



ANFEI reconoce trayectoria estudiantil de egresados del Decanato de Ingenierías

EL UNIVERSITARIO

CAMPUS **3**

Ocho egresados de ingenierías fueron ubicados por la Asociación Nacional de Facultades y Escuelas de Ingeniería (ANFEI), entre los mejores egresados de Ingeniería en el país en reconocimiento a su esfuerzo durante su vida académica



Estudiantes de Prepa Sur obtienen premio único del XLVII Concurso de Altares y Ofrendas

La ofrenda fue dedicada a Rodrigo Ariel García Ramos, exalumno de Prepa Sur, obtuvo el premio único en la categoría de expresión libre, en el marco de la Fiesta Tradicional de Día de Muertos 2017 como parte del XLVII Concurso de Altares y Ofrendas, celebrado por la Secretaría de Cultura y Turismo del Estado de Puebla.

EL UNIVERSITARIO

CAMPUS **5**



Intercambios que transforman vidas

María José Fernández, estudiante de séptimo semestre de Cine y Producción Audiovisual de la UPAEP y Mark Hancher de la Universidad de Notre Dame cuentan cómo enriquecieron su intercambio con experiencias académicas y personales.

EL UNIVERSITARIO

INTERNACIONAL **7y 11**

CIDE acuerda convenio académico con UPAEP

El Centro de Investigación y Docencia Económicas (CIDE) firmó un convenio con UPAEP para desarrollar proyectos de docencia e investigación enfocados a Economía Aplicada.

EL UNIVERSITARIO

CAMPUS **4**

Directora

Rubí Grecia Juárez Ojeda

Subdirector

Diego Efrén Torres Fernández

Jefe de Diseño

Pablo Vera García

Jefa de Información

Rocío García González

Jefa de Fotografía

Marisol Ramos Rodríguez

Corrección de estilo

María Teresa Torreblanca Gregorio

Responsables de sección

Comunidad

El Universitario

Deportes

El Universitario

Cultura

Rubí Grecia Juárez Ojeda

Salud

Johaneth Castellanos Campos

Diseñadores

Mariana Hernández Gómez

Miguel López Rosete

Enrique Rodríguez Bazán

Alicia García Demeneghi

Mayra Renne Beltrán Garay

Roberto Hernández Reyes

Denisse Islas López

Fotógrafos

Manuel de Jesús Pérez

Giovanni Andrés Romero Tlalpan

Josafath Alejandro Rosales

Cary Michelle Olmedo Romero

Natalia Salas Pugh

Juan Carlos Lopez Mena Gomez

Andrea Estefanía Castellanos

Estefanía Pérez Cortés

Josafath Hernández Hernández

Karelle Montsalvo Ángeles

Diego Omar Fierro Torres

Aldo Gracia Hernández

Andre Godillo Solís

Andrea Italia Cisneros Zárate

Diana Laura Palafox Baez

Valeria Villoria Torreaba

Andrea Leal Ramos

Deyaney Pérez Aragón

Jessica Nohemí Gonzáles Jime

Sandra Carrasco Herrera

Karren Chávez Argueta

Sandra Vanessa Gómez

Jesús del Pozo Sofo Mayor

Luis Donald Carmona

Beatriz Lima Córdoba

Luisa Fernanda Bonilla Gonzáles

Priscilla Gómez Aguilera

Reporteros

Yurisquí Zavala Zamora

Cristhian Adal García Hernández

María Fernanda Hernández Novoa

Andrea Díaz Mendez

Jatziri Zúñiga Enriquez

Daniela Hernández Méndez

Antares Mercado Nuño

Diana Carolina Sánchez Torralba

Jorge Luis Mosqueda

Abigail Alejandra Neri Becerril

Mariana Gyfel Ligonio Gamas

Jonathan De Ita López

Luis Ángel Bautista Sánchez

Izbel Xiadani Landa

Zaira Litzy Avelino Munguía

Dafne Ixchel Aguero Medina

Angélica Flores de la Luz

Javier Alejandro Lima Cervantes

Hace poco veía por primera vez un video blog de Chumel Torres, para quienes no lo conozcan él es un video bloguero que se dedica a hablar acerca de temas polémicos de política en México, de una manera diferente, realizando una sátira que a muchos nos agrada, pero a otros les resultara un poco incómodo ya que la crudeza con la que habla te hace darte cuenta de la realidad en la que vivimos.

El video toca un punto sensible para nuestra generación, como por ejemplo, el intentar solucionar el mundo a través de las redes sociales, y pone en evidencia el uso indiscriminado de los llamados "hashtag" al compartir la información, con la errónea idea, de que con ello haremos que el mundo cambie.

Lo cierto es que en diversas ocasiones la opinión que queremos dar a conocer en las redes sociales no tiene sustento, o más bien, no nos informamos lo necesario para poder opinar.

Es decir, que nuestro actuar por querer hacer el cambio, uno verdadero y que cause impacto no debe de limitarse al uso de las redes sociales pues el indignarse y no llevar nada a la acción hace que la indiferencia ante situaciones de injusticia habite eternamente en nosotros y que el cambio que en verdad buscamos no se logre por miedo a no "ensuciarnos las manos".

Política es la palabra que no podemos escuchar sin pensar en corrupción, partidos políticos, manipulación, en fin diversidad de ideas y conceptos que hasta cierto punto desvalorizan el poder de esta palabra en la acción, pero lo que estamos pasando de largo es que la política es todo aquello que nosotros hacemos en pro de un bien o una necesidad que necesita que se tomen cartas en el asunto.

Te invito a que si de verdad existe una situación en particular que te molesta y te indigna además de utilizar las redes sociales, te involucres en algún grupo u organización que apoye esa causa.

Si nos organizamos, nuestra fuerza será mayor; hacer política no es solo de aquellos que dicen tener "poder" sino de los que estamos comprometidos por un bien mayor.

"Para los jóvenes, la indignación de la mayoría de las cosas se acaba de surgir, ya que cada cumpleaños pasa..."

Chris Robert Evans

Si quieres formar parte de El Universitario puedes contactarnos en:

eluniversitario@upaep.mx o
upressuniversitario@upaep.mx

Puedes incluirte como:

REPORTERO

DISEÑADOR

FOTÓGRAFO

EDITOR

DISTRIBUIDOR

Recuerda que puedes liberar tu servicio de beca, servicio social y prácticas profesionales.



Te recordamos que el jueves es el cierre de edición, por lo que puedes enviar tu información al Departamento de Prensa y Comunicación.

UNIVERSITARIO UPRESS RESERVA EL DERECHO DE EDICIÓN DE LA INFORMACIÓN.

UPAEP capacita a instructores SEP

[NO ALEJARSE DE LA REALIDAD EDUCATIVA PIDE SECRETARÍA DE EDUCACIÓN A DOCENTES POBLANOS.]



EL UNIVERSITARIO

“Los esfuerzos que han demostrado en esta certificación se ven expresados, no solo en el diploma que reciben hoy, sino en el anhelo de tomar consciencia de la importancia que tiene el responder con seriedad y compromiso a las exigencias de la formación docente profesional del estado”, destacó el Dr. Emilio José Baños Ardavín, Rector de la UPAEP en la entrega de diplomas por la culminación del curso de “Formación del Capital Humano”.

En el acto, se contó con la presencia de la Mtra. Patricia Vázquez del Mercado, Titular de la SEP, de Osvaldo Cuautle Reyes, Director de Servicios de Asistencia Técnica a la Escuela (SATE) y de la Mtra. Mónica Cortiglia Bosch, Directora de Innovación Educativa de la UPAEP.

Dicho curso fue dirigido a 39 instructores de educación básica adscritos a la Secretaría de Educación Pública del Estado (SEP), quienes desarrollaron destrezas y adquirieron nuevas habilidades para diseñar e impartir capacitación a educadores.

En este sentido, el Dr. Emilio Baños agregó que algunos rasgos de este curso que vale la pena subrayar son el comprender de manera completa y efectiva el rol

del instructor, manejar las técnicas y herramientas adecuadas para lograr una efectiva transferencia de conocimientos, incorporar técnicas que favorecen la comunicación con los destinatarios de la capacitación, disponer de herramientas para seleccionar y preparar los contenidos y métodos más adecuados para el logro de los objetivos propuestos, entre otros.

Así mismo, agradeció la disposición y confianza en la UPAEP e invitó a los trabajadores de la educación a no desaprovechar los esfuerzos realizados por parte de la SEP en beneficio de su formación y la transformación educativa que tanto necesita el país, así como a valorar todas las iniciativas que en esta secretaría se generan.

