

Revista de la  
**Universidad del  
Valle de Atemajac**

106

Año XXXVII cuatrimestral Núm. 106 mayo-agosto 2023



VERANO  
GLOBAL  
**UNIVA**  
2 0 2 3

MAYO - AGOSTO



**36**

PROFESORES  
INTERNACIONALES

**8**

CAMPUS UNIVA  
ANFITRIONES

- COLIMA • GUADALAJARA • LA PIEDAD
- LAGOS DE MORENO • LEÓN
- PUERTO VALLARTA • QUERÉTARO • ZAMORA

**14**

PAISES



- ALEMANIA • ARGENTINA • BOLIVIA • CHILE
- COLOMBIA • COREA • ECUADOR • EL SALVADOR
- ESPAÑA • ESTADOS UNIDOS • HUNGRÍA
- PANAMÁ • PERÚ • PUERTO RICO



**41**

CURSOS CON  
VALOR CURRICULAR

**24**

UNIVERSIDADES

# DIRECTORIO

Año XXXVII, Núm. 106; mayo-agosto 2023

## Rector Fundador

Mons. Dr. Santiago Méndez Bravo (†)

## Rector

Pbro. Lic. Francisco Ramírez Yáñez

## Director General Académico

Dra. Cristina Martínez Arrona

## Director de Publicaciones

Pbro. Lic. Armando González Escoto

## Coordinador Editorial

Lic. Saúl Raymundo López Cervantes

## Consejeros Editoriales

C. a Dr. Jorge Dionicio Castañeda Torres

Dra. Patricia Sánchez Rivera

Dr. Francisco Ernesto Navarrete Báez

Dr. Manuel Ernesto Becerra Bizarrón

C. a Dr. Jorge Iván García Morando

Dr. Juan José Rojas Delgado

## Corrección de Estilo

Mtro. Miguel Camarena Agudo

## Fotografía

Dirección de Mercadotecnia y Comunicación  
Institucional

## Traductores del Centro de Lenguas

### Extranjeras (CELE) UNIVA

Orlando Díaz Ramírez (Inglés)

Ana Lilia Villalobos Orozco (Francés)

## Diseño

Coordinación de Imagen Institucional y  
Creatividad

LDG. Érika Palomino Lemus



## Portada

Coordinación de Imagen  
Institucional y Creatividad

## Colaboran en esta edición

Celia María del Pilar Aramburu Ceñal

José Pérez Torres

Sandra Ortega Rivero

Paulina Ríos Serrato

Diana Leslie Martínez Ventura

Bertha González Ruvalcaba

Claudia Marcela Cantú Sánchez

Claudia Cecilia Radilla Vázquez

Rey Gutiérrez Tolentino

Irina Lazarevich,

Beatriz Schettino Bermúdez

José Jesús Pérez González,

Rubén del Muro Delgado

Araceli Martínez Coronado

Nubia Mendoza Álvarez

Miguel Ángel Mejía Arias

Sergio Adrián García Vázquez

Isay David Alanis Serrano

ISSN 0187-5981

Publicación cuatrimestral,

indizada en CLASE

<http://dgb.unam.mx>

La Revista de la Universidad del Valle de Atemajac, año XXXVII, No. 106, mayo-agosto 2023, es una publicación cuatrimestral editada por la Universidad del Valle de Atemajac; avenida Tepeyac No. 4800, fraccionamiento Prados Tepeyac; Zapopan, Jalisco, México. C.P. 45050. Tel. (33) 3134 0800, Ext. 1735, [www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php](http://www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php) Editor responsable: Saúl Raymundo López Cervantes. Reserva de derechos al Uso Exclusivo No. 04 - 2017 - 070311535500 - 102, ISSN. 0187-5981, ambos otorgados por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Licitación de Título y Contenido en trámite, otorgada por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación.

Las opiniones expresadas en esta revista son responsabilidad de sus autores. Se permite la reproducción total o parcial de la revista, siempre y cuando se cite su procedencia. Las colaboraciones deben dirigirse al Coordinador Editorial.

**Correo electrónico:** [saul.lopez@univa.mx](mailto:saul.lopez@univa.mx) **Página Web:** [www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php](http://www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php)

# SUMARIO

06

## **Famoso escenario: el salón de clases**

Celia María del Pilar Aramburu Ceñal, José Pérez Torres, Sandra Ortega Rivero.

14

## **Estupro en México**

Paulina Ríos Serrato, Diana Leslie Martínez Ventura.

22

## **Metacognición: herramienta medular para el aprendizaje del idioma inglés como segunda lengua**

Bertha González Ruvalcaba.

32

## **Percepción del adulto mayor sobre su funcionamiento familiar en una estancia geriátrica permanente**

Claudia Marcela Cantú Sánchez.

46

## **Intervención tecnológica educativa para mejorar los hábitos de vida y reducir la obesidad en escolares. Generación de un modelo de intervención**

Claudia Cecilia Radilla Vázquez, Rey Gutiérrez Tolentino, Irina Lazarevich, Beatriz Schettino Bermúdez, José Jesús Pérez González, Rubén del Muro Delgado, Araceli Martínez Coronado, Nubia Mendoza Álvarez, Miguel Ángel Mejía Arias.

60

## **Nivel de empoderamiento de mujeres madres sin estudios profesionales en la industria retail en Guadalajara**

Sergio Adrián García Vázquez.

70

## **Retos y consecuencias de la educación mexicana en tiempos de pandemia**

Isay David Alanís Serrano.

79

## **Grafógrafos**

# IDENTIDAD

La Revista de la Universidad de Atemajac tiene el agrado de presentar la edición correspondiente al cuatrimestre mayo - agosto, donde se destacan las colaboraciones surgidas desde la docencia y la investigación, como actividades sustantivas de nuestra Casa de Estudio, dentro de las cuales se manifiestan las ideas y reflexiones surgidas en el devenir del quehacer educativo cotidiano.

El lector encontrará en el presente número de nuestra revista diversas aportaciones surgidas desde las diversas áreas del conocimiento y la reflexión de nuestra Casa de Estudios y otras afines, con las cuales se comparte el compromiso y la responsabilidad de la formación integral.

Un primer artículo nos plantea las dimensiones relacionadas con el proceso educativo en donde este escenario se presenta como una gran oportunidad para que los educandos desarrollen su potencial personal y educativo, en orden de formar ciudadanos responsables y participativos.

Un siguiente artículo analiza la importancia del estupro en México desde su definición, origen y evolución a través del tiempo, a efecto de conocer sus antecedentes, sus elementos y el bien jurídico que se busca proteger.

Otra colaboración aborda la importancia en el aprendizaje del idioma inglés al ser el idioma más utilizado a nivel mundial, por lo que resulta esencial motivar a los alumnos a aprenderlo mediante la metacognición para obtener mejores oportunidades educativas, laborales, recreativas y culturales.

Abordar el envejecimiento humano como un proceso gradual y adaptativo, de tipo biológico, psicológico y social, como consecuencia de cambios genéticamente programados que los profesionales de la salud deben conocer para orientar al adulto mayor para que se adapte y mejore su estilo de vida, es parte de un siguiente artículo.

Otro artículo resalta la importancia de generar un modelo explicativo para proponer la modificación del estado nutricional de los adolescentes de escuelas secundarias de la Ciudad de México que sea de utilidad para futuras intervenciones educativas.

El siguiente artículo analiza el concepto de empoderamiento de mujeres madres sin estudios profesionales en su relación con el machismo y el impacto social que provocan en su lucha por alcanzarlo, incorporándose a trabajar en la industria del retail.

El impacto que tuvo la pandemia de COVID-19 en la educación en México ha resultado en un fenómeno con doble vertiente debido a los recursos tecnológicos desarrollados, sumados al aislamiento social, provocando alteraciones en el comportamiento social y emocional, desinterés e intolerancia a la frustración, tanto en alumnos como en maestros quienes tienen que adaptarse a nuevas formas de enseñar

El suplemento literario *Grafógrafos* retoma el aspecto literario y poético infaltable para acompañar la propia reflexión y análisis.



## Famoso escenario: el salón de clase

### **Celia María del Pilar Aramburu Ceñal**

Maestra en Desarrollo Humano y Educación por The George Washington University. Es profesora Titular “C” en la Universidad Pedagógica Nacional desde 1992, donde colabora en la línea curricular: Educación Inclusiva, de la Licenciatura en Psicología Educativa. Temáticas de interés: atención a la diversidad educativa y discapacidad cognitiva en niños, niñas y adolescentes.

### **José Pérez Torres**

Maestro en Innovación Educativa por la Universidad Pedagógica Nacional. Es profesor Titular “C” en dicha institución desde 1994. Actualmente, colabora en la línea curricular: Diseño de materiales educativos de la Licenciatura en Psicología Educativa. Temáticas de interés: diseño, desarrollo y evaluación curricular.

### **Sandra Ortega Rivero**

Licenciada en Educación Primaria por la Normal de Maestros de la Secretaría de Educación Pública. Es profesora de Educación Primaria desde 1996. Temáticas de interés: planeación de la enseñanza, programas de lectura y escritura, atención a las barreras para el aprendizaje y la participación social.

*El docente puede diseñar actividades de entrenamiento, modelación, orientación y de trabajo en díadas (experto - novato, por ejemplo): en todas se insiste en que se debe promover autonomía, interdependencia positiva y regulación (Swart, 20017).*

## Resumen

El ensayo trata sobre las dimensiones relacionadas al proceso educativo: el rol docente y la serie de consideraciones que justifican su práctica docente. La reflexión y análisis insiste en que este escenario es una gran oportunidad para que los escolares desarrollen su potencial personal y educativo. La escolarización debe estar a la orden en esto de formar ciudadanos responsables y participativos.

Palabras clave: Planeación de la enseñanza | Actividades de enseñanza y aprendizaje y desarrollo educativo.

### Famous stage: the classroom

#### Summary

The essay deals with the dimensions related to the educational process: the role of teachers and the series of considerations that justify their teaching practice. The reflection and analysis insist that this stage is a great opportunity for schoolchildren to develop their personal and educational potential. Schooling should be at the forefront of this process of forming responsible and participatory citizens.

Keywords: Teaching planning | Teaching, learning and educational development activities.

### Célèbre scénario : la salle de classe

#### Résumé

L'essai s'agit des dimensions liées au processus éducatif : le rôle de l'enseignant et l'ensemble des considérations qui justifient sa pratique d'enseignement. La réflexion et analyse insiste dans ce scénario comme une grande opportunité pour permettre aux élèves de développer leur potentiel éducatif. La scolarisation doit être à l'ordre pour former des citoyens responsables et participatifs.

Mots clés: Planifier l'enseignement. Activités d'enseignement. Apprentissage et développement éducatif.



**S**í, todos y todas hemos estado y participado en él: unos como docentes y otros como alumnos. Qué decir de la tan mentada unidad de análisis, tan sugerida por analistas, investigadores y autoridades: iniciar desde este escenario requiere considerar varios procesos relacionados con integración, adaptación y colaboración. Las actividades que se realizan deben hacer aflorar ideas, conocimientos, para que desde esos procesos, se elaboren interrogantes, propósitos y se programen actividades en función de nueva información y experiencia: si se requieren adecuaciones, estas son parte del proceso educativo: la educación básica es un buen pretexto, por ejemplo.

El docente puede diseñar actividades de entrenamiento, modelación, orientación y de trabajo en diadas (experto - novato, por ejemplo): en todas se insiste en que se debe promover autonomía, interdependencia positiva y regulación (Swart, 20017). Así, hay condiciones suficientes para la planeación de la enseñanza detallada, desde el concepto de comunidad de aprendizaje, telón de fondo, que se enmarca el trabajo de planeación de la enseñanza y aprendizaje. En las actividades, las acciones que se diseñen deben de tratar de hacer accesible el contenido que se aborde: los recursos didácticos deben estar relacionados con áreas particulares de contenido. La instrucción es parte del proceso y requiere un diseño curricular flexible a favor de aumentar las posibilidades de permanecer en una escolarización regular.

Se trata, entonces, de promover el desarrollo personal y educativo de los escolares, promoviendo, no sólo apropiación de conocimientos, sino fomen-

tando el “saber estar y hacer” en el salón de clases, donde el docente y el contenido son actores.

Así, este escenario justifica la enseñanza receptiva y supone

... medios deliberados y sistemáticos de conocer mejor a los alumnos [...] incorporar el trabajo en equipo a las actividades diarias [...] reforzar más medios de explorar y expresar el aprendizaje [...] emplear evaluaciones informales periódicas para supervisar la comprensión de los alumnos [y] enseñar de múltiples modos (Tomlinson y Mc. Tihge, 2007.: 40-42).

En lo anterior, es conveniente identificar el qué deben saber los alumnos, qué contenido es esencial, qué se acepta como lo deseable y qué diálogos promueven la comprensión: se analiza el progreso individual desde un continuum en donde todos y desempeñan funciones importantes. Estas actividades pueden elaborarse desde proyectos, talleres, carpetas, rincones, ejercicios y tareas con trabajo colaborativo, reflexivo, de indagación y de análisis de todos los participantes en donde se ejemplifica cómo aplican y estructuran lo aprendido. Cada integrante identifica la importancia del contenido y lo relacionado la rutina escolar.

Antes este famoso escenario, ¿podría haber algo así de magnánimo, como cuando varias artes se fusionan en una obra?: sí, salones de clase participativos sobre todo si se insiste en esto de la atención a la diversidad educativa en el salón de clases. Se trata de un diseño curricular en donde se planifican preguntas, cuestiones, ejemplos, proyectos y problemas.

Las actividades son planeadas con una perspectiva integral para formar parte de la misión y visión del centro escolar.

También hay herramientas asociadas a esto de la estructuración y aplicación del conocimiento, entre estas están la representación de problemas, ejercicios para vincular conocimientos previos con nuevos, para recopilar información y para apoyar al rendimiento. Todo esto deberá prestar atención hacia los diferentes ritmos de aprendizaje que presentan los escolares, sobre todo si hay barreras para el aprendizaje, la participación y necesidades educativas especiales, con y sin discapacidad. Si se detalla el diseño de las adecuaciones curriculares son un continuo de la planeación de la enseñanza, dando posibilidades de una individualización de las actividades para modificar o eliminar las dificultades relacionadas con el aprendizaje.

Así, en este famoso escenario se planea, se diseña y se desarrolla la socialización necesaria para ser y estar en el salón, para saber estar y para aprender a aprender juntos en el salón de clases. La propuesta es un equipo de profesores que pueden planear un proyecto individualizado, desde el centro escolar, con el respaldo del grupo de profesores y la familia para modificar la participación y, entonces, la planeación se “comprende”, el centro escolar la hace suya y se establecen relaciones con la comunidad educativa. Las intervenciones en este famoso escenario pueden ser de diversos tipos, tal es el caso de la prospectiva, preventiva, directiva, diagnóstica y psicoeducativa y deberán delimitar cuando está implicada toda la comunidad escolar, o si hay actividades extraescolares, o si está dirigida al entorno familiar o si sólo está relacionada con el grupo escolar.

*Así, en este famoso escenario se planea, se diseña y se desarrolla la socialización necesaria para ser y estar en el salón, para saber estar y para aprender a aprender juntos en el salón de clases*

Por lo tanto, el aprendizaje, en este famoso escenario, de los alumnos será resultado de las actividades autoestructurantes y el ejercicio docente será el planeador de los mecanismos educativos que puedan incidir y potenciar los procesos de análisis, reflexión, elaboración y participación activa de los estudiantes al compartir liderazgos, responsabilidades en las acciones y la marcha del grupo.

Entonces, este famoso escenario precisa de unidades de enseñanza que acompañen a los contenidos con medios de comunicación que incorporen procesos relacionados con la tecnología, utilizando tanto recursos analógicos como digitales y desde la planeación se detallan habilidades digitales hacia el aprendizaje: especial atención se tendrá en lo relacionado con la construcción y estructuración del conocimiento, con niveles de complejidad de los propósitos y aprendizajes esperados. Desde esto último se comenta que son las actividades en el aula las que harán la gran diferencia de los roles posibles y probables a desempeñar. El docente deberá estar atento a los procesos de representación, al manejo de la información, de lo instrumental y de la gestión: esta lógica novedosa de la planeación supone, también, un compromiso, crítica de la práctica docente y un conocimiento didáctico del contenido a desarrollar en clase.



Se propone que esta planeación sea un proyecto formativo (Giné y Parcea, 2011) y se apoya en una concepción de la instrucción detallada y relacionada con que los estudiantes pueda hacer organizados y organizadas en función de un proyecto útil y significativo para ellos: puede haber diferentes resultados de aprendizaje, ya que cada alumno requiere condiciones particulares para tener resultados y los procesos de aprendizaje, además de ser diferentes, son un proceso dinámico y activo y en función de sus conocimientos previos, construyen nuevos conocimientos, basados en ideas pasadas.

Especial atención se tendrá en la gestión del conocimiento: profesores y alumnos deberán tener un diálogo activo, con un ambiente relacionado al desarrollo cognitivo de los alumnos. Por lo tanto, se propone:

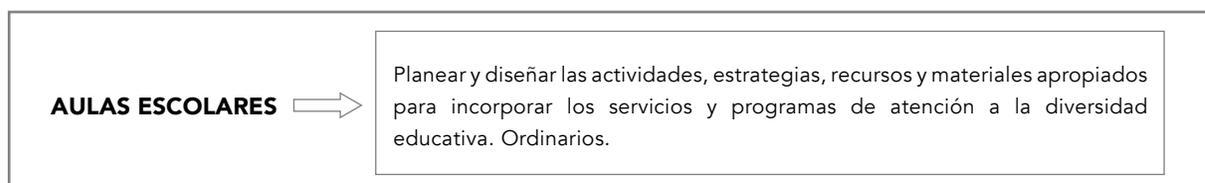
1. Vincular las competencias y aprendizajes esperados, ya habiendo identificado su secuencia.
2. Diseñar la forma en que los conocimientos puedan estar estructurados, además de estar de acuerdo al desarrollo cognitivo de los estudiantes, de manera en que se facilite al máximo su comprensión.
3. Programar la secuencia de presentación del material (secuencia didáctica) para incrementar su utilidad y significatividad para los estudiantes: no se trata de simplificarlo, sino de generar nuevas consideraciones e incrementar el manejo de la información.

A continuación, se presenta un esquema que puntualiza los retos de esta propuesta:

*Ahora bien, el uso de las plataformas para la gestión de los aprendizajes va siendo cada vez más común en ese famoso escenario. Los cursos presenciales pueden enriquecerse con diversos materiales multimedia y establecer una conexión con la enorme disponibilidad de recursos existentes que proporciona la tecnología, la cual genera nuevos escenarios de aprendizaje que ya no son exclusivos del salón de clases.*

En esta propuesta los estudiantes asumen la iniciativa, con ayuda del profesorado, la formulación de propósitos, la determinación de recursos y la descripción de las actividades adecuadas. Las actividades no sólo están basadas en los contenidos, sino que están situadas desde el proyecto. Así mismo pueden estar estructurados los contenidos, acordes a su nivel de desarrollo cognitivo y los aprendizajes esperados. Este espacio planeado se orienta hacia la consecución de los propósitos del grupo. Las actividades están gradadas y las adecuaciones son elementos que cambian de manera continua y en función de las necesidades de aprendizaje.

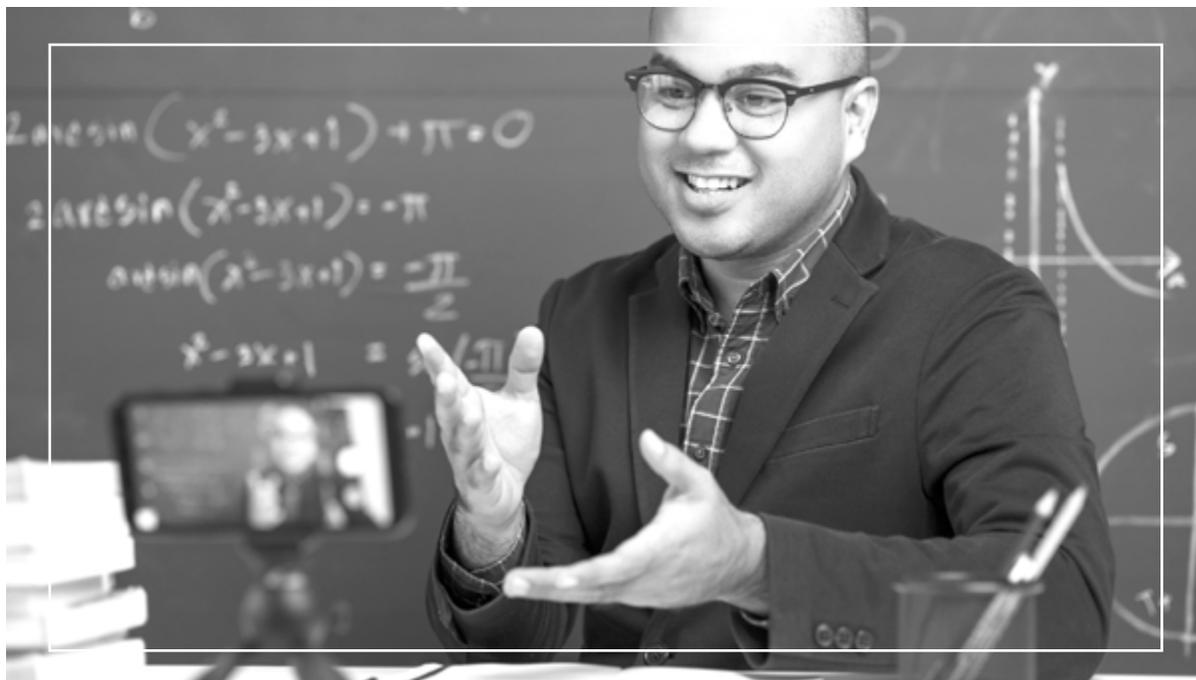
Ahora bien, el uso de las plataformas para la gestión de los aprendizajes va siendo cada vez más común en ese famoso escenario. Los cursos presenciales pue-



Porque el proceso de enseñanza y aprendizaje es dinámico y cambiante, cuyo propósito es **planear la mejor situación educativa para que los estudiantes desarrollen al máximo sus posibilidades**, por lo que la planeación puede variar según necesidades y el tipo de respuesta que las escuelas puedan proporcionar.



Proponer modificaciones en la forma y estilo de enseñanza, elaborar ajuste en los contenidos y aprendizajes esperados.



den enriquecerse con diversos materiales multimedia y establecer una conexión con la enorme disponibilidad de recursos existentes que proporciona la tecnología, la cual genera nuevos escenarios de aprendizaje que ya no son exclusivos del salón de clases.

En estos nuevos escenarios de aprendizaje que surgen por los avances tecnológicos que han dado nuevas formas de comunicarse entre los sujetos (correo electrónico, redes sociales, apps, plataformas), pero también escenarios distintos de aprendizaje, donde los actores van siendo los propios actores/usuarios que regulan su actuación y establecen su propio rol o papel en el proceso de aprendizaje.

Los papeles de actuación en este famoso escenario que ya no es el conocido (cara a cara), sino que este va siendo modificado constantemente (experto/novato) unos con mayores habilidades adquiridas para el manejo de aplicaciones, que generan actividades y formas de participación interesantes y significativas para los estudiantes, y donde también entran a escena otros actores (familia, amistades) que cumplen papeles emergentes o a veces protagonistas en la concreción del aprendizaje.

Es así que el docente puede realizar actividades relacionadas con la gestión de múltiples actividades para promover el aprendizaje en los educandos utilizando la diversidad de recursos tecnológicos, que no es tarea fácil, ya que implica el desarrollo de habilidades digitales que se traduzcan en competencias para promover en los aprendices la autorregulación de su

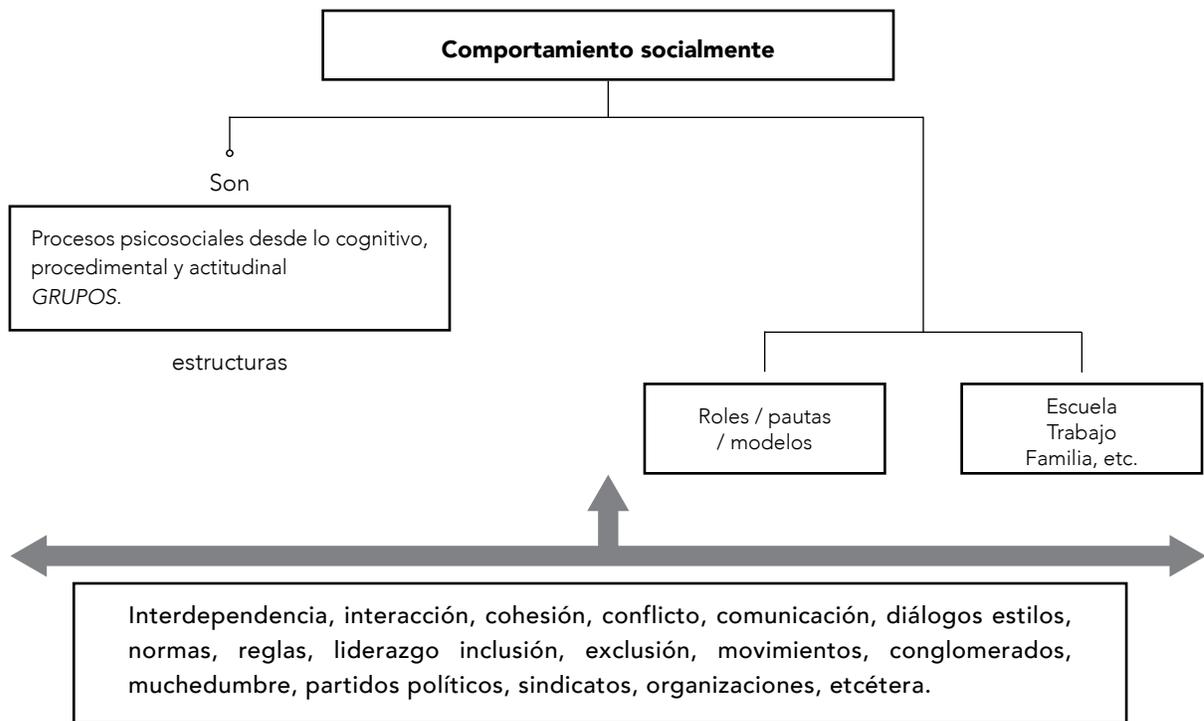
actuación/formación que los lleve a manejar mejor estos artefactos tecnológicos. El asunto es ofrecerles propuestas interesantes que hagan más significativo y relevante aquello que aprenden usando estos avances tecnológicos que manejan ahora de manera cotidiana y que en las aulas no se utilizan, pero que son recursos poderosos para aprender de una manera distinta, que puede ser para los estudiantes más atractivos.

