

- A partir del siguiente año, el convenio tomará concreción, ya que se recibirá al menos un profesor de la UPAEP en PSU para el período de Verano del 2004 y un profesor de PSU en la UPAEP.

Acercamiento entre la universidad de Portland State University y la UPAEP



- La intención es firmar un acuerdo entre ambas entidades de negocios, tanto PSU como UPAEP, para intercambiar profesores e impartir cursos a nivel de posgrado en ambas universidades.

Pág. 3

VW Reconoció a estudiantes de Mecatrónica

Pág. 5

- “El futuro de la historia depende de la relación entre la ciencia y religión” aseguró especialista en el tema.

La religión india es una de las civilizaciones más evolucionadas

Pág. 3

- Se reconocieron a los mejores cortometrajes

Primera entrega de “Águilas Doradas”

Pág. 9

Cortometrajes presentados





Avisos

web.upaep.mx/universitario

Benchmarking de otras universidades

26 de noviembre
11:30 a 13:30 hrs. CETEC
Dentro del proceso Visión 2015, se impartirá la conferencia: "Benchmarking de otras universidades".

Ceremonia de Otorgamiento de Grado

27 de noviembre
19:00 hrs. Gimnasio UPAEP
La UPAEP tiene el honor de invitar a la Solemne Ceremonia de Otorgamiento de Grado Licenciatura, especialidad y maestría, de Ciencias de la Salud, Arte y Arquitectura, Ciencias de la Comunicación,

Ceremonia de Otorgamiento de Grado

28 de noviembre
19:00 hrs. Gimnasio UPAEP
La UPAEP tiene el honor de invitar a la Solemne Ceremonia de Otorgamiento de Grado Licenciatura, especialidad y maestría de Humanidades, Administración y Contaduría Pública, Ciencias Económicas y Sociales, Ingeniería,

Peregrinación nacional al cerro del Cubilete

28 de noviembre
21:00 hrs. Entrada de la 21 Sur
Pastoral Universitaria invita a que se sumen a la peregrinación nacional al cerro del Cubilete. Salida de la UPAEP a las 21:00 hrs. Regreso el domingo 30 de noviembre a las 8:00 hrs. Informes: Ext.

Campaña "Mecánica Corporal"

29 de noviembre
Desde las 9:00 hrs.
Campus Central
El departamento de Salud Universitaria iniciará campaña "Mecánica Corporal", para el personal de

Evaluación Docente

¡No olvides que la próxima Evaluación Docente, será del 25 al 28 de noviembre del 2003!
Es tu derecho... TÚ DECIDES.

Asamblea general de alumnos

26 de noviembre
12:00 a 14:00 hrs. B-300
El departamento de Humanidades dentro del ciclo "Temas Selectos de Humanidades" realizará

Feria de la Investigación

3 de noviembre
9:00 hrs. C-103
Inauguración de la Feria de la Investigación.
Organiza el departamento de Administración y

Visión 2015

"Tenemos que construir una visión tan hermosa y apetecible que los que estén en la UPAEP en el año 2015 la acojan con la pasión que tuvieron los fundadores".

Mtro. Javier Cabanas

Se invita a la comunidad universitaria al siguiente ciclo de conferencias

Nombre	Fecha
"Tendencias en el entorno"	28 de noviembre
"Benchmarking de universidades"	26 de noviembre
"Autoestudio"	4 de diciembre

Lugar: Centro de Tecnología Educativa (CETEC) 9 Poniente No. 1715
Hora: De 11:30 a 13:30 hrs.

Directorio

Dirección: Juan Pablo Proal Mantilla. **Subdirección:** Juan Pablo Ramos Monzón. **Directora de la Mesa de Redacción:** Patricia Díaz Terés. **Entorno:** Juan Pablo Proal Mantilla. **Tú vida universitaria:** Eder Meis Ortega. **Espárcete:** Fernán González Merino. **Mosaico:** David Hernández. **Deportes:** Paloma Benítez. **Imagen:** David Hernández Ponce. **Diseño:** Gabriela Limón Díaz, Sandra Ramírez Torres, Claudia Pérez Olmedo, Luis Francisco Montero Hernández, Ma. José Nache, Deniss Calva Muñoz, Annelise Mata Deandar. **Publicidad:** María Fraille. **Reporteros:** Sandra Lizzete Torres Gil, Manuel Molina, Paloma Benítez, Darío Contreras, Federico Flores Pérez, Jorge David Coto Díaz, Rafael Guzmán Cisneros, Gabriela Zaragoza. **Columnistas:** Joaquín Ruiz Sánchez, Raymundo Enríquez, Eder Meis, Federico Flores Pérez.



Acercamiento entre la universidad de Portland State University y la UPAEP

En el Verano del 2003, el Dr. Marco Polo Tello Velasco impartió, por segundo año consecutivo, el curso de Problemas Socioeconómicos de México, en el departamento de Sociología de Portland State University (PSU). Sin embargo, como su actual área de adscripción es el departamento de Administración y Contaduría, a instancias de su director académico, el M.A. Iván Aguirre Hernández, sostuvo una reunión inicial con el Dr. Earl Molander, Director de Programas de Intercambio Internacional, de la Escuela de Negocios de Portland State University (SBA-PSU).

La intención es firmar un acuerdo entre ambas entidades de negocios, tanto PSU como UPAEP, para intercambiar profesores para impartir cursos tanto a nivel de pregrado como en el de posgrado en ambas universidades.

