

NÚMERO 2 DICIEMBRE DE 2016

ISCALI

REVISTA DE INVESTIGACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE MORELIA



 **UDEM**[™]
Universidad de Morelia

VEGETARIANISMO. DIETA PARA NIÑOS CON CÁNCER. COMPARACIÓN DE GASTOS DE ALIMENTOS NATURALES E INDUSTRIALES EN LAS FAMILIAS. LA LECHE MATERNA Y LA DE FÓRMULA. GESTIÓN TURÍSTICO-CULTURAL. TURISMO DE TATUAJES EN MÉXICO. IMPACTO COMERCIAL MÉXICO-CHINA. IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA. PREVENCIÓN DE LA DIABETES MELLITUS, y mucho mas...

LICENCIATURAS

3 años - Cuatrimestral

- Administración
- Cultura Física y Deporte
- Historia del Arte
- Medios Interactivos
- Negocios Internacionales
- Nutrición
- Periodismo
- Psicología
- Turismo Cultural

INGENIERÍA 4 años - Semestral

- Ingeniería en Videojuegos

LICENCIATURAS

Semi-Escolarizadas 4 años - Semestral

- Psicología (Fines de semana)
- Administración (Nocturna de lunes a viernes)

LICENCIATURA EN LÍNEA

4 años - Cuatrimestral

- ★ Administración de Empresas (Nueva)

ESPECIALIDADES 2 cuatrimestres

- Gestión Empresarial
- Operación Aduanera
- Periodismo Político

MAESTRÍAS 2 años

- ★ Arte Digital y Efectos Visuales VFX (Nueva)
- Historia del Arte
- ★ Nutrición Humana (Nueva)
- Psicología Clínica
- Tecnologías de la Información
- Tecnologías Móviles y Negocios (Nueva)

(443) 317 77 71
01800 509 9422

Fray Antonio de Lisboa 22,
Esquina Avenida Tata Vasco
Centro Histórico, Morelia, Mich.

www.udemorelia.edu.mx

Incorporada a la SEE



CONSTRUYE
la mejor versión de ti



EDITORIAL

Para la Universidad de Morelia es importante proyectar las investigaciones que realizan nuestros alumnos de licenciatura, debido a que hacen trabajos de intervención, planeación, diseño y construcción de espacios intelectuales que se reflejan en el hacer del profesionalista que se está formando.

Sobre todo en el ámbito de las competencias intelectuales de realizar investigación, tener facilidad de lectura y escritura, redacción, habilidades electrónicas, de capacidad específica acordes al perfil de egreso de su carrera, así como las habilidades sociales, y específicas que debe desarrollar en su futura profesión.

Además de tener la factibilidad de utilizar espacios vulnerables de la sociedad, así como el impulso de la conformación de micro empresas o fortalecimiento de las que están en servicio.

De esta forma tenemos artículos como el Vegetarianismo, el cual considera el punto nutricional en forma dietética y que se presenta en alimentos ricos en carbohidratos complejos, contenidos en frutas, verduras y grasas saludables como el aceite natural, semillas y frutos secos; el avance del trabajo; el artículo de Comparación de gastos de alimentos naturales e industriales en las familias, destaca que los naturales son más baratos que los industrializados, aunado al beneficio del estado nutricio del consumidor; la leche materna y la de fórmula, incentiva con este estudio que las madres sí amamenten a sus hijos porque tienen mayor calidad de vida, además de investigar las razones del por qué si los alimentan con leche materna y el por qué no, en esta sociedad moderna; el grupo de liderazgo de gestión turístico-cultural, impulsa el estudio del impacto de los eventos culturales en el turismo y el ángulo de las dependencias gubernamentales en las acciones de marketing y comunicación en este rubro; Turismo de tatuajes en México se propone mostrar que la actividad de tatuajes es un detonante turístico a nivel nacional e internacional, por ello las personas viajan con este fin de obtener sus tatuajes; Principales alteraciones emocionales en personas tras haber sufrido un accidente, lo que se ubicó en tres personas con la pérdida de alguna parte de su cuerpo y se ubica a la depresión y ansiedad, por lo que se dio atención psicológica a ellos; Implicaciones éticas en relaciones amorosas de los psicólogos, lo que prioriza el nivel de preparación de los mismos y su interferencia para lograr el enamoramiento pleno, así como esto puede resultar más un problema que una ventaja; Bulliyng contra jóvenes homosexuales, otra cara de la homofobia, lo que dice de un fenómeno antisocial a través de conductas agresivas –orales y/o físicas, indagando en este trabajo, las causas y consecuencias; ECODEM, es un proyecto de separación de basura en nuestra Universidad de Morelia, para el implementación de una mejor cultura de limpieza de los alumnos y personal.

Es sin duda alguna esta revista de artículos, una forma de dar a conocer los avances investigativos de los estudiantes, con la finalidad de promover el conocimiento de sus acciones en beneficio del ser humano. Lo mejor de todo, es la participación y liderazgo de los Directores, nuestra Secretaria Académica la Mtra. Reyna González, el Rector, Lic. Ariel Vladimir Muñoz, El Mtro. Julio Plancarte, Director Administrativo e ineludiblemente de nuestro Presidente del Consejo Directivo el Lic. Pedro Chávez Villa, quienes no impulsan y apoyan para hacer posible esta difusión del conocimiento.

Dra. María de Lourdes Negrete Paz

Coordinación de Investigación de la Universidad de Morelia

INDICE

4 ECODEM

5 Las remesas en el municipio de Nocupétaro, Michoacán

6 El vegetarianismo

7 Dieta adecuada para un niño con cáncer

8 La mujer revolucionaria: símbolo nacional, creación del cine mexicano

9 Comparación de gastos de alimentos naturales e industriales de dos grupos de familias morelianas en un día

10 Leche materna y leche de fórmula, una elección de la actualidad

11 Repercusiones psicológicas de la amputación de extremidades en un adulto, de Morelia, Micoacán

12 Bullying contra jóvenes homosexuales, otra cara de la homofobia

13 Grupo de liderazgo de Gestión Turístico-Cultural

14 Implicaciones éticas en las relaciones amorosas de los psicólogos

15 Turismo de tatuajes en México

16 Principales alteraciones emocionales en personas tras haber sufrido un accidente en personas de 25 a 35 años de edad en Morelia, Michoacán.

17 Estado de Iure y de Facto en el abandono de mercancías en México

18 Correlación entre la escasa eficacia lectora y los síntomas disléxicos fonológicos en alumnos de la Universidad de Morelia entre 18 y 25 años.

19 APEC: Impacto comercial México - China

20 Nutrición, una alternativa en pacientes con cáncer de mama

21 Importancia de la actividad física para la sociedad

22 Trabajo de intervención para beneficiar mental y emocionalmente a adolescentes embarazadas de 15 a 20 años de comunidades rurales en Michoacán

23 Como me ves te verás

24 Programa de Rehabilitación Psicosocial e Inserción Laboral para los usuarios del Hospital Psiquiátrico “Dr. José Torres Orozco” de 18 a 50 años con Diagnóstico de Esquizofrenia.