La actuación de los docentes en este famoso escenario es distinta, dependiendo de los contextos (básica, media o superior) debido a la complejidad de cada nivel, de las características del desarrollo de los sujetos y de los conocimientos que se tratan de promover en cada nivel, y, por lo tanto, lo que deben saber qué, hacer qué y querer hacer los actores en cada nivel escolar: esto implica una proyección distinta en cada escenario, uso de recursos, medios y metodologías distintas de enseñanza acorde a cada nivel.

La actuación de los docentes supone procesos de los grupos de la organización escolar y estos tienen interacción constante: el comportamiento está institucionalizado, no todos sus participantes tienen el mismo punto de inicio, toda vez que, antes de estar en la docencia, hay ámbitos interpersonales e intrapersonales realizando actividades de socialización, asimismo hay diferentes contextos socioeconómicos y culturales que están actuando de manera permanente. Así, los procesos psicosociales son interdependientes, interactivos, suponen conocimientos previos, motivación, expectativas, valores, efectos, etcétera.



A continuación, se esquematizan estos:



*Desde esto, el comportamiento de los grupos docentes en este escenario se sugiere la reflexión desde la práctica docente de los agrupamientos, toda vez que hay beneficios en las decisiones relacionadas con las estrategias de apoyo, de aprendizaje, de actualización, por sólo mencionar algunos beneficios relacionados con la planeación de la enseñanza.*

Desde esto, el comportamiento de los grupos docentes en este escenario se sugiere la reflexión desde la práctica docente de los agrupamientos, toda vez que hay beneficios en las decisiones relacionadas con las estrategias de apoyo, de aprendizaje, de actualización, por sólo mencionar algunos beneficios relacionados con la planeación de la enseñanza. La colaboración puede potenciar la autonomía institucional, reúne a docentes con distinta experiencia y conocimiento, puede generar innovación curricular y puede haber una interdependencia positiva en la toma de decisiones relacionadas con la acreditación y certificación de sus estudiantes (Cfr. Parrilla, 1996).

La propuesta es que este famoso escenario tenga como marco referencial el modelo de aprendizaje cooperativo (Cfr. Ovejero, 1990) para que cada docente, en el agrupamiento, delimite al menos dos ámbitos de actividad: individual/estudiante y entre pares/estudiantes, entre docente/docente para promover actividades de indagación, reflexión y propuestas desde situaciones relacionadas con planeación, programación y evaluación de la enseñanza y aprendizaje.

## Conclusión

¿Qué pasaría, tu lector, si fueras un alumno o un docente en este escenario?, ¿caminarías hacia atrás o hacia adelante? La propuesta es el pensamiento reflexivo en pos de una ciudadanía responsable y voluntariosa es un compromiso, desde un contexto social, complejo y diverso. Por dónde empezar, en los apuntes de clase, en la programación de aula, en el acomodo de pupitres, en las boletas de calificaciones, en los recreos, en el uso de la tecnología, por sólo mencionar algunos lugares. Las respuestas están delimitadas por el proyecto de centro, por la misión, visión y perfil de egreso: ser en una ciudadanía responsable y voluntariosa que toma partido por todos y para todos: no hay fecha de inicio, ni cierre, sólo hay seres inteligentes y creativos en esto de ser, estar y hacer sociedad.

Finalizamos esta reflexión con el hecho de que el propósito de este famoso escenario es desencadenar efectos sustanciales en las habilidades académicas y personales de los integrantes del centro escolar: aumentar la participación es una meta que no debe olvidar el sistema educativo nacional, pues los efectos de la pandemia y el regreso a la normalidad no está siendo fácil a pesar de las declaraciones oficiales sobre el desarrollo educativo.

## Referencias bibliográficas

- Giné N y Parcea A. (2011). *Planeación y análisis de la práctica educativa*. Ed. Gráo. España.
- Ovejero A. (1990). *El aprendizaje cooperativo: una alternativa eficaz a la enseñanza tradicional*. Ed. PPU. España.
- Parrilla Lata A. (1996) *Apoyo a la escuela: un proceso de colaboración*. Ediciones El Mensajero. España.
- Jonassen, D. (2000). *El diseño de entornos constructivistas de aprendizaje*. Diseño de la instrucción, Teoría y Modelos. Madrid, Aula XXI. Santillana.
- Swart, J. R., Costa L. A., Beyer K. B., Reagan R y Kalleck B. (2017): *El aprendizaje basado en el pensamiento. Cómo desarrollar en los alumnos competencias del siglo XXI*. Ediciones SM España.
- Tomlinson C. y Mc. Tihge (2007). *Integrando. Comprensión por Diseño + enseñanza basada en la Diferenciación*. Paidós. Redes en Educación 12. México.





## Estupro en México

**Paulina Rico Serrato**

**Diana Leslie Martínez Ventura**

Estudiantes en la Licenciatura en Derecho, Universidad del Valle de Atemajac.

*Aquella persona de edad mayor, manipulaba tanto a la persona menor por medio de engaños, tanto como a la familia para así poder mantener relaciones sexuales con el menor.*

## Resumen

El estupro es un delito sexual el cual se produce cuando una persona mayor de edad mantiene relaciones sexuales con una o un adolescente mediante el engaño o el abuso de superioridad sobre aquella persona (engaño). Para que este se considere estupro el elemento principal es la edad de la víctima, así como tener su consentimiento, de no ser así se considera violación.

Palabras Clave: Estupro | Engaño | Menor de edad | Delito sexual | Manipulación.

### Statutory rape in Mexico.

#### Summary

Statutory rape is a sexual crime which occurs when a person of legal age has sexual relations with an adolescent by means of deception or abuse of superiority over that person (deceit). In order to be considered statutory rape, the main element is the age of the victim, as well as the victim's consent, otherwise it is considered rape.

Keywords: Statutory rape | Deceit | Underage | Sexual offense | Manipulation.

### Détournement de mineur au Mexique.

#### Résumé

Le stupre est une infraction sexuelle commise par une personne plus âgée ayant des relations sexuelles avec un adolescent par la tromperie ou l'abuse de supériorité sur cette personne (tromperie). Pour être considéré comme stupre l'élément principal est l'âge de la victime, ainsi que d'avoir son consentement, si ce n'est pas le cas est considéré comme une violation.

Mots clés: Stupre | Tromperie | Enfant mineur | Délit sexuel.



Es importante y necesario el conocer qué es el delito de estupro, cuál es su comienzo u origen y cómo ha ido evolucionando a través del tiempo. Aunque se sabe que es un delito sexual, pocos conocen sus antecedentes, sus elementos y el bien jurídico que protege.

Las niñas y adolescentes quienes, por mucho tiempo, fueron utilizadas como mercancía, por parte de sus padres o quienes se encargaban de ellas, aquellos hechos donde ya tenían comprometida a la niña o a la adolescente, o desde el momento que se sabía que aquel bebé que iba a nacer era una niña, desde ese momento ya le tenían con una persona de edad mayor, para que éste les pagara o les apoyara económicamente a la familia de la niña. En el cual se le imponía una carga a esa menor y se le manipuló para que aceptara.

Aquella persona de edad mayor, manipulaba tanto a la persona menor por medio de engaños, tanto como a la familia para así poder mantener relaciones sexuales con el menor.

En aquellos tiempos donde se le obligaba a la pequeña niña a contraer matrimonio, teniendo en cuenta que le afectaba a su salud en el desarrollo psicosexual del infante.

Ahora, esto ya no es permitido, hay leyes que protegen la integridad de los niños/niñas y adolescentes, las cuales se encargan de velar por su seguridad, como lo es en el país a nivel federal el Código Penal

Federal en su artículo 262, donde es sancionado y penado aquel que comete estupro.

Aun con leyes, lamentablemente, continúa el estupro en varias partes de México, en las sierras del país, en Chiapas es muy común. Al cometer este delito, el cual causa agresiones que pueden dejar consecuencias psicológicas y físicas en niñas, niños y adolescentes, derivadas de la manipulación por parte del adulto. El abusador utiliza manipulación, amenazas, chantaje o coerción para que el menor culmine con un encuentro físico sexual.

Por ende, sería loable que, quien aprecie estos actos o se dé cuenta de los mismos pueda interponer la denuncia correspondiente, no dejarlo únicamente a condición de la víctima o representantes de ella. Es un mal cuya competencia correspondería a toda la sociedad mexicana.



*El estupro se considera como aquel delito sexual en el cual una persona mayor de edad se aprovecha por medio de la seducción o el engaño, para así obtener el consentimiento para la cópula con una persona menor de edad. El estupro es aquel delito que está tipificado en nuestro sistema penal mexicano.*

### Origen

Es importante saber de dónde es que proviene la palabra estupro, por ello, se invoca en el presente artículo su origen, mismo que es consistente en:

Proviene del latín *strupum*, que es el acto ilícito con doncella o viuda; deshonestidad, trato torpe, lujuria; torpeza, deshonra; adulterio, incesto; atentado contra el pudor, violencia, acción de corromper, seducción. El vocablo latino stupro, equivale a estuprar, violar por fuerza a una doncella, quitarle su honor; contaminar, corromper o echar a perder (López Betancourt, 1998, p.137).

Como se puede observar desde sus orígenes el estupro ha sido considerado un acto ilícito, y su alcance y delimitación del concepto estupro, con exención de su origen etimológico, ha tenido variación, dado que a través del tiempo, se ha limitado a sólo contemplarlo en el sentido de únicamente al acceso carnal del hombre con una mujer, llevado a cabo con abuso de confianza o engaño sin mediar violencia y siempre con fines de atentar contra la dignidad de las personas que es víctima de este tipo de delito.

Redirigiéndonos al Derecho Romano donde se encontraba este delito, pero antes era considerado como:

Comete estupro el que cohabita con una mujer libre sin mediar matrimonio con ella; exceptuando, claro está, si es concubina. Se comete adulterio con la mujer casada, y estupro con la que no está casada, [así como] con una doncella o un joven (Justiniano, 533 D.C., Ley 34).

### ¿Qué es el estupro?

El estupro se considera como aquel delito sexual en el cual una persona mayor de edad se aprovecha por medio de la seducción o el engaño, para así obtener el

consentimiento para la cópula con una persona menor de edad. El estupro es aquel delito que está tipificado en nuestro sistema penal mexicano. Las mentiras más comunes que usan los estupradores son las relaciones a largo plazo o amorosas, el matrimonio, las fantasías de formar una nueva familia y, a veces, las promesas de comprar una buena casa o un automóvil, estas supuestas promesas eventualmente persuaden a la niña a aceptar las demandas de su abusador.

### Consecuencias que sufren aquellos menores de edad por el estupro

Son muchos los motivos por los cuales el menor de edad llega a buscar ese refugio o amor que tanto se les promete por parte de esas personas mayores. Pero, sin olvidar que este delito deja muchas afectaciones al adolescente o niño/niña, los cuales son múltiples y algunas veces irreparables, entre algunas de las consecuencias:

- Embarazos a temprana edad (embarazos prematuros).
- El dejar sus estudios.
- La desintegración familiar.
- Depresión.
- Ansiedad y estrés.
- Suicidio.
- Exposición a enfermedades de transmisión sexual.
- Afectación en el desarrollo físico y emocional del menor.





**Características del delito de estupro dependiendo del Estado de la República:**

- Se ejecuta con el consentimiento de la persona. (En todas las entidades federativas).
- Su objetivo es llegar a la cópula con un menor. (En todas las entidades federativas).
- La víctima otorga su consentimiento por medio de la seducción o engaño. (Solo en los estados de Querétaro, Quintana Roo y Tabasco, no se mencionan las condiciones por el cual se da el delito).
- Se persigue por querrela en los estados de Baja California, Baja California Sur, Coahuila, Colima, Chiapas, Chihuahua, Chiapas, Distrito Federal (ahora, Ciudad de México), Guanajuato, Hidalgo, Jalisco, Estado de México, Nuevo León, Puebla, Quintana Roo, San Luis Potosí, Sinaloa, Sonora, Yucatán, Veracruz y Zacatecas,

mientras que, en Guerrero, Campeche, Morelos, Tamaulipas, Nayarit, el delito se perseguirá por queja de la mujer ofendida, de sus padres o sus tutores. Centro de Documentación, Información y Análisis Servicios de Investigación y Análisis Política Interior 123.

- La reparación de daños contempla la manutención, en caso de que resulte un producto de la relación sexual entablada, en los estados de: Aguascalientes, Baja California Sur, Campeche, Coahuila, Oaxaca, Quintana Roo y Tamaulipas. Sin embargo, en los estados restantes no se menciona las condiciones que se darán en cuestión de reparación de los daños.
- El matrimonio del agente con la ofendida extinguen la pretensión punitiva en los estados de Nayarit y Sinaloa (Gamboa, M., Investigadora, M., & Miriam Gutiérrez Sánchez, 2010).

La regulación del delito de estupro en cada entidad federativa se advierte de la siguiente manera:



(CNDH, monitoreo legislativo, fecha de corte: 29 de junio de 2021.)

### Fundamento legal del estupro

De acuerdo al Código Penal Federal en su artículo 262 nos describe lo que es el estupro y cuál es la consecuencia que tendrá al cometerse este delito: “Al que tenga cópula con persona mayor de quince años y menor de dieciocho, obteniendo su consentimiento por medio de engaño, se le aplicará de tres meses a cuatro años de prisión” (Código Penal Federal, 2021, art. 262). Y cabe resaltar que el delito mencionado no se procederá contra el sujeto activo, sino por queja del ofendido o de sus representantes, tal y como lo señala el artículo 263 del Código Penal Federal.

*Haciendo uso del derecho comparado se hace un estudio entre la legislación mexicana que contiene el delito denominado estupro en su artículo 262 del Código Penal Federal con el estupro en Argentina, que tiene el mismo significado que se tiene en México,*

### Suceso sobre el estupro, que se volvió mediático

“Abusó de mí entonces y abusa hoy al manipular la verdad”, así iniciaba la cantante y actriz Sasha Sokol, en un hilo en Twitter y una publicación en Instagram, en Día Internacional de la Mujer, refiriéndose a quien fue su productor musical durante su niñez y adolescencia, “Luis De Ya No”, deconstruyendo el nombre de Luis de Llano, con quien tuvo una relación de casi 4 años, cuando ella tenía 14 y él 39 (Lizzy Santoyo Arrijoja, 8 de abril del 2022).

### Comparación del delito de estupro en Argentina

Haciendo uso del derecho comparado se hace un estudio entre la legislación mexicana que contiene el delito denominado estupro en su artículo 262 del Código Penal Federal con el estupro en Argentina, que tiene el mismo significado que se tiene en México, sólo que tiene diferentes requisitos para considerarse, claramente una de sus diferencias es el cómo es que este delito se sanciona, como la edad de los menores en los cuales se les podrá considerar como estupro, pero refiriéndose a lo que dice en el Código Penal de la Nación Argentina en su numeral 119 hace mención a que:



Artículo 119.- Será reprimido con reclusión o prisión de seis meses a cuatro años el que abusare sexualmente de persona de uno u otro sexo, cuando esta fuera menor de trece años o cuando mediare violencia, amenaza, abuso coactivo o intimidatorio de una relación de dependencia, de autoridad, o de poder, o aprovechándose de que la víctima por cualquier causa no haya podido consentir libremente la acción.

La pena será de cuatro a diez años de reclusión o prisión cuando el abuso por su duración o circunstancias de su realización, hubiere configurado un sometimiento sexual gravemente ultrajante para la víctima (Código Penal de la Nación Argentina, s.f., artículo 119).

### Relación que el estupro tiene en México, desde su origen hasta nuestros días actuales

Una de las principales realidades en México, en algunas de las comunidades o ciudades referentes a lo alto y bajo, ancho y largo de nuestro país, es que con anterioridad existía este fenómeno, en donde si una familia sabía que tendrían una mujer en la familia, ya tenían con quién se casaría; en términos más claros ya apaleaban a la compra - venta de infantes que, sin un consentimiento claro y en contra de toda lógica humana y de sensibilidad, a cambio obtenía el estuprador o bien, mantenerse como familia de la alta sociedad. Hoy en día estas acciones ya se consideran un delito, el cual se encuentra tipificado en nuestro sistema penal mexicano, pero en algunas sierras o partes del país de México se siguen dando estos acuerdos entre familias, aun así, infringiendo las leyes.

De igual manera en la nueva sociedad que se vive hoy en día se ha dado mucho esto, como según se le hacen escuchar a las nuevas formas sociales de convivencia que las nuevas generaciones consideran una moda, los llamados *sugar mommy* o *sugar daddy*, que en pocas palabras consiste en lo mismo que el estupro, pero los adolescentes quienes participan en estas consideraciones lo aprecian como una manera para la obtención de dinero fácil y rápido.

*Sugar mommy* o *sugar daddy*: Un *sugar daddy/mommy* es una persona que ofrece regalos, dinero, viajes, entre otras cosas, a una persona mucho menor que es el o la *sugar babe*, a cambio de una relación, ya sea una relación donde haya intimidad. Muchas de las ocasiones esta nueva “moda” cae en manos de los jóvenes/adolescentes quienes al final de cuentas terminan siendo manipulados por estos supuestos *sugar mommy/daddy*, para satisfacerse de una manera sexual o emocional, manipulando así al joven/adolescente o el niño/la niña haciéndoles creer que les dan dinero, lujos y demás; pero lo que realmente pasa es que la persona mayor de edad se está aprovechando de ello para satisfacer sus deseos, en donde esa persona manipula a un menor para mantener relaciones sexuales. Y esto, aunque moda o tal, sigue como encuadre del tipo penal que en este artículo se ha pormenorizado: el estupro.



## Conclusiones

Recordemos que el objeto jurídico en el estupro es tener y mantener la seguridad sexual, en el cual, al ser una persona menor de edad, la legislación le considera como sujeto pasivo en cuestiones sobre las



*El estupro se considera como aquel delito sexual en el cual una persona mayor de edad se aprovecha por medio de la seducción o el engaño, para así obtener el consentimiento para la cópula con una persona menor de edad. El estupro es aquel delito que está tipificado en nuestro sistema penal mexicano.*

relaciones sexuales. El estupro es, sin duda, uno de los delitos sexuales más tristes y terribles, y atentan contra la dignidad humana en específico contra la de la mujer, porque es bien sabido que son ellas las más propensas a sufrir este tipo de delito, son las niñas y adolescentes de nuestro país. Quienes cometen este delito su única finalidad es dañar a un menor de edad, el atentar contra su correcto desarrollo psicosexual del menor, porque deja huellas imborrables en la memoria de las víctimas, porque resulta un acto difícil de comprender dado que ellas ni siquiera cuentan con una madurez mental para comprender el daño psicológico que les deja este tipo de actos.



Es decir, resulta incomprensible para un menor de edad el hecho de que fueron víctimas y muchas de las veces se sabe que no lo externan con nadie, y por ello es que se origina un daño psicológico, por esa secrecía que mantiene el menor de edad, ¿sin saber qué hacer? O ¿Cómo actuar?, ¿ante quién dirigirse?, ¿a quién solicitar apoyo?, esas se consideran algunas de las interrogantes que se pudieran hacer las víctimas de este delito de estupro, eso sin mencionar el daño físico que, desde luego, es mucho, porque un menor de edad la mayoría de las veces ni siquiera ha desarrollado su cuerpo como para recibir este tipo de actos tan denigrantes y lastimosos. Y que aún hoy en día se sigue viendo algunos casos de estupro. Claramente en la vida todo tiene su tiempo, por ello se tiene que dejar que los niños sean niños y los adolescentes disfruten de su juventud, sin tener que ser dañados tanto físicamente y psicológicamente, porque dañarlos de esta manera es un delito.

Por ello, es un asunto que nos compete a toda la sociedad mexicana, es preciso tomar cartas en el asunto, desde las fibras más sensibles, como lo son muchas comunidades y ciudades propensas que, aun después de ya haber transitado desde hace algunas décadas, el siglo XXI, lastimosamente se continúan con estas acciones atroces. Prevenir, hablar una y otra vez del tema, hasta que el mismo quede claro, hasta concientizar sobre las repercusiones que se tienen en la víctima y, sobre todo, no estar confiados de que esto nunca nos ocurrirá: hablemos con nuestras niñeces e infancias para prevenir y así ellos puedan detectar cuando un adulto ha excedido la confianza y ha generado un abuso. ¡Alto al delito de estupro!

## Referencias

- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión Secretaría General Secretaría de Servicios Parlamentarios. (n.d.). [https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf\\_mov/Codigo\\_Penal\\_Federal.pdf](https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf_mov/Codigo_Penal_Federal.pdf)
- Código Penal de la Nación Argentina. (n.d.). [https://www.oas.org/dil/esp/Codigo\\_Penal\\_de\\_la\\_Republica\\_Argentina.pdf](https://www.oas.org/dil/esp/Codigo_Penal_de_la_Republica_Argentina.pdf)
- Gamboa, M., Investigadora, M., & Miriam Gutiérrez Sánchez, P. (2010). *LOS DELITOS SEXUALES CONTRA LOS MENORES DE EDAD* Marco Jurídico Federal Vigente, Derecho Comparado de las Entidades Estatales. (Primera Parte). <https://www.diputados.gob.mx/sedia/sia/spi/SPI-ISS-32-10.pdf>
- México\_social. (2022). Mexicosocial.org. <https://www.mexicosocial.org/abuso-caso-sasha-sukol/>



## Metacognición: herramienta medular para el aprendizaje del idioma inglés como segunda lengua

**Bertha González Ruvalcaba**

Licenciatura en Mercadotecnia Empresarial por la Universidad del Valle de Atemajac. Maestría Internacional en Dirección de Comunicación Organizacional por la Universidad del Valle de México. Doctorado en Ciencias del Desarrollo Humano por la Universidad del Valle de Atemajac.

*Al aprender una segunda lengua el individuo puede estar expuesto a situaciones de estrés y frustración por luchar con un patrón de conocimientos establecido y por lograr desarrollar nuevas competencias y habilidades lingüísticas.*

## Resumen

A nivel global el aprendizaje del idioma inglés está tomando auge, debido a que existen varias razones importantes para aprenderlo; al ser el idioma más utilizado en el comercio a nivel mundial, se pueden entablar bases comerciales en pequeña y gran escala; gracias a él, se puede tener la oportunidad de obtener información de cualquier ámbito que sea más actualizada y completa, debido a que hoy en día el 56 % de los sitios de Internet están editados del inglés (Méndez, 2017).

Sin embargo, actualmente existe una desigualdad enorme entre los países que dominan el idioma inglés y los que no, lo cual produce violencia, competencia desleal, rezago educativo, entre otros problemas. En el caso de México, el nivel de dominio del idioma inglés es muy bajo según los resultados del informe English Proficiency Index 2021, México se encuentra en el lugar 92 de 112 países evaluados, lo cual indica que se encuentra en desventaja. Además, según el Instituto Mexicano de Competitividad en los resultados de sus investigaciones realizadas durante el 2015, indicó que en México solo el 5 % de la población total habla inglés, así como también que el 79 % de los alumnos de bachillerato o preparatoria no saben inglés. Cabe señalar que en México aún no es obligatorio el aprendizaje del inglés en todos los niveles, sin embargo, en algunas zonas del país sí lo es, a nivel superior el 48 % de las instituciones considera al inglés como materia obligatoria y el 41% lo considera requisito para titularse.

Es por ello que resulta esencial motivar a los alumnos de países en los que el idioma inglés no sea su idioma original, a que aprendan o adquieran cierto nivel de dominio, para que obtengan mejores oportunidades educativas, laborales, recreativas y culturales. Con el fin lograr tal objetivo y generalizar el dominio del idioma inglés a nivel global, se ha encontrado en la metacognición una solución viable y oportuna.

Palabras Clave: Metacognición | Estrategias metacognitivas | Aprendizaje | Motivación | Inglés.

### Metacognition: a core tool for learning English as a second language.

#### Summary

Globally, the learning of the English language is booming, because there are several important reasons to learn it; being the most used language in trade worldwide, commercial bases can be established on a small and large scale; thanks to it, people can have the opportunity to obtain information in any field that is more updated and complete, because today 56% of Internet sites are edited from English (Méndez, 2017).

That is why it is essential to motivate students from countries where English is not their original language, to learn or acquire a certain level of mastery, in order to obtain better educational, labor, recreational and cultural opportunities. To achieve this goal and generalize English language proficiency globally, metacognition has been found to be a viable and timely solution.

Keywords: Metacognition | Metacognitive strategies | Learning | Motivation | English.

### Métacognition : outil médullaire pour l'apprentissage de la langue anglaise comme deuxième langue.

#### Résumé

Au niveau mondial l'apprentissage de l'anglais prend une expansion, car il y a plusieurs raisons importantes pour l'apprendre ; étant la langue la plus utilisée dans le commerce mondial, il est possible d'établir des bases commerciales à petite et à grande échelle ; grâce à elle, on peut avoir l'opportunité d'obtenir d'information dans tous les domaines et que celle-ci soit plus actuelle et complète, parce que de nos jours le 56 % des sites Internet sont édités en anglais (Méndez, 2017).