El Dr. Molander convocó a una reunión con todos los profesores del SBA-PSU, foro ante el cual el Dr. Tello habló y explicó acerca del espíritu del acuerdo, el cual fue acogido como favorable por



A partir del siguiente año, el convenio tomará concreción, ya que se recibirá al menos un profesor de la UPAEP en PSU para el

ellos, mostrando interés inmediato tres profesores del área para venir a impartir cursos en la UPAEP.

Como consecuencia de ello, nos visitó la semana pasada y a inicios de ésta el Dr. Scott Marshall, profesor-investigador de tiempo completo del SBA-PSU y próximo coordinador de la maestría en Negocios Internacionales de la universidad americana. Se reunió inicialmente con el Mtro. Iván Aguirre Hernández,

Director del departamento de Administración y Contaduría y el Dr. Marco Polo Tello, para afinar detalles del acuerdo que contempla en adición, además del intercambio de profesores, el poder realizar investigación conjunta, trabajos académicos comunes y eventos de reunión académica binacional. Con beneplácito, el Mtro. Alfredo Miranda López, Secretario Académico de la UPAEP, acogió la

idea y sostuvo una reunión para ver los pormenores del convenio con el Dr. Marsall, el Mtro. Iván Aguirre y el Dr. Marco Polo Tello. Por parte del departamento de Administración y Contaduría de UPAEP, los programas beneficiados serán los de licenciatura en Administración de Empresas, Administración de Instituciones y Contaduría Pública, la maestría en Auditoría y la Maestría y doctorado en Dirección de Organizaciones.

Por parte de la Escuela de Negocios de Portland State University, los programas beneficiados serán los de Bachelor of Business Administration, Master in Finance, Master of Business Administration, Master of Technology Innovation y Master of International Business Administration. A partir del siguiente año, el convenio tomará concreción, pues se recibirá al menos un profesor de la UPAEP en PSU para el período de Verano del 2004 y un profesor de PSU en la UPAEP también para dicho periodo.

La religión india es una de las civilizaciones más evolucionadas

- “El futuro de la historia depende de la relación entre la ciencia y religión” aseguró especialista en el tema

Dulce María Useanga.- “El futuro de la historia depende de la relación entre la ciencia y la religión” declaró José Kalapura, doctor en filosofía e historia por el Blair Social Institute de Patna, India, en la conferencia “Ciencia y religión, diálogo y ecología: una perspectiva desde las religiones indias” organizada por el Centro de Estudios en Ciencia y Religión (CECRIR) que se llevó a cabo en esta Universidad.

El ponente explicó los modelos que confrontan a estos dos fenómenos y la perspectiva que existe para entenderlos desde las religiones que se profesan en la actualidad. Dijo que “la ciencia es un movimiento que trata de buscar las estructuras del universo y el entendimiento de todas sus operaciones desarrolladas; la religión por su parte, tiene tres elementos que son: el reconocimiento de las personas con sus limitaciones, su entendimiento y percepción en el cosmos y su aceptación para sentirse listo para rendirse a algo mayor que sí mismo, algo que va más allá de la ciencia y del entendimiento del universo”.

Abundó sobre la forma en que la religión hindú ha enfrentado a estos aspectos, afirmó que ésta se preocupa por impulsar el desarrollo conjunto entre ciencia y religión, porque son el resultado de la interacción entre fenómenos naturales y científicos.

“La ciencia sin religión esta muda y la religión sin la ciencia está ciega”, citó a Einstein y luego declaró: “si la ciencia y la religión no son cercanas, no importa, pero el hombre necesita ambas porque cada una se purifica y mejora a la otra, al mundo en que ambos pueden fortalecer; no deberían ser oposición sino complemento”.

Finalmente expuso que la religión india es una de las más evolucionadas que ha trascendido en épocas distintas y se ha ido reformando y cambiando.

Y concluyó su conferencia afirmando que la ciencia y la religión en el mundo, tienen un papel dominante para crear un sistema efectivo de valores, concluyó.

La formación integral dentro de la Visión 2015

Sandra Lizet Torres Gil.- Siguiendo con el proyecto Visión 2015 de esta institución, el pasado 19 de noviembre se llevó a cabo la conferencia interactiva "Formación integral del alumno". El objetivo principal fue dar a conocer la formación integral que recibe el alumno en esta Universidad.

Para abordar el tema central, el Secretario de Rectoría Lic. Carlos Castro, explicó lo que se refiere a la formación integral que se imparte al alumno en esta institución. "La Visión 2015 se fijó en base a un análisis que se hizo al contenido de los documentos que explican los avances y estado de la Universidad para saber qué es lo que se iba a abarcar en esta visión".

Retomó el tema de la "formación" que afirmó, hace similitud con la palabra "educar", señalando que cuando hablamos de una formación estamos hablando de la educación.

Durante la conferencia se desarrolló el tema de la excelencia "la formación integral no se contrapone con la excelencia académica, por el contrario, la integra necesariamente".

La conferencia abrió una sesión de mesas de discusión entre alumnos y maestro compartiendo ideas y dando opiniones



El logotipo que representa al proyecto Visión 2015, Está formado por líneas curvas y rectas, las primeras representan el factor humano y las últimas el factor tecnológico, así como la abstracción del ojo que significa

Las metas de Visión 2005 se cumplieron; aunque todavía no al 100%

Federico De Jesús Flores Pérez.- El Rector de la UPAEP, Mtro. Javier Cabanas Gancedo, dijo que las metas programadas para el proyecto Visión 2005 "se cumplieron, pero no al cien por ciento"; sin embargo, todavía queda tiempo para finalizarlas, ya que en año y medio más, se estará poniendo en marcha el nuevo plan para el 2015.