25 Prevención de la Diabetes Mellitus Tipo 2 en edad adulta de 21-35 años

26 La faceta adversa de la depresión en el bullying en adolescentes de la ciudad de Morelia, Michoacán

27 La falta de atención en el deporte en personas discapacitadas

28 Importancia de las actividades recreativas y deportivas en familia

29 Importancia del desarrollo de las capacidades coordinativas en la iniciación de fútbol

30 El impacto positivo de la actividad física o ejercicio en el Síndrome Premenstrual (SPM)

DIRECTORIO

RECTOR

Lic. Pedro Chávez Villa

SECRETARÍA ACADÉMICA

Lic. Reyna González Delgado

SECRETARÍA ADMINISTRATIVA:

Mtro. Leonardo Gabriel Chauca Sabroso

CONSEJO EDITORIAL:

PRESIDENTE:

Mtra. Reyna González Delgado.- Secretaria Académica.

SECRETARIO:

Mtra. Dulce María Chávez Rodríguez
Catedrático.

VOCAL:

Mtra. Rosa Emilia Santibañez Alquicira
Catedrático.

Coordinador Editorial

Dra. María Lourdes Negrete Paz

Coordinación Investigación de la Universidad de Morelia

Revisión de la revista:

Dra. María Lourdes Negrete Paz

Asesores de Investigación:

Mtra. María Guadalupe Judith Paredes Fernández,

Mtra. Ana Georgina García Ahedo de Ingeniería en Videojuegos,

Mtra. Dulce Ma. Chávez Rodríguez asesora de Medios Interactivos,

Mtra.Elizabeth Vázquez Bernal, asesora de Periodismo.

Revista ISCALI, año 1, No. 2. Julio-diciembre 2016. Es una publicación semestral editada por la Universidad de Morelia, Fray Antonio de Lisboa No. 22, C.P.58230, cinco de Mayo, Morelia, Michoacán. Tel. (443)3177771, www.udemorelia.edu.mx. Editor responsable; Mtro.Pedro Chávez Villa. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2016-082917401600-102; ISSN en trámite, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número, Investigación, Mtro. Pedro Chávez Villa, Fray Antonio de Lisboa No. 22, C.P.58230, cinco de Mayo, Morelia, Michoacán, fecha de última modificación, 03 de diciembre de 2016.

Ecodem

Por Martha Yesenia Peña Ramírez Jorge
Arturo Ramos Conteras

Asesor: Mtra. Verónica Magaña
Director: Ing. Arturo Ramírez Valencia
Licenciatura: Administración

En la presente investigación realizada en la Universidad de Morelia, se pretende llevar al siguiente nivel a nuestra querida Alma Mater como una empresa socialmente responsable y sustentable al cumplir con un conjunto de normas y principios referentes a la realidad ambiental que estamos enfrentando hoy día.

Mediante la creación de una empresa denominada ECODEM, la cual se encargará de colocar recipientes para separar la basura que se genere dentro de la institución para que posteriormente sea vendida, y con el producto de esta venta se compense al personal y alumnado de la misma mediante la rifa de artículos útiles para ellos (memorias USB, IPOD, CELULARES, ETC.) Como una forma de agradecer su apoyo al depositar su basura en los contenedores correspondientes, creando así una conciencia ecológica a nivel institucional. De igual manera, para ofrecer a todos y cada uno de sus miembros un ambiente más saludable así como transmitir el ejemplo para sus hogares, para poder heredar un mundo más agradable a las generaciones venideras.

Las remesas en el municipio de Nocupétaro Michoacán

Por Elizabeth Román Gamiño

Asesor: LAE. Verónica Magaña Estrada

Director: Ing. Arturo Ramírez Valencia

Licenciatura: Administración

En la imagen de la parte superior muestra el nombre de la empresa, así como los colores que fueron elegidos de acuerdo a la psicología de los colores. Como se puede observar, se eligió el color azul en gran parte de la imagen, ya que este color representa confianza, crecimiento y seriedad y estos aspectos son los que queremos representar ante la sociedad. Así como también se muestra un globo terráqueo, buscando transmitir mediante éste, que es una empresa global que busca cubrir todos los aspectos relacionados con las finanzas personales.

En la presente investigación se abordan diferentes conceptos como: las remesas, qué importancia tienen éstas para el municipio de Nocupétaro Michoacán, cuáles son los principales aspectos en que las personas invierten el dinero que perciben de las mismas, así como poder darnos cuenta de si las personas tienen algún plan o proyecto para invertir el dinero que reciben de las remesas, saber si están

dispuestos a cambiar su cultura buscando diferentes opciones de inversiones, para que puedan tener rendimiento de este dinero que representa una parte fundamental para la economía del municipio de Nocupétaro.

De acuerdo al avance de esta investigación, a las herramientas aplicadas y resultados obtenidos, se puede destacar que las personas que reciben remesas en el municipio de Nocupétaro, no cuentan con un plan financiero personal. Esto quiere decir que gastan su dinero en alimentación y no realizan ninguna inversión que les permitiría tener mayores ingresos. Para ello surgieron las siguientes propuestas como: Promover la creación del mercado municipal que permitiría a las personas incursionar en el mundo del comercio, instalar dentro del mercado oficinas de la empresa aseaproject, en la que se brindará el asesoramiento financiero, así como la elaboración de proyectos que les permitirán a las personas generar nuevas ideas de inversión.

El vegetarianismo

Por Diego Alan Barragán Ávalos,

Asesora:

Dra. Martha Isabel Lara Padilla

Director: Mtro. Antonio Barajas Andrade,

Licenciatura en Nutrición

Los patrones de dieta vegetariana son muy variados. La gran mayoría de este tipo de dietas se basa en cereales, frutas, verduras, legumbres, aceites, frutos secos, semillas, productos lácteos y huevos. Las pruebas científicas son cada vez más y son contundentes sobre este tema, ya que hoy día científicamente no hay forma de plantear que las carnes sean indispensables para nuestra alimentación.

Uno de los motivos por los cuales los vegetarianos gozan en promedio, de mejor salud que los omnívoros es por evitar la carne vacuna, dado que la misma tiene efectos negativos en la salud de las personas; los productos cárnicos provenientes de distintos animales suelen contener antibióticos y hormonas, en muchos casos, las dosis son muy superiores a las permitidas. También hay que tener en cuenta las enfermedades de transmisión animal-humano.

Cabe considerar que como esencial en el aspecto nutricional, este tipo de dieta aporta más de la mitad de su energía en forma de alimentos ricos en carbohidratos complejos, este aporte energé-

tico se completa con vegetales (frutas, verduras y hortalizas) y grasas saludables (aceite de oliva, aceite de sésamo, semillas y frutos secos).

Antes de escoger el vegetarianismo como alternativa dietética, conviene estar bien asesorado y consultar con profesionales especializados, como los nutriólogos, con el fin de beneficiarse de esta saludable elección, ya que si no está bien planteada, puede tener deficiencias de algunos nutrientes que son aportados en la alimentación tradicional por la carne y el pescado.