C'est pour cela qu'il est essentiel de motiver les étudiants dans les pays où la langue anglaise ce n'est pas la langue maternelle, les encourager à apprendre et acquérir un certain niveau d'anglais pour le maîtriser, et obtenir des meilleurs opportunités d'éducation, de travail, de loisirs et de culture. Afin d'atteindre l'objectif et maîtriser la langue anglaise à l'échelle internationale, il a été constaté que la métacognition est une solution viable et opportune.

Mots clés: Métacognition | Stratégies métacognitives | Apprentissage | Motivation | Anglais.



Existe un problema alarmante con el aprendizaje en cualquier edad, la característica principal o problemática es que el aprendizaje resulta ser poco duradero y significativo por razones de costumbres globales, cambios en la alimentación y enfermedades como el estrés, principalmente. Arranz (2017) afirmó que en promedio el cerebro olvida el 60 % de lo que aprendió un día después de la lección.

Al aprender una segunda lengua el individuo puede estar expuesto a situaciones de estrés y frustración por luchar con un patrón de conocimientos establecido y por lograr desarrollar nuevas competencias y habilidades lingüísticas. Para sobrellevar este proceso de aprendizaje, resulta esencial utilizar la metacognición como herramienta de ayuda, ya que permite al individuo lograr un autoconocimiento pleno, autocontrol y regulación de los procesos mentales, además de conocer tanto las estructuras como el funcionamiento del cerebro, la mente, la memoria y la inteligencia.

La metacognición es una parte de la psicología que implica conocer el funcionamiento y composición del cerebro, la mente, la inteligencia y la memoria; proporciona las habilidades para desarrollar la capacidad de autorregular los procesos de aprendizaje y está íntimamente relacionada con el impacto que tiene la motivación, tanto intrínseca como extrínseca en la toma de decisiones del individuo y en la calidad de su aprendizaje.

Bara (2001) señaló que Flavell fue el primero en utilizar el concepto de metacognición en 1976, utilizando la metacognición, como una herramienta que consiste en el monitoreo, regulación y orquestación de los procesos metacognitivos al servicio de una meta u objetivo. Varios son los autores que han aportado definiciones del concepto, por ejemplo:

Papalia (2012), por su parte, definió a la metacognición como: El pensar sobre el pensamiento o conciencia que tiene una persona de sus procesos mentales.

Arango (2014) afirmó que la metacognición es una parte de la psicología que se dedica a la búsqueda de la esencia de la mente de manera científica.

Campos (2015) dijo que: es la capacidad de autorregular los procesos de aprendizaje, es decir, una forma de aprendizaje que busca en los estudiantes el *aprender a aprender*, formando en ellos la autoconciencia y autorregulación a través de estrategias metacognitivas teórico- prácticas posibles, por ejemplo, con herramientas virtuales.

En cambio, Blessler (2015) estableció que el concepto de metacognición se refiere a la capacidad de las personas para reflexionar sobre sus procesos de pensamiento y la forma en que aprenden.

Sin embargo, el concepto con el paso del tiempo ha ido evolucionando y complementándose, por ejemplo gracias a los resultados obtenidos de mi propia investigación realizada durante el 2021, en dos

centros de bachillerato del municipio de Yahualica, Jalisco, México, la cual consistió en implementar estrategias metacognitivas como son: el uso del el esquema SQA (Lo que sé, lo que quiero aprender, lo que aprendí sobre un tema), la matriz FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas), modelos conversacionales de base, objetos didácticos, aplicación de test de tipos de inteligencias múltiples entre otros, para mejorar el aprendizaje del idioma inglés como segunda lengua; el concepto de metacognición, es visto ya como una herramienta medular en el aprendizaje del alumno; debido a que le permite autoconocerse, regular y controlar tanto sus conductas como sus acciones, brindándole seguridad, lo cual se traduce en mejor convivencia, trabajo en equipo eficaz, mayor motivación y aprendizaje significativo, práctico, ameno y duradero.

Por lo tanto, es de suma importancia el autococonocimiento para poder elegir herramientas apropiadas para cada caso, resultando idóneo de forma generalizada el uso de estrategias metacognitivas como son: el esquema SQA (Lo que sé, lo que quiero aprender, lo que aprendí sobre un tema), la matriz, el uso de recursos didácticos y de las tecnologías de la información y comunicación para lograr un aprendizaje duradero a cualquier edad.

A pesar de que puede resultar un asunto complejo el aprender una segunda lengua, es un hecho que vale la pena hacerlo por el sin fin de ventajas que conlleva. Por ejemplo, los sueldos entre una persona que sabe idiomas son más altos a una que solo sabe su propio idioma, también puede resultar útil si se desea realizar un intercambio estudiantil a otro país, o simplemente para saber desenvolverse durante un viaje de placer.

*A pesar de que puede resultar  
un asunto complejo el aprender  
una segunda lengua,  
es un hecho que vale la pena  
hacerlo por el sin fin de  
ventajas que conlleva*

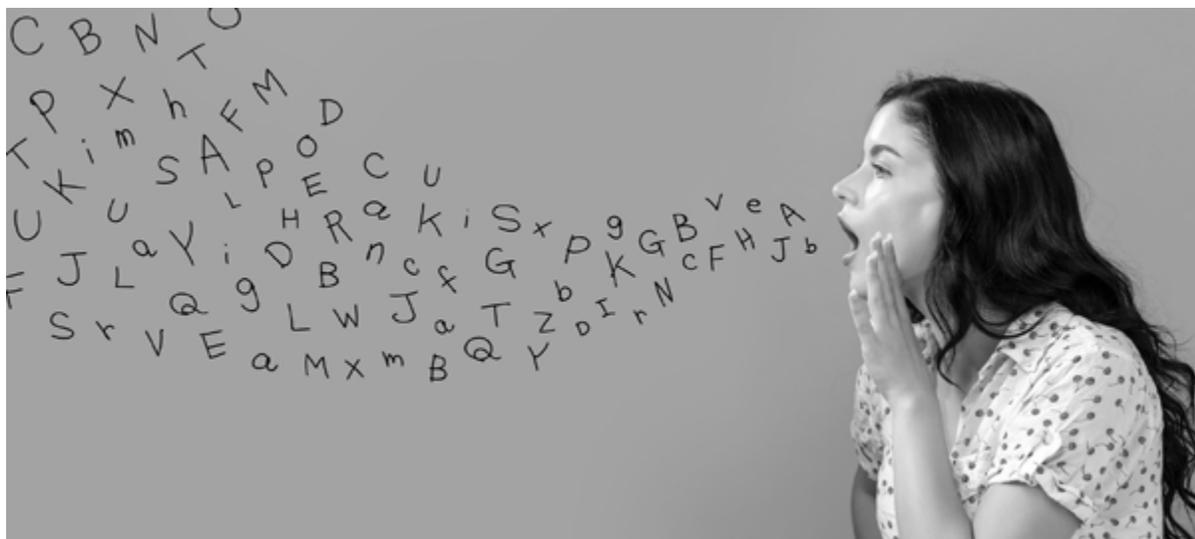
La enseñanza del inglés en cualquier parte del mundo, en la actualidad, es vista como una necesidad y una urgencia. No importa en qué continente te encuentres o la edad que tengas, el hecho es que para cualquier persona es indispensable tener los respectivos conocimientos de la lengua inglesa, Chango (2009, citado por Arranz, 2017, p.1).

### **El aprendizaje**

El aprendizaje es un proceso arduo, complejo, ameno, sencillo, dinámico, dependiendo del proceso, las herramientas con las que se cuentan, el acompañamiento de los profesores entre otros tantos aspectos.

Papalia (2012) dijo que el aprendizaje es el proceso a través del cual se modifican y adquieren habilidades, destrezas, conocimientos, conductas y valores. Esto como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación.

Es por ello por lo que para los docentes principalmente es un reto diseñar las estrategias oportunas y adecuadas para realizar un acompañamiento exitoso en cualquier nivel escolar. Sin embargo, cabe señalar que los seres humanos a lo largo de nuestra vida, estamos en constante aprendizaje, cada día es una nueva oportunidad para aprender conocimientos nuevos.



### Modelos de aprendizaje

Bara (2001) afirmó que los principales modelos de aprendizaje son cinco: el tradicional, el conductista (de Skinner y Pavlov), el constructivista (de Vygotsky, Piaget y Ausubel), el modelo Sudbury y el modelo proyectivo. Todos responden a diferentes necesidades en el aula. Dentro del modelo constructivista existe la metacognición, la cual ha demostrado ser una herramienta aleada para el aprendizaje del inglés como segunda lengua.

La enseñanza de las habilidades metacognitivas, como son la planificación, organización, razonamiento crítico entre otras, requiere de la figura del profesor como modelo y guía, que lleve al estudiante, gradualmente, a mayores competencias y, a su vez, le permita asumir el control del proceso de la actividad cognitiva y metacognitiva también progresivamente, Osses y Jaramillo (2008, citados por Forero y Arias, 2016).

Tabla. Cuadro comparativo: principales modelos de aprendizaje.

Modelo de aprendizaje	Representantes	Características
Tradicional	Lancaster y Pestalozzi	El alumno aprende a través de la repetición de patrones impuestos por el profesor. El alumno tiene un rol pasivo, el profesor un rol activo y con autoridad absoluta.
Conductista	Skinner y Pavlov	La comunicación es vertical, el profesor es el emisor principal y el encargado de estimular las conductas de los estudiantes.
Constructivista	Vygotsky, Piaget y Ausubel	El profesor posee un rol activo que incita a los alumnos a participar y les proporciona las rutas de descubrimiento a sus estudiantes. Aquí el estudiante debe ser proactivo y preocuparse por investigar.
Sudbury	Greenberg	Se basa en una administración democrática y un aprendizaje libre. El profesor es un guía durante el aprendizaje.
Proyectivo	Vygotsky, Piaget y Ausubel	Los alumnos son los responsables de expresarse mediante proyectos, gracias al acompañamiento del profesor.

Nota: Por los datos de Bara (2001), adaptada por B. González Ruvalcaba, 2022.





*Para poder lograr un autoconocimiento completo, el alumno debe conocer las funciones cerebrales, su tipo de inteligencia, analizar su entorno etc., es por ello que necesita comprender los conceptos y diferencias entre el cerebro, la mente, la memoria y la inteligencia.*

### **El cerebro, la mente, la memoria y la inteligencia**

Para poder lograr un autoconocimiento completo, el alumno debe conocer las funciones cerebrales, su tipo de inteligencia, analizar su entorno etc., es por ello que necesita comprender los conceptos y diferencias entre el cerebro, la mente, la memoria y la inteligencia.

La memoria es una de las funciones cerebrales más importantes y que más contribuye en todo el proceso de la inteligencia, los recuerdos, el pensamiento y en general en todas las funciones mentales superiores. El lóbulo temporal y el hipocampo son fundamentales, como también la acetilcolina, un neurotransmisor determinante en este complejo proceso de almacenamiento de la información. Los tipos de memoria que existen son: memoria episódica, memoria de trabajo, memoria procedimental y memoria semántica (Toro et. al. 2018, p.42).

Blake y Zyzik (2016, citados por Bara, 2001) quienes definieron el concepto de la mente como: el nombre más común dado al fenómeno que es responsable del entendimiento, la capacidad de crear pensamientos, la creatividad, el aprendizaje, el raciocinio, la percepción, la emoción, la memoria, la imaginación, la voluntad, y otras tantas habilidades cognitivas. La mente funciona reaccionando situaciones y objetos, por causas externas. Esta responde a todo lo que vemos, escuchamos, olemos o tocamos; ante todo este movimiento, ante todas estas experiencias. Posteriormente, estas reacciones internas son interpretadas por el yo, el ego, y por un historial de experiencias. Por tanto, son sólo reacciones mecanicistas, de defensa, para su supervivencia. La mente no se utiliza conscientemente, mientras que el ego dirige la vida por medio de ella.

La mente integra diversas facultades del cerebro, permitiéndonos reunir información, razonar y extraer conclusiones. La actividad mental tiene tres tipos de procesos: los conscientes, los inconscientes y los procedimentales, también abarca funciones no intelectuales y funciones afectivas. Una cosa es el cerebro, el encéfalo, y otra la mente. Así, esta última es la interacción entre el cerebro y el medio. Sin interacción no existe el ser humano, pues es un ente fundamentalmente social, por consecuencia, esencialmente *interactuador* con el medio. En cambio, la memoria es parte de la mente, pero consiste en recordar eventos, información e imágenes.

### Tipos de inteligencias Múltiples de Gardner

Gardner (2006) dijo: Una inteligencia supone la habilidad de resolver problemas o crear productos de necesidad en cualquier cultura o comunidad; es una colección de potencialidades biopsicológicas que mejoran con la edad.

Dicho autor propuso ocho tipos de inteligencias múltiples, siendo estas las siguientes:

1. Inteligencia lingüística
2. Inteligencia musical
3. Inteligencia espacial
4. Inteligencia lógica-matemática
5. Inteligencia corporal-kinestésica
6. Inteligencia Intrapersonal
7. Inteligencia Interpersonal
8. Inteligencia Naturalista

### La motivación

La motivación dentro del proceso de aprendizaje es un factor detonante, ya que es la causante de la acción y está íntimamente relacionada con la toma de decisiones.

Zulma (2006), mencionó que para incentivar el interés por la metacognición en los estudiantes, despertar su interés por regular sus procesos cognitivos, y despertar su necesidad de habilidades metacognitivas,

se requiere fomentar la motivación tanto intrínseca (autodeterminación), como la extrínseca (otros motivos como incentivos, afecto...), así como también dándoles a conocer los beneficios de la aplicación de estrategias metacognitivas como son un mejor autoconocimiento, un proceso de aprendizaje más rápido, duradero y ameno, una autorregulación más propicia etc.

*Para comprender la importancia que tiene el dominio del idioma inglés es necesario conocer en qué lugares es el idioma oficial.*

### El idioma inglés

Para comprender la importancia que tiene el dominio del idioma inglés es necesario conocer en qué lugares es el idioma oficial.

Méndez (2017) dijo que el inglés es hablado de manera oficial o cooficial en 57 países del mundo, distribuidos en los cinco continentes, por lo tanto, gracias a su dominio se pueden conocer diversas culturas y una amplia gama de información de cualquier tema.



Figura. Mapa con los países que tienen el inglés como idioma oficial.

Nota: Esta figura es un mapamundi, en el cual se resaltan en gris verde, los países cuyo primer idioma es el inglés, por *English Proficiency Index*, 2021.



Por otro lado, Winfred (2010), presentó las estadísticas mundiales de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO 2010), las cuales señalan al idioma inglés como la segunda lengua que más se habla, es por ello que se requiere continuar impulsando su dominio para estandarizar el idioma y que exista un acceso a las oportunidades y ventajas de forma equitativa para cualquier ser humano y de esta forma logre un desarrollo humano, más justo y equilibrado.



## Conclusiones

Al poner en práctica la metacognición en la vida diaria de los estudiantes obtienen grandes ventajas como son: un mejor acceso a la tecnología y a la ciencia, se logra una mayor retención, dominio, aplicación y generación de nuevos conocimientos para mejorar el desarrollo humano.

Purpura (1997, citado por Brown, 2000) mencionó que la metacognición en el aprendizaje de la vida diaria permite conocer cómo funciona la mente, cómo es el proceso de aprendizaje personal, qué tipo de inteligencia se posee, con esto será más fácil seleccionar las técnicas y herramientas que se pueden aplicar para que el aprendizaje sea más ameno, duradero y práctico (mayor retención a largo plazo o definitiva). Debido a que las estrategias metacognitivas implican planificar, analizar, monitorear y evaluar cómo se aprende.

Iniciar con un nuevo proyecto como es el aprendizaje del idioma inglés, es un objetivo que vale la pena alcanzar, ahora que se sabe que se puede facilitar el proceso por medio de la metacognición, el proceso será más llevadero y placentero. El propio alumno al conocerse mejor y determinando su tipo de inteligencia múltiple por medio de la autorreflexión, observación, contestando un test de tipos de inteligencias múltiples, será capaz de elegir las herramientas que faciliten su aprendizaje para cada caso, se convertirá en un alumno proactivo, ordenando, disciplinado con mejores alternativas para construir un futuro más próspero.



Para lograr aprender inglés como segunda lengua, se puede encontrar en la metacognición una herramienta aliada y completa.

Con el fin de desarrollar habilidades de: planificación, predicción, regulación, control durante el proceso de aprendizaje, resulta crucial el uso de estrategias metacognitivas como son: imágenes visuales para determinar contenidos o significados, resolución de problemas, interacción social, seguimiento de modelos o patrones, personalizar, y para la autoevaluación la técnica de Ogle (1990) que consiste en realizar un esquema SQA (Lo que sé, lo que quiero saber y lo que aprendí respecto a un tema), y el análisis FODA de Albert S. Humphrey (1926 – 2005). Así como la elaboración de organizadores gráficos como mapas conceptuales, las tecnologías de la información y comunicación entre diversos recursos didácticos.

Vale la pena resaltar que una persona que se preocupa por su educación a través del autoconocimiento, que se encuentra además en constante aprendizaje e innovación, le resultará más sencillo tomar decisiones en su vida diaria. Y lograr el objetivo de la educación de Piaget, el cual consiste en crear cosas nuevas y no simplemente repetir lo que otros hicieron con anterioridad. Por ello se debe reconocer que:

La educación es una brújula que permite navegar en un mundo volátil, incierto y cambiante. Manes (2010, citado por Díaz, 2014, p.5).

*Vale la pena resaltar que una persona que se preocupa por su educación a través del autoconocimiento, que se encuentra además en constante aprendizaje e innovación, le resultará más sencillo tomar decisiones en su vida diaria.*

Además, es necesario promover el aprendizaje del idioma inglés como segunda lengua a cualquier edad, debido a que en el mundo actual que cada día es más exigente y demandante, se requiere de contar con diversas habilidades, en especial comunicativas; es por ello que, para lograr tal desarrollo, se requiere reforzar el autoconocimiento por medio de la aplicación de estrategias metacognitivas.

Resulta necesario que se continúe investigando sobre el aprendizaje del idioma inglés como segunda lengua, los beneficios que conlleva su dominio, así como de estrategias que favorezcan dicho aprendizaje en individuos de cualquier edad y condición; para la validación de estos hallazgos. Sería recomendable, para futuras investigaciones se tome en cuenta las

conductas y estilos de vida de las personas que participan entre otros aspectos.

## Referencias

- Arango, L. y Escobar, L. (febrero, 2014). *Metacognición en el adulto mayor*. Revista UC católica. 1 (28), 1- 4. Recuperado de: Vista de Metacognición en el adulto mayor (ucatolicaluisamigo.edu.co)
- Arranz, A (2017). *Health, Brain & Neuroscience*. Recuperado de: <https://blog.cognifit.com/es/teorias-del-aprendizaje/>
- Bara, P (2001). *Estrategias metacognitivas y de aprendizaje...* Recuperado de: González, F. M. (1993). (yumpu.com)
- Blake, R. y Zyzik, E. (2016). *El español y la lingüística aplicada*. Recuperado de: USA: Georgetown University Press Washington, DC, 2016; 206 pp. (scielo.org.mx)
- Blessler, A. (2015). *Theory of mind and metamemory in oldage (2a edition)*. BrynMawr Philadelphia, USA. Recuperado de: Educational Learning Theories: 2nd Edition (usg.edu)
- Brown, A. (2000). *Learning, remembering and understanding*. Recuperado de: Handbook of Educational Psychology - Google Libros
- Campos, A. y Ameijide, L. (2015). *Mnemotecnia y metamemoria en personas mayores*. Recuperado de: (PDF) Mnemotecnia y metamemoria en personas mayores / The Keyword Mnemonic Technique and Metamemory in Elders | Alfredo Campos, Universitas Psychologica, and Leticia Estévez - Academia.edu
- Díaz, E (2014). *Metacognición*. Recuperado de: <https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/622492/02ErnestoDíazEsteves.pdf?sequence=1&mssckid=26e34fa2a-6b811ecb419afd5ab63e6f8>
- English Proficiency Index (2021). *EPI*. Recuperado de: EF EPI 2021 – EF English Proficiency Index
- Forero, J y Arias, A (2016). *Desarrollo de estrategias metacognitivas para el aprendizaje del inglés en estudiantes adultos de ciclo I, jornada nocturna de la I.E.D. República de Colombia* (Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar por el título de Lic. en Educación básica con énfasis en humanidades e idiomas). Recuperado de: <https://n9.cl/l38uq>
- Méndez, M (2017). *En qué países se habla inglés*. Italia. Recuperado de: <https://www.saberespractico.com/idiomas/en-que-paises-se-habla-ingles-oficialmente/>
- Papalia, D (2012). *La metacognición y el desarrollo humano*. Mc Graw Hill (12 ed.) México. Recuperado de: <https://psicologoseducativosgeneracion20172021.files.wordpress.com/2017/08/papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>
- Shannon, A. (2013). *La teoría de las inteligencias múltiples en la enseñanza de español*. Recuperado de: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/edu/v42n2/2215-2644-edu-42-02-00629.pdf>
- Toro, J. et. al. (2018). *El cerebro del siglo XXI*. Primera edición. Bogotá Colombia, editorial el manual moderno. Recuperado de: El cerebro del siglo XXI (sijufor.org)
- Winfred, B (2010). *Historia de la pedagogía desde platón hasta la actualidad*. Euvim Edición universitaria Villa María. Recuperado de: Lahistoriadela pedagogia winfriedbohm by anamentagatuna - Issuu
- Zulma, M (2006). *Aprendizaje autorregulado: El lugar de la cognición, la metacognición y la motivación*. Estudios pedagógicos. Recuperado de: APRENDIZAJE AUTORREGULADO: EL LUGAR DE LA COGNICIÓN, LA METACOGNICIÓN Y LA MOTIVACIÓN (scielo.cl)





# Percepción del adulto mayor sobre su funcionamiento familiar en una estancia geriátrica permanente

**Claudia Marcela Cantú Sánchez.**

Profesor de Tiempo Completo. Doctorante en Desarrollo Humano, Departamento de Enfermería y Obstetricia. División de Ciencias de la Vida, Universidad de Guanajuato, México. Línea de Investigación Promoción de la Salud y Cuidado en Grupos Vulnerables

*En los países de ingresos bajos y medio, la mortalidad ha bajado en la infancia, los nacimientos y enfermedades infecciosas se han reducido, gracias a los programas de promoción de la salud y en el adulto mayor los problemas de salud son debido a la aparición de enfermedades crónicas debido a hábitos poco saludables*

## Resumen

El envejecimiento humano es un proceso gradual y adaptativo de tipo biológico, psicológico y social, producido como consecuencia de cambios genéticamente programados, historia, estilos de vida, ambiente y condiciones sociales a las que estuvo expuesta la persona. En cambio, la vejez es una etapa de la vida cuyo inicio lo establece la sociedad, de ahí que la Organización de las Naciones Unidas acordó que, en los países en desarrollo, se catalogue como adultos mayores a las personas de 60 y más años.

Lo anterior se considera importante porque durante el envejecimiento se producen cambios estructurales y funcionales en diferentes órganos y sistemas. Por tal motivo, como profesionales de la salud, debemos de conocer los cambios morfológicos y funcionales normales del envejecimiento fisiológico, y así orientar al adulto mayor para que adecue y mejore su estilo de vida.

Palabras Clave: Funcionamiento familiar | Adulto mayor | Estancia geriátrica.

### Older persons' perceptions of their family functioning in a permanent nursing home.

#### Summary

Human aging is a gradual and adaptive process of a biological, psychological, and social nature, produced because of genetically programmed changes, history, lifestyles, environment, and social conditions to which the person was exposed. Old age, on the other hand, is a stage of life whose beginning is established by society, which is why the United Nations Organization agreed that, in developing countries, people aged 60 and over should be classified as older persons.

This is considered important because during aging, structural and functional changes occur in different organs and systems. For this reason, as health professionals, we must know the normal morphological and functional changes of physiological aging, and thus guide the older adult to adapt and improve his or her lifestyle.

Keywords: Family functioning | Older person | Geriatric stay.

### Perception de la personne âgée sur son fonctionnement familial dans une maison de repos gériatrique permanente.

#### Résumé

Le vieillissement humain est un processus graduel et adaptatif de type biologique, psychologique et social, qui est donné comme conséquence des changements génétiquement programmés, histoire, mode vie, environnement et conditions sociales auxquelles la personne a été exposée. Par contre, la vieillesse est une étape de la vie dont le début est établi par la société, c'est pourquoi l'Organisation des Nations Unies a donc convenu que, dans les pays en développement, il faut cataloguer comme personnes âgées aux gens de 60 ans et plus.

Ce qui est déjà dit est considéré important parce que pendant le vieillissement il y a des changements structurels et fonctionnels dans différents organes et systèmes. Pour cette raison, en tant que professionnels de la santé, on doit connaître les changements morphologiques et fonctionnels normaux du vieillissement physiologique, et de cette manière orienter à la personne âgée à s'adapter et améliorer le style de vie.

Mots clés: Fonctionnement familial | Personne âgée | Maison de repos gériatrique.



**E**l envejecimiento humano es un proceso gradual y adaptativo de tipo biológico, psicológico y social, producido como consecuencia de cambios genéticamente programados, historia, estilos de vida, ambiente y condiciones sociales a las que estuvo expuesta la persona. En cambio, la vejez es una etapa de la vida cuyo inicio lo establece la sociedad, de ahí que la Organización de las Naciones Unidas acordó que, en los países en desarrollo, se catalogue como adultos mayores a las personas de 60 y más años.