Al concluir su mensaje, retomó las palabras del Papa Francisco, quien definió al maestro como ‘artesanos de la humanidad y constructores de la paz y del encuentro’. “No cabe duda que si algo que necesitamos en nuestro país hoy, es fomentar una cultura verdaderamente humana donde el horizonte para todos, el punto de encuentro común sea ese sentido de construcción de paz, construcción de vínculos de una lógica de alteridad, de ver por el otro; una lógica solidaria que se ha

puesto de relieve recientemente pero que nuestro reto es que eso sea una cultura permanente en nuestro quehacer como pueblo”, acotó.

Por su parte, la Mtra. Patricia Vázquez, agradeció al Dr. Emilio Baños, el apoyo que ha recibido de la UPAEP para la implementación de la Reforma Educativa y aprovechó para felicitar al equipo del SATE por su labor en pro de la labor educativa y a los servidores públicos que tomaron el curso de “Formación del Capital Humano”, a quienes reconoció por su dedicación y esfuerzo.

“Quiero decirles de par a par, que aún nos falta muchísimo por hacer, el reto del sistema educativo poblano es la profesionalización de los maestros”.

Invitó a los presentes a “hacer equipo”. “Quienes amamos la educación, tenemos que hacer equipo, quienes creemos que éste sí es el camino. La verdad es que sí es cierto lo que dijo el Papa Francisco, somos artesanos de la humanidad, cuesta muchísimo ver el desarrollo de una generación”.

En este sentido dijo, se tiene que educar en valores, hacer un programa de detección temprana de enfermedades, entre otros programas a fin de impulsar una educación integral.

“Si nosotros no trabajamos en

equipo, si no les tendemos la mano a los maestros que lo necesitan, si no estamos cerca de la escuela, la verdad es que nadie va a llegar a solucionar el problema, y tenemos muchos problemas”, manifestó la funcionaria estatal.

Finalmente, invitó a los trabajadores de la educación a no alejarse del problema educativo, “eso nos obliga a estar actualizados, y todo el tiempo profesionalizándonos, y buscando nuevas oportunidades de formación y capacitación”, además, les pidió aprovechar todas las capacidades que han adquirido para ponerlas al servicio del Instituto de Profesionalización del Magisterio Poblano para así llegar a más docentes y al mismo tiempo elevar el nivel educativo del Estado.



EL UNIVERSITARIO

Ocho Águilas entre los mejores ingenieros del país

[ANFEI RECONOCE CALIDAD ACADÉMICA DE LOS EGRESADOS DE INGENIERÍA.]



EL UNIVERSITARIO

La Asociación Nacional de Facultades y Escuelas de Ingeniería (ANFEI), entregó reconocimiento a 8 egresados del Decanato de Ingenierías que lo ubica entre los mejores egresados de ingeniería del país.

Para hacerse acreedores a este reconocimiento, los egresados debieron contar con un promedio mínimo de 9.0 o equivalente, no haber reprobado ninguna asignatura y haber concluido la carrera en el tiempo establecido en su plan de estudios; además de contar con una trayectoria destacada a lo largo de sus estudios.

Deyhuve Ahmed Páez Muratalla quien obtuvo 9.22 de promedio en el programa de Ingeniería Civil; contó con Beca por Investigación, obtuvo el Premio Cruz Forjada y realizó intercambio académico de un periodo escolar a Emiratos Árabes Unidos.

David Martínez Jiménez con 9.5 de promedio en Ingeniería en Computación y Sistemas; desde los primeros semestres participó en las exposiciones de proyectos finales en la facultad de TI ganando constantemente los primeros lugares y actualmente está cursando la Maestría en Ciencia de Datos e Inteligencia de Negocios.

Víctor Jesús Zepeda Osorno quien

se graduó como Ingeniero de Software con 9.17 de promedio; tuvo beca académica durante su paso por la Universidad y varias veces obtuvo el premio Cruz Forjada. Actualmente se encuentra laborando en las áreas de Tecnologías de Información.

Con 9.5, Carlos Jiménez Lira de Ingeniería en Diseño Automotriz; realizó el semestre Primavera 2015 realizado en Technische Hochschule Ingolstadt; Ingolstadt, Alemania; tuvo Beca de excelencia académica Volkswagen y durante varios semestres obtuvo Cruz Forjada.

Yazmin Álvarez González de Ingeniería Industrial con promedio de 9.49; fue integrante del Equipo Baja SAE UPAEP encargada de la administración y proyecto logístico; con este equipo tuvo varios premios a nivel nacional.

De Ingeniería Ambiental, Carlos Arturo Crespo Smith con un promedio de 9.6; titulado con mención honorífica y acreedor al premio “Abelardo Sánchez Gutiérrez” por ser el promedio más alto de la generación egresada en 2016.

Gabriela Herrera Caballero de Ingeniería Biónica y promedio de 9.9 formó parte de equipos estudiantiles y de la mesa directiva; mostrando siempre una excelente disciplina y

respeto hacia todos sus compañeros.

Finalmente Óscar Fernando Ramos Lázaro con 9.53 de promedio de Ingeniería Química, asistió a Italia en el 2014, para participar en el concurso Italian Technology Award, patrocinado por la Agencia Italiana de Comercio Exterior (ICE); además hizo intercambios a España y Estados Unidos.

El dr. Mariano Sánchez Cuevas, Vicerrector Académico, felicitó a los egresados reconocidos por su labor dentro de esta Casa de Estudios. “Están recibiendo un premio a su trayectoria en nuestra Universidad; es un reconocimiento no sólo de la UPAEP, el valor que tiene es que es un reconocimiento de externos ya que lo valida el Comité Nacional de la ANFEI”.

Por su parte, en su mensaje el Dr. Hugo Osvaldo Ferrer Toledo, Decano de Ingenierías, destacó la disciplina, el orden, la constancia, la integridad y sobre todo el servicio a los demás que estos jóvenes mostraron a lo largo de su carrera.

En el acto protocolario, se contó también con la presencia de la Mtra. Laura Contreras Mioni, Decana de Ciencias Biológicas; los directores de las ingenierías reconocidas, familiares y amigos de los galardonados.



EL UNIVERSITARIO

VIII Jornadas de Inteligencia de Negocios, un mundo de datos



El UNIVERSITARIO

DIANA CAROLINA Y DANIELA HERNÁNDEZ

La Facultad de Inteligencia de Negocios, desarrolló sus VII Jornadas con el tema "Un mundo de datos", donde se contó con la participación de distintos ponentes para tratar temas como "Toma de decisiones en base de datos", "Consultoría y Manejo de Datos", Emprendimiento con Base en Inteligencia de Negocios" y finalmente el "Uso de herramientas digitales del INEGI".

Este último tema, fue impartido por Hugo Vázquez Cabrera, ejecutivo de cuenta en el Departamento Estatal de Promoción del Instituto Nacional de Estadística y Geografía

(INEGI), quien explicó los objetivos principales de la INEGI, en qué consiste, así también como las herramientas digitales que utilizan para obtener información geográfica y estadística.

Empezó por aclarar que el INEGI es un organismo público autónomo responsable de normar y coordinar el Sistema Nacional de Información Estadística y Geográfica, así como de captar y difundir información de México que permita dar a conocer las características de nuestro país y ayudar a la toma de decisiones.

Agregó que el INEGI capta información a través de estadísticas como son, los censos, encuestas y

registros administrativos. También capta información Geográfica detallada dependiendo las características del territorio y medio ambiente a través de imágenes de satélite y fotografías para producir indicadores demográficos, sociales y económicos además de tener un conteo de la población nacional.

Por su parte, el Mtro. Armando Corona Tellez, coordinador del área de Controlling de Ryc Alimentos, destacó que las empresas están obligadas a tomar decisiones cada vez más acertadas y oportunas, lo cual puede resultar complejo si se considera la gran cantidad de factores que se relacionan para este proceso.

Además mencionó que existen barreras como la ansiedad, la falta de información y contar con información errónea, o poseer demasiada información, las cuáles pueden afectar la toma de decisiones.

"La ansiedad puede llevarnos a tomar decisiones de manera impulsiva y estas a su vez podrán llevarnos a una toma de decisiones incorrecta. La falta de información nos impide disminuir la incertidumbre de la decisión que tomemos sin embargo si contamos información equivocada llevara a que tengamos información errónea y por último cuando poseemos demasiada información redundante hace que se aumente los tiempos involucrados cuando se realiza la toma de decisiones", expresó.

En tanto, el Ing. Rodrigo Yamil

Álvarez Moisés, presentó su ponencia: Big Data and Business, New Era, quien comenzó por integrar el concepto de Big Data el cual describe el gran volumen de datos que inundan los negocios cada día. "Lo que importa con el Big Data es lo que las organizaciones hacen con la información y cómo en base a ésta, pueden tomar decisiones estratégicas en beneficio de sus empresas", destacó.