El objetivo del presente estudio es verificar si la dieta vegetariana propicia una mejor calidad de vida comparada con la dieta omnívora. Se realizarán encuestas del Quality of Life Questionnaire: QLQ a 15 vegetarianos y 15 omnívoros voluntarios de la ciudad de Morelia. Se analizarán los datos para ver si existe carencia de nutrientes en los encuestados y verificar si la dieta vegetariana tiene influencia positiva sobre la calidad de vida de los mismos.





Dieta adecuada para un niño con cáncer

Por Jassiel Cervantes Cortés
Asesora: Dra. Martha Isabel Lara Padilla
Director: Mtro. Antonio Barajas Andrade
Licenciatura: Nutrición

Cuando un niño enferma de cáncer, él y su familia deben hacer frente a una serie de implicaciones que derivan especialmente de ese diagnóstico, en el cual una dieta correcta juega un papel fundamental para poder llevar un tratamiento y así lograr una recuperación exitosa.

Desafortunadamente, en la actualidad no se cuenta con la información suficiente para lograr implementar una relación entre el tratamiento médico y tratamiento nutricional, por lo que es necesario conocer una opción más que ayude para la recuperación de esta enfermedad de modo sano, nutritivo y divertido. Es por eso,

que esta investigación, pretende conocer cuál es la dieta adecuada para un paciente infantil oncológico y sus principales beneficios.

La investigación entonces se realizará mediante un enfoque cualitativo, donde se aplicaran entrevistas semi-estructuradas a profesionales del ramo de la nutrición que laboran en la fundación AMANC MICHOACÁN, así como a algunos padres de familia o en su defecto a los encargados directos del niño con este padecimiento, para posteriormente realizar un análisis de contenido y poder obtener deducciones de las mismas, y finalmente aportar información útil y veraz.

La mujer revolucionaria: símbolo nacional, creación del cine mexicano.

Por Karina Jacqueline Morraz Vargas,
Asesor: Mtra. Gloria Cáceres Centeno
Director: Mtra. Ileri Ortiz Silva
Licenciatura: Historia del Arte

La investigación consiste en un análisis iconográfico de la figura nacional de la soldadera o la también denominada Adelita, figura que será estudiada desde dos perspectivas históricas: la época revolucionaria centrada en el lapso que conforma la lucha armada, así como la fotografía, el documental y la post-revolución. Esta última se enfocará específicamente en la producción cinematográfica de directores de la época de oro del cine mexicano como son Emilio el Indio Fernández, Ismael Rodríguez y Matilde Landeta.

La imagen de la mujer revolucionaria se ha convertido en un símbolo nacional que engloba características definidas y estereotipadas del género femenino, como la obediencia, la abnegación y el

sufrimiento, pero también se concentran en el mismo personaje actitudes como la valentía, la fortaleza, la hombría, cualidades específicas del sexo masculino, que no por opuestas, no son adaptadas.

El cine de la revolución es un parteaguas para la integración de la figura de la soldadera en el imaginario colectivo, convirtiéndola en una heroína sacrificadora de las actitudes femeninas, más no de su aspecto propio de mujer.

Para realizar el estudio comparativo entre las dos imágenes de la soldadera, la de la fotografía y la del cine, se hará un análisis iconográfico, iconológico e histórico que permitan distinguir la relación entre la actitud de la mujer revolucionaria y la soldadera creada por el cine nacional.

Comparación de gastos de alimentos naturales e industrializados de dos grupos de familias morelianas en un día

Por Guadalupe Crystal Anguiano López, Asesora: Dra. Martha Isabel Lara Padilla
Director: Antonio Barajas Andrade, Licenciatura: Nutrición

Los precios en México están regulados por leyes establecidas en la Constitución Mexicana. Los alimentos que han pasado por un proceso de industrialización deben pagar impuestos y aranceles en caso de ser importados. Mientras que los alimentos que no tienen ningún proceso, los cuales se consideran naturales, tienen los precios más fluctuantes registrados en los últimos años. Este estudio pretende demostrar que los alimentos naturales son más baratos que los industrializados, esto permitiría por el lado económico, inducir a las personas a consumir más alimentos naturales y así obtener beneficios en el estado nutricional del consumidor.

El objetivo del presente estudio es comparar el gasto de una dieta que incluya los 3 grupos del "Plato del bien comer", consumiendo alimentos naturales e industriali-

zados. En investigaciones anteriores se ha sugerido que las personas en México consumimos cada vez más alimentos industrializados, y eso ha provocado aumentos de enfermedades crónico-degenerativas.

Los aumentos de precios de alimentos se relacionan con el precio del dólar, petróleo, factores de clima y reducción porcentual del producto interno bruto aportado por agricultores y alimentos naturales. El estudio se llevará a cabo en 15 familias morelianas de 5 miembros que consuman alimentos de la tienda Wal-Mart y 15 familias que compren en el mercado de San Juan.

Será un estudio no experimental, transversal de diferencia de grupos. A las familias voluntarias se les aplicarán los cuestionarios sobre los gastos realizados en el día y los alimentos consumidos.



Leche materna y leche de fórmula, Una elección de la actualidad

Por Lizbeth de Jesús Martínez Gómez, Asesora: Dra. Martha Isabel Lara Padilla

Director: Antonio Barajas Andrade, Licenciatura en Nutrición

Desde tiempo atrás siempre ha estado la opción de elegir; en este caso, la alimentación del recién nacido. Muchos se dejan guiar por especialistas y siguen al pie de la letra sus sugerencias, otros a las personas que ya pasaron por ello y algunos pocos de acuerdo a lo que leen o dicen por ahí. Actualmente la decisión de amamantar es única e inigualable y proporciona grandes beneficios al bebé, pero no todas las madres recurren a ello.

Esta investigación trata sobre qué opción de alimentación para el bebé es más elegida actualmente (leche materna o leche de fórmula). También, se indagará la razón de por qué se recurre a ello, cubriendo así estas dos cuestiones

con la información que brinden las madres encuestadas así como las futuras mamás y las mujeres que aún no tienen planeado formar una familia (jóvenes).

Se seleccionó una muestra de 30 mujeres voluntarias que visiten regularmente el centro de salud IMSS para un chequeo de su embarazo o de su bebé. También se analiza la información bibliográfica y sus coincidencias, comparándolas al final con los resultados de las encuestas. Obteniendo así, la conclusión sobre qué leche eligen en mayor tasa las madres o padres en conjunto como mejor opción para alimentar al recién nacido hoy en día, sus pro y contras y razones que los llevan a tomar esa decisión.

Repercusiones psicológicas de la amputación de extremidades en un adulto de Morelia, Michoacán

Por Ana Karina Espinosa Bermúdez,
Cinthia Medina Hernández, Daniel
Alejandro Gutiérrez Saldaña.

Asesor:

Psic. Tania Lizbeth Gómez Sánchez

Director:

Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez

Licenciatura: Psicología

El origen de esta investigación, resultó a partir de que en la ciudad de Morelia no se le ha dado la importancia suficiente a las personas que han sufrido una amputación desde el área psicológica; situación que lleva a plantearse la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las repercusiones psicológicas de la amputación en un adulto de Morelia?