Dentro del presente trabajo, se pretende obtener un diagnóstico en el cual se muestre la situación actual de los pacientes de una estancia geriátrica permanente ubicado en Irapuato, Guanajuato. Esta institución ofrece un tipo de estancia permanente con dos modalidades: la primera es la habitación compartida y la otra opción es la habitación privada; estas modalidades dependerán si el adulto mayor ingresa con un programa gratuito o si puede pagar un programa con una mensualidad de \$3,000.00 pesos, respectivamente. Cuenta con un horario de visitas de 09:00 a 18:00 horas. Aquí, ofrecen servicios para adultos con discapacidad física, adultos con discapacidad mental o adultos en abandono. A esta población se ofrece un servicio de supervisión de toma de alimentos, los cuales se sirven tres veces al día, seguimiento diario de

signos vitales, terapias y actividades recreativas, aseo diario, capilla, acceso a jardines y proporción de silla de ruedas si es necesario.

#### **Antecedentes**

Actualmente, la economía mundial no está preparada para el aumento de la población de los adultos mayores y de las necesidades que se desarrollarán como la demanda de los servicios de salud, las nuevas investigaciones en gerontología han determinado que los adultos mayores son grupos vulnerables en cuanto a la educación y desarrollo en la sociedad siendo un grupo de interés, donde médicos generales, enfermeros, psicólogos, trabajadores sociales, geriatras, deben trabajar de manera conjunta para brindar una atención integral de calidad (Mogollón, 2012).

Se debe brindar una preparación sobre el envejecimiento a las nuevas generaciones a través de hábitos saludables desde las primeras etapas de la vida, se requiere que el hombre sea visto de forma holística para atender y prever un futuro de los adultos mayores con atención médica adecuada (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014). Allevato y Gaviria, 2008, afirman que el envejecimiento no solo es un fenómeno cronológico, sino que es un fenómeno multifactorial que afecta todos los niveles de organización a nivel mole-

cular en órganos y sistemas de manera inevitable, debido a que la esperanza media de vida ha aumentado en el último siglo a un promedio de 65 y más años y sigue aumentando.

En los países de ingresos bajos y medio, la mortalidad ha bajado en la infancia, los nacimientos y enfermedades infecciosas se han reducido, gracias a los programas de promoción de la salud y en el adulto mayor los problemas de salud son debido a la aparición de enfermedades crónicas debido a hábitos poco saludables, que son frecuentes, aunado a la poca cobertura en seguridad social y de servicios de salud (OMS, 2015). La necesidad actual relacionada con el envejecimiento poblacional es el mantenimiento de la salud y la calidad de vida. Ya que la esperanza de vida al nacer aumentó 40 años desde el siglo XII y el 50 % de las personas que nacieron en el año 2000 vivirán en el año 2072, muriendo primero los hombres, causado por el estilo de vida (Hernández, 2014).

En México se ha presentado un rápido crecimiento demográfico de los años 1930 a 1970 caracterizado por la transición demográfica con base ancha y hacia la porción superior con estrechez. La tasa para 1970 de crecimiento fue la más alta de la historia del país con una fecundidad promedio de 7 hijos por mujer, lo que provocó la difusión de campañas de planificación familiar, ubicando a la mujer en el ámbito laboral (Mendoza, 1998 en Ortiz Álvarez y Mendoza, 2008).

De acuerdo con la pirámide poblacional, en el Estado de Guanajuato se visualizó un aumento en el grupo etario de adultos mayores del 6.5 % en el año

2000 y del 13.9 % en el año 2015, esto es notable por su rapidez en el corredor industrial que incluye a la ciudad de León, Irapuato y Celaya. Los problemas de salud que se presentan con más frecuencia son: diabetes, cáncer, neumonía, depresión, sordera, ceguera, enfermedades no identificadas por proceso de envejecimiento. (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014).

De acuerdo al Diario Oficial de la Federación, las condiciones de vulnerabilidad de los adultos mayores se han agudizado por el rápido crecimiento de la población de estos, provocando que aumente la demanda de los servicios que brindan asistencia, por lo tanto, se debe mejorar la atención de manera eficaz, rigiendo la atención de los adultos mayores con la NOM-167-SSA1-1997, sobre asistencia social. Prestación de servicios de asistencia social a adultos y adultos mayores en situación de riesgo y vulnerabilidad, siendo obligatoria en todo el territorio nacional, tanto en los sectores, público, privado y social.

Se convierte en un problema en la sociedad mercantilista y productiva, cuando el individuo ya no puede trabajar, aunado a un sistema familiar nuclear predominante, rechazando a las generaciones adultas para condenándolas a residir de forma independiente del resto de la familia. Muchas veces son ayudados de forma económica por los hijos, perdiendo su autoridad en la familia, en ocasiones son ingresados en asilos que les brindan los cuidados necesarios, en donde pocas veces son visitados, quedando expulsados del seno familiar. Siendo más característico en las zonas urbanas y rurales el conservar su lugar dentro de la familia (Gascón, 2009).



La familia es la unidad básica de la sociedad en la que se interactúa, funciona como un sistema abierto, ya que se juegan ciertos roles para la distribución de tareas a esto le llamamos funciones familiares, cada miembro de la unidad familiar es un subsistema, dado que posee características de la familia en general, pero, además se relaciona con la sociedad y toma valores y creencias de esta mezclándolo con los de su origen, es transmisor hacia otros miembros de la sociedad, el adulto mayor se puede encontrar en una familia extensa que es característica de las sociedades preindustriales y es que en este sistema hombres y mujeres se casan, pero continúan viviendo con la familia de origen y se siguen respetando las jerarquías entre los miembros, a diferencia de la familia nuclear que solo está constituida por el padre, la madre, e hijos o hijas, existe la división de tareas, solamente, entre estos miembros (Novel, 2011).

Por lo anterior, se pretende que se aplique en el adulto mayor mexicano, un modelo centrado básicamente en la funcionalidad, implicando los cambios de paradigmas sobre la curación y centrarse en el autocuidado para lograr el bienestar, garantizando la autonomía. Además, debemos conocer el apoyo de la familia del adulto mayor que juega un papel importante en el bienestar a través del afecto, respeto y muchos de ellos necesitan ayuda al realizar las actividades de la vida diaria desde caminar, alimentarse, vestirse y bañarse. Estos grupos seguirán experimentando una serie de cambios biopsicosociales. Es de vital importancia la familia en el adulto mayor, siendo su principal cuidadora, al brindar apoyo tanto físico, emocional, social y económico (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014).

Es por esto que debemos apostar en la educación y sobre todo del adulto mayor, pero no esperar a que envejezcamos, sino desde la infancia crear conciencia como individuos para mejorar nuestra calidad de vida con expectativas productivas, por lo que se han logrado varias metas en cuanto a la educación básica, media y superior. Existen algunos problemas económicos de los países que provocan el desempleo de larga duración, por ejemplo la baja remuneración, también, se habla de una sobre - educación por el exceso de competencias que el joven adquiere contra una sub - educación, se habla que el joven lleva mucho tiempo, hasta 6 años en establecerse en un empleo formal, y muchas de estas condiciones no son las adecuadas, ya que se involucran en trabajos temporales, todo esto lo podemos ver a diferencia de un adulto mayor, que por lo regular son jubilados o así era el ideal de los tiempos de generaciones pasadas, y ahora podemos ver que la tasa de desempleo es de las más severas de los últimos años.

Si aterrizamos estos cambios en México, se provocó una caída importante en la producción, y, por lo tanto, en el empleo, hubo reajustes en el mercado laboral, favoreciendo el empleo informal, afectando las exportaciones de la manufactura, esta crisis que hasta hoy no se ha podido superar. Además, aunado a la migración de los jóvenes para buscar una mejor calidad de vida en otro país, dejando a estos padres adultos mayores sin el apoyo cercano que necesitan, algo con lo que tiene que trabajar el gobierno es con el crecimiento económico, enfocándose en los sectores más vulnerables de nuestro país.

Según Lugo, et al. (2014), el año 2020 aumentó la cantidad de adultos mayores, es por esto que se





debe contar con la creación de empresas al cuidado de ellos, y con esto un crecimiento en las áreas de enfermería, optometría, odontología y especialidades médicas enfocadas en el adulto mayor; incluso, se pudiera pensar en casas de reposo, asilos o centros de día para los adultos mayores donde pudieran realizar actividades recreativas para el cuidado de su salud, cabe señalar que el personal que esté a cargo debe contar con los conocimientos científico – humanos, para la mejor atención con calidad y calidez, en este mundo globalizado sería una opción para generar empleos.

*Según Zurro (1990) por familia se entiende la unidad biopsicosocial, integrada por un número variable de personas, ligadas por vínculos de consanguinidad, matrimonio y/o unión estable y que viven en un mismo hogar*

## La familia

### Definición de familia

La familia es la unidad básica de la sociedad alrededor de la cual se mueven todos los individuos de una forma u otra (Novel, 1991).

Según Zurro (1990) por familia se entiende la unidad biopsicosocial, integrada por un número variable de personas, ligadas por vínculos de consanguinidad, matrimonio y/o unión estable y que viven en un mismo hogar. Mendalie 1987 refiere sobre la familia

como miembros que pertenecen a un sistema específico, a una unidad social en que los roles y patrones de conducta son mutuamente regulados por normas compartidas y en la que el control social se ejerce mediante la imposición de ciertos tipos de sanciones y la distribución de recompensas (Osorio, Álvarez 2004).

### Estructura familiar

Osorio y Álvarez (2004) refieren que la familia es el núcleo social constituido por personas que tienen vínculos entre sus miembros. Mendalie, en Osorio y Álvarez (1987), se define a la familia como un sistema comparable a una telaraña o una compleja molécula, en que ninguna de sus partes puede ser tocada sin haber repercusiones en el resto de este. Como institución debe permitir su desarrollo individual y colectivo de ellos dentro de esa unidad. En ella es necesario que se cumpla con los requisitos mínimos de cuidado y atención, que permitan la satisfacción de las necesidades físicas, biológicas, afectivas y materiales de sus integrantes.

La familia debe de administrar los cuidados y el apoyo de sus miembros, ofreciéndoles un ambiente óptimo para que ellos puedan desarrollar la personalidad de manera individual, así como los roles asignados dentro de este núcleo o los papeles esperados socialmente (Dominici, 2003).

### Funciones de la familia

Medalie, en Osorio y Álvarez (1987), refiere que la familia está encargada, como ente principal de la composición de una sociedad, de desarrollar todos los procesos básicos que llevan al progreso de sus miembros. En este núcleo social se transmiten los principios



y actitudes psicosociales. Las conductas, comportamientos y enfermedades pueden delimitarse en la interacción de los participantes de una familia. Entre las funciones que se deben llevar a cabo en una familia, está el desarrollo de los roles de los miembros, la comunicación, y las transacciones múltiples. Por eso las personas “pertenecemos a distintos grupos que podemos llamar sistemas sociales (escuela, trabajo, equipos deportivos, clubes sociales, vecindarios o asociaciones, etc.). Para Mejía (1991), “la familia es el sistema en que vibran más las emociones, los sistemas de creencias, las tradiciones, las fortalezas y vulnerabilidades, los elementos de apoyo y con frecuencia la fuente de estrés y de presiones que nos empujan al éxito o al fracaso; más las emociones, los sistemas de creencias, las tradiciones, las fortalezas y vulnerabilidades, los elementos de apoyo y con frecuencia la fuente de estrés y de presiones que nos empujan al éxito o al fracaso” (Osorio y Álvarez 2004).

Según Merrill (1978), las funciones que continúa desarrollando la familia son:

- La función biológica: Socialmente, se considera como aceptable esta forma de procreación, a pesar de que a partir de los cambios comentados anteriormente, esta función ha sufrido cambios tanto en la forma (reproducción *in vitro*, etc.) como en el fondo (disminución de las tasas de natalidad).
- La función afectiva: La función afectiva incluye las relaciones sexuales, las cuales son aprobadas socialmente en el marco del matrimonio. Además, incluye otros aspectos, tales como el mutuo cuidado y apoyo, sensación de identificación mutua, cuidado de los hijos e iden-

tificación de los padres con aquellos y, en definitiva, sensación de seguridad frente a los <<otros>>, es decir, frente a los posibles peligros externos al grupo familiar.

- La función de socialización: La formación de la personalidad en el niño se desarrolla fundamentalmente a través de la interacción que establece el seno familiar. Con el cuidado que se le brinda van implícitas una serie de enseñanzas que orientan al niño en una determinada línea de comportamiento, en un modo específico de actuar y en definitiva, en unas actitudes, fines y valores que son propios de la sociedad y que la familia transmite. La identificación del niño con los distintos roles se produce en el marco familiar, en primer lugar, como imagen, espejo del contexto social en el que vive.

### **El sistema familiar**

La familia es un sistema autocorrectivo Kozier (1993), autogobernado por reglas que se constituyen en el tiempo a través de ensayos y errores. La idea central de esta hipótesis es que cada uno de los grupos-naturales-con-historia, de los cuales la familia es fundamental (pero que podría ser también un equipo de trabajo, una comunidad espontánea, un grupo empresarial, etcétera), se forman un cierto lapso de tiempo mediante una serie de ensayos, intercambios y feedback, experimentando así lo que está y lo que no está permitido en la relación, hasta convertirse en una unidad sistémica original que sostiene por medio de reglas que le son peculiares.

Para comprender la función normal de la familia, la estructura familiar, uno de los modelos por seguir, es el modelo circunflejo de la familia.

Este distingue cinco funciones básicas que son realizadas por todas las familias y que se describen a continuación:

Apoyo mutuo incluye apoyo físico, financiero, social y emocional. Este apoyo se da dentro de un marco de interdependencia de roles y está basado en relaciones emocionales. Las familias ingieren sus alimentos juntos, se consuelan y se confortan, realizan actividades en grupo y tienen sentimiento de pertenencia.

Autonomía e independencia para cada persona, el sistema es lo que facilita el crecimiento personal de cada miembro. Cada persona en la familia tiene roles definidos que establecen un sentido de identidad. Cada miembro tiene una personalidad que se extiende más allá de las fronteras de la familia. Cuando un niño inicia la escuela, trata de establecer un rol separado con sus maestros y amigos. En efecto, las familias hacen cosas juntas y también separadas.

Reglas: las reglas y normas que gobiernan una unidad familiar y a cada uno de sus miembros pueden ser explícitas o implícitas. Los límites de los subsistemas deben de ser firmes, pero, sin embargo, lo suficientemente flexibles como para permitir una modificación cuando las circunstancias cambian. Las normas incluyen los patrones de interacción, la conducta considerada como apropiada, la privacidad, la autoridad dentro del sistema familiar.

Adaptabilidad a los cambios de ambiente. La familia se transforma a lo largo del tiempo, adaptándose y reestructurándose de tal modo que puede seguir funcionando. La familia posee una estructura que solo puede observarse en movimiento. La fortaleza del sistema depende de su capacidad para movilizar

*La familia se comunica entre sí. Esta comunicación dentro de una familia puede conseguirse usando mensajes verbales, no verbales e implícitos.*

*La comunicación fundamental para que las demás funciones de la familia puedan llevarse a plenitud y adecuadamente.*

pautas transaccionales alternativas, cuando las condiciones internas o externas de la familia le exigen una reestructuración. Toda familia debe adecuarse a cualquier situación interna o externa que genere cambio, con el fin de mantener la funcionalidad y continuidad del sistema familiar.

La familia se comunica entre sí. Esta comunicación dentro de una familia puede conseguirse usando mensajes verbales, no verbales e implícitos. La comunicación fundamental para que las demás funciones de la familia puedan llevarse a plenitud y adecuadamente. Cuando los canales de comunicación se ven afectados, la funcionalidad familiar se ve entorpecida. En los períodos de crisis se ponen en evidencia las habilidades de los integrantes de una familia, tanto de manera individual, así como colectiva del sistema.

Los mecanismos que se emplean incluyen la negociación, la evitación, y la proyección, entre otros. Los recursos pueden ser internos y externos.



En algunos casos, se utiliza a un miembro de la familia como el culpable o *chivo expiatorio*, para poner en exhibición o manifestación el problema del sistema familiar. La familia está en constante cambio y, por lo tanto, aunque algunos se refieren al estado de equilibrio y homeostasis para designar a las familias funcionales. Sin embargo, estas descripciones son solo figurativas y pueden ser engañosas. La familia, como todos los sistemas sanos, evoluciona continuamente y para ello se aleja de las líneas homeostáticas y puntos de *equilibrio* que en los casos deseables están a un nivel superior al previo. Más que balance o equilibrio hoy se habla de dinámica y evolución.

### Comunicación y familia

La comunicación como proceso interaccional sirve a la familia para expresar y compartir pensamientos, sentimientos, deseos y necesidades. Este proceso constituye un elemento fundamental que tener en cuenta al valorar la dinámica de la familia.

En una familia sana, la comunicación es abierta, clara y con pocas posibilidades de confusión acerca de la significación de los mensajes emitidos y recibidos, características que la distingue de una familia disfuncional.

Con respecto a las paradojas y doble vínculo -alteraciones comunicacionales-, hay aportaciones conceptuales importantes, que han sido suministradas por la teoría de la comunicación, tal como indicábamos con anterioridad.



La familia disfuncional: estas familias presentan siempre muestras visibles de continuo e irresuelto estrés que no saben manejar. Este estrés puede expresarse de forma global o focalizado en un miembro -generalmente el más débil-, que es el que aparentemente sufre el resultado de la disfuncionalidad de la familia (Novel, 1991).

### Métodos y metodología

Se pretende trabajar con pacientes geriátricos que abarcan de 45 - 90 años que a su vez se dividen en Preseniles 45 - 60 años, Senectud gradual 60 - 70 años, Vejez declarada 70 - 90 años, longevos más de 90 años, que son los pacientes que se encuentran en el albergue del asilo de ancianos Casa hogar la Paz, para determinar el estado nutricional del adulto mayor a través de la escala de funcionamiento familiar que es el APGAR Familiar, un instrumento que muestra cómo perciben los miembros de la familia el nivel de funcionamiento de la unidad familiar de forma global, incluyendo a los niños, ya que es aplicable a la población infantil, es útil para evidenciar la forma en que una persona percibe el funcionamiento de su familia en un momento determinado, posterior a esto se sacarán los datos socio-demográficos, vaciado e interpretación de las pruebas, análisis descriptivo de los resultados.

Preguntas	Casi siempre	A veces	Casi nunca
1. Estoy satisfecho con la ayuda que recibo de mi familia cuando algo me perturba.			
2. Estoy satisfecho con la forma en que mi familia discute áreas de interés común y comparte los problemas resolviéndolos conmigo.			
3. Encuentro que mi familia acepta más deseos de hacer nuevas actividades o cambios en mi estilo de vida.			
4. Estoy de acuerdo en la forma en que mi familia expresa afecto y responde a mis sentimientos (angustia, amor y pena).			
5. Estoy satisfecho con la cantidad de tiempo que mi familia y yo pasamos juntos.			

Cada pregunta se puntúa de 0 a 2, en que 0 equivale a "casi nunca", 1 "a veces" y 2 a "casi siempre", obteniéndose un índice final entre 0 y 10

#### CATEGORÍAS DE FUNCIONALIDAD FAMILIAR

- 1. Familias altamente funcionales (7 a 10 puntos)
- 2. Familias moderadamente funcionales (4 a 6 puntos)
- 3. Familias severamente disfuncionales (0 a 3 puntos)



### Consideraciones éticas

La investigación se consideró “sin riesgo” de acuerdo con el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación en Salud 25, vigente al momento del estudio, pues no se realizaron intervenciones sobre las variables fisiológicas ni psicológicas de los participantes, ni se recopiló información sensible, por lo que la participación de los sujetos no estuvo sujeta a la obtención de su consentimiento informado por escrito.

### Resultados

#### Sexo

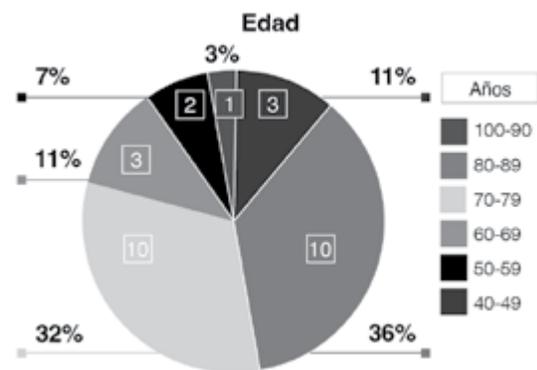
De los pacientes evaluados hay una mayor prevalencia de hombres con un 55 % en comparación con el 32 % de mujeres en la casa hogar La Paz.



#### Edad

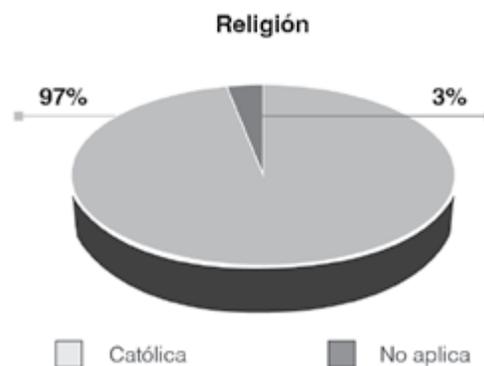
En relación con la edad de los pacientes, se logra interpretar que existe mayor población en cuanto a edad en el grupo de 80 a 89 años teniendo 10 pacientes en este grupo de edad, continuando con el grupo de 70 a 79 años contando con 9 pacientes en este rango, segui-

do del grupo de 99 a 100 y de 60 a 69 años donde se obtiene 3 pacientes en cada rango de edad, consecutivo del grupo de edad de 50 a 59 teniendo dos pacientes en esta categoría y terminado con el grupo de 40 a 49 donde solo se cuenta con una persona en esta clase.



#### Religión

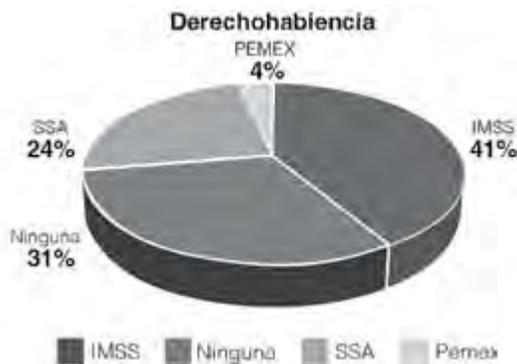
En cuanto a la religión a la que pertenecen los adultos mayores, el 97 % de ellos (28) son católicos.





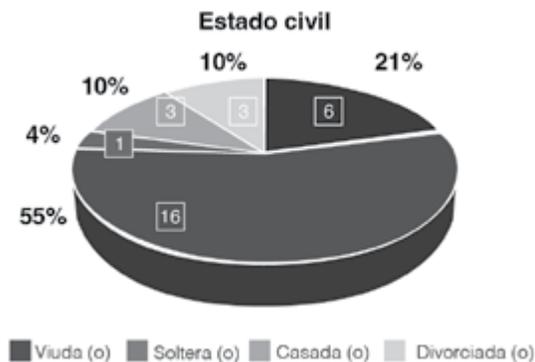
### Derechohabiencia

De acuerdo con los derechohabientes, se obtuvo que del 100 % (29) pacientes que existen en la estancia, 41 % (12) pertenecen al IMSS, 31% (9) no cuentan con ningún servicio de salud, 24 % (7) pertenecen a SSA y únicamente 3 % (1) está afiliado a PEMEX.



### Estado civil

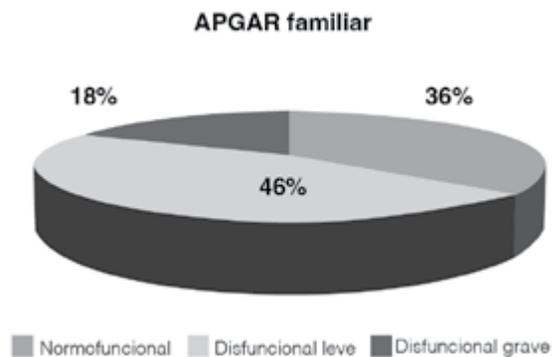
Del 100 % (29) de los adultos mayores, el 55 % (16) son solteros, el 21 % (6) son viudos, el 10% (3) son separados, el 10 % (3) son divorciados, y el 4 % (1) es casado.



### APGAR familiar

#### El APGAR familiar

Se encontró que de los 29 pacientes: 10 pacientes (35.7 %) cuentan con familia normofuncional, 13 (46.4 %) cuentan con familia disfuncional leve y 5 (17.8 %) cuentan con familia disfuncional grave.



### Conclusiones

Dentro de los resultados que encontramos en el estudio de percepción del funcionamiento familiar en el adulto mayor de una estancia geriátrica permanente nos damos cuenta de que el 46 % de los adultos mayores presentan una disfunción familiar grave seguida de un 18 % con una disfunción leve un 36 % nos habla de una funcionalidad normal más aún podemos encontrar estos adultos mayores que son poco frecuentados por estos familiares por hermanos por hijos por nietos y que en su mayoría de ellos todavía tienen la esperanza de que vayan a visitarlo a alguno de ellos muchos también ya con la idea de que no sabe qué será de sus familiares de que no saben si saldrán del asilo a que pueden llegar a enfrentarse y

muchos todavía tienen la esperanza de reencontrarse con alguno de ellos una de las cosas que llama la atención es la desesperanza que en ellos crea el saber que nadie va a visitarlos y que el día de mañana que ellos fallezcan no lleguen a faltar en este mundo van a estar solos esto lo llegan a mencionar inclusive en estas valoraciones del estado de salud entonces que se recomienda para estos adultos mayores una apoyo por parte de estas instituciones no gubernamentales y gubernamentales para fomentar una convivencia sana entre ellos mismos y con otros grupos sociales para evitar sobre todo problemas de conducta o problemas de tipo de presión eh fomentarles la las actividades en conjunto actividades lúdicas y recreativas para que estos adultos mayores sigan sintiéndose útiles y que promovamos el autocuidado entre ellos mismos para mejorar la calidad de vida.

