Universidad de Guadalajara.

El doctor Héctor Raúl Solís Gadea, Vicerrector Ejecutivo de la Universidad de Guadalajara entregó las preseas a la estudiante Laura Daniela Nuño Gutiérrez, del Centro Universitario de Tonalá, por el proyecto “Apoyo en vigilancia y seguimiento a pacientes COVID-19 de la Zona Oriente”, en la categoría de Salud pública.

En la categoría Organización y procesos administrativos, el premio fue para Daniel Ali Llamas Salazar, de la universidad LAMAR, por el proyecto “Departamento de Enfermería para la atención,

desarrollo y preservación de la salud comunitaria”; en la categoría de Promoción y acción social la premiada fue Daniela Alejandra Barajas Medina, del Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades (CUCSH), por el proyecto “Clínica jurídica para personas migrantes y refugiadas”.

En la categoría Sustentabilidad y medio ambiente fue premiada Ana Sofía Luis Juan Jiménez, del Centro Universitario del Sur (CUSur), con el proyecto “Programa de protección, conservación, manejo y aprovechamiento sustentable de la laguna de Zapotlán y cuencas”; en la categoría Innovación y tecnologías la y los premiados fueron José Alejandro Magaña Lugo, José Albán Vázquez Zaragoza y Mariana Celeste López Méndez, del CUSur, por el proyecto “Unidad de simulación clínica”.

En la categoría ANUIES la premiada fue Renata Torres Vargas, de la Universidad de Guanajuato, por el proyecto “Mentores” y en la categoría de Trabajo y liderazgo el ganador fue Abraham Mañón Rodríguez, del Centro Universitario de la Costa (CUCosta), por el proyecto “Brigadas universitarias. Ayuda ante contingencias y huracanes”.

Previo a la premiación fue inaugurado el onceavo Foro Regional de Servicio Social y el sexto de Prácticas Profesionales de la Red de Servicio Social, del Consejo Regional de la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) que tiene lugar en el Conjunto Santander de Artes Escénicas de la UdeG.

En la ceremonia, el doctor Héctor Raúl Solís Gadea, Vicerrector Ejecutivo de la Universidad de Guadalajara señaló la importancia de la ANUIES para la colaboración entre instituciones públicas y privadas quienes requieren atender su responsabilidad para fomentar la libertad de la cultura, la racionalidad de la ciencia y fortalecimiento de la sociedad civil.

La licenciada Nallely Guadalupe Robles Ortiz, Jefa de Unidad de Servicio Social y Coordinadora de la Red de Servicio Social del Consejo Regional de la ANUIES Región Centro Occidente para el periodo 2022-2025, señaló que tras la pandemia las universidades se reúnen para discutir, dialogar y repensar el servicio profesional y la práctica profesional.

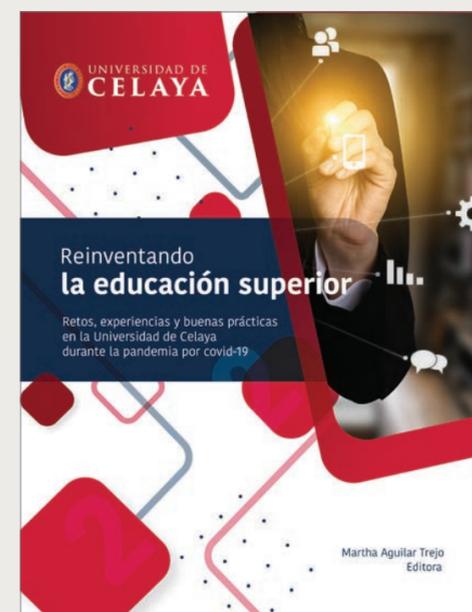
“Nos unimos no solo para hacer algo juntos, no solo inauguramos el foro al mismo tiempo crearemos un espacio horizontal en el que trabajaremos como iguales construyendo mejores realidades para nuestras comunidades”, dijo.