Para fines de esta investigación se utiliza un enfoque cualitativo con un diseño denominado estudio de caso, usando como instrumento principal la entrevista. Por lo tanto, se contactó al Sr. J que de buen modo accedió a compartir su difícil experiencia. Los resultados que se obtuvieron fueron difícil de asimilar y a la vez confrontantes, ya que es muy fácil dar una crítica sobre el tema a partir de la información tan vaga que hay acerca del mismo en cuanto a lo social, sin embargo, al convivir y presenciarlo con el caso del Sr. J no fue nada sencillo pero sí muy motivador.

El Sr. J. a los 18 años tuvo un accidente donde el tren le cortó las dos piernas, por lo que fue muy emotivo ver cómo decidió retomar y darle sentido a su vida aunque no tuviera la presencia de sus extremidades. Así mismo, manifiesta los momentos de discriminación que vivió por parte de su familia y la relación tan dañada que surgió con su padre. Sin duda, todos estamos expuestos a experimentar una situación como esta, pero nos atrevemos a mencionar que nadie está listo para enfrentarla.

Para sustentar esta investigación fueron de gran ayuda los conocimientos de Devis, C. (2001) ya que él toma en cuenta los sentimientos que puede manifestar el paciente amputado y hace mención de los principales que presentan las personas en esta condición, tales como: el miedo, el abatimiento, el rechazo, la ira o irritabilidad. (p. 250).

Bullying contra jóvenes homosexuales, otra cara de la homofobia

Por Oscar Javier Carranza Plancarte, Asesora: Psic. Tania Lizbeth Gómez Sánchez

Director: Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez, Licenciatura: Psicología

Uno de los problemas sociales que en la actualidad han captado la atención de los especialistas del comportamiento humano es el bullying. Este es un fenómeno antisocial que se manifiesta por conductas agresivas –orales y/o físicas- entre compañeros de una misma escuela. Toma además diferentes formas en la persona que es agredida y que es discriminada por su apariencia física, creencias, cultura u orientación sexual.

Se pretende indagar con ésta investigación, cuáles son las consecuencias a las que se tiene que enfrentar la sociedad por estos eventos violentos generados por el bullying, en específico el bullying fóbico, así como también los factores que lo generan. Una vez recaudada la información se planea crear programas de prevención y concientización a la ciudadanía en general.

Con la información anterior se plantea la pregunta de investigación que dirige dicho proyecto: ¿Cuál es

el proceso psíquico dinámico en un individuo homofóbico que ejerce bullying en contra de jóvenes con orientaciones homosexuales?

Esta investigación cuenta con un enfoque cualitativo y un diseño denominado estudio de caso. Se retomará la teoría psicoanalítica ya que ha contribuido con información que permite conocer que uno de los principales elementos que llevan al agresor a generar violencia son sus propios núcleos homosexuales muchas veces inconscientes. La teoría objetal indica –de forma complementaria- Cournut J. (2002) que el agresor homofóbico tiene o ha tenido una relación con la figura primaria paterna muy rígida y sustentada por el control a partir del miedo (p.99).

Este tema no solo concierne a agresores, víctimas u observadores sino que es responsabilidad de todos como parte de la sociedad contribuir a su erradicación en la búsqueda de una sana convivencia.



Grupo de liderazgo de Gestión Turístico-Cultural

Por María de Gpe. Gutiérrez Morales,
Asesor:
LAET. Sandra Gabriela Jiménez Valladares.
Director:
LHA. Ireri Ortiz Silva.
Licenciatura: Turismo cultural

Esta investigación se hizo con la finalidad de ver y reconocer el gran impacto y la importancia que tienen los eventos culturales en el Turismo y de cómo en la actualidad, las dependencias gubernamentales están desarrollando constantemente acciones de marketing y comunicación encaminadas hacia las cuestiones turístico-culturales.

El gestor cultural es la persona interesada por la cultura y desde ese ambiente promueve, impulsa, desarrolla y lleva a cabo proyectos culturales valiéndose de diversos instrumentos para generar un desarrollo sociocultural. Es por eso que uno de los objetivos principales de esta investigación es ser "grupo líder en eventos tu-

rístico-culturales" con una visión bien establecida de dignidad para las personas y con su cultura. También así, impulsando nuestro turismo en México más humano, puro y menos globalizado.

Aun sabiendo que por definitiva, lo principal de la cultura es su acción transformadora sobre los seres humanos. No hay que caer en lo simple de reducir la actividad cultural a un núcleo único; si bien, por si solo es interesante si se conjugan estos dos ambientes el resultado que nos podría dar sería muy interesante. Con esto, se puede entender que la cultura se puede adecuar a diferentes ámbitos que no sea el suyo. Es por eso que es importante unir al turismo con la cultura

Solo un buen diseño de proyectos y una adecuada gestión de los recursos, permitirán que las buenas ideas y la creatividad se transformen en verdadera acción cultural, esto teniendo un vínculo con los demás seres humanos.

Todo emprendimiento cultural comienza por ser una idea, organizar un evento, pintar algún cuadro, escribir una novela o formar un coro comienza siendo un sueño antes de transformarse en un producto social, algo tangible, práctico o expresivo. Sus actores son los autores, creadores; pero no solo los artistas sino también todos aquellos que, con los artistas o después de ellos, trabajan por hacer viables sus proyectos. Todos aquellos que puedan dar mano, consejo o un apoyo material.

Implicaciones éticas en las relaciones amorosas de los psicólogos

Por Carlos Martín Ollé Ayala

Asesor: Dra. Ma. Lourdes Negrete Paz

Director: Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez

Licenciatura: Psicología

Se dice que cuando dos personas que se atraen y se miran por primera vez, surgen chispas de amor a través de sus ojos, la sangre de sus corazones hierve por besarse y en los posteriores días no pueden pensar en otra cosa más importante que estar juntos.

Suponiendo que ese par de enamorados son abogados; quizá lo más difícil que tengan que soportar es ponerse de acuerdo en la firma de un contrato prenupcial. Si fueran arquitectos, quizá se preocuparían un poco por la construcción del hogar que pretenden consolidar. Sin embargo, si uno o ambos son psicólogos procurarían entender las necesidades de la pareja, para cumplirlas o para hacer uso de ellas para tener cierto control en la relación. Comenzarían con predecir a través de sus conductas si existe un complejo de Edipo resuelto o no para saber si la pareja los engañará o será totalmente dependiente de la relación.

Comprendo si uno o un par de psicólogos están en desacuerdo discutiendo

que el psicólogo tiene la capacidad de dividir entre la vida personal y el trabajo. Pese a esto, ¿Cómo se puede estar seguro de si realmente el psicólogo disfruta más el placer inherente que conlleva conocer a fondo a su pareja consciente e inconscientemente o prefiere olvidar completamente los años de carrera para que el amor “fluya por su propia cuenta”?

El objetivo de la psicoterapia es orientar al cliente para que él mismo se dé cuenta de lo que está mal en él, orientándolo a ver sus propias conductas y así poder propiciar un cambio. En una relación, muchas ocasiones, uno de los participantes intenta cambiar las conductas de la pareja convenciéndola de que hay algo mal en ésta, propiciando la orientación deseada.

¿Será el psicólogo un excelente manipulador dentro y fuera de las relaciones?

¿Será el psicólogo capaz de no tener el control dentro de una relación cuando es su deber tenerlo dentro del consultorio?