## Bibliografía

- Adriana Osorio y Dr. Alejandro Alvarez Mora.- Introducción a la Salud Familiar/editado por 1 ed. San José, Costa Rica, 2004. Obtenido el día 26 de agosto de 2010. [www.cendeiss.sa.cr/modulos/modulo11.pdf](http://www.cendeiss.sa.cr/modulos/modulo11.pdf)
- Callenti Millán, Gerontología y Geriátrica. Valoración en intervención. Edit. Panamericana. España, 2011.
- Nicola Pietro de (1985) Geriátrica, Edit. El Manual Moderno, México, D.F.
- Novel Martí Gloria, (1991), Enfermería Psicosocial, Edit. Salvat, Barcelona España, pág. 5.
- Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica, Temas de Enfermería Gerontológica, Editado por la sociedad española de geriatría y gerontología, 1999.

Kozier Barbara, et al. [1993] enfermería fundamental: Conceptos, Procesos y Práctica. Ed. Mc Graw Hill. 4ta edición. España, pp. 39-58.

Suarez Cuba, Miguel A., & Alcalá Espinoza, Matilde. (2014). APGAR FAMILIAR: UNA HERRAMIENTA PARA DETECTAR DISFUNCIÓN FAMILIAR. *Revista Médica La Paz*, 20(1), 53-57. Recuperado en 11 de marzo de 2022, de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-89582014000100010&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582014000100010&lng=es&tlng=es).

## Referencias Bibliográficas

- Allevato, Miguel Ángel, Gaviria, John, (2008). Envejecimiento, *Educación Continua*, 154-162, [Citado 22 Mar 2017], de [http://www.atdermae.com/pdfs/atd\\_31\\_03\\_02.pdf](http://www.atdermae.com/pdfs/atd_31_03_02.pdf)
- Arda Sürücü Hamdiye, Kizilci Sevgi, Use of Orem's Self-Care Deficit Nursing Theory in the Self-Management Education of Patients with Type 2: A Case Study. (*Revista en Internet*). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)
- Berbiglia Violeta A. Final Report on Project Funded by the Sarah E. Allison, Inc Foundation: Advancing the Introduction of the Self-Care Deficit Nursing Theory into Vietnam by Supporting the Scholarly Productivity of Vietnamese MSN Graduates of the University of Medicine and Pharmacy at Ho Chi Minh City and Teaching an Introduction to Nursing Theory to BSN Students. (*Revista en Internet*). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)



- Bergland A, Kirkevold M. Thriving in nursing homes in Norway: Contributing aspects described by residents. *International Journal of Nursing Studies* 2006;43(6):681-91.
- Burdette Linda. Relationship Between Self-care Agency, Self-care Practices and Obesity among Rural Midlife Women (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f1de4b0fb5d95ae3a21/1442012957855/Vol19No01Fall2012.pdf>
- Burke Mary M, Walsh Mary B. 1998. *Enfermería Gerontológica, Cuidados integrales del adulto mayor*, Edit Elsevier Mosby, Segunda Edición, Madrid, España, pág. 602
- Colliere MF. Encontrar el sentido original de los cuidados enfermeros. [revista en la Internet]. 1999; [Citado 2016 Nov 02]; 22(1): 27-31. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3558272>
- Dalton Joanne M., Matteis Margherite. The Effect of Family Relationships and Family Support on Diabetes Self-Care Activities of Older Adults: A Pilot Study. (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)
- Davidson Susan Challenging RN-BSN Students To Apply Orem's Theory To Practice(Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f5de4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)
- Fassio Adriana, Ruty María Gabriela, Ortíz-Rojas Yenny Patricia, Aijenbon Gisela. Innovación Social, Políticas Públicas y Aprendizaje Organizacional: El Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios [revista en la Internet]. 2015 Jul [Citado 2016 Nov 02]; 7(13): 9-24. Disponible en: <http://itmojs.itm.edu.co/index.php/trilogia/article/view/810/765>
- Fleck L.M. The Nutrition Self Care Inventory (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f1de4b0fb5d95ae3a21/1442012957855/Vol19No01Fall2012.pdf>
- Frenk Julio, Gómez-Dantés Octavio. La globalización y la nueva salud pública. *Salud pública Méx* [revista en la Internet]. 2007 Abr [citado 2016 Nov 02] ; 49( 2 ): 156-164. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342007000200011&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007000200011&lng=es).
- Gilbert Catherine, Hagerty Debra, Taggart Helen M. Exploring Factors Related to Healthy Ageing (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f1de4b0fb5d95ae3a21/1442012957855/Vol19No01Fall2012.pdf>
- Green Rebecca, Application of the Self Care Deficit Nursing Theory: The Community Context. (Revista en Internet). 2013, (Citado 2017 Mar 22); 20(1): Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b0b/1442012997408/Vol-20No01Spring13.pdf>
- Green Rebecca, Application of the Self Care Deficit Nursing Theory to the Care of Children with Special Health Care Needs in the School Setting. (Revista en Internet). 2013, (Citado 2017 Mar 22); 20(1): Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b0b/1442012997408/Vol-20No01Spring13.pdf>
- Gómez Bedoya María, (2008). *El Aprendizaje en la tercera edad. Una aproximación en la clase de Ele: Los aprendientes mayores japoneses en el Instituto Cervantes de Tokio.*
- Hernández Triana, Manuel, 2014. *Envejecimiento. Revista Cubana de Salud Pública*, Fecha de consulta 23 de Junio de 2016. Disponible en Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21432546011>
- Hidalgo-Pedraza L, Blanca-Gutiérrez J J, Jiménez-Díaz M d C, Grande-Gascón M L, Linares-Abad M, Relación del cuidado que demandan las personas mayores en hogares para ancianos: metaestudio cualitativo. *Aquichan* 2012;12:213-227. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74124948002>. Fecha de consulta: 2 de noviembre de 2016.





- Instituto de la UNESCO para la Educación, 1999. Fecha de Consulta 24 de Julio de 2016.
- Instituto Nacional de Geriátria. Hechos y desafíos para un envejecimiento saludable en México. 2016. México Disponible en: <http://www.geriatria.salud.gob.mx/descargas/noticias/HECHOS.pdf> Consultado el 07 del 10 del 2016.
- Luu Thi Thuy An Analysis of Self-care Knowledge of Hepatitis B Patients. (Revista en Internet). 2013, (Citado 2017 Mar 22); 20(1): Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b0b/1442012997408/Vol20No01Spring13.pdf>
- Lugo-Galera Carlos, Huerta-Sobrino Cristina y Yfarraguerri-Villarreal Lucía, La Globalización Económica y su impacto en el Mercado Laboral en México, [International Journal of Good Conscience] 2014 Ags [citado 2016 Nov 02] 9(2)69-89
- Mogollón E. (2012). Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación. Revista Interamericana de Educación en el Adulto Mayor. 34(1), 57-74. Descargado el 01 de Junio de 2016 Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/4575/457545090005.pdf>
- Moreno-Fergusson M E, La globalización y el conocimiento de enfermería. Aquichan 20099210-211. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74112147001>. Fecha de consulta: 2 de noviembre de 2016.
- Navarro Elías María de Guadalupe, et. Al. Cuidado de Enfermería y la Calidad de Vida en el Adulto Mayor, Universidad de Guanajuato, Universidad Nacional de Trujillo-Perú, ALTARES COSTA-AMIC Editores.
- Tadoura Hiroko, Sato Ayaka, Ueda Emiko, Ishigaki Hide, Saita Tokiko, Kikuchi Tokiko, Connecting Nursing Theory with Practice through Education Based on Self-Care Deficit Nursing Theory (SCDNT) and Utilization of Nursing Practice (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b0b/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b0b/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)
- [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)
- OMS 2015, Informe mundial del envejecimiento y la salud. Descargado el 01 de Junio de 2016. Disponible en [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873\\_spa.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf?ua=1)
- Osorio Adriana y Dr. Alejandro Álvarez Mora.- Introducción a la Salud Familiar/editado por 1 ed. - San José, Costa Rica, 2004. Obtenido el día 26 de agosto de 2010.
- OMS 2015, Informe mundial del envejecimiento y la salud. Descargado el 01 de Junio de 2016. Disponible en [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873\\_spa.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf?ua=1)
- Pickens Judith, Development of Self-Care Agency through Enhancement of Motivation in People with Schizophrenia 2013, (Citado 2017 Mar 22); 20(1): Disponible en: <https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b0b/1442012997408/Vol20No01Spring13.pdf>
- Rosmawati, M, Rohana, A. The Evaluation of Supportive-Developmental Nursing Program on Self-Care Practices of Persons with Type 2 diabetes at the Health Centre in Bachok, Kelantan. Practice (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)
- White Mary L. Spirituality Self-care Effects on Quality of Life for Patients Diagnosed with Chronic Illness (Revista en Internet). 2014, [Citado 22 Mar 2017] 21(1). Disponible en: [https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21\\_No01\\_Fall14.pdf](https://static1.squarespace.com/static/55f1d474e4b03fe7646a4d5d/t/55f35f45e4b0fb5d95ae3b8c/1442013021353/Vol21_No01_Fall14.pdf)



# Intervención tecnológica educativa para mejorar los hábitos de vida y reducir la obesidad en escolares. Generación de un modelo de intervención.

**Claudia Cecilia Radilla Vázquez**

División de Ciencias Biológicas y de la Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.  
Fundación Aprende con Reyhan A.C.

**Rey Gutiérrez Tolentino, Irina Lazarevich, Beatriz Schettino Bermudez, José Jesús Pérez González, Rubén del Muro Delgado**

División de Ciencias Biológicas y de la Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

**Rubén del Muro Delgado**

División de Ciencias Biológicas y de la Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.  
Estudiante del Doctorado en Ciencias Biológicas y de la Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

**Araceli Martínez Coronado**

Estudiante del Doctorado en Ciencias Biológicas y de la Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

**Nubia Mendoza Alvarez**

Secretaría de Educación Pública.

**Miguel Ángel Mejía Arias**

Secretaría de Educación Pública.

*Los adolescentes tratan de buscar su identidad, lo que hace que estén en una permanente transición, dejan a un lado la influencia que tiene la familia sobre ellos y buscan integrarse a un grupo social con sus mismas costumbres, por lo que la alimentación se convierte en un aspecto importante para poder pertenecer a ese círculo (Pérez - Izquierdo et al., 2020).*

## Resumen

La adolescencia es una etapa importante en la vida de un ser humano, entre la niñez y la edad adulta, de los 10 a los 19 años, cuando se produce una transición psicológica y física y se crea una identidad decisiva para convertirse en el adulto deseado (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, 2020). Este artículo destaca la importancia de generar un modelo explicativo para proponer la modificación del estado nutricional de los adolescentes en escuelas secundarias de la Ciudad de México que será de utilidad para futuras intervenciones educativas.

Palabras Clave: Evolución | Desarrollo sustentable | Sustentabilidad empresarial | Apoyo gubernamental.

### **Technological educational intervention to improve lifestyle habits and reduce obesity in schoolchildren. Generation of an intervention model**

#### **Summary**

Adolescence is an important stage in the life of a human being, between childhood and adulthood, from 10 to 19 years of age, when there is a psychological and physical transition and a decisive identity is created to become the desired adult (United Nations Children's Fund, UNICEF, 2020).

This article highlights the importance of generating an explanatory model to propose the modification of the nutritional status of adolescents in secondary schools in Mexico City that will be useful for future educational interventions.

Keywords: Adolescence | Technological intervention | Intervention model.

### **Intervention technologique éducative pour améliorer les habitudes de vie et réduire l'obésité chez les écoliers. Génération d'un modèle d'intervention.**

#### **Résumé**

L'adolescence est une étape importante dans la vie de l'être humain, entre l'enfance et l'âge adulte de 10 ans à 19 ans, il existe une transition psychologique et physique et une identité décisive est créée pour devenir adulte (Fonds des Nations Unies pour l'Enfance, UNICEF, 2020).

Le présent article souligne l'importance d'un modèle explicatif pour proposer la modification de l'état nutritionnel des adolescents du collège de la ville de Mexico et que cela soit utile pour les futures interventions éducatives.

Mots clés: Connaissances | Perception | Symptômes | Mesures préventives.



La adolescencia es una etapa importante en la vida del ser humano, entre la niñez y la edad adulta, de 10 a 19 años, en que existe una transición psicológica y física y se crea una identidad decisiva para así convertirse en el adulto deseado (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, 2020).

Los adolescentes tratan de buscar su identidad, lo que hace que estén en una permanente transición, dejan a un lado la influencia que tiene la familia sobre ellos y buscan integrarse a un grupo social con sus mismas costumbres, por lo que la alimentación se convierte en un aspecto importante para poder pertenecer a ese círculo (Pérez - Izquierdo et al., 2020).

Según Ibarra et al., (2019) la alimentación en la adolescencia tiene diversas finalidades, una de ellas es cubrir las necesidades energéticas, permitir un crecimiento y desarrollo adecuado y evitar carencias y desequilibrios entre nutrientes. Por lo tanto, la adolescencia es una etapa clave para promover hábitos alimentarios correctos.

Es preocupante que los adolescentes no suelen consumir la cantidad suficiente de alimentos que requieren para un crecimiento y desarrollo adecuado; además, consumen alimentos que no necesitan, como los que tienen gran cantidad de azúcares refinados y grasas saturadas (Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes [SIPINNA], 2021).

Según el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) (2021), el consumo de productos industrializados

junto con una mala alimentación se relaciona con una disminución en la función cognitiva, menor rendimiento escolar, estigma y discriminación por el aumento de peso, mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas degenerativas, por ejemplo, diabetes mellitus tipo 2, que es una de las principales causas de muerte en México.

La inactividad física constituye el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad a nivel mundial (Morales et al., 2016); por lo tanto, es importante promover la AF en los adolescentes. Se ha documentado un incremento en el sedentarismo en esta etapa, lo que a su vez provoca mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas degenerativas, así como problemas de baja autoestima, fatiga, sueño, cansancio, que influyen en casos de bullying, estrés, depresión y ansiedad dentro de las escuelas (Álvaro et al., 2016).

Por otro lado, el uso de las plataformas tecnológicas es habitual para los adolescentes, las tecnologías móviles son usadas de forma cotidiana por ellos; sin embargo, un énfasis en la salud y nutrición es difícil proporcionárselos en un aula o de forma teórica, por lo que añadir materiales educativos, tecnología de salud y nutrición para el fomento de una vida saludable, podría influir positivamente en el estilo de vida de los adolescentes y evitar que continúe la pandemia de la obesidad en México, en donde, 1 de cada 3 niños y adolescentes de 5 a 19 años de edad (alrededor de 12 millones) presentan peso excesivo

(Shamah - Levy et al., 2020). Esta alta prevalencia coloca a México entre los primeros lugares en obesidad infantil a nivel mundial. De acuerdo con la OMS (2020), el sobrepeso y la obesidad en los adolescentes se debe a causas como: a) la ingesta de alimentos y bebidas hipercalóricas; b) la poca AF y c) a factores económicos y sociales como la educación, transporte, urbanización, medio ambiente, agricultura y comercialización de los alimentos.

En la adolescencia se pueden influenciar de manera positiva los hábitos de alimentación saludables y éstos pueden permanecer hasta la vida adulta, proporcionando una ventaja para disminuir la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la nutrición (Radilla y Barriguete, 2019); por lo tanto, las intervenciones pedagógicas y educativas aplicadas en la adolescencia podrían tener grandes ventajas. Además, el estado nutricional, la alimentación, el consumo de bebidas y la AF son factores importantes para un adecuado crecimiento y desarrollo en este grupo de edad (Villa, 2010).

*Ante esta situación, el presente trabajo consistió en generar un modelo explicativo para proponer la modificación del estado nutricional de los adolescentes de escuelas secundarias de la Ciudad de México que sea de utilidad para futuras intervenciones educativas.*

Los efectos de la enfermedad COVID-19 son de gran impacto en todos los niveles y deben dejar grandes enseñanzas para las pandemias de obesidad y diabetes que suceden simultáneamente en la actualidad; por lo que es imperante la necesidad de fortalecer los conocimientos en los adolescentes sobre temas que promuevan el desarrollo armónico del bienestar físico (Radilla et al., 2015).

Ante esta situación, el presente trabajo consistió en generar un modelo explicativo para proponer la modificación del estado nutricional de los adolescentes de escuelas secundarias de la Ciudad de México que sea de utilidad para futuras intervenciones educativas.

### **Materiales y métodos**

Se realizó una intervención escolar diseñada con base a la metodología EPODE (Ensemble Prévenons l'Obésité Des Enfants) y consistió principalmente en un conjunto de recomendaciones internacionales y nacionales referentes a elecciones saludables de alimentos, adecuada ingesta de agua, fomento de actividad física y manejo de algunos aspectos psicológicos y conductuales. La intervención depende de un método educacional progresivo basado en el aprendizaje a través de experiencias concretas adaptadas a las dificultades de la vida cotidiana en los grupos seleccionados, estimula que las personas cambien sus estándares de comportamiento y fue diseñada en una forma flexible para poder ser replicada en los contextos locales.

Para la implementación de la intervención se utilizaron diversos materiales educativos de la estrategia Aprende con Reyhan (<https://aprende-conreyhan.org>). El presente estudio fue revisado y aprobado por el Comité de ética de la División de



Ciencias Biológicas y de la Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana en la Ciudad de México.

La intervención se realizó con todos los adolescentes con consentimiento informado firmado y asentimiento verbal que cursaban el primer grado de las escuelas seleccionadas. De una muestra inicial de 3875 estudiantes se excluyeron 1507 estudiantes debido a que no cumplieron con todos los criterios para permanecer en el estudio, conformando así un total de 2368 estudiantes sujetos de estudio.

En el Cuadro 1 se describen las principales acciones llevadas a cabo con los participantes de ambos grupos, marcando con una X aquellas que corresponden al grupo control e intervención.

Las evaluaciones del estudio se obtuvieron mediante seis acciones que se muestran en el Cuadro 2 en las que se aplicaron a los alumnos los instrumentos de evaluación al inicio de la intervención, para obtener un diagnóstico basal y, al final de la intervención para conocer el impacto de la misma.

Cuadro 1. Descripción de la implementación de la intervención educativa

	Fase inicial		Fase final	
	Grupo Intervención	Grupo Control	Grupo Intervención	Grupo Control
<b>Acción 1 "Actívate"</b>				
Promoción de actividad física durante las clases de Educación Física	x		x	
Mejorar la calidad de la actividad física en las clases de educación, tres veces por semana, 30 minutos / sesión	x	x	x	x
Aumento de la actividad física, con activación y rutinas para llevar a los adolescentes a mejorar el nivel de actividad física	x	x	x	x
<b>Acción 2 "Hidrátate"</b>				
Revisar la disponibilidad de agua simple potable en la escuela	x	x	x	x
Promoción del consumo de agua simple potable en lugar de bebidas azucaradas dentro de la escuela	x		x	
Promoción del consumo de agua simple potable en lugar de bebidas azucaradas fuera de la escuela	x		x	
Mejorar el conocimiento de los beneficios del consumo de agua y su relación con la salud	x		x	
<b>Acción 3 "Aliméntate sanamente"</b>				
Promoción del incremento de disponibilidad de elecciones saludables de alimentos dentro y fuera de la escuela	x		x	
Promover el incremento del consumo de verduras y frutas a cinco raciones al día	x		x	
Mejorar el conocimiento acerca de los beneficios del consumo de verduras y frutas y su relación con la salud	x		x	
<b>Acción 4 "Conoce los nutrientes críticos y el etiquetado frontal"</b>				
Promover la reducción de consumo de azúcares, grasas y sodio	x		x	
Promover la reducción del consumo de edulcorantes y cafeína	x		x	
<b>Acción 5 "Mejora tus hábitos"</b>				
Sensibilizar en estilos de vida saludable y en los beneficios de una alimentación saludable y la actividad física en el entorno familiar y escolar	x		x	
<b>Acción 6 "Conoce tus emociones y evita conductas de riesgo"</b>				
Mejorar el conocimiento de la importancia de la salud mental y de mantener relaciones saludables	x		x	

Cuadro 2. Descripción de las acciones realizadas, variables e instrumentos utilizados en la intervención educativa

Acción	Variables a medir	Instrumentos utilizados
1.ª acción "Actívate"	Actividad física	<p>La información fue reclutada midiendo la actividad física de los adolescentes dentro y fuera de la escuela. Los pasos fueron medidos mediante podómetros Tanita (modelo FB-731). Los podómetros se usaron en las clases de educación física en la escuela y cuando se realizaron las rutinas de ejercicio en la casa.</p> <p>Los puntos de corte utilizados consideran que con 5000 pasos al día la persona tiene un estilo de vida sedentario, de 5000 a 7499 pasos se considera un día típico de actividad diaria, de 7500 a 9999 pasos a día es ligeramente activo, más de 10000 pasos al día indica el punto que se debe utilizar para clasificar a las personas activas y con más de 12500 pasos se consideran personas muy activas (Tudor y Basset, 2004).</p>
2.ª acción "Hidrátate"	Consumo de agua simple potable	<p>La disponibilidad de agua simple potable en las escuelas se evaluó mediante observaciones directas (es decir, contar el número de bebederos en servicio dentro de las escuelas). Y el consumo de agua se midió con el instrumento de frecuencia de consumo diario. Además, se realizaron sesiones donde se les explicaba a los alumnos la importancia del incremento del consumo de agua y la disminución en el consumo de bebidas azucaradas.</p>
3.ª acción "Aliméntate sanamente"	Consumo de alimentos y bebidas	<p>Esta información fue evaluada utilizando el recordatorio de 24 horas y la frecuencia de consumo de alimentos, en el cual los adolescentes describieron en medidas domésticas todos los alimentos y bebidas consumidos el día anterior, además de su frecuencia de consumo. Además, determinaron la cantidad y calidad del consumo de los alimentos dentro y fuera de la escuela durante la semana y fin de semana. Los recordatorios fueron llenados en la escuela por nutriólogos capacitados durante ambas fases de la recolección de datos, mediante una entrevista individual a cada alumno. Citado por número de lista, para que la información fuera de manera confidencial.</p>
4.ª acción "Conoce los nutrimentos críticos y el etiquetado frontal"	Hábitos alimentarios	<p>Fueron evaluados por el recordatorio de 24 horas y la frecuencia de consumo de alimentos y bebidas en los cuales los adolescentes describieron en medidas domésticas todas las comidas y bebidas consumidas el día anterior, además de su frecuencia de consumo. La información obtenida se comparó con los valores de referencia de energía y nutrientes del Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes con el propósito de conocer si la dieta de los adolescentes estaba adaptada a su peso, estatura, edad y situación fisiológica.</p>
5.ª acción "Mejora tus hábitos"		<p>Fueron evaluados por medio de recordatorios de 24 horas alimentos y bebidas y recordatorios de actividad física.</p>
6.ª acción "Conoce tus emociones y evita conductas de riesgo"	Riesgo de trastornos de conducta alimentaria (CAR)	<p>Se utilizó el cuestionario breve (CBCAR), basado en los criterios de diagnóstico de trastornos alimentarios del "manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM IV", validado en población mexicana. El CBCAR permite identificar el riesgo de presentar alteraciones en las conductas alimentarias, fue elaborado con base en los criterios diagnósticos del DSM-IV y constituido de preguntas con respuestas tipo Likert con cuatro opciones de respuesta (nunca = 0, algunas veces = 1, frecuentemente (dos veces por semana) = 2, muy frecuentemente (más de dos veces por semana) = 3), acerca de las principales conductas para bajar de peso en los tres meses previos como son: la preocupación por engordar, la práctica de atracones, la sensación de falta de control al comer y conductas alimentarias de tipo restrictivo (dietas, ayunos, actividad física y uso de pastillas para bajar de peso) y purgativo (vómito autoinducido, uso de laxantes y de diuréticos) (Mendoza et al., 2014).</p>
	Ansiedad Depresión	<p>Se utilizó el cuestionario de las escalas HAD (Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria) de ansiedad y depresión. Siendo un instrumento corto de 14 preguntas que ha demostrado fiabilidad y validez que se utiliza tanto para el diagnóstico como para evaluar la gravedad del trastorno. Los reactivos están seleccionados a partir del análisis y revisión de la escala de ansiedad de Hamilton. La puntuación de la escala se obtiene sumando los respectivos reactivos. Cuando su punto de corte es de 0 a 7 se califica como normal, de 8 a 10 probable ansiedad y mayor o igual a 11 se determina ansiedad y depresión (Nagle et al., 2013).</p>

## Resultados y discusión

Como se muestra en el Cuadro 3 se ajustó un modelo de regresión logística binaria con las variables utilizadas en la estimación.

Cuadro 3. Variables del modelo explicativo para proponer la modificación del estado nutricional de los adolescentes de estudio

Tipo de variable	Etiqueta	Nombre de la variable
Dependiente	Diagnóstico nutricional por puntuación Z IMC/edad (OMS)	Estado_nutricio_F3
Independiente	Diagnóstico de actividad física por número de pasos en la Fase 3	Dx_AF_F3
	Género	Género
	En una semana normal ¿Cuántas horas ves televisión de lunes a viernes?, (mañana, tarde o noche) en la Fase 3	TV_s_F3
	En un día de fin de semana ¿Cuántas horas ves televisión?, (mañana, tarde o noche) en la Fase 3	TV_fs_F3
	En un día de fin de semana ¿Cuántas horas juegas videojuegos o computadora?, en la Fase 3	VJ_fs_F3
	Consumo de agua en la Fase 3	Consumo_agua_F3
	Consumo de Kcal por HC por el recordatorio de 24 horas en fin de semana en la Fase 3	Kcal_fs_HC_F3
	Consumo Kcal por proteína por recordatorio de 24 horas en fin de semana en la Fase 3	Kcal_fs_P_F3
	Consumo Kcal por lípidos por recordatorio de 24 horas en fin de semana en la Fase 3	Kcal_fs_L_F3
	Frecuencia de consumo de chocolates, dulces, caramelos en la Fase 3	Frec_azúcares_F3
	Frecuencia refrescos Fase 3	FASE3P_6.18_Frec
	Riesgo de Trastorno de Conducta Alimentaria en la Fase 3	Riesgo_TCA_F3
	Diagnóstico de depresión en la Fase 3	Dx_depresión_F3
	Diagnóstico de ansiedad en la Fase 3	Dx_ansiedad_F3



Después de aplicar el análisis de regresión logística binaria se justifica su uso y se obtuvo un modelo que explica el 92.56 % con 14 variables (Cuadro 4).