Destacó los resultados positivos arrojados por el proyecto Visión 2005, destacando que: la Junta de Gobierno ve con buenos ojos a la institución universitaria; la constante difusión y presencia de la UPAEP en los medios de comunicación, sosteniendo el segundo lugar en la prensa; el ambiente congruente con el ideario; y las alianzas estratégicas con otras instituciones, como es el caso de la carrera de Mecatrónica con Volkswagen por citar alguno.



El Rector de la UPAEP, Mtro. Javier Cabanas Gancedo, dijo que las metas programadas para el proyecto Visión 2005 "se cumplieron, pero no al cien por ciento".



En la sesión participaron 35 personas: miembros de Rectoría, asesores de rectoría, directores de

Durante la sesión de diálogo "Estrategias prioritarias de la Visión 2005" llevada a cabo el viernes pasado, recaló la importancia de "no arrancar el nuevo proyecto 2015, antes de finalizar el actual; ya que falta consolidarlo, para poder partir sobre una base hacia el nuevo plan". Señaló que la presente rectoría, siempre ha trabajado sobre tres estrategias: ambientes de motivación, relación eficiencia-eficacia y excelencia académica.

Abundó en la importancia de no forzar el crecimiento del proyecto, ya que éste debe darse en forma natural, "pon tu esfuerzo en remover aquello que enfrente el crecimiento natural". En la sesión participaron 35 personas: miembros de rectoría, asesores de rectoría, directores de departamento, maestros, personal de servicio y alumnos; las juntas de diálogo, continuarán los días miércoles y viernes de esta semana, la participación está abierta a toda la comunidad.



Bolsa de Trabajo

Puesto Operador General
Sexo Masculino
Edad 20 a 35 años
Escolaridad Preparatoria, bachillerato
técnico o equivalente
Experiencia En industria automotriz, 2 años

Puesto Publicidad
Sexo Femenino
Escolaridad Diseñador gráfico
Experiencia No necesaria
Conocimientos Microsoft Entourage, Font Agent
Pro
Sueldo 4000 pesos

Puesto Admón. de relaciones
institucionales
Sexo Femenino
Edad 22 a 28 años
Escolaridad Arquitectura, relaciones
industriales,
administración o comunicación
Conocimientos En relaciones públicas, tener
automóvil propio
Sueldo 5000 y 7000 pesos, según
aptitudes

Puesto Practicante en recursos
humanos
Sexo Femenino
Edad 21 a 25 años

Agenda

27 y 28 de noviembre

9:00 a 11:00 hrs.

Sala Francisco de Vitoria

2da. Jornada de Conferencias de Comercio Internacional "Asia,

la nueva frontera comercial, oportunidades y retos". Talleres:

Clasificación Arancelaria: Lic. Alfredo Iván Ferrer Toledo.

E-Commerce: Mtra. Judith Cavazos A.

Envase y Embalaje: Mtra. Soraya Reyes Guerrero.

30 de noviembre

De 9:00 a 16:00 hrs.

La Biblioteca Central tendrá servicios extraordinarios como préstamos, renovación y devolución de materiales, publicaciones periodísticas, sala de biblioteca electrónica y fotocopiado.

Actualización Médica 2003

Es bien sabido que la carrera de Medicina es una carrera que requiere de una constante actualización por la inmensa cantidad de información que se genera todos los días en el área de las ciencias de la salud, por lo cual este tipo de eventos son necesarios para que los asistentes tengan la oportunidad de contar con nuevos elementos de discusión en el campo de la medicina. El pasado 14 y 15 de noviembre la facultad de Medicina organizó las primeras jornadas de actualización internas, coordinado por la mesa directiva de la facultad y el Mtro. Mariano Sánchez Cuevas. En dicho evento los alumnos de la carrera de Medicina de nuestra Universidad y de otras, tuvieron la oportunidad de conocer y actualizarse en diversos tópicos como: la diabetes, hipertensión, defectos de tubo neural, hepatitis, helicobacter pylori, medicina molecular y cáncer entre otros temas de actualidad. De igual manera en dicho evento los asistentes, alrededor de 250 alumnos, en diferentes sitios como Cáritas, el laboratorio de Fisiología Cardiovascular, el CUC y el laboratorio de Habilidades y Destrezas; participaron en distintos talleres de manera simultánea como: Diagnóstico y tratamiento de la diabetes, Manejo de fracturas, elaboración de historias clínicas, RCP básico y medicina basada en evidencias, entre otros. Cabe mencionar también que el evento contó con dos conferencias magistrales. La primera impartida por el Dr.

VW Reconoció a estudiantes de Mecatrónica

Candra Lizet Torres Gil.- Veintidós alumnos de la carrera de Ingeniería en Mecatrónica de esta institución recibieron constancia de asistencia a cursos recibidos por parte de la empresa Volks Wagen el pasado 19 de noviembre, cubriendo así la parte práctica de materias formativas del área curricular de la carrera.

Los cursos fueron: "fresado", que consistió en el adiestramiento, manejo de máquinas y herramientas convencionales; el "CNC" o Control Numérico por Computadora; y el "Power Mill", que fue simulación más avanzada a través de un software para los diseños de productos de la empresa.

"Es importante que todos los alumnos,

a nivel de formación personal y profesional tomen cursos fuera de la institución puesto que se ponen en contacto con tecnología de punta, en especial con la VW" expresó el Lic. Antonio García, catedrático de la facultad de Ingeniería en Mecatrónica de esta Universidad.