Yamil Álvarez centró su idea principal en el comportamiento humano y empezó por dar ejemplos de grandes empresas fundadas en base a esto, como lo son Google, WhatsApp, Facebook, entre otras multimillonarias, pero también recalzó que aunque su éxito ha ido creciendo, hay problemas de relaciones humanas que han tropezado su desarrollo, las cuales quedan guardadas en el Big Data.

En entrevista con El Universitario Yamil Álvarez nos platicó que se sintió muy contento de la invitación que se le realizó por parte de la Facultad de Inteligencia de Negocios y recalzó que le parece excelente que se le dé la oportunidad a ponentes jóvenes para platicar y orientar a los chicos para que no se queden en corto en sus proyectos, si no vean más allá y piensen en grande, ya que solo pensando en grande se logra algo grande, agradeció el interés de los alumnos y la calidez de nuestra comunidad.

UPAEP y el CIDE firman convenio de colaboración académica

[SE FORTALECE EL INTERCAMBIO DE ESTUDIANTES Y DOCENTES ENTRE AMBAS INSTITUCIONES.]

El UNIVERSITARIO

La UPAEP y el Centro de Investigación y Docencia Económicas (CIDE) firman magno convenio de colaboración académica para desarrollar proyectos y acciones de interés y beneficio mutuo, relacionadas con la docencia, investigación y vinculación en materia de Economía Aplicada.

La firma del presente convenio corrió a cargo de la Mtra. Jimena Moreno González, Secretaria General del Centro de Investigación y Docencia Económicas (CIDE) y por la UPAEP, del Mtro. Eugenio Urrutia Albusua, Vice-

rector de Posgrados e Investigación.

Asimismo, a través de este acuerdo se formaliza el trabajo que se viene realizando con antelación entre el Centro de Inteligencia e Investigación Económica (CIIE) UPAEP y el Laboratorio Nacional de Políticas Públicas (CONACYT-CIDE), con lo que fortalece el intercambio de alumnos y docentes, y al Programa de la Maestría en Economía Aplicada, entre otras actividades académicas.

La Universidad tiene por objetivo principal formar profesionistas, investigadores, profesores universitarios y técnicos útiles a la sociedad, así como organizar y realizar investigaciones, principalmente acerca

de las condiciones y problemas tanto a nivel local y nacional.

El CIDE busca producir y difundir conocimiento a través de investigación científica sobre aspectos medulares de la realidad social contemporánea y contribuir al desarrollo del país a través de un núcleo especializado de programas de docencia y vinculación de alta calidad, prioridad e impacto.

Cabe señalar que el trabajo conjunto de ambas instituciones de educación superior va encaminado al desarrollo de programas de investigación que tengan un impacto importante en el campo económico y social del país.



CIDE

La cultura global necesaria para resolver los problemas mundiales

[UPAEP CELEBRÓ LA CÁTEDRA DEL CONSEJO ACADÉMICO DE LA LICENCIATURA EN HUMANIDADES.]



EL UNIVERSITARIO

Las humanidades hoy más que nunca son fundamentales, hoy necesitamos gente con pensamiento crítico, precisamos gente que tenga una sensibilidad mucho más educada y refinada, aseguró el Dr. Roberto Casales García, Director de la Licenciatura de Filosofía y Humanidades de la UPAEP en el marco de la Cátedra del Consejo Académico de la Licenciatura en Humanidades.

Hoy podemos hablar de una próxima globalización cultural, que consistirá en estar conectados de manera inmediata, mencionó el Mtro. Embajador Jorge Alberto Lozoya, Director del Museo Internacional del Barroco, la interrogante, enfatizó, sería qué tipo de diálogo se podrá establecer a partir de quienes somos cada uno.

El avance de la integración tecnológica, el avance incesante de la guerra y una profunda insatisfacción en el mundo sobre los valores que se llamaban universales, y que no eran para la mayoría de los seres humanos más que una réplica no muy exacta de algunos de los valores culturales de occidente, fueron algunos de los aspectos que se pudieron detectar que ocurrirían en esta época a partir de un estudio realizado por la

Naciones Unidas hace 40 años en el cuál se buscaba responder a la pregunta de hacia dónde se iba cultural y económicamente.

Explicó que la insatisfacción con los valores culturales imperantes en la comercialización, en los medios de comunicación, en la prensa, es enorme, esto está produciendo grandes conflictos bélicos.

“Se ha avanzado poco desde entonces en este sentido, es más a ustedes les toca un mundo menos satisfecho, hay una conflagración de valores y de objetivos de las principales culturas del mundo”.

Puntualizó que uno de los grandes retos a los que se enfrentan los diplomáticos para disminuir, controlar y acotar los conflictos es la falta de una cultura global.

“Durante todo el S.XX los no occidentales se han ajustado a los criterios y manera de ser del hombre occidental, específicamente de los nórdicos de Europa y de América; en las grandes universidades se cita a los grandes pensadores de occidente y nunca se hace una alusión a los grandes pensadores musulmanes o hindús”.

Añadió que lo que ha sido una ventaja de nuestra supuesta universalidad o transculturalidad como pueblos latinoamericanos es muy primitiva,

“no hemos logrado acercarnos a los grandes centros del poder cultural, del poder religioso y por ende del poder económico y político fuera de occidente con la fuerza necesaria”.

Finalmente, indicó que la identidad entendida como una manera estrictamente local de ser ya desapareció, ya que las influencias son tan intensas y cotidianas que necesariamente

transforman la manera de ser de la persona, “la identidad está en evolución, el capitalismo y el socialismo no tienen identidad, no es necesario despreciar al otro por lo que uno es”.

“Los cambios son incesantes, sociedades tan abiertas y complejas como la nuestra pueden ir absorbiendo todo eso, transformándolo, pero no lo congelan”.



EL UNIVERSITARIO

Prepa Sur UPAEP obtiene premio único en concurso de Altares y Ofrendas organizado por Secretaría de Cultura y Turismo

[LA OFRENDA FUE DEDICADA A RODRIGO ARIEL GARCÍA RAMOS, EXALUMNO DE PREPA SUR.]



EL UNIVERSITARIO

Estudiantes de la Prepa Sur UPAEP obtienen el premio único en la categoría de expresión libre, en el marco de la Fiesta Tradicional de Día de Muertos 2017 como parte del XLVII Concurso de Altares y Ofrendas, celebrado por la Secretaría de Cultura y Turismo del Estado de Puebla.

El reconocimiento del primer lugar lo recibió la Mtra. Águeda Martínez Espinosa, Directora de la Preparatoria Sur UPAEP, de manos del Dr. Moisés Rosas, Subsecretario de Cultura del Estado de Puebla.

El grupo de estudiantes de la preparatoria Sur UPAEP que participó en el certamen de Altares y Ofrendas del Día de Muertos estuvo integrado por Aldo Cortés Báez, Katherine Rosales, Lizzet Mancera Gómez, Paola Velázquez Mateos, César Alejandro Ayola Torres, Guillermo García Zempoaltecatl, Emmanuel

Morales Ruiz e Ivonne Denicia Pérez, quienes estuvieron coordinados por los profesores Mtra. Eblin Ramos y el Lic. Mauricio Castellanos.

Cabe señalar que la ofrenda estuvo dedicada a Rodrigo Ariel García Ramos, exalumno de la Prepa Sur UPAEP.

El presídium estuvo integrado por el Dr. Moisés Rosas, Subsecretario de Cultura, en representación del Secretario de Cultura y Turismo, Lic. Roberto Antonio Trauwitz Eche-guren del gobierno del estado de Puebla; Antropólogo Víctor Hugo Valencia, Delegado del Instituto Nacional de Antropología e Historia, Centro Puebla; Lic. Iván de Sandozequi Cornejo, Director General de Museos de Puebla; Lic. Rodrigo García Valdez, Subdirector de Divulgación Cultural de Puebla.

La Casa de la Cultura se caracteriza por ser un centro en donde se promueven las tradiciones de los poblanos y nació un 18 de noviembre de 1974 y a 43 años de vida, los

estudiantes de la Prepa Sur UPAEP obtienen el primer lugar.

Por su parte, el Lic. Rodrigo García Valdez, Subdirector de Divulgación Cultural de Puebla, señaló que la Casa de la Cultura ha sido un centro de reunión para el desarrollo y divulgación de las letras, además de albergar la primera biblioteca pública de América.