A continuación, en el Cuadro 4 se muestra el modelo resultante:

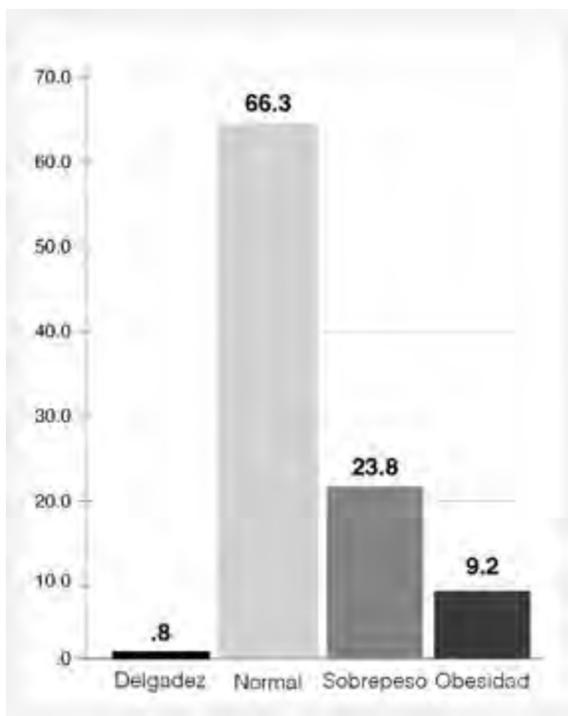
Cuadro 4. Resultados del modelo de regresión logística binaria

Obesidad	Odds Ratio	P>z	[95 % Conf.	Interval]
<b>Diagnóstico de actividad física fase 3</b>				
Algo Activos	0.888	0.732	0.449	1.753
Activos	0.388	0.009	0.191	0.786
Altamente Activos	0.116	0.000	0.053	0.252
<b>Género</b>	1.954	0.002	1.273	3.001
<b>Horas frente TV fin de semana</b>				
Menos de una hora	1.867	0.157	0.786	4.434
1 a 2 horas	3.159	0.007	1.378	7.241
3 a 4 horas	3.851	0.002	1.646	9.013
5 a 6 horas	4.466	0.002	1.961	9.328
7 a 8 horas	7.677	0.001	2.359	24.979
<b>Horas frente TV entre semana</b>				
Menos de 1 hora	1.155	0.722	0.522	2.557
1-2 h	2.427	0.027	1.108	5.316
3-4 h	3.047	0.007	1.363	6.814
5-6 h	4.852	0.000	2.071	11.368
<b>Horas frente a videojuegos y computadora fin de semana</b>				
Menos de una hora	1.097	0.731	0.647	1.860
1 a 2 horas	0.648	0.123	0.373	1.124
3 a 4 horas	0.597	0.105	0.320	1.114
5 a 6 horas	0.204	0.001	0.079	0.525
7 a 8 horas	0.267	0.023	0.085	0.835
<b>FASE3_Consumo_agua</b>				
De 3 a 4 vasos de agua de 250 mL al día	0.019	0.000	0.011	0.032
De 5 a 6 vasos de agua de 250 mL al día	0.002	0.000	0.001	0.005
Más de 6 vasos de agua de 250 mL al día	0.001	0.000	0.001	0.001
kcal_HC fase 3	1.007	0.000	1.006	1.008
kcal_P2f	0.997	0.000	0.995	0.999
kcal_L2f	0.985	0.000	0.983	0.988
<b>Frecuencia consumo chocolates, dulces, caramelos</b>				
1 a 2 días	2.997	0.000	1.799	4.994
3 a 4 días	2.041	0.085	0.907	4.594
5 a 6 días	5.807	0.003	1.827	18.455
<b>Frecuencia consumo refrescos</b>				
1 a 2 días	0.494	0.001	0.322	0.758
3 a 4 días	0.271	0.002	0.118	0.624
Riesgo_TCASI	11.799	0.000	6.596	21.107
<b>Dx_Ansiedad_SI</b>				
Probable ansiedad	2.355	0.000	1.491	3.718
Ansiedad significativa	3.829	0.000	1.862	7.871
<b>Dx_depresion_SI</b>				
Probable depresión	2.608	0.000	1.652	4.118
Depresión significativa	3.786	0.046	1.024	13.992
_cons	0.361	0.152	0.090	1.455



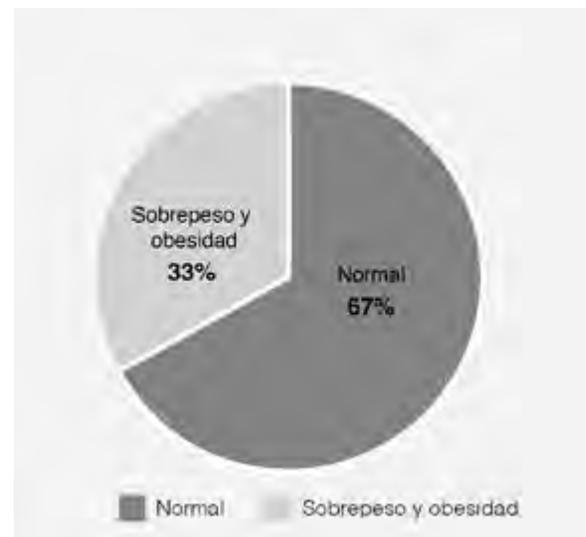
Para realizar el modelo de regresión logística binaria se tomó de manera inicial la variable dependiente de diagnóstico nutricional en la fase 3, misma que consta de cuatro categorías que se pueden observar en la figura 1 y posteriormente se transformó en una variable dicotómica con dos categorías: 0: delgadez y normal, 1: sobrepeso y obesidad (Figura 2). Siendo esta categorización la que se utilizó en el modelo.

Figura 1. Estado nutricional Fase 3 con cuatro categorías



*Como se observa en el cuadro 4 se realizó una serie de estimaciones, entre las cuales se encuentra que aquellos adolescentes dentro del grupo altamente activos (que son los que realizan >12,500 pasos) disminuyen el riesgo de obesidad en un 88.4 %*

Figura 2. Estado nutricional Fase 3 modificado con dos categorías



Como se observa en el cuadro 4 se realizó una serie de estimaciones, entre las cuales se encuentra que aquellos adolescentes dentro del grupo altamente activos (que son los que realizan >12,500 pasos) disminuyen el riesgo de obesidad en un 88.4 % en comparación con los adolescentes clasificados con actividad física de un día típico (5,000-7499 pasos al día). Por otro lado, se encontró que el género masculino presenta un riesgo 1.95 veces mayor de presentar sobrepeso y obesidad en comparación con el género femenino.

Además, aquellos adolescentes que ven entre 7 y 8 horas TV en fin de semana aumentan 7.6 veces el riesgo de presentar sobrepeso y obesidad en comparación con los adolescentes que no ven TV en fin de semana. Y los adolescentes que ven de 5 a 6 horas entre semana aumentan el riesgo de presentar sobrepeso y obesidad 4.8 veces en comparación con los adolescentes que no ven TV entre semana.

Con respecto a los adolescentes que pasan entre 7 y 8 horas al día frente a la computadora y los videojuegos incrementan el riesgo de presentar sobrepeso y obesidad en un 73.3 % en comparación con los adolescentes que no utilizan la computadora o los videojuegos en fin de semana.

Los adolescentes que consumen más de 6 vasos de agua al día disminuyen el riesgo de presentar sobrepeso y obesidad en un 99 % del en comparación de los adolescentes que consumen 1-2 vasos al día.

Asimismo, el consumo de chocolates, dulces y caramelos de 5 a 6 días a la semana incrementa el riesgo de padecer obesidad 5.8 veces en comparación con aquellos adolescentes que no consumen estos productos. De igual manera, el consumo de refrescos

de 3 a 4 veces a la semana incrementa el riesgo de padecer obesidad en un 72.9 %.

Cabe destacar que con respecto a las variables conductuales se encontró que aquellos adolescentes con riesgo de TCA incrementan la probabilidad de padecer obesidad en 11.79 veces. En el caso de la ansiedad y la depresión, el riesgo de padecer obesidad se incrementa 3.8 y 3.7 veces respectivamente.

Se realizó la prueba de bondad de ajuste (Hosmer - Lemeshow) la cual arroja una p de 0.59 siendo esta no significativa, lo que se interpreta que el modelo tiene un buen ajuste de datos para predecir el riesgo de obesidad en adolescentes (Cuadro 5).

Cuadro 5. Prueba de Bondad de Ajuste (Hosmer - Lemeshow) del Modelo

Group	Prob	Obs_1	Exp_1	Obs_0	Exp_0	Total
1	0.0017	0	0.2	236	235.8	236
2	0.0058	0	0.8	235	234.2	235
3	0.0132	3	2.2	232	232.8	235
4	0.0295	9	4.7	226	230.3	235
5	0.0568	8	9.8	227	225.2	235
6	0.1339	20	21.2	216	214.8	236
7	0.5324	61	65.6	174	169.4	235
8	0.968	196	192.5	39	42.5	235
9	0.9995	233	233	2	2	235
10	1	235	235	0	0	235

Número de observaciones = 2352  
 Número de grupos = 10  
 Hosmer-Lemeshow  $\chi^2(8)$  = 6.44  
 Prob >  $\chi^2$  = 0.5981

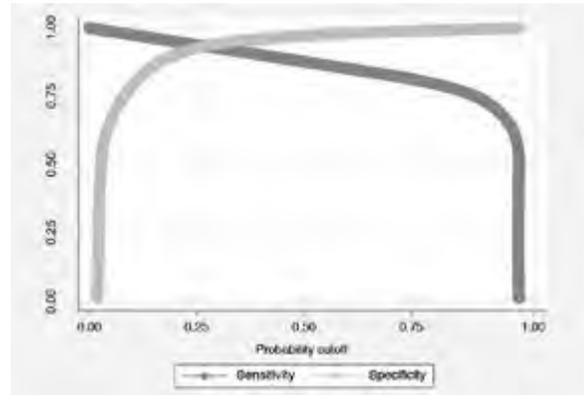


Además, se generó una curva de probabilidad para evaluar sensibilidad y especificidad del modelo, donde las curvas se interceptan en un valor de probabilidad que sirve para clasificar a los sujetos y calcular los valores predictivos, mismos que son de 0.25, lo cual se muestra en el cuadro de clasificación (Cuadro 6 y Figura 3).

Cuadro 6. Cálculo de los valores predictivos del modelo de regresión logística binaria

Sensitivity		Pr( + D)	92.42%
Specificity		Pr( ~D)	92.63%
Positive predictive value		Pr( D +)	85.80%
Negative predictive value		Pr( ~D -)	96.20%
False + rate for true ~D		Pr( + ~D)	7.37%
False - rate for true D		Pr( - D)	7.58%
False + rate for classified	+	Pr( ~D +)	14.20%
False - rate for classified	-	Pr( D -)	3.80%
Correctly classified			92.56%
Classified + if predicted Pr(D) >= .25 True D defined as obesidad!= 0			

Figura 3. Sensibilidad y especificidad del modelo de regresión logística binaria



Como se observa en la Figura 4, el modelo clasifica positivamente al 92.56 % de los adolescentes, confirmándose con la curva ROC.

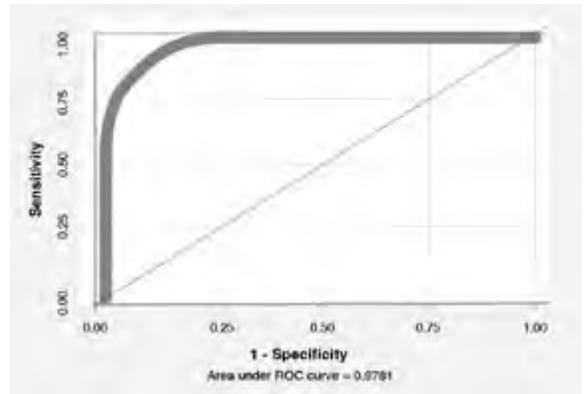


Figura 4. Área bajo la curva ROC del modelo de regresión logística binaria





## Conclusiones

La revisión de la literatura en materia de sobrepeso y obesidad, motivo del presente estudio, determina que los malos hábitos alimentarios y los estilos de vida de la población mexicana han colocado al país en el primer lugar en obesidad infantil y el segundo de adultos; este padecimiento es el principal factor de riesgo para la presencia de enfermedades crónicas, como diabetes mellitus, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer entre otras enfermedades.

Mediante los objetivos específicos propuestos en la presente investigación, se puede concluir que:

- Los materiales, cursos y desarrollos tecnológicos educativos desarrollados de la estrategia “Reyhan y sus amigos” (<https://aprendeconreyhan.org/>) (<https://staging.aprendeconreyhan.org/>) fueron bien aceptados por los adolescentes, y pueden seguir contribuyendo en la adquisición de hábitos y estilos de vida saludable en intervenciones futuras.
- Al implementar una estrategia educativa se requiere de seguimiento y de evaluaciones periódicas para garantizar los resultados esperados.
- El grupo de intervención logró mejores resultados en la modificación del estado nutricional en comparación con el grupo control, lo que pone en manifiesto que una adecuada intervención puede mejorar los hábitos alimentarios en adolescentes, obteniendo resultados favorables en el estado nutricional.

El consumo de alimentos industrializados en lugar de los preparados de manera natural, fenómeno conoci-

*Al implementar una estrategia educativa se requiere de seguimiento y de evaluaciones periódicas para garantizar los resultados esperados.*

do como transición nutricional, así como la disminución de la actividad física de la población, se han considerado como factores clave que generan un aumento en la prevalencia del sobrepeso y la obesidad. Por lo que la educación para la salud como estrategia en las escuelas de los diferentes niveles educativos, en especial los niveles, preescolar, primaria y secundaria, contribuiría a fomentar hábitos alimentarios saludables que ayudarían a contrarrestar la alta prevalencia de sobrepeso y obesidad, a través de la promoción de hábitos alimentarios y estilos de vida saludable en la población escolar, inculcando en ellos actitudes, conocimientos y hábitos saludables que favorezcan la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles que son evitables.

La observación de variables conductuales como ansiedad, depresión y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria, con un peso significativo para explicar el estado nutricional en los adolescentes sujetos de estudio, señalan la existencia de un problema multifactorial, lo que pone de manifiesto la necesidad de generar modelos de atención con equipos de trabajo multidisciplinarios, así como el apoyo de diferentes dependencias.



La estrategia educativa Aprende con Reyhan tuvo un efecto positivo en el estado nutricional y hábitos alimentarios en los alumnos de escuelas secundarias técnicas de la Ciudad de México, por ello es conveniente darle continuidad para reforzar los cambios conductuales en los hábitos alimentarios y estilos de vida en la población.

Finalmente, se recomienda considerar la conformación de grupos multidisciplinarios, con especial énfasis en los problemas conductuales, sugiriéndose que al iniciar labores con grupos de adolescentes no se considere únicamente el estado nutricional o problemas asociados con el sobrepeso y obesidad, sino que se evalúe también el estado psicológico de los adolescentes.

### Agradecimientos

Se agradece a la Fundación Gonzalo Río Arronte por su valioso apoyo financiero en el proyecto S.732 “Intervención tecnológica educativa para mejorar los hábitos de vida y reducir la obesidad en escolares. Generación de un modelo de intervención”.

### Conflictos de interés

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés.

### Referencias

Álvaro González, J.I., Zurita Ortega, F., Viciano Garófano, V., Martínez Martínez, A., García Sánchez, S. y Estévez

Díaz, M. (2016). *Actividad física de adolescentes: implicación de sustancias nocivas, modalidad practicada y familia*. *Psicología Escolar e Educativa*, 20(1), 13-22.

<https://www.scielo.br/j/pee/a/yyhndkPpbQGh7X3mnk37fr/?format=pdf&lang=es>

Borys JM, Le Bodo Y, Jebb SA, Seidell JC, Summerbell C, Richard D. et al. (2012). *EPODE approach for childhood obesity prevention: methods progress and international development*. *Obesity Review*, 13, 299-315.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2020). *¿Qué es la adolescencia?* <https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>

Ibarra, J., Hernandez, C. M. y Ventura-Vall-Llovera, C. (2019). *Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes de Chile*. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 23(4), 292-301. <https://scielo.isciii.es/pdf/renhyd/v23n4/2174-5145-renhyd-23-04-292.pdf>

Instituto Nacional de Salud Pública [INSP]. (2021). *Urgen políticas para reducir mala nutrición en niños y adolescentes en México*. Gobierno de México. <https://www.insp.mx/avisos/urgen-politicas-para-reducir-mala-nutricion-en-ninos-y-adolescentes-en-mexico>

Mendoza M, Olalde G, Vázquez A, Gómez C, Sánchez M, Sánchez D, et al. (2014). *Prevalencia y factores asociados a conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de educación media superior*. *Revista Electrónica Medicina Salud y Sociedad*, 5(1), 18-33.

Morales Quispe, J., Añez Ramos, R. J. y Suarez Oré, C. A. (2016). Nivel de actividad física en adolescentes de un

- distrito de la región Callao. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 33(3), 471-477. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v33n3/a12v33n3.pdf>
- Nagle B, Holub C, Barquera S, Sánchez L, Eisenberg C, Rivera J, et al. (2013). *Interventions for the treatment of obesity among children and adolescents in Latin America: a systematic review*. *Revista de Salud Pública de México*, 55(3):434-440.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020, 9 de junio). *Obesidad y sobrepeso*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Pérez A, Palacios B, Castro A, Flores I. (2014). *Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes 4.ª ed.*, Fomento de Nutrición y Salud A. C. /Ogali.
- Pérez-Izquierdo, O., Cárdenas-García, S., Aranda-González, I., Perera-Ríos, J. y Barradas, M. R. (2020). *Consumo frecuente de alimentos industrializados y su percepción en adolescentes indígenas Mayas con sobrepeso y obesidad*. *Ciencia y Salud Colectiva*, 25(11), 4423-4443. <https://www.scielo.br/j/csc/a/VvgsgCyrCHtrBLMp4Ywf-4nz/?format=pdf&lang=es>
- Radilla Vázquez, C. C. y Barriguete Meléndez, J. A. (2019). *Hábitos y estilos de vida saludable*. En: Meléndez, J. et al. *Nutrición Obesidad DBM HTA Dislipidemias, TCA y salud mental. Mejores prácticas Franco – México - Colombianas*. pp. 69-82. Producciones Sin Sentido Común. <https://n9.cl/a8y7o>
- Radilla Vázquez, C. C., Vega y León, S., Gutiérrez Tolentino, R., Barquera Cervera, S., Barriguete Meléndez, J. A., y Coronel Núñez, S. (2015). *Prevalencia de conductas alimentarias de riesgo y su asociación con ansiedad y estado nutricional en adolescentes de escuelas secundarias técnicas del Distrito Federal, México*. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 21(1), 15-21. [https://www.renc.es/imagenes/noticias/Web%20NUTR.%20COMUN.%201-2015%20\(INTERIORES\).pdf#page=19](https://www.renc.es/imagenes/noticias/Web%20NUTR.%20COMUN.%201-2015%20(INTERIORES).pdf#page=19)
- Shamah-Levy, T., Cuevas-Nasu, L., Méndez-Gómez Humarán, I., Morales-Ruán, C., Valenzuela-Bravo, D. G., (...) y Rivera-Dommarco, J. (2020). *Prevalencia y predisposición a la obesidad en una muestra nacional de niños y adolescentes en México*. *Salud Pública de México*, 62, 725-733. <https://doi.org/10.21149/11552>
- Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes [SIPINNA]. (2021). *Recomendaciones para una alimentación adecuada en niñas, niños y adolescentes*. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/sipinna/es/articulos/recomendaciones-para-una-alimentacion-adecuada-en-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>
- Tudor C, Basset D. (2004). *How many steps/day are enough? Preliminary pedometer indices for public health*. *Revista Sports Medicine*, 34(1), 1-8.





## Nivel de empoderamiento de mujeres madres sin estudios profesionales en la industria retail en Guadalajara

**Sergio Adrián García Vázquez**

Doctorante en Ciencias del Desarrollo Humano, Universidad del Valle de Atemajac.

*De aquí que el machismo involucre una serie de definiciones acerca de lo que significa ser hombre y ser mujer, así como toda una forma de vida basada en ello.*

## Resumen

En este documento se analiza el concepto de empoderamiento en su relación con el machismo, como es impulsado de manera global, como se alinea la estrategia global en el Gobierno Federal en México, estatal en Jalisco, así como el impacto social que provoca el intento por empoderarse en las mujeres que no cuentan con estudios profesionales, que luchan por alcanzarlo, incorporándose a trabajar en la industria del retail en la Ciudad de Guadalajara.

Palabras Clave: Empoderamiento | Retail | Machismo.

### Level of empowerment of non-educated mothers in the retail industry in Guadalajara

#### Summary

This paper analyzes the concept of empowerment as it relates to machismo, how it is promoted globally, how the global strategy is aligned in the Federal Government in Mexico, state government in Jalisco, as well as the social impact caused by the attempt to empower women who do not have professional studies, who struggle to achieve them, joining to work in the retail industry in the City of Guadalajara.

Keywords: Empowerment | Retail | Machismo.

### Niveau d'autonomisation des mères sans formation professionnelle dans l'industrie du détail à Guadalajara.

#### Résumé

Ce document analyse la notion d'autonomisation dans sa relation avec le machisme, la manière dont il est alimenté de façon globale, et de même comme la stratégie globale est alignée dans le gouvernement fédéral au Mexique, et dans l'État de Jalisco, ainsi que l'impact social qui entraîne la tentative de s'autonomiser dans le cas des femmes qui n'ont pas d'études professionnels, qui luttent pour l'atteindre, en essayant de s'intégrer à l'industrie du détail dans la ville de Guadalajara.

Mots clés: Autonomisation | Détail | Machisme.



### **Fundamentación teórica del concepto de empoderamiento, machismo y retail**

**P**ara explicar el peso e importancia que tiene hoy en día el empoderamiento femenino en nuestra sociedad, concretamente en mujeres madres sin estudios profesionales que trabajan en la industria del retail, es importante contextualizar sus definiciones, sus conceptos antagónicos, y cómo es que viene siendo impulsado el empoderamiento desde una escala global, así como identificar cómo se traduce este impulso e impacto de manera local, específicamente en México, en el Estado de Jalisco, en la Ciudad de Guadalajara, en madres sin estudios profesionales y específicamente en la industria retail.

El término poder es definido como el acceso, uso y control de recursos, tanto físicos como ideológicos en una relación social siempre presente (Focault, Gramsci y Freire citados por De León, M. 1997).

Shuler (1997), por su parte define el empoderamiento como el proceso por medio del cual las mujeres incrementan su capacidad configurar sus propias vidas y su entorno, una evolución en la concientización de las mujeres sobre sí mismas y su estatus y en su eficiencia en las relaciones sociales.

Castañeda (2019), define el machismo como un conjunto de creencias, actitudes y conductas que descansan sobre dos ideas básicas: por un lado, la polarización de los sexos, es decir, una contraposición de

lo masculino y lo femenino, según la cual no sólo son diferentes sino mutuamente excluyentes; por otro, la superioridad de lo masculino en las áreas consideradas importantes por los hombres. De aquí que el machismo involucre una serie de definiciones acerca de lo que significa ser hombre y ser mujer, así como toda una forma de vida basada en ello.

Por otra parte, el concepto retail también conocido como venta al por menor, es parte del sector económico comercio, el cual incluye, comercio al por mayor y comercio al por menor. De acuerdo con el Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN 2018), de las 749,141 mujeres registradas en el IMSS en el Estado de Jalisco en el mes de febrero de 2022, 40.93 % se encuentra laborando en el sector servicios, 26.07 % en la industria de la transformación, 21.73 % en el sector comercio (donde pertenece la industria retail), y 11.22 % en el resto de los sectores. En este sentido, la industria retail otorga empleos a un aproximado de 162,788 mujeres. De las cuales 77 % de ellas (125,347) no cuenta con estudios profesionales, de acuerdo al Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI, 2022).

Con estos conceptos definidos y dimensionados, se aborda ahora el contexto global del porqué es importante el empoderamiento femenino hoy en día, y cómo es permeada esta búsqueda de forma global a local.

### **Importancia y alienación de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2015 con la industria retail**

Los gobiernos mundiales conformados por la Organización de las Naciones Unidas han trabajado desde hace décadas en sentar las estrategias globales para mejorar este y varios temas que aquejan el desarrollo de la humanidad, por lo que en el año 2015 se definieron 17 objetivos para el desarrollo sostenible para erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos. Cada objetivo tiene metas específicas que deben alcanzarse en los próximos 15 años. Para alcanzar estas metas, todo el mundo tiene que hacer su parte: los gobiernos, el sector privado, la sociedad civil y población en general.

A continuación, se presentan los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible de acuerdo a la ONU (2023):

1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo.
2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible.
3. Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.
4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.
5. Lograr la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas
6. Garantizar la disponibilidad de agua y su ordenación sostenible y el saneamiento para todos.
7. Garantizar el acceso a una energía asequible, segura, sostenible y moderna para todos.
8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos.
9. Construir infraestructura resiliente, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación.
10. Reducir la desigualdad en y entre los países.
11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles.
12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.
13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos (tomando nota de los acuerdos celebrados en el foro de la Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático).
14. Conservar y utilizar en forma sostenible los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible.
15. Proteger, restablecer y promover el uso sostenible de los ecosistemas terrestres, efectuar una ordenación sostenible de los bosques, luchar contra la desertificación, detener y revertir la degradación de las tierras y poner freno a la pérdida de la diversidad biológica.
16. Promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficaces, responsables e inclusivas a todos los niveles.
17. Fortalecer los medios de ejecución y revitalizar la alianza mundial para el desarrollo sostenible.