El doctor Alejandro García Macías, Secretario Técnico del Consejo Regional Centro Occidente de ANUIES, recordó que la Red de Servicio Social del Consejo Regional de la ANUIES concentra 22 instituciones y es una de las más activas de las 13 que hay en la región, por lo que este foro reunirá a una gran cantidad de personas para reflexionar los retos que implica la prestación del servicio social.

“Las y los integrantes de esta red identificaron la necesidad de trabajar de manera conjunta para recuperar el sentido del servicio social, se vislumbró que, debido a las complejidades que se aprontan a nivel regional y nacional, el servicio social debe seguir considerándose como un servicio a la comunidad que trasciende los conocimientos adquiridos en las aulas y contribuye a la adquisición de habilidades y capacidades que complementen la formación profesional”, aseguró.

Al concluir la ceremonia las autoridades cortaron el listón inaugural de la primera Expo Mi Servicio Social “Yo te elijo”, en el Pabellón del Centro Cultural Universitario, en la que más de 60 empresas, asociaciones civiles, dependencias gubernamentales y municipales, expondrán sus espacios para que los estudiantes puedan realizar sus prácticas profesionales y de servicio social del 22 al 24 de septiembre.

PUBLICACIONES



Reinventando la educación superior. Retos, experiencias y buenas prácticas en la Universidad de Celaya durante la pandemia por COVID-19

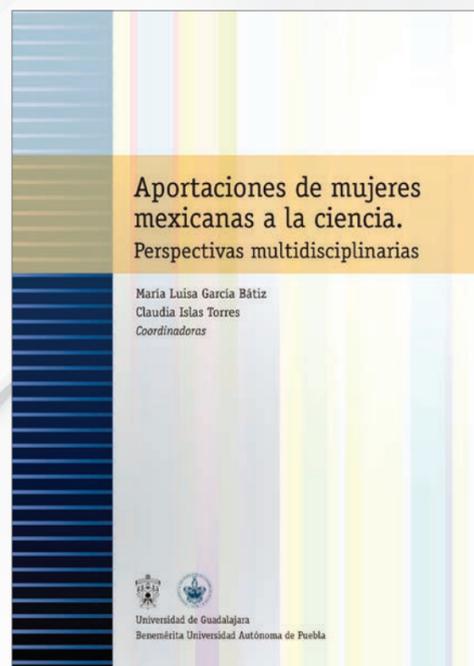
Editora: Dra. Martha Aguilar Trejo
Universidad de Celaya

En estos tiempos de reinención de la educación superior se vuelve indispensable reflexionar y evaluar las primeras acciones implementadas durante el retorno después del confinamiento por Covid-19. Las instituciones de educación superior a nivel global han realizado ajustes, algunas en mayor medida que otras, cada una de acuerdo con su contexto.

En este libro docentes, estudiantes y personal directivo de la Universidad de Celaya comparten el análisis de diversas estrategias y acciones implementadas en la institución con la finalidad de propiciar el aprendizaje y lograr la misión a la par que seguir las medidas de cuidado necesarias. Los capítulos del libro componen una serie de reflexiones al respecto de las oportunidades que la pandemia abrió para la transformación de la educación superior en pro de un aprendizaje más integral de nuestra comunidad educativa.

Al presentar estos retos y buenas prácticas se busca contribuir a las reflexiones internacionales alrededor de las transformaciones de la educación superior que logren impactar positivamente en los aprendizajes de los estudiantes universitarios de México y el mundo.