Subrayó que Puebla es de las pocas entidades que han priorizado la expresión literaria en otras lenguas nacionales, lo que favorece que se sigan conservando y que muchas personas conozcan este legado cultural, como son el Náhuatl, Otomí, Mazateco, Mixteco, Popoloca y Totonaco, entre otros, que favorecen la multiculturalidad y patrimonio lingüístico de nuestros pueblos y comunidades indígenas.

En su intervención, el Antropólogo Víctor Hugo Valencia, Delegado del Instituto Nacional de Antropología e Historia, Centro Puebla, men-

cionó que la participación de la gente y de aquellos que organizan los eventos culturales son fundamentales para seguir promoviendo la cultura en el estado de Puebla, además felicitó a todos los participantes, estudiantes y profesores que asistieron a la ceremonia de entrega de reconocimientos.

Por último, el Dr. Moisés Rosas, Subsecretario de Cultura del Estado de Puebla, expresó que es un gran mérito que los poblanos cuenten con una Casa de la Cultura que está cumpliendo 43 años de vida, y esto es gracias al amor y pasión de las personas que ha estado de tras de cada una de las actividades culturales que se realizan en este recinto.

Enfatizó que la Casa de la Cultura es el corazón de la cultura pobлана y de los poblanos. “Le deseamos una larga vida a esta casa por muchos años más y crezca aún más para continuar realizando más actividades culturales a través de los años”.

La SEIMIQ UPAEP toma protesta

 **ALEJANDRO LIMA**

Como parte de las actividades de la XV Semana de la Ingeniería Química y 1er. Foro de Ingeniería Química, se llevó a cabo la toma de protesta de la Sección Estudiantil del Instituto Mexicano de Ingenieros Quimicos (SEIMIQ) la cual buscará integrar a los estudiantes de la carrera al ámbito profesional al vincularlos con profesionales de esta industria.

Además, como parte también de las actividades realizadas en el marco del evento, se llevaron a cabo ponencias como Impacto Ambiental de la industria, caso de la Industria Maltera; Modelado Matemático y uso de Dinámica de Fluidos Computacionales; Dos Niveles de Aplicación; Innovación y Nuevos Retos en el Desarrollo de Proyectos; El Mundo de Caramelo; Ing. Química en la industria Confitera y talleres como Proceso de Transformación de Plásticos, Optimización de Procesos en Aspen y Foto-Fenton.

Para validar la constitución de la sesión estudiantil, se contó con la presencia del director académico de la escuela de Ingeniería Química Industrial, Mtro. Fernando E. Pérez Agüeros; Ing. Guillermo Palomino Dowham, Director de la Convención Nacional IMIQ 2017 y Representante de EIMIQ Profesional; y Avelin Castilla de Luna, Directora Regional de la Zona Centro del Consejo Nacional Estudiantil.

Cabe destacar que la mesa di-

rectiva está formada por los alumnos de Ingeniería Química Industrial: Mauricio Islas Todd quien fungirá como Presidente; José Sebastián Uribe López, quien fue nombrado vicepresidente; José Carlos Alberto Altieri Kuri, Secretario; Valeria Nampulá Constantino, Prosecretario; Alejandra Pérez de Lara, Tesorero; Rodrigo Arámbulo Dartiguez, Prosecretario; Alma Lucero Andrade Bautista, Coordinador General; Marisol Villegas Ruiz y José Ramón González Urrutia, Coordinadores de Agenda y Eventos; Carolina Fabre Palacios y Luis Alberto Mota Mota, Coordinadores de Vinculación; y Ana Victoria Malpica Toledo, Coordinador de Medios Digitales y Publicidad.

A este respecto, Mauricio Islas Todd, señaló que "el principal compromiso que tenemos con el Instituto es incrementar el número de afiliaciones. El año pasado logramos afiliarnos al 41% de la matrícula, lo cual es un gran avance, ya que somos una escuela pequeña. Así también como acercar eventos recreativos y académicos a los alumnos, para permitirles interactuar con lo que viene después, en el ámbito profesional. Además de integrar a todos los niveles" aseguró

Por su parte, Avelin Castilla de Luna, les deseó lo mejor en su año de gestión a los estudiantes de la mesa directiva, deseando que cumplan con sus objetivos de representar a la UPAEP ante el SEIMIQ, promoviendo entre los estudiantes la participación activa en la carrera, así como en los eventos que organicen.




**PARA FACILITAR
TUS PAGOS
DE COLEGIATURA,**
*conoce las diferentes
opciones que tenemos para ti.*



1 Módulo **CITIBANAMEX UPAEP** 
SÓLO PAGOS EN EFECTIVO. **COMISIÓN \$0**

2 **Transferencias interbancarias desde Banca Electrónica.**

Registre previamente en su banca electrónica la CLABE de 18 dígitos:
014650655024721392 


A Nombre del banco: **Santander**
Nombre del cliente: **UNIVERSIDAD POPULAR AUTÓNOMA DEL ESTADO DE PUEBLA AC**


Una vez que la cuenta esté disponible, realice el proceso de transferencia interbancaria con los siguientes datos:


- Seleccione la cuenta CLABE de la universidad
- Capture la referencia de pago en el campo habilitado como "concepto" o "descripción"
- La referencia debe ser capturada exactamente igual a la indicada en la ficha de pago que genera UNISOFT, esta consta de 11 dígitos incluyendo los ceros a la izquierda. **NO debe llevar letras o símbolos.**
- Algunos bancos podrán requerir una referencia numérica adicional, si es el caso capture el código: 9999
- Capture el importe a pagar
- Valide que los datos capturados son correctos, confirme la transferencia e imprima su comprobante.

C Si la referencia es **INCORRECTA**, la transferencia será rechazada y en un máximo de 30 minutos su dinero será devuelto a la misma cuenta en que se originó la transferencia.
Si la referencia fue **CORRECTA**, la transferencia será registrada en el estado de cuenta del alumno 4 horas posteriores al pago dentro de los días hábiles. **COMISIÓN \$0**

3 **Sucursales bancarias a partir del 4 de diciembre**

 **COMISIÓN \$8 + IVA**

 **COMISIÓN \$7 + IVA**

 **COMISIÓN \$14 + IVA**

4 **Conoce la NUEVA ficha de pago:**

BOLETA DE PAGO

UNIVERSIDAD POPULAR AUTÓNOMA DEL ESTADO DE PUEBLA AC

SANTANDER NÚMERO DE CONVENIO: **7720**
BANAMEX PA
HSBC NÚMERO RAP

REFERENCIA DE PAGO
19800019201
(Módulo + Dígito Verificador + Concepto de Pago)

ALUMNO(A): **ALPONSO MERINO ALONSO**

Comisión \$0 Comisión \$0 Comisión \$7 + IVA Comisión \$8 + IVA Comisión \$14 + IVA

Es muy importante pagar el Concepto de Pago correcto.
RUTA para obtener el número de referencia de pago con el Concepto correcto.
Consulta de UNISOFT en internet: <http://academico.upaep.mx/Tesoreria-Ficha-de-pago-Clon>
*Verifica que el recibo y la Boleta de pago lleven los mismos datos.
Es importante conservar el recibo original de pago para cualquier aclaración.

DESCÁRGALA EN:
academico.upaep.mx
↓
Tesorería
↓
Ficha de pago



Estudiante de Cine y Producción Audiovisual vuela a Montevideo

[SONIDO, DIRECCIÓN DE ACTORES Y FOTOGRAFÍA FUERON LAS MATERIAS QUE REVALIDÓ DE LA ECU]



EL UNIVERSITARIO

Aunque su primera opción era Argentina, tuvo que decidirse por Montevideo, pues su programa académico le permitía revalidar más materias, no obstante, al investigar sobre el lugar que la recibiría y conocer sobre su cultura, su gente y sus alrededores, la hizo enamorarse rápidamente del país del sur.

María José, tramitó una beca para que la Universidad le apoyara con el costo del vuelo, y fácilmente obtuvo el apoyo.

“Las materias que tomé fueron; Sonido, Dirección de Actores y Fotografía, la Universidad es muy pequeña, entonces el ambiente es mucho más familiar, lo que hace que las clases sean como pláticas y no tan rígidas como estamos acostumbrados aquí en México, los profesores se interesan por la opinión de los estudiantes, por lo que cada clase es un reto y una retroalimentación”, comentó Fernández Romero.

Agregó que una de las cosas que aprendió en el país del cono sur fue a trabajar con lo que se tiene, a improvisar, pues la Universidad que la recibió es muy austera en cuanto a equipo, lo que obligaba a ella y sus compañeros a ser creativos y a buscar la manera de hacer posible sus proyectos con lo poco o mucho que tenían.