En este sentido, el objetivo 5 referente a lograr la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas, deja claro que, todos los gobiernos pertenecientes a la ONU en todo el mundo deben buscar para su gobierno desarrollar estrategias alineadas a estos objetivos globales.

En México, el Instituto Nacional de las Mujeres es el organismo responsable de promover y fomentar las condiciones que posibiliten la no discriminación, la igualdad de oportunidades y de trato entre los géneros; el ejercicio pleno de todos los derechos de las mujeres y su participación igualitaria en la vida política, cultural, económica y social del país.

En Jalisco, la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres es el organismo responsable de promover y garantizar la transversalización de la perspectiva de género en las políticas públicas estatales, para que las mujeres y niñas de Jalisco puedan vivir dignas, libres, seguras y en igualdad sustantiva. Esta secretaría ha creado Centros para el Desarrollo de las Mujeres (CDMs), la cual es una estrategia ejecutada en colaboración con el Programa de Fortalecimiento a la Transversalidad de la Perspectiva de Género (PFTPG) del Instituto Nacional de las Mujeres, para generar acciones para el desarrollo integral de las mujeres, su autonomía y empoderamiento a partir de la detección de sus intereses y necesidades específicas. Estos centros cuentan con equipos interdisciplinarios que promueven la sensibilización de mujeres en torno a sus derechos y talentos, las acompañan para la identificación y fortalecimiento de las redes de apoyo comunitarias, las orientan para acceder a programas y servicios públicos, y fomentan actividades que les permitan identificarse como agentes de cambio para la erradicación de la desigualdad de género y la transformación positiva de sus comunidades y barrios.

*En este sentido, el objetivo 5 referente a lograr la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas, deja claro que, todos los gobiernos pertenecientes a la ONU en todo el mundo deben buscar para su gobierno desarrollar estrategias alineadas a estos objetivos globales.*

Los Centros para el Desarrollo de las Mujeres en Jalisco cuentan con 3 ejes de acción, acorde al Modelo de Operación establecido por el PFTPG:

1. Difusión: Constituye una estrategia de promoción y orientación sobre los servicios que ofrece el CDM, así como la oferta institucional de los tres niveles de gobierno (federal, estatal y municipal) a la que las mujeres pueden acceder para el impulso de su autonomía y empoderamiento.
2. Grupos de empoderamiento: Son grupos de mujeres con intereses y necesidades comunes, conformados por parte del equipo multidisciplinario de profesionistas del CDM, donde se fortalecen sus capacidades y habilidades para propiciar condiciones que les permitan mayor autonomía y empoderamiento.
3. Vinculación y canalización: Se realizan actividades de orientación, asesoría y vinculación hacia las mujeres ciudadanas, funcionando como un mecanismo formal con el fin de promover los diferentes servicios y programas del municipio,





prioritariamente desde las Instancias Municipales de las Mujeres; así como los que ofrece el Gobierno del Estado, formalmente desde la SI-SEMH, enfocados a la igualdad sustantiva entre mujeres y hombres. Se realizan mediante jornadas, o bien, a solicitud y petición individual de las usuarias.

De acuerdo con el INEGI (2020), el Estado de Jalisco tiene 8.3 Millones de habitantes. De los cuales, 50.9 % son mujeres (4.2 Millones). Mientras que la zona metropolitana conurbada de Guadalajara conformada por los municipios de Tlaquepaque, Tonalá, Zapopan, Tlajomulco y Guadalajara, totalizan una cantidad 2.4 millones de mujeres. Así mismo, el porcentaje de la población que no ha logrado terminar una carrera con estudios profesionales en el Estado de Jalisco es del 77 %, lo cual es equivalente a decir que de los 2.4 millones de mujeres que viven en la zona conurbada 1.9 millones no cuenta con estudios profesionales y solo 23 % de ellas logra concluir una carrera, cerca de 567 mil.

#### **Perfil laboral de las mujeres que se contratan en la industria retail**

Como se ha mencionado antes, la investigación aborda a las mujeres sin estudios profesionales, madres, entre los 18 y 40 años edad, las cuales, dentro de sus características más notables están las habilidades interpersonales y el contacto con las personas, así como una habilidad nata para comunicarse verbalmente. Al no contar con estudios profesionales, los conocimientos técnicos y generales que tiene son básicos. Con respecto al cómo viven, típicamente vi-

*Como se ha mencionado antes, la investigación aborda a las mujeres sin estudios profesionales, madres, entre los 18 y 40 años edad, las cuales, dentro de sus características más notables están las habilidades interpersonales y el contacto con las personas, así como una habilidad nata para comunicarse verbalmente.*

ven en casa de una familiar y comparten la renta, no tienen carro, ganan ente 8,000 y 15,000 pesos al mes máximo, trabajan los fines de semana, y dejan a sus hijos solos o encargados con alguien para poder irse a trabajar. Todas ellas viven en la zona metropolitana de Guadalajara. Su horario de entrada es a las 11:00 y salida es a las 21:00 hrs. y toman transporte público para llegar a su casa a las 22:00 horas en promedio. Hasta el momento se ha entrevistado a 10 de ellas y se ha aplicado el cuestionario para medir el empoderamiento de mujeres a 50.

#### **Descripción de los conocimientos y habilidades de las mujeres en el retail**

Los conocimientos, competencias, habilidades (falta de un modelo de capacitación) y apoyo (guarderías) por parte de las empresas y el gobierno, para que el sujeto pueda realizar un buen trabajo en el punto de



venta, hacer más rentable el negocio y mejorar el ingreso. Siendo una de las fuentes de empleos más importantes en el Estado de Jalisco la industria retail en la actualidad, el problema tiene un peso importante. Adicional a esto, las empresas no fomentan o apoyan la capacitación profesional del personal, pues esto empodera al sujeto de estudio a tener la posibilidad de buscar otras opciones de trabajo mejores, y esto no es conveniente para las empresas porque incrementa su rotación y baja el índice de antigüedad del personal.

Desde el punto de vista de la falta de conocimientos, competencias y habilidades que se presentan en las mujeres que se contratan a trabajar en esta industria se pueden mencionar las siguientes carencias:

- El protocolo de venta y sistema de atención al cliente no es conocido, dominado o ejecutado.
- Falta de manejo de hojas de cálculo para envío de reportes y análisis referente a las ventas, el inventario y la rotación.
- Falta de inteligencia emocional para manejar las frustraciones derivadas de los clientes y del clima que genera el mismo personal.
- Falta de liderazgo para poder gestionar al equipo a cargo.
- Falta de comunicación asertiva para dar indicaciones.
- Falta de conocimiento del proceso administrativo para operar su punto de venta.
- Falta de conocimiento del producto que venden.
- Falta de conocimiento de las promociones vigentes.
- Falta de dominio del sistema de software que utilizan para vender.
- Falta de estrategias de seguimiento a los clientes.
- Falta de conocimiento en técnicas de mercadeo.

De acuerdo con ONU Mujeres (2011), si queremos crear economías más fuertes, lograr los objetivos de desarrollo y sostenibilidad convenidos internacionalmente, además de mejorar la calidad de vida de las mujeres, las familias y las comunidades, es fundamental empoderar a las mujeres, para que participen plenamente en todos los sectores la vida económica.

El sector privado es un socio clave en los esfuerzos de promoción de la igualdad de género y del empoderamiento de la mujer. Las investigaciones recientes demuestran que la diversidad de género ayuda a las empresas a mejorar sus resultados, y señalan que el interés personal y el interés común pueden ir de la mano. Sin embargo, para garantizar la inclusión del talento, las aptitudes y la energía de las mujeres —desde las oficinas ejecutivas hasta las fábricas y la cadena de suministro— es necesario adoptar medidas y políticas específicamente dirigidas al logro de ese objetivo.

Los principios para el empoderamiento de las mujeres, ofrecen a las empresas y al sector privado orientaciones prácticas sobre cómo empoderar a las mujeres en el lugar de trabajo, los mercados y la comunidad. Estos principios, elaborados a través de una asociación entre ONU Mujeres y el Pacto Mundial de las Naciones Unidas, están diseñados para ayudar a las empresas a la hora de examinar las políticas y prácticas que aplican —o a crear otras nuevas— en el ámbito del empoderamiento de las mujeres.

### **Método de investigación**

Esta investigación mixta es recurrente parte de la premisa que sostiene la psicología comunitaria acerca de que el desarrollo del conocimiento científico es contribuir al objetivo global de cambio social. Desde esta

*Los principios para el empoderamiento de las mujeres, ofrecen a las empresas y al sector privado orientaciones prácticas sobre cómo empoderar a las mujeres en el lugar de trabajo, los mercados y la comunidad.*

posición epistemológica, el conocimiento producido debería ser aplicable localmente y tener en cuenta las particularidades de cada medio.

El método de investigación utilizado en la parte cuantitativa es por medio de encuestas, estas serán detonadas con la técnica de cuestionarios, los cuales, serán aplicados de manera virtual a mujeres dentro del perfil mencionado con anterioridad.

Para la parte cualitativa, los instrumentos utilizados son una encuesta sociodemográfica y entrevista en profundidad, con el propósito de conocer sus historias de vida por medio de sus propios relatos, a partir de los que elaboran y transmiten una memoria personal o colectiva.

Según Bolívar y Fernández (2001), las historias de vida permiten entender los fenómenos sociales como ‘textos’, cuyo valor y significado viene dado por la interpretación que los sujetos relatan sobre su experiencia. Esta interpretación se despliega en la narración que realice el individuo respecto de sí misma. La tarea investigadora consiste en solicitar ‘contar historias’ acerca de hechos/acciones, y a partir de su análisis/comprensión, ‘interpretar’ y construir nuevas historias/relatos en las

que inscribir quiebres, cambios y aprendizajes. Este método cuenta con una trayectoria prolongada entre los métodos de corte cualitativo e interpretativo.

### **Objetivo general**

Evalúa y analiza el grado actual de empoderamiento de mujeres madres sin estudios profesionales en la industria retail en Guadalajara

### **Objetivos particulares**

- Analizar los impactos del “intento por empoderarse” y el nivel de motivación y desarrollo humano (bajo la perspectiva de pirámide de Maslow) que logran alcanzar las familias lideradas por estas mujeres.
- Identificar los escenarios que pueden generar mayor nivel de desarrollo tanto para la madre que busca empoderarse y el escenario social en el que tienen que vivir sus hijos.

### **Hipótesis**

- H.1. Las mujeres sin estudios profesionales no terminan empoderándose, solo subsisten para darle educación media a sus hijos.
- H.O. Las mujeres sin estudio profesionales sí logran empoderarse y logran darle un nivel de desarrollo a sus familias.

La primera fase de esta investigación será cuantitativa, y consistirá en la aplicación de un cuestionario llamado; Instrumento para la Medición de Empoderamiento en Mujeres (IMEM), el cual, fue desarrollado en el año 2008 por la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, el cual surgió como producto del proyecto financiado por el programa de fondos sectoriales de Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT),



el Instituto Nacional de las Mujeres y la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT). El cuestionario está adaptado para la mujer mexicana, y consta de 34 reactivos tipo Likert, con 4 opciones de respuesta, desde total acuerdo hasta total desacuerdo, con una muestra que se ha realizado a 50 mujeres trabajadoras en la industria del retail en la Ciudad de Guadalajara. La muestra para calcular el número final a aplicar el cuestionario será determinada por la fórmula:

$$n = \frac{Nz^2\sigma^2}{(N-1)b^2 + z^2\sigma^2}$$

1. Yo tomo las decisiones importantes para mi vida.
2. Me siento satisfecha conmigo misma.
3. Tengo las habilidades necesarias para participar y competir.
4. Mi vida actual la decido únicamente yo.
5. Las mujeres tienen la capacidad para dominar al mundo.
6. Mi trabajo es valorado y reconocido.
7. Mi carrera o actividad actual la elegí sin presiones.
8. Las mujeres tienen bastantes oportunidades para participar en los puestos de poder.
9. Cuando hago algo que no es o era permitido en mi casa, me siento incómoda.
10. Las mujeres y los hombres tenemos las mismas oportunidades para acceder a empleos de todo tipo.
11. Mi familia ve bien que yo participe socialmente, aunque esté menos tiempo en casa.
12. Creo que es importante que las mujeres tengan ingresos económicos propios.
13. La responsabilidad nos lleva a ser líderes. Disfruto cuando soy única y diferente.
14. Disfruto cuando soy única y diferente.

### Hallazgos

Hasta el momento se han aplicado 50 cuestionarios. Para fines interpretativos es importante señalar que de acuerdo al instrumento utilizado; 3 significa un empoderamiento alto, 2 es un empoderamiento medio, y 1 es un empoderamiento bajo, llama la atención que las categorías Influencias externas e Igualdad, muestran una media por debajo del resultado 2, lo cual significa que en este grupo de mujeres encuestadas esas dos

*También es importante señalar que se puede observar como las categorías igualdad e independencia participan con un 20 % cada una como factores que limitan el empoderamiento, y la categoría Influencias externas contribuye negativamente en el empoderamiento con un 30 % en las 10 encuestas realizadas.*

categorías son las bajas, por lo tanto nos interesa dar un tratamiento más a profundidad desde un plano cualitativo con el fin de contrastarlo con la realidad del sujeto de estudio, pues es relevante entender por qué esos dos factores no se han desarrollado.

También es importante señalar que se puede observar como las categorías igualdad e independencia participan con un 20 % cada una como factores que limitan el empoderamiento, y la categoría Influencias externas contribuye negativamente en el empoderamiento con un 30 % en las 10 encuestas realizadas.



Aplicando modelo de regresión lineal se puede observar como en la R<sup>2</sup> estas variables representan el 30 % de las causas que provocan el empoderamiento.

Al realizar la prueba de variancias ANOVA entre estas 3 categorías y el PValue ser mayor a .005 se rechaza la H<sub>0</sub> y se acepta la H<sub>a</sub>. Con esto podemos concluir hasta el momento que es necesario incrementar el número de la muestra para poder contar con una cantidad de encuestas suficientes que nos permita aceptar la H<sub>0</sub>.

### Método cualitativo

Se ha realizado hasta el momento 10 entrevistas a profundidad, dichas entrevistas se tomarán como referencia para estudiar a fondo las respuestas ligadas a la categoría “influencia de otros” que resultó como uno de los elementos relevantes en el método cuantitativo, y que, para fines de este trabajo final, sirve como referencia para poder hacer el ejercicio en este trabajo con la metodología mixta convergente.

### Análisis

Dando tratamiento a la categoría llamada Influencias externas, donde hasta el momento el método cuantitativo arroja que 3 de las 10 mujeres encuestadas (el 30 %), coinciden con un resultado bajo de empoderamiento en este factor. Se considera relevante tomar esta variable para contrastarla con el método cualitativo y realizar una matriz de triangulación que nos permita poner en práctica el método mixto.

Los datos cuantitativos del cuestionario muestran que la categoría Influencias externas son hasta el momento el factor de más impacto en el alcance del empoderamiento, siendo el mismo factor replicable en 30 % de las encuestadas. Adicional a esto la prueba de regresión lineal muestra que esta categoría combinada con la categoría igualdad y empoderamiento participativo arrojan una R cuadrada del 30 %. Esto también lo confirman las pruebas de frecuencia.

Por otra parte, de la información que arroja la entrevista a profundidad del método cualitativo, nos hace inferir que; tanto la influencia de la familia de la mujer entrevistada, así como de las compañeras de su trabajo actual no tienen un impulso o referencia para seguir estudiando, pues con el argumento de que como vendedoras tienen más ingreso que un profesionista.

Hasta el momento tomando las dos metodologías y triangulando para la misma categoría el marco teórico (donde en la mayoría de los textos que hablan sobre empoderamiento femenino, se menciona a la educación de la mujer como un elemento clave),

el método cuantitativo, y el método cualitativo, podemos concluir que, sin duda la influencia externa es una de las barreras que impactan de manera más determinante en el empoderamiento del sujeto de estudio, al menos en 30 % de su población. Por lo tanto, la hipótesis se puede comprobar como verdadera. Sin embargo, falta afinar aspectos de muestreo y amplitud tanto en cuestionarios como en entrevistas.

### Referencias bibliográficas

- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES). Anuarios Estadísticos de Educación Superior. Varios Ciclos.
- Battilwala, Srilatha. 1997. «El significado del empoderamiento de las mujeres: nuevos conceptos desde la acción» En Poder y empoderamiento de las mujeres, de Magdalena León Compiladora, 187-212. Bogotá: Tercer mundo.
- Bolívar, A. Domingo, J & Fernández, M. (2001). La investigación biográfico-narrativa en educación. Enfoque y metodología. Madrid: La Muralla.
- De León, Magdalena (1997), *poder y empoderamiento de las mujeres*. Coedición de tercer mundo editores y fondo de documentación mujer y género de la universidad nacional de Colombia.
- Foucault, M (197), *Les rapports de pouvoir passent à l'intérieur des corps*. La quinzanie Littéraire, n° 247.
- García, Fernando, Gonzalo Fonseca y Lisbeth Concha. 2015. «Aprendizaje y rendimiento académico en educación superior: un estudio comparado» *Actualidades investigativas en educación* 15, 3: 1-26.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). XIII Censo de Población y Vivienda 2010. Tabulados básicos.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Censo Nacional de Población y Vivienda 2020.
- Ligas de acceso a cuestionario aplicado y a Google forms: [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/101158.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101158.pdf) [https://docs.google.com/forms/d/1L-18YR3xbvVHk7FcIVO-ti2Val0Xsso2z\\_du6BvAzcxA/edit#response=ACYDBNgtxS2nENXavDFsOvQrcxkmoRJKVCXAkO\\_8DoshXRxnB3K-fp\\_wBBVaeQ\\_K8uUGRmFY](https://docs.google.com/forms/d/1L-18YR3xbvVHk7FcIVO-ti2Val0Xsso2z_du6BvAzcxA/edit#response=ACYDBNgtxS2nENXavDFsOvQrcxkmoRJKVCXAkO_8DoshXRxnB3K-fp_wBBVaeQ_K8uUGRmFY)
- Secretaría de Educación Pública (SEP).
- Sistema Educativo de los Estados Unidos Mexicanos, principales cifras, Ciclo 2019- 2020.
- Schuler, Margaret. (1997), “Los derechos de las mujeres son derechos humanos: La agenda internacional del empoderamiento”. En *poder y empoderamiento de las mujeres*, TM editores, Bogotá, Colombia.
- Rubin, Gayle. 1986. «The Traffic in Women: Notes on the «Political Economy» of Sex». In Rayna R. Reiter (ed.). *Toward an Anthropology of Women*: 157-210.



# Retos y consecuencias de la educación mexicana en tiempos de pandemia

**Isay David Alanis Serrano**

Estudiante de Licenciatura en Psicología

Universidad del Valle de Atemajac, plantel Zamora – Jacona

*México fue uno de los países con cierres más prolongados en comparación con otras regiones.*

## Resumen

La educación en México a partir de finales de marzo del 2020, cuando iniciaba la pandemia de COVID-19, ha experimentado cambios relevantes en las maneras en las que se ejerce el proceso enseñanza - aprendizaje, sin embargo, este fenómeno ha resultado ser un arma de doble filo debido a que los recursos tecnológicos en suma al aislamiento social desencadenaron alteraciones en el comportamiento, en el control emocional, en el desarrollo humano provocando retrasos en la socialización, así como también desinterés o abandono escolar por parte de los estudiantes e intolerancia a la frustración, mientras los docentes sufrieron de procesos psicológicos similares para adaptarse a la forma de impartir clases remotas. El impacto que tuvo la pandemia en la educación mexicana es un tema relevante en la actualidad para buscar y desarrollar soluciones que beneficien a la educación de hoy en día en nuestro país.

Palabras Clave: Educación mexicana | COVID-19 | Enseñanza-aprendizaje | Comportamiento | Control emocional | Desarrollo humano | Socialización | Abandono escolar | Clases remotas.

### Challenges and consequences of Mexican education in times of pandemic

#### Summary

Education in Mexico since the end of March 2020, when the COVID-19 pandemic began, has experienced relevant changes in the ways in which the teaching-learning process is exercised, however, this phenomenon has proved to be a double-edged sword because technological resources in addition to social isolation triggered alterations in behavior, in the students' emotional control, in human development, causing delays in socialization, as well as disinterest or school dropout by students and intolerance to frustration, while teachers suffered from similar psychological processes to adapt to the way of teaching remote classes. The impact that the pandemic had on Mexican education is a relevant issue today to seek and develop solutions that will benefit education in our country today.

Keywords: Mexican education | COVID-19 | Teaching-learning | Behavior | Emotional control | Human development | Socialization | School dropout | Remote classes.

### Défis et conséquences de l'éducation mexicaine en période de pandémie.

#### Résumé

L'éducation au Mexique à partir de fin mars 2020, au début de la pandémie de COVID-19, a connu des changements pertinents dans les manières qui s'exerce le processus d'enseignement-apprentissage, cependant, ce phénomène s'est avéré être une arme à double tranchant car les ressources technologiques est dû à l'isolement social à déclenché des altérations dans le comportement, dans le contrôle émotionnel, dans le développement humain provoquant des retards dans la socialisation, de même le manque d'intérêt ou abandon scolaire de la part des étudiants et l'intolérance à la frustration, pendant que les enseignants souffraient de processus psychologiques similaires pour s'adapter à la manière d'enseigner à distance, l'impact qui a eu la pandémie dans l'éducation mexicaine est un sujet significatif à présent pour chercher et développer des solutions qui bénéficient à l'éducation d'aujourd'hui dans notre pays.

Mots clés: Éducatons mexicaine | COVID- 19 | Enseignement-Apprentissage | Comportement | Contrôle émotionnel | Développement humain | Socialisation | Abandon scolaire | Formation à distance.



**E**n nuestro país, México, la Secretaría de Educación Pública (SEP) anunció que el 23 de marzo de 2020 se adelantaron las vacaciones de Semana Santa y que las clases reanudarían el 20 de abril del mismo año, siempre y cuando se contara con todas las condiciones determinadas por la autoridad sanitaria federal. A más de un año (2021) las escuelas habían permanecido cerradas durante 44 semanas de clases, al respecto se pronunció el Instituto Mexicano para la Competitividad A.C. (IMCO, 2021):

México fue uno de los países con cierres más prolongados en comparación con otras regiones. Mientras, los únicos planteles que habían retomado actividades eran grupos reducidos que funcionaron como pruebas para el posible regreso a clases, algunos de los cuales habían vuelto a suspender actividades por las condiciones sanitarias inseguras.

Según IMCO (2021):

Los 36.5 millones de mexicanos que al inicio de la pandemia cursaban el ciclo escolar 2019 - 2020 pasaron de pronto a tomar clases desde sus hogares. La SEP optó por una estrategia centrada en la televisión como medio de transmisión, la cual llamó Aprende en Casa. Los alumnos ven por televisión o internet contenido específico para su grado escolar, el cual se complementa con actividades disponibles en línea o repartidas en los hogares en comunidades marginadas (p. 5).

Recordemos que el cambio de clases presenciales a educación a distancia ocurrió de manera inesperada, debido a que ni los docentes ni los alumnos precisaron tiempo para prepararse ante este fenómeno, por lo tanto, tuvieron que forzosamente adaptarse con aquellos recursos que tenían disponibles. Si bien, se



sabe que los profesores desarrollaron sobre la marcha de la pandemia métodos para la enseñanza remota y que cuando las escuelas tenían los medios para realizarla incorporaron plataformas tecnológicas para el trabajo en línea. Entonces, las familias tuvieron que hacer los gastos que pudieron para solventar la educación de sus estudiantes en tiempos de pandemia. Aunado a esto IMCO (2021) plantea que, “cerca del 43 % de las viviendas adquirieron dispositivos y 26 % contrataron internet fijo” (p. 5).

Al momento en que las instituciones escolares cerraron, la pandemia también ocasionó una fuerte crisis económica, siendo un factor de riesgo a sumar para la educación. Según IMCO (2021):

Existe evidencia de que cuando los ingresos de las familias se reducen, incrementa el riesgo de que miembros del hogar dejen la escuela para trabajar. Como muestra, 25 % de quienes no se inscribieron al año escolar 2020 - 2021 no lo hicieron debido a que alguien en su hogar perdió su empleo, según la Encuesta para la Medición del Impacto COVID-19 en la Educación (ECOVIED) del INEGI, este fue el segundo motivo más común entre quienes no asistieron a la escuela ese ciclo (p. 5).

Retomando la estrategia educativa centrada en la televisión denominada *Aprende en Casa*, se puede afirmar que fue la opción más viable en un contexto donde según IMCO (2021), “45 % de los estudiantes no tenía en su hogar un dispositivo tecnológico como computadora, laptop, tableta o teléfono inteligente con acceso a internet, pero está lejos de ser un sustituto efectivo para las clases presenciales” (p. 6).

*De acuerdo con todo lo anterior, ni la televisión, ni ninguna otra tecnología, puede reemplazar al maestro de forma presencial, ni mucho menos a los compañeros en el desarrollo de habilidades sociales.*

Según Cifuentes; Muñoz y Lluch citado por Castellanos et al. (2021):

Al mismo tiempo, vale destacar el hecho de que a diferencia de lo que suele suceder en las modalidades de formación no presencial y en la modalidad blended, en este caso el programa a distancia se dirigió a niños, niñas y adolescentes y no a una población de adultos de los que se esperan mayores capacidades y competencias para el autoaprendizaje y el estudio independiente. Por el contrario, el proceso de enseñanza-aprendizaje a distancia dirigido a niños y niñas demanda un acompañamiento mayor, un proceso de tutorías sistemático y el indispensable involucramiento de las familias.

De acuerdo con todo lo anterior, ni la televisión, ni ninguna otra tecnología, puede reemplazar al maestro de forma presencial, ni mucho menos a los compañeros en el desarrollo de habilidades sociales.