Enlace: http://www.udec.edu.mx/publicaciones/Reinventando_la_ES_2022.pdf



Aportaciones de mujeres mexicanas a la ciencia. Perspectivas multidisciplinarias

**Coordinadoras: María Luisa García Bátiz /
Claudia Islas Torres**
**Universidad de Guadalajara /
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla**

Por décadas la innovación y desarrollo científico es atribuible en gran medida a los hombres, las mujeres han sido marginadas de la memoria científica y son pocas las reconocidas mundialmente como impulsoras de grandes desarrollos o aportaciones que aún influyen en la sociedad, tal es el caso de Margaret Hamilton, Grace Hoper, Joan Clarke, Ada Lovelace, distinguidas por su intervención en el mundo de la informática. En otros ámbitos puede mencionarse a Rosalind Franklin, Marie Curie, Lise Meitner, entre otras; todas ellas sobresalientes en un mundo donde el rechazo social y las prohibiciones para acceder a la educación no fueron limitantes, para desenvolver y demostrar su potencial intelectual, dejando huellas sobresalientes en la memoria histórica de la ciencia.

Descarga en: <https://bit.ly/3qrGjnv>



Revista Focus

Universidad Autónoma de Guadalajara

La revista FOCUS es una nueva propuesta editorial de la Universidad Autónoma de Guadalajara que nace con el propósito de ofrecer a la Comunidad Universitaria y a la sociedad en general un enfoque amplio, detallado, sustentado e integral sobre un tema de actualidad e interés público, analizado y comentado desde distintos puntos de vista mediante artículos de opinión, entrevistas y ensayos escritos por especialistas que colaboran en esta casa de estudios.

En esta edición el tema central que presentamos es el Compromiso con la Innovación, en la que ofrecemos una selección de interesantes artículos que explican la trascendencia de la Innovación en el proceso educativo de la UAG y en diversos ámbitos del quehacer humano.

Enlace: https://issuu.com/revistaalmamateruag/docs/focus_1



Revista de innovación educativa: Apertura

Directora: Mtra. Alicia Zúñiga Lamas
Universidad de Guadalajara

Apertura es una publicación semestral de investigación y difusión científica especializada en innovación educativa en ambientes virtuales. Publica trabajos de investigación originales, inéditos y actuales en español, inglés y portugués, revisados por pares a doble ciego.

La revista está dirigida a la comunidad científica del área de innovación educativa en ambientes virtuales, y a todo el público interesado en el tema.

La finalidad de Apertura es promover la comunicación científica y el debate académico en el campo de la educación virtual, en línea, a distancia y en modalidades de educación no convencionales involucradas con la tecnología educativa; por lo que se encarga de difundir resultados de investigaciones sobre educación, narraciones de experiencias argumentativas en innovación educativa, así como artículos que propicien el debate sobre temas en el ámbito de la educación en ambientes virtuales de aprendizaje.

Descarga en: <https://bit.ly/3RvQ1RE>

Integrantes del Consejo Regional Centro Occidente

AGUASCALIENTES

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE AGUASCALIENTES
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE AGUASCALIENTES
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE AGUASCALIENTES
UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE AGUASCALIENTES
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL NORTE DE AGUASCALIENTES

COLIMA

UNIVERSIDAD DE COLIMA
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE COLIMA

GUANAJUATO

UNIVERSIDAD DE CELAYA
UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE LEÓN
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL SUROESTE DE GUANAJUATO
UNIVERSIDAD VIRTUAL DEL ESTADO DE GUANAJUATO
INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE IRAPUATO
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE CELAYA
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE LEÓN
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE ROQUE
CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN ÓPTICA, A.C.

JALISCO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE GUADALAJARA
UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
UNIVERSIDAD DEL VALLE DE ATEMAJAC
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE CIUDAD GUZMÁN
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE JALISCO
CENTRO DE ENSEÑANZA TÉCNICA INDUSTRIAL

MICHOACÁN

UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLÁS DE HIDALGO
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE LA PIEDAD
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE MORELIA
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE JIQUILPAN
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE ZITÁCUARO
EL COLEGIO DE MICHOACÁN

NAYARIT

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NAYARIT
INSTITUTO TECNOLÓGICO DE TEPIC