“Normalmente el cine es como: necesito una lámpara gigante, rieles, etcétera, y la Escuela de Cine de Uruguay (ECU) es muy sencilla, pero con lo que tienen trabajan y lo hacen muy bien. En lo personal también hay un gran aprendizaje, el

poder ser independiente y ser más segura de mí misma, es algo que también marcó esta experiencia”.

“Una de las cosas que aprendí en Dirección de Actores fue a tratar a los actores. A veces, en el área de dirección, piensas que el actor es como un borreguito que tiene que hacer exacto lo que se le pide, y entonces no les da uno la oportunidad de explotar el talento que ellos tienen”, añadió.

María José tuvo la oportunidad de colaborar en el montaje de sonido de un cortometraje, hecho que fue todo un reto, pues el audio estaba muy contaminado, terminamos yendo con una universidad que nos ayudó, pues su área era más técnica y gracias a ello quedó balanceado el sonido.

En cuanto a su vida por Uruguay, conoció a muchas personas de otras partes del mundo, con quienes compartió excelentes momentos que se quedarán en su memoria para siempre.

“Vivía con otros estudiantes de distintas nacionalidades, gente de Venezuela, de la India, del Brasil, de España, Francia, entonces esa mezcla era muy curiosa pues eran días de intercambio cultural”, confesó.

El uruguayo, a decir de la estudiante de Cine y Producción Audiovisual de la UPAEP, son personas que al principio son muy cerradas, ensimismadas en sus cosas, pero una vez que toman confianza y se rompe el hielo, “son muy lindos, te apoyan en todo y te llaman a todos lados”.

Y aunque a veces la adaptación puede ser un punto crítico para todo aquel que decide irse de in-



tercambio, María José hizo todo lo posible para adaptarse y pasar un intercambio inolvidable.

“Cuando decidí irme de intercambio establecí un pacto conmigo misma y me dije, voy a estar 5 meses y los tengo que aprovechar al máximo, o sea, nada de llorar, nada de que extraño a mi mamá o la comida pues el tiempo se va de volada. Tuve que aprender a cocinar, lavar la ropa, moverme sola. Ahora tengo muchas recetas que puedo preparar. El reto más grande fue experimentar que de verdad uno nace estando solo y que tenemos que movernos también solos para conseguir nuestros sueños”.

Relató que se hizo muy buena amiga de dos chicas españolas y de un francés con quienes viajaron por la costa y conocieron las playas de esa zona, también visitó las cataratas de Iguazú en Argentina, fue a Brasil y Perú para conocer Cusco.

Durante esta aventura, María José se atrevió a hacer algo que nunca había hecho, “pedir dedo” o aventón, como se conoce en México, y aunque Uruguay es un país muy tranquilo, confesó, este acontecimiento le provocó una producción elevada de adrenalina pues no sabía en qué coche se iba a subir.

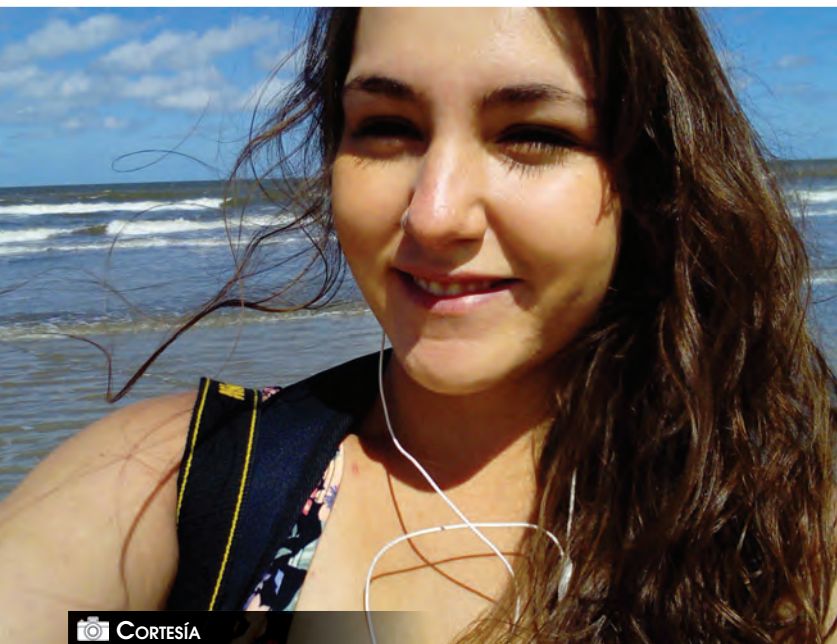
Mi mensaje para quienes aún no

se deciden irse de intercambio es que no lo piensen más, que lo disfruten pues el tiempo pasa muy rápido y cuando menos se dan cuenta ya están de vuelta contando anécdotas súper interesantes, me acuerdo cuando hice esto, me acuerdo cuando hice lo otro. Aprendan a vivir el momento y a fajarse los pantalones para aventurarse a todo lo que se presente.

Asimismo, aconseja a quienes quieran irse a Uruguay, que aprendan a cocinar, pues la vida es muy cara, por lo que no se puede salir a comer diariamente, lo mismo que encontrarle el gusto a caminar pues también el costo del transporte es elevado.

“Les recomiendo comer mucho dulce de leche porque es muy rico, ir a la Rambla, probar el mate, preparar un asado, ir a las Chacras que son como casas de campo, que visiten la costa y que hagan muchas amistades de Uruguay pues se aprende mucho de ellos”, explicó.

Finalmente invitó a sus compañeros a atreverse a tener una experiencia de intercambio pues dijo “están en la edad perfecta de hacerlo, les aseguro que lo van a disfrutar muchísimo. Agárrense los pantalones porque al principio sí te da miedo, pero ya cuando estás ahí y te das cuenta de que todo está bien lo disfrutas”.



CORTESÍA

CARTELERA

NOCHE de INGES

Networking

"Encuentro de Egresados Ing. Ecológica y Protección Ambiental e Ing. Ambiental 1990 - 2017"

29 / 11 / 2017
6:30 P.M.

T250 - T251 - T252
Campus Central UPAEP



X OLIMPIADA DE PROBABILIDAD & ESTADÍSTICA

Lugar: UPAEP Campus Central
Edificio T Salas 250, 251, 252
VIERNES 24 DE NOVIEMBRE

Premios

- 1er Lugar: 3 Discos duros portátiles 1TB
- 2do Lugar: 3 Bocinas portátiles
- 3er Lugar: 3 Tarjetas de regalo
- 4to Lugar: 3 Libros



BASES Y MAYORES INFORMES:
www.upaep.mx/microstios/10olimpiada olimpiadaestadistica@upaep.mx
01 800 224 220, 01(222) 2299400 ext. 7438



CONFERENCIA & TALLER Estrategias WEB

ORGANIZA LA ESPECIALIDAD EN DISEÑO DE PROYECTOS WEB

Martes 21 de noviembre 18:00 hrs.

Posgrados UPAEP, salón Pos.

17 sur 901, Barrio de Santiago

Confirma tu asistencia en posgrados@upaep.mx y al Tel. 222 099 421

Evento sin costo.

POS GRADOS



222 265 2204 | Elija transformarme. Soy UPAEP



Bienestar Laboral. Soy UPAEP

Bienestar Laboral trae para ti este importante trámite:

Si aún no tienes 18 años pero los cumples antes del periodo electoral del 2018 puedes hacer de una vez el trámite de tu INE.

¡Tramita o renueva tu credencial de elector!

Inicio de trámite
Del 21 al 24 de noviembre
Entrega de credencial
Del 4 al 6 de diciembre

Lugar: Sala de juntas, tercer piso edificio T
De 9 a 16 h

REQUISITOS
• Liga: <http://www.ine.mx/credencial/credencial-proceso>
bienestarlaboral@upaep.mx
• 2299400, Ext. 7739 ó 7405

Café Internacional

"¿Interesado en un Intercambio? Ven y te platicamos cómo lograrlo"

Día: 30 de Noviembre
Lugar: Lobby Internacional (Planta Baja - Edificio T)
Hora: de 12 a 1 pm

De Notre Dame al Nido de las Águilas

[ELEGÍ UPAEP PORQUE HABÍA OPORTUNIDAD DE APRENDER SOBRE LA CULTURA Y EL SISTEMA DE SALUD EN MÉXICO.]



EL UNIVERSITARIO

Me llamo Mark Hancher, soy estudiante de la Universidad de Notre Dame en Indiana, Estados Unidos, es mi primer semestre aquí y elegí UPAEP porque había muchas oportunidades para aprender no solo sobre la cultura, sino también conocer el sistema de salud aquí en México. Hay programas buenisimos de Ciencias de la Salud aquí en la Universidad".