Entre los presentes durante la premiación estuvieron: el Ing. Alberto Marín Martínez, Gerente del departamento de Becarios de VW; Ing. Juan Manuel Campos Díaz, asesor del departamento de Personal; Lic. Alfredo Miranda, Vicerrector Académico y el Dr. Rafael Rangel, Director del departamento de Ingeniería.

Escasez de “verdaderos líderes”

Federico De Jesús Flores Pérez.- Para el sacerdote y teólogo Antonio Casasola Benítez hay escasez de líderes que “vean más allá de lo que la sociedad nos ha impuesto”; y reprobó la concepción que algunos autores de la actualidad tienen con respecto al liderazgo, la calificó como “el mismo perro, pero con diferente collar”, ya que “sólo nos llama a vivir a cada uno para su mundo y su círculo inmediato”, buscando como fin principal el éxito y el dinero a cualquier costo.

Durante su intervención en el coloquio “Profesional como líder social”, organizado por el departamento de Asuntos Estudiantiles y Liderazgo Universitario; el teólogo agregó que para ser verdaderos guías, hay que llevar a la gente a la verdad, tarea que según el presbítero corresponde al mismo hombre hallarla en Dios, “que es el origen de cada cosa y de todo lo existente”.

CENEVAL invitará a Ciencias Económicas para reunión general

Rafael Guzmán Cisneros.- El director de la división de estudios económicos de la UPAEP, Mtro. Francisco Villareal Reina, recibió una invitación del Centro Nacional de Evaluación para la Educación Superior (CENEVAL), mediante la Coordinación del Área de Ciencias Económicas Administrativas, para una reunión del consejo técnico del examen general para el egreso de la

- La sociedad utilizará una nueva tecnología que incluirá celulares que sólo con movimientos marcarán los números telefónicos deseados

En 10 años la Micro y la nanotecnología serán cotidianas

Eder Meis Ortega- En un máximo de 10 años la sociedad utilizará una nueva tecnología que incluirá celulares que sólo con movimientos marcarán los números telefónicos deseados; en la medicina se implementarán sensores físicos, químicos, radiológicos y biológicos; será muy diferente la manea de vivir y cambiará la realidad como la conocemos.

Cuando se habla de la construcción de micro y nanotecnología se dice que se está generando una nueva revolución industrial, utilizando ésta, tanto la gravedad como la inercia son “despreciables” y parece ser que al trabajar con la materia en proporciones tan diminutas se está descubriendo un nuevo estado de la materia puesto que ésta se comporta de manera muy diferente a lo que conocemos.

Dentro de la ponencia “MEMS y NEMS, un futuro muy diferente” el Ing. Fidel Pacheco García invitó a los asistentes - en su mayoría estudiantes de Mecatrónica- a que se imaginaran un mundo donde ni la gravedad ni la inercia son indispensables.

En la microtecnología todavía existe contacto entre sus partes; pero en la nanotecnología no existe ninguno, así que son completamente “despreciables” la gravedad y la inercia, el expositor hizo la pregunta ¿de dónde van a salir las nanoestructuras? Y él mismo contestó que se encuentran en la naturaleza y puso como ejemplo experimentos que se han realizado dentro de esta Universidad donde se han logrado hacer agujas de plata nanométricas sintetizadas por bioreducción, lográndolas hacer por miles; mencionó que estas estructuras podrían ser utilizadas como prótesis neurales para lograr contactos entre los nervios.

La Nanotecnología en los celulares

En un máximo de 10 años la sociedad utilizará una nueva tecnología que incluirá celulares que sólo con movimientos marcarán los números telefónicos deseados; en la medicina se implementarán sensores físicos, químicos, radiológicos y biológicos; será muy diferente la manea de vivir y cambiará la realidad como la conocemos.





Sin Medias Tintas

Mi despedida

Raymundo Enríquez M- La política es el eterno juego por el poder, donde cada pieza, donde cada actor, debe decidir entre tomar su lugar y con ello asumir las consecuencias de sus actos ya sea para bien o para mal o simplemente resignarse a morir.

Hubo quien alguna vez dijo que la política era el segundo oficio más viejo del mundo, pero que paradójicamente se parecía demasiado al primero. Y es que desde ancestro el hombre ha luchado por lo que es suyo y por lo que no lo es, todo desde Nerón hasta López Obrador ha sido la misma lucha, hoy por hoy hay quien se sorprende aún de ver juntos a Manuel Bartlett y a Cuauhtémoc Cárdenas, pero esto no es más que señal de ignorancia sobre el tema que ha movido al mundo desde que el hombre tuvo que luchar por una choza para resguardar a los suyos del frío.

Este ha sido el tema del que me he permitido hablar a lo largo de tres años y medio en que esta columna se ha publicado y en la que su servidor colaboraba semana a semana.

Así su servidor se despide del mucho o poco público que le hizo alguna vez el favor de leerle semana a semana, desde aquellos amigos que se asomaban a la columna simplemente por entender, hasta los metiches y mal intencionados que sólo buscaban apedrear; gracias a todos porque de cada uno de ellos he aprendido, desde el politólogo que me reclamó la acusación de retrógradas a los tamaleros de Oaxaca en el caso McDonalds, hasta mis distintos editores (Luz y Paty) a quienes agradezco el enorme y valioso

Y tú ¿cómo bajas de peso?

Mario Alberto Enríquez Espinosa.- Si nos referimos específicamente al peso corporal éste va a depender de un equilibrio entre la energía (calorías) que es incorporada como alimento y la energía (calorías) que es utilizada como combustible para los procesos corporales y la actividad física principalmente.