Turismo de tatuajes en México

Por Melissa Jacqueline Ramos Palmerín
Asesor: LAET.Sandra Gabriela Jiménez Valladares
Director: LHA. Ileri Ortiz Silva
Licenciatura: Turismo Cultural



Una de las tantas definiciones del turismo lo describe como “Todo desplazamiento temporal, determinado por causas ajenas al lucro; el conjunto de bienes, servicios y organización que en cada nación determinan y hacen posible esos desplazamientos, las relaciones y hechos que entre éstos y los viajeros tienen lugar” (Krapf, 1942). Esta definición incluye el trayecto que recorren las personas desde su lugar de origen, el uso de bienes y servicios en el destino y las relaciones que llegan a desarrollar con los residentes, siempre y cuando no se lleve a cabo ninguna actividad de lucro; es por eso que la actividad de tatuajes en alguna ciudad ajena a la propia, entra perfectamente en el concepto de actividad turística.

Se entiende por actividad de tatuajes, el ir a algún estudio especializado con el fin de ser tatuado. La actividad turística de tatuajes consiste en lo mismo, solo que es llevada a cabo en alguna ciudad o Estado que no sea el de residencia de la persona que planea tatuarse.

Esta investigación se propone demostrar, que la actividad de tatuajes es un detonante turístico a nivel nacional e incluso internacional. En base a la observación del desplazamiento de personas y en la exploración de distintos eventos como ferias y convenciones de tatuajes que se llevan a cabo en varios estados de la República Mexicana. Ha salido a la luz, que cada vez más personas realizan viajes con éste fin, creando así una nueva forma de turismo al cual se ha denominado “Turismo de tatuajes”.

Se espera que los resultados que arrojen esta investigación, permitan demostrar que son grandes cantidades de personas las que realizan esta actividad, así como que nos permita conocer los hábitos de consumo y que la actividad de tatuajes es cada vez más común. Asimismo, también se pretende demostrar que los lugares donde se realizan, deben cumplir con ciertas reglas de higiene y que además de ser una forma distinta de arte y expresión, se llega a producir una importante derrama económica a nivel nacional

Principales alteraciones emocionales en personas tras haber sufrido un accidente en personas de 25 a 35 años de edad en Morelia, Michoacán.

Por Carlos Alberto González Arroyo

Asesor: Dra. Ma. Lourdes Negrete Paz

Director: Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez

Licenciatura: Psicología

De acuerdo al tema de la presente investigación, he encontrado muchas cosas importantes desde el día que comencé con la inquietud sobre algunas de las principales alteraciones en personas que enfrentan la pérdida de una extremidad. Al principio me planteo una hipótesis, una vez que apliqué mis instrumentos de investigación noté que mis sujetos de estudio presentaban características sobre depresión y ansiedad, motivo en el cual eran mis variables en mi investigación.

Ahora bien, conforme he ido avanzando en mi tema de tesis

veo mucho por hacer debido a que no existe el suficiente conocimiento acerca de temas tan esenciales como lo es el duelo. Se me hace un tema fundamental para todas aquellas personas que han sufrido un accidente y que han perdido una extremidad. Al hacer una entrevista con ellos, veo que es difícil crear una aceptación a su nueva condición y por lo tanto tienden a deprimirse constantemente. También es notable que en estos acontecimientos, la familia son una pieza importante para ellos.

Quiero señalar que de acuerdo a la información recabada en mi in-

vestigación, que la sociedad juega un papel determinante para las personas sin una extremidad debido a que les hacen burlas, miradas con morbo, etc. Todo esto perjudica totalmente a la persona quien está en un proceso de duelo, de depresión, de angustia o de ansiedad. Todos estos factores son dañinos para ellos y si aunamos la sociedad perversa perjudica aun indiscutiblemente, la autoestima de toda persona que no cuenta con sus extremidades. De ahí que se requiere la intervención psicológica con ahínco y dedicación, para buscar el bienestar de estos pacientes, buscando calidad de vida para ellos.

Estado de Iure y de Facto en el abandono de mercancías en México

Asesor: Mónica Camacho Vilchez

Directora: Cinthya Álvarez Mejía.

Según el artículo 29 de la Ley Aduanera el abandono de mercancías consiste en dejar en la aduana, los bienes objeto de importación o exportación, sea voluntariamente, por no retirarlas en el plazo legal que para ello se indica o bien cuando sean embargadas por la autoridad.

Una vez que las mercancías caen en abandono, pasan a ser propiedad del Fisco Federal, quien tiene las siguientes opciones: venderlas (a través de subasta), donarlas o destruirlas.

En el estado de facto estos procesos involucran métodos muy ineficientes para la operatividad aduanera. Estos afectan en la indisponibilidad de espacios para almacenaje que ocupan en los recintos fiscales o fiscalizados, causan la reducción de disponibilidad de contenedores por parte de las navieras, así como también la detención del flujo de efectivo, crean evasión de emisión de cer-

tificados sanitarios, de calidad, de seguridad, permisos previos, entre otros, y originan prácticas desleales de comercio internacional por el precio en el que sea subastado. Como resultado, se forman ventajas competitivas para el comprador, afectando seriamente al que importa con los procedimientos de forma correcta y completa.

Para solucionar la contrariedad del estado de facto con el estado de iure del abandono aduanero, se propone en esta investigación que los compradores en subasta cumplan con las restricciones y regulaciones no arancelarias y se pague por ello un costo equivalente a las mercancías similares en el país, reduciendo así las ventajas excesivas para los subastadores, así como acciones fraudulentas

en el hecho de que el abandono sea intencional.

Se aborda una segunda opción que consiste en regular el embarque de productos considerados como desechos, solicitando al embarcador dejar un depósito en garantía para asegurar su uso, goce, transformación o comercialización. De esta forma, en caso de que esta mercancía cayera en abandono, se podría retornar al país de origen, previniendo afectaciones graves al medio ambiente en el país de destino, y eliminando los costos por la destrucción de los mismos

Correlación entre la escasa eficacia lectora y los síntomas disléxicos fonológicos en alumnos de la Universidad de Morelia entre 18 y 25 años.

Por Álvarez García, A; García Perales, K; Reyna Díaz, A.

Asesor: Dra. María de Lourdes Negrete Paz

Director: Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez

Universalmente, se establece al hábito de la lectura y a su consecuencia, la eficacia lectora se mantiene como un indicador de que la población tiene un buen nivel educativo, un nivel de desarrollo y de calidad de vida superior. Además, en los centros educativos se requiere de los estudiantes un índice de lectura establecido por las mismas necesidades sociales de potencializar, por tanto, la eficacia lectora ya no sólo es cuestión de decisión personal o deseo voluntario, sino que ya es una exigencia para mantenerse actualizado.

Como se hace mención en líneas anteriores, el hábito de lectura tiene como consecuencia a la eficacia lectora, y las acciones generadas de ésta promueven tanto la creatividad como imaginación del alumno, así mismo, existe una gran posibilidad de que con esto se estimulen las capacidades cognitivas de los educandos, tales como la inteligencia, la capacidad verbal

y de concentración, las cuales son de vital importancia en esta edad debido a que éstas se encuentran en pleno desarrollo.