Además de lo anterior, el estudiante de Ciencias Pre-Medicinales del país vecino, destacó que el programa de intercambio le ha permitido mejorar sus capacidades lingüísticas del idioma español.

Y es que debido al programa Home Stay, que consiste en integrarse a una familia mexicana y convivir día y noche con quienes lo reciben, ha tenido la oportunidad de practicar el idioma la mayor parte del tiempo, así como conocer otros lugares del país como son: Oaxaca, Ciudad de México y Chiapas.

"La experiencia de vivir con una familia mexicana es una buena opción porque no sólo podemos conversar, practicar español y aprender sobre la cultura, sino también estamos participando en ciertos eventos que éstas (las familias) organizan, por ejemplo, tuve la oportunidad de preparar chiles en nogada con mi madre y me ha servido para integrarme en un estilo de vida mexicano y al mismo tiempo, de aprender acerca de la cultura desde una nueva perspectiva", destacó.

De sus viajes al interior de la República Mexicana, Mark se ha percatado que Puebla difiere mucho de otras ciudades que ha visitado, sobre todo por la belleza barroca de la arquitectura, los eventos históricos que han ocurrido en los alrededores y la majestuosidad del Centro Histórico, hechos que han facilitado

su estancia en México, pues disfruta de su trayecto a la Universidad.

"Creo que de todos los lugares que hemos visitado, Puebla sigue siendo mi ciudad favorita porque tiene una combinación muy buena de la modernidad y la antigüedad, y la historia y la cultura, buena comida, por eso voy a recomendar a Puebla y todo de México a mis amigos en los Estados Unidos, especialmente los que estudian español. De hecho, elegí este programa y me gusta mucho porque había una combinación de mi interés en la lengua española y también en la medicina", explicó Mark.

"He experimentado un poco el choque cultural, aunque todos aquí en la Universidad nos han ayudado con el programa de orientación que nos dan previo a iniciar las clases pues comparten recomendaciones y avisos útiles, lo mismo que nuestras familias mexicanas nos ayudan mucho en el proceso de integración tanto en la UPAEP como de la ciudad", destacó.

Agregó que una de las mejores experiencias que tuvo hasta el momento en que se realizó esta entrevista, fue estar en la celebración de la Independencia el 15 de septiembre en el zócalo, lugar a donde asistió con mil recomendaciones de su mamá de Home Stay de no tomar alcohol, y cuidarse entre la multitud.

"Yo me sentía muy seguro, creo que no había por qué preocuparse pues había mucha vigilancia, también había mucha música y por todos lados se notaba la cultura mexicana, platillos típicos, los bailes, los colores, fue una noche muy divertida", reiteró Mark.

Aunque le resultó difícil elegir su platillo mexicano favorito, los desayunos de México pueden estar por encima de toda la comida, como lo es un buen plato de huevo con chorizo y chilaquiles con salsa verde.



EL UNIVERSITARIO

"¡Oh, es definitivamente maravilloso!

Además, ha observado con su mamá de Home Stay el modo de cómo preparar los tacos dorados, el mole poblano, las enfrijoladas y los diferentes tipos de salsas, y aunque no se ha acostumbrado al sabor picoso de la comida, le gusta probar sin que tenga que correr por un vaso de leche o agua para mitigar el picor en la boca.

"Con mis compañeros hemos discutido de las ventajas de haber elegido el programa de Home Stay, creemos que si estuviéramos solos en un departamento o con algunos otros estudiantes de los Estados Unidos, entonces sólo comeríamos la comida que sabemos preparar, pero al formar parte de una familia aquí en México, hemos sido expuestos a diferentes tipos de comida y también hemos tenido más oportunidades de platicar en español. La experiencia de elegir Home Stay es maravillosa y es para mí, la mejor manera para aprender sobre la lengua y la cultura".

De su experiencia académica, aseguró, le ha servido para preparar su carrera futura pues ha tenido la oportunidad de visitar hospitales de aprendizaje lo que le ha permitido tener un mejor entendimiento de la seguridad social y los diferentes programas de gobierno: asimismo, observó que a diferencia de los

internos en Estados Unidos, aquí los estudiantes tienen la oportunidad de ayudar en algunos procesos y no solo ser espectadores.

"Creo que hay más oportunidades aquí para aprender de una manera física, con tus manos y no sólo con tus ojos, esa es la mayor diferencia que encuentro, pero es una excelente oportunidad para aprender a relacionarse con la población hispana, cuestión que me ayuda mucho en los Estados Unidos. Eso es muy importante, especialmente para los doctores en el futuro para podernos comunicar y conocer sus deseos, gustos y costumbres de la gente hispano hablante, especialmente a nuestros vecinos, porque en el futuro vamos a ver más pacientes hispanos", confió el estudiante de Notre Dame.

Finalmente, exhortó a sus compañeros a atreverse a realizar un intercambio en Notre Dame o en cualquier otro lugar del mundo, pues aunque es difícil vale la pena aprender otra lengua, la cultura y siempre es una experiencia muy agradable.

"Ustedes van a aprender mucho, ustedes van a disfrutar, si te gusta la comida, la música o el baile, siempre vas a vivir una experiencia nueva en cada día, es muy fascinante. Si tienen la oportunidad, háganlo porque ustedes van a disfrutarlo mucho".



La falta de sueño tiene el mismo efecto que haber bebido alcohol



JOHANETH CASTELLANOS

“No dormir interfiere con la capacidad de las neuronas a la hora de codificar información y responden lentamente”

Un estudio de la Universidad de California (UCLA) publicado el 6

de noviembre en la revista Nature revela que la falta de sueño altera el funcionamiento de las células del cerebro y provoca lapsus mentales temporales que afectan a la memoria y la percepción visual.

“Privar al cuerpo del sueño también roba a las neuronas la capacidad de funcionar adecuadamente. Esto da

paso a lapsus cognitivos sobre lo que percibimos”, según Itzhak Fried, profesor de neurocirugía de la Escuela de Medicina David Geffen de la UCLA, principal responsable del estudio.

Fried observó esta situación a raíz de una investigación de un equipo internacional que estudió a 12 pacientes epilépticos en la UCLA, a los que se les habían implantado electrodos en el cerebro, a fin de localizar el origen de sus convulsiones antes de la cirugía.

Lo anterior debido a que la falta de sueño puede provocar convulsiones, razón por la que a estos pacientes se les mantuvo despiertos toda la noche para acelerar el inicio de un episodio epiléptico.

El equipo pidió a los pacientes que hicieran lo más rápido posible una clasificación de las imágenes que se les mostraba y comprobaron que la tarea se hacía más difícil a medida que tenían más sueño y las células cerebrales reducían su actividad. “Nos fascinó observar cómo la falta de sueño moderaba la actividad de las células cerebra-

les”, subrayó el científico Yuval Nir, de la Universidad de Tel Aviv.

La falta de sueño interfería con la capacidad de las neuronas a la hora de codificar información y respondían lentamente, del mismo modo reaccionaría un conductor que no ha dormido lo suficiente al ver a un peatón cerca de su coche.

Esta situación sugiere, según Fried, que algunas regiones del cerebro del paciente estaban dormitando, causando lapsus mentales, mientras el resto del cerebro estaba despierto. “La falta de sueño provoca una influencia similar en nuestro cerebro que el beber mucho. Pero no hay patrón médico que identifique a un conductor demasiado cansado en la carretera de la misma manera que se hace con uno que está ebrio”, agregó Fried.

Este experto y sus colegas esperan profundizar en estos estudios sobre los beneficios del sueño, después de que investigaciones previas asociaran este problema a riesgos de depresión, obesidad, diabetes, ataques cardíacos y apoplejias



Gánale al estrés



EL UNIVERSITARIO

El estrés es una reacción fisiológica normal ante situaciones de peligro y de supervivencia, nuestro cuerpo hace una serie de modificaciones en los sistemas de nuestro cuerpo para poder hacer frente a una inminente amenaza, por ejemplo, el sistema nervioso manda señales para la liberación de las hormonas adrenalina y cortisol que producen un aumento en la frecuencia cardíaca, en la presión arterial y en la disposición de glucosa, de la misma forma los músculos se preparan por lo que aumentan su tensión, podemos tener cambios también en el sistema gastrointestinal. Cuando esto sucede de manera esporádica, no causa ningún problema, pero qué pasa cuando tenemos estas reacciones de manera continua durante el día, cuando nuestra “amenaza” es un trabajo que es para mañana, estudiar para un examen o terminar un proyecto para el jefe. Estas reacciones continuas de estrés alteran de tal forma la salud que somos más propensos a gripas o herpes, también se relaciona con enfermedades autoinmunes, hipertensión, depresión, infartos y hasta cáncer.