De esta manera, si se incorporan al organismo más calorías de las que se gastan, el peso corporal aumentará. Por la misma razón, si se gastan más calorías de las que se incorporan, el peso corporal disminuirá.

El requerimiento calórico diario, en kilocalorías (Kcal.), para los varones adultos jóvenes que no son atletas, en promedio, aproximadamente es de: 3.000 Kcal. para hombres y 2.000 Kcal. para mujeres. Es decir si el gasto calórico diario para el varón mediante su actividad física fuera también de 3.000 Kcal. su peso corporal permanecería constante.

Para los atletas varones y mujeres sumamente activos, los requerimientos calóricos diarios pueden llegar hasta 5.000 a 6.000 Kcal. y 3.500 a 4.500 Kcal., respectivamente. Aún cuando estos valores pueden parecer excesivamente elevados, recordemos que, también, los gastos diarios de energía de los atletas son altos.

Un mito. Agua contra la pérdida de grasa.

El agua carece de valor calórico; en consecuencia, tomar agua en grandes cantidades no origina obesidad. La pérdida de agua tampoco desempeña ningún papel en la pérdida de grasa corporal. Por lo tanto, es injustificada la creencia de que la pérdida excesiva de líquidos mediante la transpiración hace perder peso.

Esa práctica, en realidad, es muy riesgosa: las personas que se arropan con trajes especiales para sudar, fajas, trajes de plástico, trajes térmicos y otras vestimentas similares; en días calurosos corren el riesgo de experimentar una grave deshidratación y otros problemas de salud.

Pueden creer que están "derritiendo" kilos, pero esa circunstancia nada tiene que ver con una verdadera pérdida de peso. Esta última es la pérdida de grasa corporal y la grasa corporal no se derrite.

tesoro de su amistad, apoyo y sobre todo confianza contra tantas barreras que tiene hoy la libertad de expresión desde la ignominia ingeniosa hasta la censura ideológica, gracias siempre por estar ahí...

También, sería un descaro de mi parte olvidar en este reconocimiento a todos aquellos actores que voluntaria o involuntariamente me dieron inspiración para que las teclas sonasen en mi ordenador, en especial a mis férreos críticos pero sinceros en su haber, a Monse, Denise, Pamela, Cristian y Cuervo de quienes siempre recibí críticas pero de aquellas que constituyen peldaños para alcanzar las nubes. Hay tanta gente a la que le debo amistad, inspiración o ayuda en estos años; sin embargo no quiero olvidar a quienes inspiraron toda esta realidad y que son mis padres de quienes recibí el amor por esta locura que se requiere para plasmar las ideas, gracias por todo y ustedes saben por qué tanto más...

Finalmente creo que no me queda nada más que agradecer a quienes intervinieron semana a semana para que yo apareciera en estas páginas por su trabajo incansable en especial nuevamente a Paty de quien aprendí el profesionalismo, a Don Juan en quien conozco la lealtad de colegas y a Fany por su imaginación, cabeza de sus ideas. Gracias por su apoyo y estoy seguro que un día su incansable labor será premiada más allá como ha pasado con muchos grandes, Paty te veo en letras libres... y a todos los que me faltan en la redacción y elaboración del Universitario gracias porque a pesar de nunca verlos me enseñaron lecciones de cómo se mueve el mundo, a los visibles e invisibles gracias también.

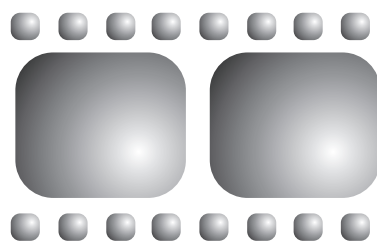
Así escribo mis últimas líneas en El Universitario, consciente de haber escrito siempre lo que consideré que era la verdad, verdad que libera y limpia de lo que se intenta ocultar a pesar de críticas y ataduras las cuales soporté con silencio por que así se mueve el mundo y ya. Espero verlos a algunos de ustedes en la pagina de internet ProduC.com.mx donde colaboraré semanalmente y tendré el honor de seguirles entreteniéndolos en el gran teatro de la vida si Dios y ustedes así lo quieren y sobre todo si la política sigue siendo el gran juego donde ganar no es lo más importante, es lo único....GRACIAS.

Conclusión: Lo que contribuye verdaderamente a la pérdida de grasa corporal, insisto, es el aumento de la actividad física programada y durante un período de tiempo considerable, manteniendo la ingestión de calorías más o menos constante, o bien reducir razonablemente la ingestión calórica, si nuestra actividad física no es alta.

Recordemos que el aspecto individual más importante para perder grasa corporal es cuando la ingestión calórica es menor que el consumo calórico, o sea (energía gastada durante la actividad).



El requerimiento calórico diario, en kilocalorías (kcal.), para los varones adultos jóvenes que no son atletas, en promedio, aproximadamente es de: 3,000



Tianguis Web

www.atame.org

Juan Pablo Ramos Monzón.- Si la música, y en especial la guitarra son parte importante en tu vida, en esta página podrás encontrar la más grande compilación de letras y acordes de todo tipo de género de canciones en español.

Desde grupos de blues como Real de Catorce, rock como La Gusana Ciega; hasta solistas como Charly García o Enrique Bunbury, incluso podrás encontrar (aunque no sea para presumir) los refritos del mismísimo asesino de las canciones Nicho Hinojosa.