La situación es muy complicada y seguramente papás y mamás sienten presión para tomar el rol de maestro, pero no se espera que ustedes asuman este papel ni que



el hogar se convierta en una escuela, lo que necesitan niñas, niños y adolescentes es el acompañamiento de sus cuidadores (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, s.f.).

Los padres son el mejor recurso (y el más cercano, debido al confinamiento) para que los niños reciban ayuda y en este contexto se han visto obligados a guiar el proceso educativo de sus hijos. Suele indicarse que aquellas familias con mayor nivel escolar comprenden en mayor medida el valor de la educación de sus hijos y se involucran más en esta; mientras que las que cuentan con un bajo nivel de escolaridad interactúan en menor grado con los centros educativos. En muchas ocasiones los padres de familia en situación de desventaja social no cuentan con los recursos económicos e intelectuales para apoyar a sus hijos. Por otro lado, la frecuencia de la participación de los padres en el proceso educativo de los hijos también varía y tiende a disminuir, en la medida en que los hijos se vuelven menos dependientes. Otra cuestión para considerar es que, de acuerdo con el nivel escolar del estudiante, encontraremos demandas distintas que deberán ser atendidas por la familia (Cifuentes; Muñoz y Lluch citado por Castellanos et al., 2021).

De esta manera, el estudiante de nivel básico (aquel que requiere un acompañamiento más orientativo en su aprendizaje) necesitó de un acompañamiento constante por parte de sus progenitores, en correspondencia con las necesidades propias de la edad y el bajo grado de autonomía que implicaba estar en esa transición de una etapa de desarrollo a otra de manera rápida. Por lo tanto, los progenitores se vieron obligados a proveer los recursos tecnológicos que requerían sus hijos para poder tomar las clases en la nueva modalidad, así como aquellos diversos

materiales didácticos como libros de texto, plastilina, colores, entre otros recursos para desarrollar las actividades escolares satisfactoriamente en el hogar. Sin embargo, además de lo anterior también fue de suma importancia el supervisar cuidadosamente la realización de las actividades, más aún cuando no se cuenta con la presencia del docente en el mismo espacio físico para atender las necesidades al momento y lograr que los objetivos de aprendizaje sean los adecuados.

Prosiguiendo con aquellos compromisos de los padres con relación a la educación de sus hijos y los cuales si no fueron manejados adecuadamente resultarían graves en el aprendizaje del estudiante, son según Castellanos et al. (2021):

Ayudar a mantener la concentración de los menores durante las clases transmitidas en línea por medio de Zoom, Google Meet u otra vía, así como seguir los programas educativos transmitidos por la televisión; se convierten en tareas importantes para los padres, quienes, a la vez, deberán atender a los tiempos de entrega de las actividades de sus hijos, a través de los medios digitales y mantener una constante comunicación con los docentes.

Además de todas estas cuestiones, se vieron afectados durante la pandemia diferentes factores psicológicos y emocionales que retrasaron el aprendizaje y desarrollo humano de los estudiantes niños y adolescentes a consecuencia del imprevisto modelo de educación a distancia.

El cierre de escuelas afecta otras dimensiones del desarrollo también; por ejemplo, para los niños y niñas más pequeños, el cierre de los espacios físicos para educación inicial y preescolar ha restringido sus oportunidades





*Durante la pandemia fue habitual que los estudiantes experimentaran una mezcla de sentimientos como enfado, miedo, tristeza, ansiedad, entre otros*

de desarrollo. El uso excesivo de pantallas para seguir clases en televisión o en línea y el confinamiento en casa pueden generar insuficiente actividad física y sedentarismo, aumentando el riesgo de sobrepeso y obesidad, así como de sueño irregular y otras consecuencias para la salud física y mental como irritabilidad, ansiedad y falta de concentración (UNICEF, 2021).

Durante la pandemia fue habitual que los estudiantes experimentaran una mezcla de sentimientos como enfado, miedo, tristeza, ansiedad, entre otros. Además, se asegura que también estudiantes adolescentes presentaron rabietas por no haber podido controlar sus emociones, por lo que técnicas de dispersión de pensamiento fueron relevantes para aprender a regular las emociones durante el confinamiento, prácticas como salir a pasear o a correr, respirar profundo, dibujar, entre otros.

Hay también posibles impactos en cuanto a salud emocional, ya que con el distanciamiento social y la educación a distancia, las rutinas de niñas, niños y adolescentes y sus interacciones con amistades y compañeros de clase han

cambiado drásticamente, algo que está afectando muy particularmente a las y los adolescentes dada la importancia de ese período de desarrollo en cuanto a aspectos vinculados a independencia y socialización (UNICEF, 2021).

Importante es tener conocimiento de que los niños tienden a repetir o imitar el comportamiento de sus cuidadores, así que la búsqueda de ayuda para los padres para el control del propio estrés resultó importante para promover el bienestar biopsicosocial de sus hijos. Este fenómeno de estrés en padres se manifestó principalmente por ayudar a sus hijos con las tareas escolares (virtuales o presenciales), el cuidado que implicaba hacia los mismos, la preocupación de sus propios trabajos y por su salud, así como la de la familia completa.

En resumen, fue importante seguir las recomendaciones para el manejo adecuado y funcional de las emociones en los estudiantes en tiempos de pandemia según los que plantea UNICEF (s.f.), “cuidar la salud emocional, establecer una rutina, que los padres no traten de convertirse en maestro o maestra, revisar que se tenga lo necesario para estudiar, regular el tiempo y fomentar el ejercicio y otras actividades”.

Otra de aquellas situaciones que fueron principales limitaciones de las clases a distancia fue la dificultad para lograr un nivel de participación e interacción comparable a la educación presencial, manifestada en una menor interacción maestro-alumno que afectó considerablemente el aprendizaje de los alumnos, aunque también no se quedan atrás aquellas probabilidades de haberse mantenido en la escuela,

por lo que el riesgo era mayor de abandonar los estudios permanentemente por esta carencia de interacción con los maestros. Según IMCO (2021), “la falta de contacto con los maestros fue la principal razón por la que los alumnos no concluyeron el ciclo escolar 2019 - 2020” (p. 6).

Cuando los jóvenes no asisten a la escuela, no solo avanzan menos de lo que hubieran logrado en las clases presenciales, sino que olvidan conocimientos que ya tenían, según indica la evidencia de otras emergencias donde las escuelas han cerrado por periodos largos. Si al avanzar a un paso más lento, esta generación de estudiantes alcanza en promedio menos habilidades al salir de la escuela, en comparación con lo esperado antes del cierre de escuelas, la pandemia habrá ocasionado una pérdida de aprendizajes (IMCO, 2021).

El haber tenido un menor nivel de aprendizajes previos y que el currículo asuma que los estudiantes dominan dichos aprendizajes solo prevé que tendrán mayores dificultades para avanzar con el nuevo contenido de los siguientes grados escolares, lo cual podría generar que se rezaguen cada vez más y desembocar en que muchos no desarrollarán los aprendizajes fundamentales esperados según la edad y el grado escolar.

Según IMCO (2021), “... al menos 10 millones de niñas, niños y jóvenes, 30 % de total, enfrentan un riesgo alto o medio alto de presentar rezagos de conocimientos importantes que los pondrán en desventaja más adelante cuando busquen acceder al mercado laboral” (p. 9).



*Los efectos negativos en los estudiantes probablemente serán mayores en países de bajo y medio ingreso como México, donde se ha acentuado la baja calidad de los servicios educativos y donde más niños se enfrentan a más barreras sociales y económicas en su educación, siendo esto, un impedimento más para que los estudiantes mexicanos se reincorporen satisfactoriamente a su proceso de educación.*



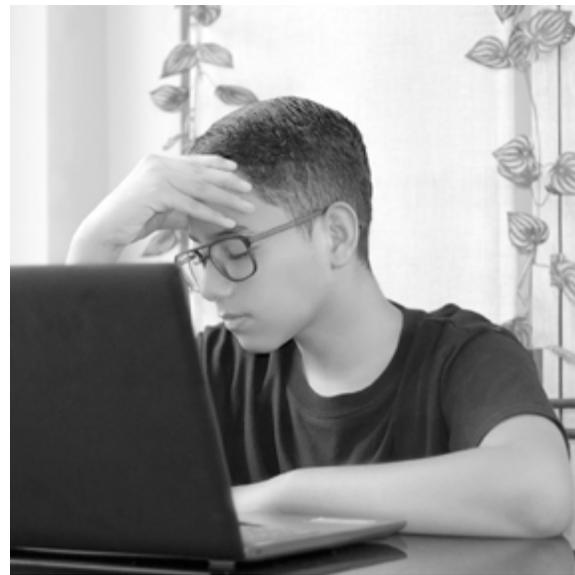
Los efectos negativos en los estudiantes probablemente serán mayores en países de bajo y medio ingreso como México, donde se ha acentuado la baja calidad de los servicios educativos y donde más niños se enfrentan a más barreras sociales y económicas en su educación, siendo esto, un impedimento más para que los estudiantes mexicanos se reincorporen satisfactoriamente a su proceso de educación.

Las afectaciones educativas por la interrupción presencial de clases van más allá de la pérdida de habilidades de los alumnos. Las escuelas son espacios relativamente seguros para los niños, donde muchos también reciben comida y apoyo psicológico. La evidencia que ha surgido hasta ahora ha encontrado que, durante la pandemia, hay alumnos con signos y síntomas de afecciones a su salud mental, reducción en la participación laboral de madres de familia que refuerzan las preocupaciones por problemas económicos e incremento en la tasa de suicidio en niños y adolescentes. Estos efectos en el bienestar emocional de los estudiantes no deben subestimarse, ya que son igual de trascendentes que el impacto en el aprendizaje. (IMCO, 2021, p. 15)

Según IMCO (2021):

El abandono escolar, que se refiere a las personas que dejan su educación durante un año escolar o en la transición entre uno y otro, será otra de las afectaciones más trascendentales de la pandemia. Los jóvenes que no vuelvan a clases se sumarán a los millones de personas que ya estaban fuera de los sistemas educativos desde antes de la pandemia, los cuales se enfrentan a mayores dificultades en el mercado de trabajo (p. 15).

Durante la primavera de 2021, en el segundo año de trabajo a distancia ocasionado por la pandemia por COVID-19, el Departamento de Educación de la Universidad Iberoamericana de la Ciudad de México emprendió el proyecto ¿Qué aprendimos en la escuela durante la pandemia?, con financiamiento del Instituto de Investigaciones para el Desarrollo de la Educación (INIDE), a fin de contar con información a nivel nacional sobre los aprendizajes del currículo alcanzados por las y los estudiantes de educación básica y media superior, luego de la desaparición del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación (INEE), organismo autónomo encargado de la aplicación de pruebas de aprendizajes en México. Sin embargo, los resultados que fueron encontrados en este proyecto son, sin dudar, preocupantes como lo muestra la siguiente tabla de datos que se publicó en el mismo trabajo de investigación.



Tipo / Nivel educativo	Prueba	Muestra final	Media Planea-IBERO	Media Planea -INEE	Diferencia
Primaria	Lenguaje y comunicación	53,370	459	501(2018)	-42
	Matemáticas	46,883	469	503 (2018)	-34
Secundaria	Lenguaje y comunicación	41,916	496	495 (2017)	+1
	Matemáticas	37,649	485	497 (2017)	-12
Media Superior	Lenguaje y comunicación	21,173	428	500 (2018)	-72
	Matemáticas	13,422	449	500 (2018)	-51

Además de todo lo anterior, IMCO (2021) afirma que, “los resultados de las estimaciones del Banco Mundial sugieren que la pérdida de aprendizajes en México podría equivaler a dos ciclos escolares, en una magnitud similar a lo indicado por los años de escolaridad ajustados por el aprendizaje” (p. 12).

Por lo cual, con base a estos datos alarmantes IMCO (2021) propone lo siguiente para dar solución a estas consecuencias ya en la postpandemia:

- Preparar una estrategia integral de regreso a clases que haga un balance de los retos de corto y mediano plazo, para enfocarse en el aprendizaje de los jóvenes.
- Restablecer el diseño censal y anual del Plan Nacional para la Evaluación de los Aprendizajes (Planea), para contar con evidencia diagnóstica de la pérdida de aprendizajes en México.
- Desarrollar programas de nivelación académica y de reincorporación de alumnos para atender los efectos escolares de la pandemia de COVID-19.
- Fortalecer los sistemas estatales de información y datos del sistema educativo (p. 21).

## Conclusión

Evidentemente desde a finales de marzo del 2020, cuando la pandemia comenzaba, la educación en México sufrió diversas transformaciones en la manera en que se practica el proceso enseñanza-aprendizaje a partir de recursos meramente tecnológicos



por la reglamentación de estar aislados socialmente para evitar contagiarse de COVID-19, lo cual implicó un cambio abrupto tanto para docentes como estudiantes, viéndose la necesidad forzosa de adaptarse y desarrollar nuevas habilidades para impartir y recibir clases remotas. Esta situación ocasionó múltiples alteraciones psicológicas como ansiedad y estrés por mencionar algunas, alteraciones en la socialización, se presenciaron retrasos en el desarrollo humano, hubo rezago en el aprendizaje curricular, así como también problemas económicos que impactaron de igual manera en la educación. Los docentes y padres de familia no estuvieron exentos de manifestar alteraciones psicológicas por tener responsabilidades más demandantes, debido a que se necesitaba atender detalladamente y dar seguimiento más cercano al proceso de aprendizaje de los hijos y estudiantes, así como también, cuidar la salud mental de los mismos para evitar riesgos más severos.

## Referencias bibliográficas

- Castellanos et al. (2021). *La continuidad educativa en México en tiempos de pandemia: principales desafíos y aprendizajes de docentes y padres de familia*. México. Universidad Católica de la Santísima Concepción. <https://www.redalyc.org/journal/2431/243170668002/html/>
- ¿Está retrocediendo mi hijo como consecuencia de la pandemia de COVID-19? (2021). UNICEF. <https://www.unicef.org/es/coronavirus/esta-retrocediendo-mi-hijo-como-consecuencia-pandemia-covid19>
- Educación en tiempos de COVID-19. (s.f.). UNICEF. <https://www.unicef.org/mexico/educaci%C3%B3n-en-tiempos-de-covid-19>
- García Dobarganes, P. C. (2021). *Educación en pandemia: los riesgos de las clases a distancia*. IMCO. [https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2021/06/20210602\\_Educaci%C3%B3n-en-pandemia\\_Documento.pdf](https://imco.org.mx/wp-content/uploads/2021/06/20210602_Educaci%C3%B3n-en-pandemia_Documento.pdf)
- Pandemia dejó importantes pérdidas de aprendizajes en estudiantes de educación básica y media*. (2022). México. IBERO Ciudad de México. <https://ibero.mx/prensa/pandemia-dejo-importantes-perdidas-de-aprendizajes-en-estudiantes-de-educacion-basica-y-media>
- 3 de cada 5 niños y niñas que perdieron un año escolar en el mundo durante la pandemia, viven en América Latina y el Caribe*. (2021). UNICEF. <https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/3-de-cada-5-ni%C3%B1os-y-ni%C3%B1as-que-perdieron-un-a%C3%B1o-escolar-en-el-mundo-durante-la>

# Grafografos

SUPLEMENTO LITERARIO REVISTA UNIVA  
No. 17 MAYO-AGOSTO 2023



# Grafógrafos

SUPLEMENTO LITERARIO REVISTA UNIVA

## SUMARIO

### Grafógrafos

Suplemento literario del  
Taller de Creación Literaria  
de la UNIVA

### Directora y compiladora:

Mtra. Jazmín Velasco Casas  
Contacto: jazminvelasco@hotmail.com  
Guadalajara, Jalisco, México  
Departamento de Arte y Cultura  
Coordinadora Alejandra Sainz Espinoza

### Voz editorial y corrección de estilo:

Mtra. Jazmín Velasco Casas  
Mayo 2023  
Guadalajara, Jalisco, México

### Colaboradores

Diego Calderón Villanueva  
Alejandro Lomelí Velasco  
Mariana de la Rosa Gutiérrez  
Andrea Azul Guzmán Romero  
Yara Estrella López

## ÍNDICE

- III Pirómano entusiasta pt.2
- V Eclósión
- VII Sanar (un comienzo)
- VIII Pláticas en el carro
- IX El arte de desistir

Bienvenidos a la edición diecisiete de nuestra revista literaria. En esta ocasión, les presentamos un conjunto de obras enmarcadas en la temática del cambio interior y la transformación personal.

No se puede abordar este tema sin hacer referencia a la maravillosa obra de Ovidio, "La metamorfosis", la cual, de alguna manera, está latente en los textos que aquí encontraremos porque también nos muestran a sujetos transformados en nuevas formas o estancias psíquicas después de experimentar procesos de interioridad o situaciones límite.

El cambio, sea impulsado por estados de alta tensión emocional, pérdidas, búsqueda de sentido o autoconocimiento, siempre representa un desafío y exige una respuesta y una ruta a seguir. Estas situaciones pueden ser muy difíciles de superar e incluso pueden dejar huellas emocionales; no obstante, también pueden convertirse en una oportunidad para aprender, madurar y, por qué no, dar giros de timón.

Esperamos que disfruten de este número y que les resulte útil para seguir conociendo las voces de la literatura contemporánea que han transitado por nuestra universidad y siguen en constante transformación.

---

Jazmín Velasco

## Pirómano entusiasta pt.2

Por Diego Calderón Villanueva  
Egresado de Psicología

He visto millones de casas incendiarse  
es algo común  
madera, fuego, llamas, combustión  
materia cambiando de estado  
cenizas  
pero eso no le quita lo emocionante que es  
un cerillo basta para incendiar algo colosal  
simplemente es saber hacer que no se extinga  
hasta ver arder todo  
escuchar el crujido de los cimientos  
sentir cómo quema el calor en la piel  
ahogarse con el humo  
tener el brillo en las pupilas  
y no dejar de sonreír  
porque si una caja de cerillos bien empleada  
puede hacer eso  
¿qué no puedo hacer yo?





# Eclosión

Por Alejandro Lomelí Velasco  
Estudiante de Producción de Medios Audiovisuales

Despierta del sueño  
gusano oculto de la caverna  
el alba de la primavera ya se asoma  
el horizonte del valle se vuelve sangre  
los rayos afilados atraviesan el costado  
celeste  
Sigues adormecido  
ignoras los gritos desesperados del presagio  
materno  
estás aferrado a la madriguera  
no quieres traspasar el umbral del capullo

El tiempo cae y se está desvaneciendo  
las alas ya se liberan de los hilos sedosos  
es momento de que asesines la mente  
infantil  
ponle fin a la vil sanguijuela

Asciende halcón  
abandona el nido del zángano  
no titubees ni mires hacia atrás  
llegó el día de tu raudo vuelo  
la mirada a una nueva travesía



## Sanar (un comienzo)

Por Mariana de la Rosa Gutiérrez  
Estudiante de Producción de Medios Audiovisuales



Me gusta la forma en que me muevo  
mi silueta  
mi piel y sus relieves  
inhalo, mi pecho se llena de flores  
rocío sale de mí al exhalar  
se riegan mis cicatrices  
me uno un poco más  
conecto con un todo  
mis ojos reciben estelas doradas  
la superficie me sostiene con fuerza  
aquellos años secos resbalan de la mente  
son absorbidos por la tierra  
escucho el canto del aire que entra y sale de mí  
dulces visiones vuelan a mi alrededor  
caen como fruta de un árbol  
me empapan como aquella tormenta de verano  
mis palmas se extienden  
guardo silencio y hay un tintineo  
soy yo, brillando  
natural y fugaz  
cual canción de cuna  
como la que escuchabas de pequeño  
antes de despegarte del mundo de los despiertos

## Pláticas en el carro

Por Andrea Azul Guzmán Romero  
Estudiante de Animación y Arte Digital



Se dice que el mejor lugar para tener una plática complicada sería en el carro, estar en un lugar cerrado y privado de donde no se pueda huir, obligará a la persona en cuestión a escucharte. Y a ti, a hablar.

El tiempo se acabó, tengo que enfrentarme a esto. Mis pies avanzan lentamente por el camino enterregado y empedrado. El sonido de las suelas de mis zapatos chocando con la tierra se mezcla con mi respiración.

No quiero entrar al vehículo.

Mis manos sudan, mi corazón va más rápido que coche sin frenos y gotas saladas se empiezan a acharcar cerca de mis pestañas. Me obligo a levantar la mano y tocar la manija de la puerta.

No quiero hacer esto.

Abro la puerta y entro, ella me espera sentada. La que causó una infinidad de mis inseguridades me sonríe y pregunta cómo me fue. Suspiro, los remolinos en mi mente muestran cómo va a reaccionar, lo que va a decir, cómo se va a enojar y la expresión que pondrá cuando diga que todo es mi culpa.

Tengo memorizado todo, y aun así...

No.

Tengo que hacer esto.

Depende de mí ahora salvarme y dejar en claro la manera en la que me lastiman sus comentarios casi inocentes y sus miradas acusadoras. A partir de ahora tendré que crecer. Me trago el impulso de huir y abro la boca.

“Mamá, tenemos que hablar.”

La puerta del carro se cierra detrás de mí, el concreto se siente sólido bajo mis pies.

Sobreviví.

La hinchazón de los ojos apenas me permite ver, mientras caminos de agua salada erosionan mis mejillas. El fantasma de la conversación aún se pasea por mis hombros y siento cómo todo mi ser se balancea delicadamente entre el abismo y la calma.

Aquella agua vuelve a amenazar con recorrer mis mejillas.

Pero sigo con vida.

Estoy aquí parada.

Ella baja de la camioneta, las mismas marcas de erosión decoran su rostro. La luna me observa desde arriba, le regreso la mirada y nos entendemos. Fue aquí.

Después de una vida de gente hablando en fiestas, números y ciclos lunares, nada de eso sucedió. Pasó mi primera sincronización con la luna, celebré la fiesta y viví el número, en este instante, entre mi mamá, la luna y yo...

Las tres sabemos que ese fue el momento en el que me volví adulta. De ahí solo toca avanzar, pero esta vez sí tengo un poco de ganas.

# El arte de desistir

Por Yara Estrella  
Estudiante de Médico Cirujano

La inspiración es como una escultura tallada en mármol, elaborado de materias primas provenientes de orígenes inciertos, aunque eso no importa mucho cuando se trata de dar forma a la figura que se tiene en mente. Lo único que importa es saber que, con las herramientas adecuadas, mazos, cinces y punteros, se puede comenzar el trayecto del arte, pensamientos reformados, con diversas ramificaciones que pueden surgir o ser rechazadas.

La cuestión siempre era si debía proseguir o no. A veces, se encontraba dando vueltas en un mismo escenario, viviendo lunas de insomnio y ensoñaciones en los soles. No podría cerrar los ojos y dejar de pensar. De vez en cuando, se preguntaba si realmente estaba tomando la decisión correcta o si era influenciado por las opiniones ajenas. ¿Llegaría el momento en que las lenguas ajenas reclamarían lo que podría llegar a ser?

Las ideas de los demás lo abrumaban, ellos veían su diseño inicial y dictaban lo que era correcto, sin dejarlo terminar el comienzo. Siempre con sus “deberías, deberías, deberías”, opinando sobre su trayecto. Sentencias que no eran suyas, pero que se derretían sobre él.

Solo cuando lograba elevarse lo suficiente en sus propias convicciones interminables, se dejaba caer en un agujero oscuro, lleno de palabras bordadas con despecho que eran tragadas por angustias. Confiaba en que, en algún momento, ya no le importaría lo que los demás dijeran. Sin embargo, la ansiedad lo desesperaba, lo menospreciaba y lo deprimía.





Tal vez era todo. Él se arrancaba e impregnaba en las hojas de sudor y grafito, borrones y arrugas, locuras y excitación. Formaba bolas de papel que abandonaba en el cesto hasta que este rebosaba. A pesar de creer que no podía hacer nada, observó el pozo rebosante de arte abandonado y lo comparó con la pieza de mármol para su escultura, imponente y sin rasguños.

Jamás hizo nada contra la roca blanca, por eso decidió volcarla, como solía hacer con sus trazos.

¿Era necesario que cambiara él o hacía falta que los demás lo hicieran por él?

Al final, él era el desecho de papel, repleto de creatividad, pero sin un gramo de importancia. Era como un trozo de mármol sin pulir, con convicciones irrelevantes y expectativas sin presentación. Todo no era más que él.

Solo él. Un problema, pero también una solución. Pensaba en un futuro en el que podría superar sus angustias, en el que resquebrajar el pedazo de piedra era una realidad como siempre había querido, y como nunca lo cumplió.



# ¡Potencia tus habilidades!



## Cursos para Niños, Adolescentes y Adultos

- Horarios matutinos y vespertinos
  - Cursos sabatinos y semanales
- "On - line"
  - Virtual
- Traducciones
  - "Teacher Training"
- Certificaciones Internacionales
  - "Club de conversación"
- Laboratorio de idiomas
  - "In Company"
- Cursos personalizados



**El mundo** estuyo  
cuando hablas **idiomas**

Preparatoria, Licenciaturas  
y Posgrados que te dan ventajas  
competitivas de clase mundial



**Preparatoria**



**Licenciaturas  
Escolarizadas**



**Licenciaturas  
Impulso Profesional  
Para gente que trabaja**



**Posgrados  
Maestrías - Doctorados**



**Sistema  
cuatrimestral**



**Acreditaciones y afiliaciones  
que avalan el nivel académico  
de excelencia:**



ANUIES



FIMPES

COMPEPO  
CONSEJO MEXICANO DE ESTADOS SUPLENIDOS

**¡Inscríbete hoy!**



[www.univa.mx](http://www.univa.mx)



**CRECER** COMO  
**TÚ QUIERES**



**UNIVA**  
La Universidad Católica

**SISTEMA UNIVA**

• COLIMA • GUADALAJARA • LAGOS DE MORENO • LA PIEDAD  
• LEÓN • QUERÉTARO • VALLARTA • ZAMORA • ONLINE