Como consecuencia existen una gran cantidad de campañas y programas para fomentar dicha acción, sin embargo, no hay un seguimiento de las mismas, ya que no se establecen parámetros o acciones de medición y evaluación.

Haciendo comparación entre las consecuencias de la ineficacia lectora y la sintomatología que se desarrolla con la dislexia fonológica, se observa que existe un punto de comparación entre las dificultades que se presentan en ambas, ya que generan cambios en el modelo de aprendizaje que mantienen los estudiante y que, generalmente, es deficiente para el rendimiento académico de los mismos. Abriendo la posibilidad de desencadenar consecuencias posteriores en niveles educativos, personales y sociales.

APEC: Impacto comercial México - China

El trabajo de investigación que se está elaborando busca el análisis del impacto en materia comercial de México y China con el Foro de Cooperación Económica Asia-Pacífico (APEC). El objetivo es presentar un panorama general y determinar si realmente México ha logrado tener un aprovechamiento benéfico al ser parte de éste mecanismo de cooperación; tomando en cuenta la relación comercial con uno de los principales miembros asiáticos del APEC.

El APEC fue creado en 1989. China se adhirió a éste en 1991 mientras que México se unió en 1993. Pertenecer al APEC ha brindado la oportunidad de contar con una plataforma para enriquecer las estrategias que México ha llevado a cabo para mejorar la competitividad de la economía. A partir de dicho supuesto se analiza la relación internacional con China, que representa en la actualidad una oportunidad y nuevos retos para la política de comercio exterior.

México tiene la necesidad de desplegar esfuerzos, para fortalecer los vínculos comerciales y las relaciones estratégicas internacionales con China, para así formar una mayor complementación productiva, ya que hoy en un día se tiene una relación muy dispar (déficit comercial) con dicho país. Es indiscutible que México debe mejorar y multiplicar las oportunidades de intercambio comercial, de inversión extranjera y de cooperación económica y técnica con China orientando a las empresas mexicanas a contribuir para así alentar a México a beneficiarse del crecimiento económico de China si se adapta a las necesidades que demanda el país.

Por otro lado se podría decir que México se ha estancado en materia comercial, porque ante la situación de la relación comercial en la que nos encontramos ¿Conviene la firma de un TLC con China? Absolutamente no.

Por Cinthia Alemán Ocegüera

Asesor: Mónica Camacho Vilchez

Director de la carrera:

Cinthya Álvarez Mejía

Licenciatura: Negocios Internacionales

Nutrición, una alternativa en pacientes con cáncer de mama

María Alejandra López Sánchez

Asesor: Hugo Sánchez Acosta

Director: Antonio Barajas

Licenciatura: Nutrición

El cáncer es división y reproducción anómala de células que pueden extenderse por el organismo, se suele considerar como una sola enfermedad. Sin embargo alberga casi 100 tipos de alteraciones producidas por unos 300 tipos de proliferación celular. La carcinogénesis: origen del desarrollo del cáncer, es un proceso biológico constituido por múltiples etapas que evolucionan de forma continuada pero se suelen diferenciar en tres fases: el inicio, promoción y progresión del tumor (maligno o benigno). Entonces, dado que el cáncer se produce en células que se encuentran en replicación, sus pautas son diferentes en adultos y en niños.

Los datos científicos indican que cerca de un tercio de las muertes causadas por el cáncer pueden

atribuirse a la nutrición y a hábitos como la mala alimentación, la inactividad física, el sobrepeso y la obesidad, o el consumo de alcohol, mientras que otra tercera parte se relaciona con el consumo del tabaco (Mokdad y cols.,2004).

Por otra parte, los estudios realizados in situ han demostrado que el transportador GLUT 5 encargado del transporte de fructosa a la célula se expresa abundantemente en pacientes con cáncer de mama, lo cual sugiere que la fructosa podría ser un buen sustrato energético para este tipo de células. El estudio está destinado a investigar el papel de la nutrición en pacientes con cáncer de mama; si contribuye a la mejora o evita una evolución más rápida de la enfermedad evitando algunas complicaciones en las diferentes etapas de la enfermedad.

Importancia de la actividad física para la sociedad

problemática crece, por la razón que a mayor número de personas, incrementarán las necesidades y los problemas, así como por el lado contrario, cuanto menor sea la población en un núcleo social, más relajado será ese grupo en su interacción.

Para ello es necesario saber que nuestro cuerpo se contraerá ante mayores estímulos tensionales y menor actividad física. De igual manera, se deprimirá y se atrofiará muscularmente, viniendo subsecuentemente con ello las enfermedades y en algunos casos adicciones y dependencias.

Por eso se sugiere que toda sociedad en su totalidad, tenga el hábito de la activación física ya que con ello se logra trabajar químicamente las llamadas neuronas de la felicidad. Que son la serotonina y la dopamina. Logrando evitar y/o disminuir con la activación física patologías físicas y emocionales.

Bien se dice que si se le pudiera poner un nombre a este nuestro tiempo actual se le llamaría "Presión", por esa limitación en los tiempos tan cortos que tenemos para nuestras actividades laborales y académicas. Al mismo tiempo, ésta presión nos absorbe tanto que dejamos poco tiempo o en ocasiones nada, para la recreación, el deporte o la activación física; sin saber que con ello lo único que estamos logrando es entorpecer, detener y deteriorar nuestro cuerpo y sus habilidades psicológicas y motoras.

Es sabido que en cualquier comunidad mientras más números de miembros existan en ella, la

Daniel Romero Vivanco
Asesor: Hugo Sánchez Acosta
Director: Mtro. Rodolfo Eduardo Rubio Sánchez
Licenciatura: Cultura Física y Deporte

Trabajo de intervención para beneficiar mental y emocionalmente a adolescentes embarazadas de 15 a 20 años de comunidades rurales en Michoacán

Ana Belinda Oropeza Chávez

Asesor: Dra. María de Lourdes Negrete Paz

Director: Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez

Licenciatura: Psicología

El proyecto de intervención está enfocado a incrementar conocimiento con respecto a la maternidad y la importancia de está en la concepción del niño, así como proveer información de las diferentes etapas del desarrollo en los primeros años de vida de los bebés. Es indispensable que las adolescentes vivan un embarazo óptimo de salud emocional y física, aunque su embarazo no sea planeado ni deseado, sus hijos merecen un entorno saludable al momento de su concepción y un cuidado agradable al momento de su llegada.

Se pretende beneficiar a las personas de comunidades rurales, en especial a las adolescentes que ya han formado una relación de pareja o que se encuentran embarazadas, para fomentar el conocimiento a través de talleres y conferencias de información con respecto a la educación temprana del niño. Esto, con el propósito de disminuir las diferentes enfermedades mentales en los niños ocasionadas por el maltrato físico y emocional por parte de las madres y los padres de familia.

Debido a lo mencionado anteriormente, se pretende que esta investigación beneficie al obtener mayor conocimiento sobre el tema y así, de este modo, contribuir con conocimientos con respecto a la adolescencia y todo relacionado a ella.