En esta página tendrás la opción de elegir entre tablaturas y



Disco

Juan Pablo Ramos Monzón.- "Diario de un peatón" es la nueva producción de Joaquín Sabina quien tras haber dejado las drogas que lo rodeaban se puso a trabajar en "Dímelo en la calle", un disco que sacó como respuesta a los golpes que le dio la vida y ahora en este nuevo trabajo (Diario de un peatón), Sabina ofrece un álbum doble en el que a parte de incluir "Dímelo en la



Libro

"Cómo suicidarse sin maestro"
Eduardo del Río, (Rius).

En esta ocasión, el crítico y monero Rius, hace una meticulosa observación a la calidad de vida que lleva el ser humano tanto en su alimentación como en sus costumbres. Más que una sátira, este libro es una prevención de lo que le puede pasar a aquel que vive en los excesos y malos hábitos. Con el estilo único de este escritor incluyendo personajes ya clásicos en sus obras, nos enseña datos que realmente son un llamado para no suicidarse sin maestro.

Poesía

¿Dónde me escondo?

Dónde se esconde este corazón
si al final del día al principio del mismo
no deja de sozar de latir, de desear.

Sabe dónde encontrarte
no quiere dejarte no quiere obligarte a amar
tiene miedo, incertidumbre, indecisión
alegría, ama, llora y vuelve a amar.

Sigue creyendo como algunos
en el amor pero ha encontrado un abismo infranqueable.

El haberte conocido sin poder tenerte
luchando por no quedar
relegado al fracaso de tus miedos, incertidumbres
recuerdos y todo aquello que no le permite tenerte
por completo.

Qué debe hacer, si el día es incierto
y en aquellos días
en que no te tiene, no te ve y no
te escucha... no te deja de pensar.

No encuentra solución a su desdicha
lo único que entiende es que ya no le importa
el no ser correspondido si realmente entiende
que tú no le perteneces...

Cuento

Jorge Luis Borges

Es el amor, tendré que ocultarme o huir. Crecen los muros de su cárcel, como un sueño atroz.

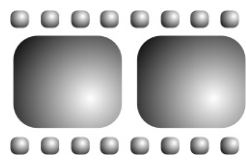
La hermosa máscara ha cambiado, pero como siempre es la única ¿de qué me servirán mis talismanes; el ejercicio de las letras, la vaga erudición, el aprendizaje de las palabras que usó al áspero norte para cantar sus mares y sus espadas, la serena amistad, las galerías de la biblioteca, las cosas comunes, los hábitos, el joven amor de mi madre, la sombra militar de mis muertos, la noche intemporal, el sabor del sueño?

Estar contigo o no estar contigo es la medida de mi tiempo. Ya el cántaro se

quiebra sobre la fuente, ya el hombre se levanta a la voz del ave, ya se han oscurecido los que me miran por las ventanas, pero la sombra no me ha traído la paz.

Es, ya lo sé, el amor; la ansiedad y el alivio de oír tu voz, la espera y la memoria, el horror de vivir en lo sucesivo. Es el amor con su mitología, con sus pequeñas magias inútiles.

Hay una esquina por la que no me atrevo a pasar. Ya los ejércitos se acercan, las hordas (esta habitación es irreal; ella no la ha visto). El nombre de una mujer me delata. Me duele una mujer en todo el cuerpo.



Agenda

La Comisión Nacional de Arte Sacro y el departamento de Arte y Arquitectura de la UPAEP invitan al **seminario: "Los bienes culturales de la Iglesia y el proceso metodológico de su investigación"**, imparte el Dr. José Miguel Panarace Arquitecto-Restaurador en la Cd. de Roma, Italia.
9:00 hrs. Casa de Posgrados UPAEP, 15 Norte, no. 1.

El departamento de Bellas Artes invita a toda la comunidad universitaria, a participar en el **curso de tango**. Instructores argentinos.

Para mayores informes: Tel. 246 74 49, e-mail: cencult@upaep.mx ; agrande@upaep.mx con el Director Agustín Grande Corpas, Dirección de Bellas Artes.
18:00 hrs. Bellas Artes UPAEP. 11 Pte. 1312.
Costo 100.00 pesos por curso, cupo limitado.

Miércoles 26 de noviembre

Exposición: **Concierto de la Orquesta Sinfónica del Estado de Puebla.**

19:00 hrs. Auditorio de la Reforma, Calzada de los fuertes, s/n.

Director invitado: Guillermo Villareal

1.- Sonoralía Zacatecana, E. Arias

2.- Concierto en Sol para Piano y Orquesta, M. Ravel

Solista: Héctor Landa

INTERMEDIO

1.- Sueño de una Noche de Verano, F. Mendelsohn

Entrada libre.

- Se reconocieron a los mejores cortometrajes que realizaron alumnos de CICOM

Primera Entrega de "Águilas Doradas"



Se premiaron a los 7 mejores cortometrajes, que fueron de tema libre y se dividieron en las categorías de: documental,

Cortometrajes



Jorge David Coto Díaz.- La primera entrega de los premios "Águilas doradas", contempló reconocer a los mejores cortometrajes que alumnos del último semestre de Ciencias de la Comunicación realizaron dentro de la materia de Análisis Cinematográfico.

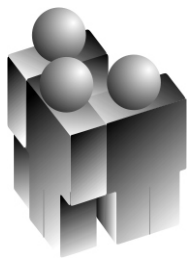
Se premiaron a los 7 mejores cortometrajes, que fueron de tema libre y se dividieron en las categorías de: documental, horror, cómico, musical, drama y suspenso.