Para combatir el estrés debemos de tener un tratamiento multidisciplinario pero la actividad física nos

ayuda a mantenerlo a raya. Se ha demostrado que para combatir el estrés, la ansiedad y la depresión es necesario hacer ejercicio aeróbica o de resistencia muscular.

Al hacer ejercicio producimos endorfinas (que nos generan placer) y serotonina (que nos genera felicidad), la producción de calor en nuestro organismo permite la relajación muscular, el aumento de la circulación cerebral y la eficacia en la transmisión neuronal.

Entonces, el hacer de 10 a 30 minutos de ejercicio al día nos ayudará a combatir el estrés y sus manifestaciones, al hacer ejercicio entramos en un tipo de meditación, es decir nos concentramos en nuestros movimiento, olvidando aquellas tareas que nos tienen preocupados, esto nos generará optimismo y aumentará nuestra concentración. Además el ejercicio ayudará a mejorar tu estado anímico, está comprobado que aumenta la autoestima y la autoconfianza, además de mejorar el sueño.

Entonces, no te estreses por el tiempo que necesitas para ejercitarte, deja de preocuparte y empieza a hacerlo, en pocas semanas te darás cuenta que es la mejor actividad para relajarte después del trabajo y de estar en la universidad.

LFT Marisa Ortiz
Clínica de Fisioterapia UPAEP
Tel. 2320266



La Comunidad Universitaria de la UPAEP
se une a la pena que embarga a la familia

Torre García

por el sensible fallecimiento del

Dr. Eduardo Valentín Torre y Rayas

Maestro fundador
de la Facultad de Medicina

*Sólo en Dios halla descanso mi alma;
de él viene mi salvación.*
Salmo 62:1.

Elevamos nuestras oraciones a Dios
por el eterno descanso de su alma.

Puebla, Pue., a 22 de noviembre de 2017.

La fascinación por Van Gogh



Rubí Grecia Juárez Ojeda

Las pinturas de Van Gogh son quizá las más llamativas y conocidas del postimpresionismo, e incluso traspasan los periodos artísticos que también tienen exponentes importantes. Gracias a su popularidad, no es de sorprenderse que por lo menos una vez en la vida hayas visto una de sus pinturas, incluso sin saberlo.

Sus cuadros más conocidos como la Noche estrellada, El dormitorio en Arlés, la Terraza de café por la noche, sus autorretratos, y por supuesto, el Viñedo Rojo, única pintura que vendió en vida, han sido replicados miles de veces por quienes se cautivaron por los colores y su singular forma de retratar los lugares donde estuvo, de modo que, por ejemplo, la Noche estrellada se puede encontrar en objetos como zapatos, libretas, playeras, calcetines, pasteles o cualquier otro para el que dé la imaginación; y no nos olvidemos de sus característicos girasoles, que son parte de su marca personal.

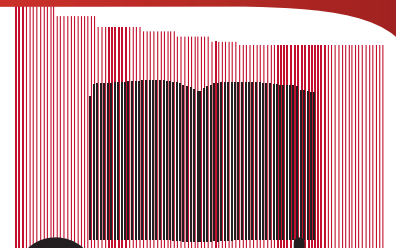
La euforia estalló cuando en 2015 nos enteramos de que se haría una película de su vida, con una técnica poco convencional, pues en pleno homenaje a su arte, cada fotograma de este filme fue pintado al óleo con la misma técnica, o una muy parecida a la del artista. Un proceso nunca antes visto y que además promete ser una delicia visual para quienes tengan la fortuna de verla proyectada en una sala de cine; pues si se estrenó en México, poca fue la información de dónde y cuándo se podría ver.



Sin embargo, y aunque no es la misma experiencia, también llegó hace poco a Bellas Artes la exposición Rojo Mexicano, la cual te permite formar parte de El dormitorio en Arlés, pues se instaló una réplica del cuadro en la que los visitantes se pueden sentar y formar parte de la escenografía como si la habitación fuera real.

Y por si te preguntabas qué tiene que ver Van Gogh con el Rojo Mexicano, esto se debe a que en varias de sus pinturas, y en especial en esta, se utilizó este color que sale del insecto que producía el nopal, llamado la grana cochinilla.

Sea Van Gogh sobrevalorado para algunos, y lo máximo para otros, lo cierto es que sus pinturas lograron traspasar el gusto de varias generaciones y esta es probablemente la que más fanatismo muestra hacia su obra, un hecho paradójico que lo rescata del olvido en el que se creía que caería después de su muerte. Afortunadamente no fue así, y por lo menos representa una oportunidad para acercarse al arte y, si te informas un poquito más, poder decir que uno de tus pintores favoritos influyó dos de los ismos más importantes de la historia: el expresionismo y el fovismo.



Cuento Vertical OLA



PACO RUBÍN

Pensola,
imaginola,
soñola...

Encontrola.

Viola. Mirola.
Contemplola.
Admirola...

Siguiola. Llamola.
Acompañola. Cuidola.

Comprendi-
ola, entendi-
ola, escuchola,
aconsejola.

Apoyola, ayu-
dola.

Enamorola.

Amola.

Respirola, tocola,
abrazola. Besola. Pose-
yola.

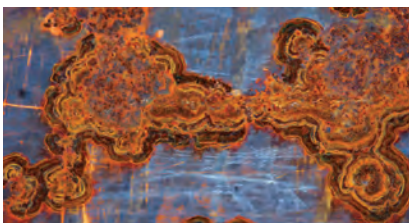
Saludola: ¡Hola Lola!



SEÑOR PROSA

Hombre de hojalata

Ahora con corazón, el hombre de hojalata caminó de la mano de su amada bajo la lluvia de mayo. El amor les duró poco antes de oxidarse.



León

Antes de visitar al mago de Oz, el rey de la selva era plebeyo.



El Mago de Oz Espantapájaros

Este triste hombre, sólo tenía pájaros en la cabeza.





Compañeros universitarios aprovechen este espacio para compartir sus pensamientos. Pueden hacerlo de manera anónima. Queremos leerlos. Siguenos en Twitter @EnsaladaU

El hecho de que la medusa haya sobrevivido 650 millones de años sin cerebro, le da esperanza a muchas personas que conozco.

Una canción de Los Saviñón no se la debes dedicar a cualquiera. Son alimento para el alma.

Para la mejor jefa del mundo del mundo, gracias Grecia por soportarnos. jejeje

Lo único bueno de este semestre es que hice más cardio que atleta de triatlón.

Me escapo entre las nubes que se alejan. El cielo es infinito para el pájaro entre rejas. Las formas que dibujan me miran con tristeza y desde la ventana de este tren no podré volver a verlas. *-Los que se acuestan en el pasto de central.-*

Me he alejado tanto que no puedo verlo, Es la miopía que me deja tu Recuerdo. No pude arreglarlo, Tuve que romperlo, ahora me Deslumbra tu luz en movimiento. *-Yo en el semestre.-*

-¿Por qué no tienes novio?
...
Ninguno es digno :/

Oye, mi amor, ¡no me digas que no! y vámonos por unos tacos.♥

Te adoro bonita, mucho, mucho, muchísimo. Miguel L.♥

Si la vez... dile que... me regrese mi cargador porfa. :(Atte: Franquito Devita

3 Meses y no sé qué otras cosas maravillosas nos aguarden, pero las espero con ansias, te adoro mi Nathy hermosa.

Soñé que tenía el título en las manos, me desperté como rayo para ver si mis extremidades estaban bien. *-Don Oliver. :v*