Como me ves te verás

Por Luis Jaime Mejía Ferrer

Asesor: Hugo Sánchez Acosta

Director: I.B.Q. Antonio Barajas

Licenciatura: Nutrición



Las personas de edad mayor son un grupo de la sociedad que requiere de una especial atención, ya que su cuerpo y su metabolismo se encuentran en una fase en la que cualquier cambio relacionado a sus necesidades vitales puede generar un grave problema en su salud. Dicha atención no ha sido hasta el momento cubierta por completo, pues en años recientes se ha podido observar como muchos de estos individuos han sido desplazados por sus familias y han sido ignorados por la sociedad repercutiendo así en su comportamiento, en su modo de vida y aun más importante, esto podría influir en su alimentación.

La presente investigación se realizará en un grupo muestra de 20

adultos mayores de 60 años en adelante con el fin de analizar ciertos aspectos físicos, sociales, económicos y psicológicos que puedan repercutir en su alimentación.

Por último el proposito de esta investigación no es solo el aporte de conocimientos que pueda atribuir a los profesionales de la salud o cualquier persona que se interese por el tema, sino más aun para consciencia de los problemas que presenta este grupo de la población y un compromiso para tratar de resolverlos lo mas pronto posible, ya que hay que considerar que dentro de un futuro no muy lejano este sera el grupo mas grande de la sociedad y tal vez nos toque ser parte de él, pues como dice el dicho "Como te ves me ví y como me ves te verás"

"Saber envejecer es la mayor de las sabidurias y uno de los más difíciles capítulos del gran arte de vivir"

Programa de Rehabilitación Psicosocial e Inserción Laboral para los usuarios del Hospital Psiquiátrico “Dr. José Torres Orozco” de 18 a 50 años con Diagnóstico de Esquizofrenia.

Por Juan Pablo Salto Ornelas, Director: Dra. Ma. Isabel Morales Martínez
Asesor: Mtra. Ma. De Lourdes Negrete Paz, Licenciatura: Psicología

Ante la necesidad de programas orientados a la reducción paulatina eliminación del estigma social que aqueja a las personas con un trastorno mental, se propone la realización de un documento que formalice los mecanismos de atención ambulatoria en el departamento de Rehabilitación Externa del Hospital Psiquiátrico “Dr. José Torres Orozco” en la ciudad de Morelia, Michoacán. Dicho documento pretende complementar el servicio de rehabilitación ambulatoria con actividades orientadas a la inserción laboral y psicosocial de los usuarios con diagnóstico de esquizofrenia, promoviendo la inclusión social de los mismos y el respeto a sus derechos como personas, mejorando así la calidad de vida, tanto de los usuarios como de la comunidad en la que se desenvuelven.

En la actualidad, el Estado de Michoacán cuenta con dos alternativas para la atención a la salud

mental: el Hospital Psiquiátrico “Dr. José Torres Orozco” y el Centro Michoacano de Salud Mental. Sin embargo, el primer hospital mencionado es el único que cuenta con un programa de Rehabilitación Externa, el cual pretende contribuir con el tratamiento psiquiátrico, proporcionando a los usuarios atención terapéutica, mediante la generación de conciencia de enfermedad y el desarrollo de actividades rehabilitatorias, de inserción social y, en ocasiones, actividades orientadas a la inserción laboral.

Así pues, la implementación de un programa orientado a la inserción laboral de las personas con diagnóstico de esquizofrenia tiene como finalidad contribuir a subsanar cumplimiento de las recomendaciones internacionales en materia de inserción social, pero sobretodo, pretende promover el respeto a los derechos humanos y a la vez, aportar elementos para

combatir el estigma que sufren las personas con algún trastorno mental.

Se pretende entonces, implementar un programa de rehabilitación psicosocial orientado a la inserción laboral, con el cual se procurará que los usuarios del Departamento de Rehabilitación Externa del Hospital Psiquiátrico “Dr. José Torres Orozco”, recuperen su funcionamiento social y laboral. Adicional al contenido del programa, será necesario promover el apoyo a los usuarios por parte de la sociedad y del sector salud, ya que se requiere de la participación y la comprensión por parte de la ciudadanía en general para lograr la reintegración de las personas con trastorno mental en la comunidad, pues la generación de redes de apoyo a los usuarios de los servicios psiquiátricos, les permitirá mantener una mejor calidad de vida, en condiciones normales y dentro de su entorno social.

Prevención de la Diabetes Mellitus Tipo 2 en edad adulta de 21-35 años

Por Fernanda Ojeda Arroyo
Asesor: Prof. Hugo Sánchez Acosta
Director: Antonio Barajas
Licenciatura: Nutrición

El ser humano ha implementado medidas para prolongar su tiempo de vida, mejorar su salud y prevenir enfermedades, de manera que pueda ser mejorada su alimentación ya que hay estrecha relación entre la ingesta de alimentos con la predisposición a enfermedades.

La diabetes mellitus tipo 2 es un desorden del metabolismo, del proceso que convierte el alimento que ingerimos en energía.

Esta enfermedad la cual se manifiesta en la edad adulta se encuentra principalmente en personas con obesidad y sobrepeso, atribuida al exceso de ingesta de alimentos y vida sedentaria. México tiene un índice elevado de estos dos problemas por consecuencia también la incidencia de diabetes mellitus está aumentando considerablemente.

El Sector Salud Mexicano ha im-

plementado una serie de estrategias en el ámbito nacional encaminadas a la prevención. La diabetes preocupa profundamente a la sociedad por su elevado costo humano y económico, por ello esta enfermedad es motivo de un gran esfuerzo de la investigación. Dentro de la dieta básica del mexicano existen alimentos sanos que pueden ser consumidos para su prevención.

Se encuestaron 20 personas de la ciudad de Morelia con ingresos económicos medios, con objeto de identificar los alimentos que son preferentes en la edad adulta y cuáles de estos pueden propiciar que se desencadene esta enfermedad. En relación a la hipótesis de investigación se asume que mediante el consumo de alimentos saludables, es posible la prevención de la Diabetes mellitus tipo 2 en personas propensas a padecerla.

La faceta adversa de la depresión en el bullying en adolescentes de la ciudad de Morelia, Michoacán

Por Vázquez Posada Eduardo.

Asesor:

Dra. María de Lourdes Negrete Paz.

Director:

Mtra. Ma. Isabel Morales Martínez

Licenciatura: Psicología

Se tiene en cuenta el daño que ejerce el bullying en los adolescentes. No obstante, se deja afuera lo que piensan los adolescentes del bullying.

Por lo cual, para la presente investigación se toma la cara adversa del bullying donde se muestra una dependencia de la persona por su agresor; al igual que en el caso de las parejas que presentan agresiones físicas. La frase, por ejemplo, "Pégame pero no me dejes" clarifica la idea de que existe una dependencia.

Por lo cual se pretende comprobar el por qué existen situaciones en las que no se puede romper el bullying en los adolescentes. La propuesta que se quiere manejar es un taller para reducir el bullying con estos adolescentes que presentan esta cara adversa.