Los premiados fueron: Grease, mejor cortometraje; La Bolsa, con la mejor fotografía; Los Muertos, a mejor póster; Infidelidad, mejor edición; Catedral, con el premio especial; 2909 el día, mejor música y fotografía.

Esta premiación se efectuó el día 18 de noviembre en la sala Francisco de Vitoria y estuvo organizada por el departamento de Ciencias de la Comunicación y Bellas Artes. Entre los presentes estuvieron el Lic. Juan Manuel Peñera del Centro de Capacitación Cinematográfica de México; Lic. Salvador Morales, miembro de la Sociedad General de Escritores de México (SOGEM); el Mtro. Arturo Villanueva, catedrático del departamento de Humanidades; Lic. José Julio Torres, catedrático de CICOM; el Vicerrector de Cultura y Formación Mtro. José Antonio Arrubarrena y el Secretario Académico Mtro. Alfredo Miranda Lara.



Esta premiación se efectuó el día 18 de noviembre en la sala Francisco de Vitoria y estuvo organizada por el departamento de Ciencias de la Comunicación y Bellas



Recaditos

Saludos a la "manita Paty":
Atte.
Ismael Tlapanco de Jesús,
Medicina, 7°.

Gehlier V.:
Me quedé esperando en el CUC y en clase.
Atte.
Ya sabes quien.

Niños de Comercio y D.P.P.
(que conocemos bien)
Un saludo.
Atte.
Admón. de Instituciones.

Krisel, 1° de Comercio:
Aunque un poco tarde, feliz cumpleaños, que te la hayas pasado chido. Nos vemos al rato.
Atte.
Roberto Fornace.

Querido Presidente:
Por medio del presente me es grato comunicarle que altera mis sentidos y el ritmo cardiaco de mi corazón.
Atte.
El que dio el voto a su favor, Jorge Lima Cuellar, C.P. 5°. Medicina 1°, grupo 8:
Queremos decirles que todos son guapos.

Atte. Sus novias
Alejandro de la Cruz,
Sistemas

7°: Un saludo de parte de todas las niñas bonitas de la UPAEP e IBERO.

Víctor Hugo Pacheco,
Medicina 3°: Te queremos mucho, eres un gran amigo, recuerda que cuentas con nosotras.
Atte.
Mariel y Adry Bere.

Pepe, D.P.P. 3°: Te amo más de lo que imaginé.
Atte.
Pete.

Gil ("El Peje") Medicina, 1°. Si de verdad deseas algo y quieres lograr algo, lucha de todo corazón, pues querer es poder.
Recuerda hazlo de corazón, piensa, medita y actúa.
Atte.
Tapachula te saluda...

Fermín:
Te deseo mucha suerte en tus exámenes y en especial en "Anato-Pato", ¡ah! Y ya no seas tan sentido.
Atte.
Ya sabes quién.

Alejandro de la Cruz Ruiz, Sistemas 7°. Un saludo.
Atte.
Zeus.

Jochis, Desi, Norma y Marisol
Gracias por su apoyo y amistad .las quiero mucho!!!
Deniss

Alex, Pedagogía 1°:
Apenas te conozco y ya siento que te amo, espero que nuestra amistad de un paso más.
Atte.
May.

Feliz Navidad y Año Nuevo a todos los lectores de El Universitario.

Todos los mensajes aquí publicados no son responsabilidad de este semanario.

CLONES



...También es soltero

Armando Mendoza





Futbol UPAEP, es una historia para recordar

Segunda y última parte

Paloma Benítez Tinoco.- Cuando el equipo de futbol soccer de la UPAEP ya estaba en segunda división, (donde se ubicó en el grupo tres) gozaba de fama por su rendimiento en la cancha; inclusive Alfredo Tena, cuando era director técnico del Puebla mencionó que los universitarios eran "un equipo con buen ritmo, que exigía bien, que apretaba y sobre todo que ponía su máximo esfuerzo."

Con 24 jugadores, el 22 de agosto de 1994 se completó el plantel que jugaría en la segunda división, pero el nido de las Águilas se ponía en duda, ya que la directiva del Puebla se negaba a prestar el estadio Cuauhtémoc, esto aunado a que el Zaragoza no se podía empastar, porque era utilizado como llano en aquella época.

El mismo 22 de agosto se le dio un ultimátum a la UPAEP: conseguían estadio o estaban fuera del torneo. Por fin, el primero de septiembre Águilas llegó a un acuerdo con la directiva de la Franja, se prestaría el

estadio, pero para poder jugar dependía de que las lluvias desaparecieran.

Al siguiente sábado, los "aguiluchos" tendrían su primer encuentro, pero el viernes llovió tan fuerte, que para el día del partido el Puebla se negó a que el encuentro se llevara a cabo.

Para el 8 de octubre UPAEP se ubicaba en el sótano de la tabla de la segunda división profesional. Se contrataron a dos jugadores brasileños, no era mucha su paga, el jugador más caro ganaba de dos mil a tres mil nuevos pesos.

Las Águilas no levantaban el vuelo y la cabeza del director técnico González Gámez pendía de un hilo, incluso el rector de la Universidad le puso un ultimátum de dos partidos para ganar. Y aparte se tenía un problema mucho más grave; o se cambiaba de sede o el equipo se vendía, porque no le podían pagar la renta a la Franja.

Con 16 derrotas, dos partidos empatados y sólo dos ganados, el equipo tenía un pie devuelta a tercera división, por este motivo fue despedido el entrenador González Gámez, en su lugar se contrató a Raúl Zavala Antona, quien en ese

momento se desempeñaba como entrenador físico del equipo.