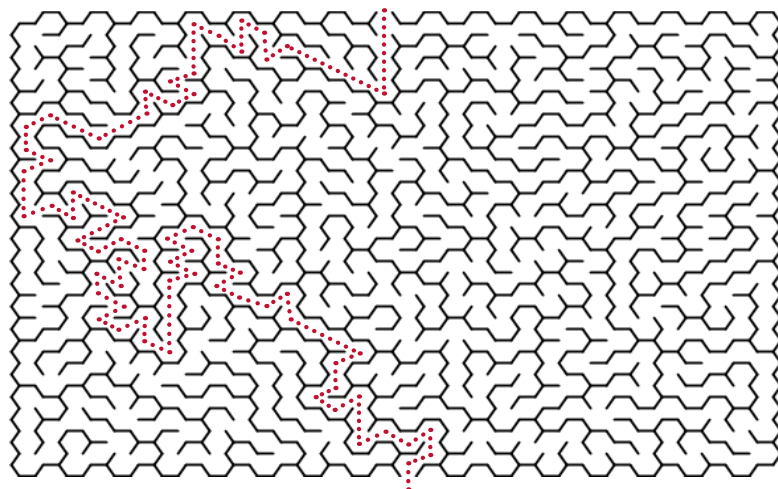
matatiempo

REAL, CIERTO	CONJUNTO DE PIEZAS	CADENA EN LA CHIMENEA	PIÑA DE AMÉRICA	MONTE TURCO
CIERTA FASE LUNAR	ALAIN ..., ACTOR	MAÑA	PROYECTO IMPOSIBLE	
▶	▼	▼	▼	▼
HACER UN DIBUJO DE ALGUIEN				
DIEZ VECES CIEN		SILLA PARA BEBÉS		
▶		IDIOMA ESPAÑOL ANTIGUO		
GUSTAVE ..., ARTISTA FRANCÉS			CONJUNTO DE DOS	
▶			SENSACIÓN AGRADABLE	
DELICADO				
▶		CIUDAD ITALIANA	▶	
		EMBESTIR	▼	
COMPOSICIÓN PARA PIANO	NOCIVA			PLACENTERO
▶	JEFE EN LA INDIA MUSULMANA			▼
			INSTR. MUSICAL DE VIENTO	NOMBRE GRIEGO DE MARTE
BAR AL ESTILO INGLÉS	CUERNO DE CAZA		▼	▼
	UNIVERSIDAD DE CÁDIZ			
▶	▼	ENGORDAR A UN ANIMAL		
		PRONOMBRE PERSONAL		
HABITACIÓN DE UN BARCO				
▶				
CONOCER			DIOSA DE LA AURORA	▶
▶				



Quiero confesar que estando en pleno 7º semestre de mi carrera nunca e ido a McCarthy's por allitas

Quién eres tú? nunca habia visto algo tan especial... tan infinitamente humano es de cristal... y se rompe con las manos a lo mejor no podemos ni tocarnos. C.S.



Básquetbol femenino UPAEP apalea a Tec Querétaro

EL UNIVERSITARIO

Las Águilas UPAEP de baloncesto femenino derrotaron en su cancha a las Borregas del Tec Querétaro por marcador de 72-49 para así llegar a once victorias en la actual campaña de la Liga ABE.

Durante el primer cuarto el encuentro fue parejo y las del Tec sorprendieron por momentos al oponer resistencia y estar prácticamente a la par de las locales; quienes se adelantaron 19-17 gracias a los puntos cosechados por Janeth Ramírez, Miroslava Duarte e Ingrid Martínez.

En el segundo cuarto las emplumadas generaron una buena defensa y le cerraron las oportunidades al cuadro rival que sólo pudo marcar seis puntos. La potencia de Estefanía Giner debajo del aro y la dinámica de Frida Figueroa que entró de cambio fueron fundamentales para que UPAEP se fuera al descanso 35-23.

El tercer periodo fue el que marcó la paliza del encuentro pues el Tec Querétaro poco pudo hacer a la ofensiva pero sobre todo no fue capaz de parar los ataques de las Águilas. Ingrid Martínez volvió a ser la jugadora importante a la ofensiva con 9 unidades, pero en este cuarto también destacaron Dennis Castillo, Andrea Gutiérrez y Miroslava Duarte para concretar 21 puntos y con esto prácticamente sentenciar el juego (56-33).

Las Águilas no bajaron la guardia en el último cuarto y siguieron mostrando efectividad a la ofensiva. A pesar de que las Borregas tuvieron su mejor periodo en ataque; Giner, Cuevas y González fueron las encargadas de sentenciar el juego a favor de UPAEP 72-49.

Ingrid Martínez fue la mejor encestadora del partido con 16 puntos. El próximo fin de semana las Águilas viajarán a la Perla de Occidente para enfrentar al Tec Guadalajara el viernes 24.



Triunfo contundente de Básquetbol varonil UPAEP

EL UNIVERSITARIO

Con marcador de 94-66 las Águilas UPAEP derrotaron en casa a los Leones de la Universidad Anáhuac Xalapa y así volver al triunfo tras la derrota contra el Tec Hidalgo.

Desde el primer cuarto solamente hubo una escuadra que dominó el juego y esa fue UPAEP que tomó ventaja de la mano de Iván Ibarra, Antonio Ortiz e Iván Montano, estos dos últimos presentándose con triples. Sin respuesta de la visita las Águilas siguieron anotando puntos hasta cerrar el periodo 27-13.

El trámite no cambió mucho en el siguiente capítulo y la localía siguió apretando al rival para robar balones y convertirlos en puntos. Además de Montano, los novatos Javier Silva y Kevin Tapia sumaron encestes para una victoria parcial de 49-26 al medio tiempo.

Los Leones no pudieron reaccionar tampoco en el tercer cuarto debido a la gran labor de conjunto que mostró la UPAEP. Pedro Mendoza y Habib Velásquez siguieron incrementando el marcador e Iván Montano cerró la pizarra 76-41 con cinco tiros libres seguidos.

Fue hasta el último cuarto que los felinos mostraron ataques importantes que les permitió sumar puntos y reducir la ventaja para hacer el marcador un poco más decoroso. En estos diez minutos Mendoza, Velásquez y Silva fueron los elementos claves para sentenciar el juego con diferencia de 28 puntos.

UPAEP viajará a Guadalajara para enfrentar el jueves 23 a la U. Panamericana y el viernes 24 al Tec.



LA UPAEP A TRAVÉS DE LA DIRECCIÓN DE FORMACIÓN, CULTURA Y LIDERAZGO



Y sus Departamentos de Bellas Artes, Educación Física y Deporte, Museo, Pastoral de la Cultura Sistema Universitario de Salud y Vida Estudiantil y Acompañamiento Personalizado.

CONVOCAN A NUESTRA COMUNIDAD UNIVERSITARIA AL OTORGAMIENTO DEL

“PREMIO ÁGUILA”

Que se realizará bajo las siguientes bases:

JURADO:

Estará conformado por el Director e integrantes de la Dirección de Formación, Cultura y Liderazgo, miembros de los Decanatos, designados por la Vicerrectoría Académica. La decisión del jurado será inapelable.

LUGAR Y FECHA

Centro de Vinculación ubicado en la 11 poniente # 2307, Colonia Santiago. El día 25 de enero de 2018 a las 19:30 hrs.

PARTICIPANTES

Podrán participar los estudiantes que integran la Comunidad Universitaria UPAEP

Este premio se otorgará por la distinguida y extraordinaria participación en los ámbitos académico de la cultura, el deporte, los estilos de vida saludables, la proyección social, artística y espiritual a lo largo de su vida universitaria o con base en los resultados obtenidos en el periodo escolar otoño 2016 al verano del 2017.

La participación podrá ser individual, por equipo o por grupo.

PREMIACIÓN

Se otorgará el premio a todos los participantes ganadores en ceremonia festiva, en el lugar y día marcado en la propia convocatoria. La ceremonia será presidida por integrantes de la Junta de Gobierno, Red Directiva y jefes de las áreas de la Dirección de Formación, Cultura y Liderazgo.

CATEGORÍAS:

A. Participación en eventos universitarios: académicos, culturales, deportivos, de proyección social, artística y espiritual; con premio de 1er. Lugar a nivel nacional y/o internacional.

B. Reconocimiento público: entidades externas a la Universidad por su destacada participación en el periodo correspondiente.

C. Por su reconocida Trayectoria en su activa participación en la vida universitaria; habiendo cumplido al menos el 90% de los créditos de su programa académico.

TRANSITORIOS

Los casos no previstos por la presente convocatoria serán resueltos por el Jurado Evaluador del Evento. Cualquier duda con respecto a esta convocatoria dirigirse al correo electrónico Irma. Aurioles@upaep.mx

INSCRIPCIONES

Quedarán abiertas a partir del día 23 de noviembre, y se cerrará el día 7 de diciembre a las 17:00 horas. La información y la justificación de los candidatos a obtener el premio deberán ser entregadas en sobre cerrado conteniendo:

- Datos personales del candidato, equipo o grupo.
- Referencias del área a la que pertenece la candidatura
- Información detallada de los premios y/o reconocimientos recibidos (anexar copia de la evidencia: premio, galería de fotos, síntesis informativa y kárdex de todos los participantes.)

Esta información se recibirá en EL TERCER PISO DE VINCULACIÓN CON Irma Aurioles López, de lunes a viernes de 10:00 a 13:00 hrs. y de 17:00 a 18:30 hrs.

NOTA: No habrá inscripciones fuera del cierre de acuerdo a las fechas establecidas.