La falta de atención en el deporte en personas discapacitadas

Por Silvia Cisneros Merlán
Asesor: Prof. Hugo Sánchez Acosta
Director: Mtro. Eduardo Rubio
Licenciatura: Cultura Física y Deporte

En la sociedad que vivimos la mayoría de las personas tienen un interés especial en el deporte de fútbol, sin embargo no han obtenido conocimiento alguno de los diferentes deportes adaptados, los cuales no tienen un apoyo mayor del gobierno y la población, ¿Por qué no ponerle un mayor interés a estos deportes?, éstas personas son un gran ejemplo de vida. Como muchos ya lo saben, el sobresalir en la vida ordinaria no es tan fácil y menos en estas situaciones.

Ayudar a quien necesita nuestra ayuda, conferencias, talleres, publicidades, todo tipo de apoyo es indispensable. Se necesitan

personas capacitadas en rehabilitación y entrenamiento que amen lo que hacen, para así facilitar las actividades tanto para ellos como para los deportistas. Se necesita disponibilidad completa de apoyarlos, paciencia, y no disminuir su autoestima.

La falta de atención en el deporte en personas discapacitadas genera que haya un mayor índice de depresión en ellas. Démosle el mismo interés y apoyo físico, psicológico que se le da a otro tipo de deportes.

Grupo de personas a las que nos acercamos para esta investigación.

Importancia de las actividades recreativas y deportivas en familia

María Yizel Arriaga González, Asesor: Prof. Hugo Sánchez Acosta
 Director: Lic. Rodolfo Eduardo Rubio Sánchez



En las familias hay grandes circunstancias y/o motivos que los llevan a no realizar actividades recreativas y deportivas en familia. En la actualidad México está en el primer lugar de obesidad infantil.

Con la investigación que se llevó a cabo, el objetivo era motivar a la sociedad a llevar una convivencia en familia con la práctica deportiva y recreativa, también así fomentar el hábito deportivo en familia en mejora de la salud. Ya que, como se mencionó anterior-

mente, existen grandes problemas de salud en México y en todo el mundo.

El instrumento de medición que utilizó fueron encuestas aplicadas a los padres de familia; con una muestra de 25 personas. En ésta, se pudo apreciar las muchas razones por las cuales no realizan actividad física en familia.

El campo de trabajo, se abordó en áreas deportivas y recreativas a las cuales asisten personas que realizan algún tipo de deporte, ejercicio o recreación. Se hace no-

tar que hay muchas madres de familia con los niños, los padres casi no realizan actividades deportivas con sus hijos, debido a que se encuentran trabajando y las madre son amas de casa.

Finalmente la hipótesis de la investigación es: "El exceso de tiempo en jornadas laborales provoca falta de convivencia deportiva en familia."

(Las actividades deportivas y recreativas en familia siempre te mantendrán unidos, mientras así lo deseen).

Importancia del desarrollo de las capacidades coordinativas en la iniciación de fútbol

Por Damara Domínguez Aguirre
Asesor: Prof. Hugo Sánchez Acosta

El periodo en el que el individuo empieza a aprender de forma específica la práctica de un deporte es lo que se conoce como iniciación deportiva. Dentro del fútbol de base, al momento de planificar el entrenamiento, es necesario no solo enfocarse en los fundamentos técnicos, sino tomar en cuenta el desarrollo de las capacidades coordinativas, mismas que ayudan a un proceso de regulación y dirección de los movimientos y como consecuencias permitirán al niño tener un mejor rendimiento.

Por ello, con esta investigación realizada dentro del Centro de Formación Monarcas Morelia se pretende buscar un adecuado progreso de las capacidades coordinativas en el período de iniciación deportiva, que comprende a niños de 6 a 12 años. Estas edades son en las que el niño se encuentra en su fase sensible de desarrollo y eso permite que al atender estas capacidades se adquieran y maduren con mayor énfasis durante su crecimiento.

Este proceso se llevará a cabo mediante ejercicios que estimulen las capacidades coordinativas,

con la finalidad de formar deportistas más preparados en este ámbito, lo que permitirá realizar movimientos con mayor precisión, economía y eficacia, además de una mejora en la práctica del fútbol.

La importancia de valorar aspectos como el desarrollo y estímulo de las capacidades coordinativas en esta etapa de iniciación, sirve de eje fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje, y más adelante, dar cuenta que la enseñanza será significativa y comprendida desde los procesos dentro del fútbol.

A lo largo de dicha investigación se realizarán evaluaciones que determinarán el nivel en que se encuentran los niños en lo que respecta a coordinación, continuando con la observación y trabajo mediante ejercicios progresivos para la estimulación de las capacidades físicas coordinativas, con la finalidad de determinar cuál es la influencia que tiene el trabajo de estas capacidades dentro del fútbol de iniciación en el CEFOMM, además de ver cuáles son los avances que se tienen en cada uno de los alumnos.

El impacto positivo de la actividad física o ejercicio en el Síndrome Premenstrual (SPM)

Por Karla Verónica Carreño Ocampo, Asesor: Prof. Hugo Sánchez Acosta

Aún en la actualidad existen muchas mujeres que sufren debido al Síndrome Premenstrual (SPM), llegando incluso al cese de actividades, interfiriendo o afectando de manera importante su trabajo, compromisos importantes o tareas de la vida diaria debido a los fuertes dolores y molestias que las aquejan. Si bien, los síntomas y la intensidad varían de mujer a mujer, no dejan de ser molestos.

Hoy en día, es recomendado realizar por lo menos una hora de ejercicio aeróbico de baja a moderada intensidad de 3 a 4 veces por semana para que los síntomas del SPM disminuyan de manera importante llegando incluso a desaparecer en algunos casos. Aun así, son pocas las mujeres que conocen o hacen caso a esta recomendación debido a tabúes o creencias conservadoras. Un ejemplo de éstas creencias es que se debe estar en reposo y evitar toda clase de ejercicio y/o actividad física durante el periodo menstrual ya que esto intensificaría los dolores e incluso provocaría que hubiera un flujo más abundante.

Por esta razón es importante dar a conocer los beneficios y el porqué es bueno realizar actividad física aun cuando se está menstruando o cuando se empieza con las molestias del SPM, ya que entre otros beneficios, la actividad física moderada y la práctica regular de ejercicio no parece afectar la menstruación, al contrario, llega a haber una mejoría en la dismenorrea (menstruación dolorosa) y una regulación en el ciclo menstrual.

Para ésta investigación espero contar con una muestra mínima de 30 alumnas de la Universidad de Morelia (UDEM), para hacer grupos, entre los cuales, a uno, con la sintomatología previamente mencionada, se le aplicará un plan de entrenamiento físico moderado para así, ir observando sus respuestas a dicho estímulo.





Universidad de Morelia

www.udemorelia.edu.mx

POSGRADOS

CONSTRUYE
la mejor versión de ti



ESPECIALIDADES (2 Cuatrimestres)

- Gestión Empresarial
- Operación Aduanera
- Periodismo Político

MAESTRÍAS (2 Años)

- Arte Digital y Efectos Visuales VFX (Nueva)
- Nutrición Humana (Nueva)
- Tecnologías Móviles y Negocios (Nueva)
- Historia del Arte
- Psicología Clínica
- Tecnologías de la Información

Tel. (443) 317 77 71 y 01800 509 9422

Fray Antonio de Lisboa 22, Esquina Avenida Tata Vasco, Centro Histórico, Morelia, Michoacán.