Zavala consiguió dos empates consecutivos contra Oaxaca y Cuautla, y dos importantes triunfos contra triguillos (2-1) y Cruz Azul Hidalgo (3-1). Después se dieron otros dos empates con Cruz Azul Oaxaca y con el Real Hidalgo (2-2), esto sumado con dos derrotas más ante el Bachilleres (2-1) y Xalapa (3-1), no obstante la leve mejoría, se veía más cerca el descenso del equipo, con 17 puntos, cuatro victorias, seis empates, ocho tropiezos, 21 goles a favor y 50 en contra.

Ante este oscuro panorama, un problema más surgió para las Águilas, en diciembre del 94 llegó un ultimátum a la directiva UPAEP, o pagaban el 25 % de los gastos del cuidado del estadio Cuauhtémoc o se les quitaba la cancha. Y en efecto, el 18 de enero de 1995 publicaron los diarios de Puebla, que al no llegar a un acuerdo con el Puebla, las Águilas se iban al estadio Trinidad de Tlaxcala.

Ya para el 9 de abril del 95, la UPAEP se jugaba la vida por el no descenso ante Tabasco, sólo un punto separaba a tres

equipos de la supervivencia: Jaguares (20 puntos), Yautepec (20), y UPAEP en el fondo con 19 puntos. El sábado 23 de abril de 1995, las Águilas se salvaron con un triunfo de dos a uno contra el Querétaro.

Una vez que se mantuvo el equipo en segunda división, los directivos decidieron prestar la franquicia a "España 2000"; aunque esto fue sólo un año, después la franquicia regresó. En esta etapa, el equipo se mantuvo en los tres primeros sitios de la tabla. Y es aquí donde se decidió terminar por



Poco a poco se lograba una mejoría y en el 2001 en el ITESO de Guadalajara, se


Empate ante la Anáhuac

Paloma Benítez Tinoco.-

Águilas de la UPAEP empató a un gol en futbol varonil con la Universidad Anáhuac Sur del D.F. en partido correspondiente a la Jornada 7 de la Liga Mayor Universitaria.

Este resultado le permite al equipo poblano ubicarse en el

tercer lugar general de la Zona Centro Sur con 11 puntos; producto de 3 victorias, 2 empates y una derrota, con 15 goles a favor y 4 en contra; la Universidad Veracruzana y los Pumas de la UNAM son las únicas Universidades que aventajan a las Águilas con 16 y 13 unidades.



SPORTS UNITED

- Playeras originales de fútbol con nombre y número.
- Precios de inauguración.

21 Sur 1304-B A unos pasos de la Uni.



SPORTS UNITED
 21 Sur 1304-B
 A unos pasos de la Uni

- Pants de equipos
- Gorras
- Sudaderas

Precios de inauguración

web.upaep.mx/universitario

34 Medallas para el equipo de natación

Juan Pablo Ramos Monzón.- Con un total de 34 medallas concluyó la participación del equipo de natación en el campeonato estatal de curso corto que tuvo lugar en Acuática Nelson Vargas.

Esta competencia significó una oportunidad para aquellos que tenían que dar los tiempos para poder

asistir al nacional de federación. Los nadadores de las Águilas que más preseas obtuvieron fueron Tania Ayala (9), Iván Bermejo (9), Gabriela Ramírez (6) y Abraham Bermejo (5). También se obtuvieron buenos resultados en las pruebas de relevos: en la rama femenil las nadadoras

Gana UPAEP a UNAM

Juan Pablo Ramos Monzón.-El equipo de fútbol soccer de la UPAEP, ganó el partido correspondiente a la jornada 8 de la Liga Mayor Universitaria frente a los Pumas de la UNAM. Tras haber finalizado el tiempo reglamentario con los cartones empatados a un gol, los equipos se fueron a los tiros penales donde las Águilas se mostraron superiores al dejar el marcador final 4-2. Con este resultado los rojiblancos se colocan en la segunda

Pésima Racha para Basquetbol femenil

Juan Pablo Ramos Monzón.-Con una puntuación negativa de 5 partidos perdidos y 3 ganados, el equipo femenil de basquetbol no puede recuperarse dentro de las eliminatorias de la CONADEIP. En esta ocasión la derrota fue ante los Tigres Blancos de la UMAD, despacharon a las rojiblancas con un marcador de 105 a 84 puntos en el primer partido y 81 a 76 en el segundo. Actualmente las Águilas se encuentran en la

Águilas enfrentará a la UDLA en voleibol

Las Águilas buscarán ganar a la UDLA en su próximo encuentro que tendrá lugar el próximo 2 de diciembre a las 18:00 hrs. en el Gimnasio de la UPAEP. Esta será la única manera para que el equipo de Antonio Ramírez se recupere después de haber caído en sus dos participaciones anteriores ante el equipo de los Gansos Salvajes de la IBERO. Es importante mencionar que estos partidos se llevan a cabo como parte de las eliminatorias de la Comisión Nacional Deportiva Estudiantil de Instituciones

Derrota de voleibol varonil



En voleibol varonil el equipo de la UPAEP perdió frente a la IBERO, con tres sets a cero se ajustó el partido de la segunda jornada de eliminatorias de la zona Oriente de la CONADEIP. El próximo 2 de diciembre se enfrentarán



La Zanahoria
 RESTAURANTE VEGETARIANO

5 Oriente 206
 Tel 232.48.13

Lo mejor de la
Comida Vegetariana
 En Puebla

Av. Juárez 2104
 Tel 246.29.90