

# Babel

MAYO 2020

UNIVERSIDAD DE MORELIA

N.20



 **UDEM**<sup>MR</sup>  
Universidad de Morelia

EDICIÓN ESPECIAL

**3ER CONGRESO INTERNACIONAL UDEMORELIA  
PSICOLOGÍA POSITIVA, SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ.**

ISSN: 2395-8677



## PRESENTACIÓN

*“La ciencia engrandece la mente del hombre”.*

La Universidad de Morelia cumple la Misión de “Formar profesionales íntegros y competitivos a nivel internacional a través de nuestros servicios y una vinculación eficaz con el entorno”, lo cual brinda resultados a través de los programas y planes de estudio, en distintas áreas del conocimiento, preparando estudiantes de licenciatura y posgrado de distintas partes del estado y del país. El avance institucional ha sido firme, tanto en lo académico, como en la construcción de espacios seguros para el desarrollo y crecimiento integral del profesional en formación y calidad.

Esta edición responde al gran evento que se presentó por la UdeMorelia del 3er Congreso Internacional Psicología Positiva, Salud Mental y Cultura de Paz el 13, 14 y 15 de marzo, próximo pasado de esta universidad, en el cual, el viernes 14, se tuvo la MACRODINÁMICA “Liderazgo positivo en acción, haz que suceda” por el Lic. Carlos Ruanova, enseguida fue la CONFERENCIA MAGISTRAL “Parentalidad positiva tras la ruptura de pareja” de la Dra. Francisca Fariña Rivera; el PANEL “Salud mental y cultura de paz” por el Lic. Jhocelyn Bazán Nieto, Dr. David Ramírez Acuña, Dr. Quetzalcóatl Hernández; por la tarde se presentó la CONFERENCIA MAGISTRAL “Criminología positiva: el poder de la bondad y resiliencia” por la Dra. Luz Anyela Morales; la CONFERENCIA MAGISTRAL “Neuropsicología, explicación e intervención hacia una prevención de alteraciones psíquicas” por la Dra. Victoria González Ramírez,

enseguida se tuvo la MACRODINÁMICA “La danza, la neurociencia y la sabiduría ancestral” por la Dra. Patricia Elizabeth Torres.

El día 15 de marzo de este 3er Congreso Internacional, se presentaron:

- Taller: “La vida en familia como fuente de salud psicossocial”, por el Dr. David Ramírez Acuña;
- taller: “Redescubriendo a Viktor Frankl y su legado pedagógico frente a la violencia”, por el Dr. Vicente Garrido Genovés;
- taller: “¿Cómo seguir aprendiendo de las niñas y niños para promover la justicia terapéutica” por la Dra. Francisca Fariña Rivera;
- taller: “Inteligencia Artificial y Ciberseguridad con responsabilidad”, por la Ing. Erika Sánchez Chablé, y el Ing. Erick Rodríguez Arreola;
- PANEL: “El arte como medio de recomposición del tejido social”, por la Mtra. Andrea Chávez, Mtra. Marisel Vázquez, Mtro. Eduardo Muñoz Flores;
- CONFERENCIA: “Amar y trabajar: la clave de la salud mental”, por el Dr. Ernesto Ayala;
- CONFERENCIA: “Orientación vocacional y profesiográfica en la era de la IA”, por el Dr. Juan Manuel Tapia Díaz;
- CONFERENCIA: “Pedagogía Profunda para el desarrollo del Ser”, por la Dra. Martha Patricia Jiménez Martínez;
- TALLER: “Psicología positiva y salud mental”, por el Mtro. Ricardo Morado y Equipo UdeMorelia;
- CONFERENCIA MAGISTRAL “Pedagogía Sistémica: Al final todo sale bien”, por la Mtra. Elizabeth González Romero;
- CONFERENCIA MAGISTRAL “Esperanza y florecimiento humano”, por la Mtra. Arlen Solodkin;
- CONFERENCIA: “Cultura de Paz en las Instituciones de Educación Superior”, por la Dra. Natalia Salinas;

- y la CONFERENCIA MAGISTRAL “El legado de Viktor Frankl como camino para la resiliencia frente a la personalidad violenta”, por el Dr. Vicente Garrido.

Cerrando este día, de forma brillante con esta conferencia, donde todos mostramos alto interés en tener aprendizajes como los expuestos por los magníficos talleristas, conferencistas, y dirigentes de macrodinámicas; ha sido una enorme experiencia académica-intelectual que enaltece la presencia de la UdeMorelia.

En este congreso, donde el área de Investigación, con el apoyo de la Secretaría Técnica Mtra. Reyna González Delgado y el equipo de trabajo institucional, se presentaron 16 ponencias de investigaciones realizadas por reconocidos investigadores, catedráticos diversos y doctorandos el día 13 de marzo del año en curso, en el recinto del Centro de Convenciones en el Salón Michoacán, de esta ciudad de Morelia, con asistencia de estudiantes, profesionistas, ciudadanos de diversas partes, motivados además por el programa exitoso de Conferencistas internacionales.

De esta forma se presentan los discursos de las ponencias como el artículo interesante del impacto del uso de una tecnología emergente en la prevención de violencia digital en estudiantes de ingeniería en tecnologías de la información, diseño y moda industrial, por la autora María Del Carmen Solorio Raya, donde se expone el avance de algunos apartados de esta investigación Para desarrollar el marco teórico, se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica, así como la aplicación de cuestionarios a los estudiantes de ambas carreras en el campo empírico. Actualmente, los datos recolectados están siendo analizados con el software SPSS para responder a las preguntas de investigación. El avance en las tecnologías de la información ha traído numerosos beneficios para la sociedad. Sin embargo, este progreso también tiene consecuencias negativas.

Otro aporte en esta edición es el artículo importancia del tiempo libre y la recreación en la salud mental y cultura de paz, del autor Alfredo Neftalí López Lora y se aborda cómo es aprovechado el tiempo libre por parte de la población en México y su comparativa con otros países. De igual forma se establecen algunas propuestas legales que se han realizado al respecto, así como recomendaciones para incrementar las propuestas de actividades re-

creativas, como elemento enriquecedor del tiempo libre, en función de mejorar la cultura de la paz y la salud mental.

El artículo de propuesta pedagógica docente, reduciendo barreras de aprendizaje y participación (bap’s) que enfrenta el niño preescolar del autor Emmanuel Arroyo Rodríguez donde la educación inclusión es un elemento esencial de la Nueva Escuela Mexicana, el cual es también un elemento que se alinea a los Objetivos de Desarrollo Sustentable de la Agenda 2030 de la Organización de las Naciones Unidas. En este contexto surge el concepto “Barreras de aprendizaje y participación” (BAP’s), el cual marca una nueva visión en la educación inclusiva, ubicando las dificultades educativas que se presentan en el aula no como propias de los alumnos, sino del contexto donde se desarrolla el aprendizaje (SEP, 2018).

Así mismo se tiene el artículo las finanzas y la paz emocional. “finanzas emocionales del autor Raúl Ángel García Alejandre, donde la búsqueda de toda conciencia es para encontrar la paz, la definición más adecuada para el estado de paz, es estar en bienestar, tener tranquilidad, permitir que las energías fluyan de manera ligera y armoniosa, respetando el orden establecido en el universo y la naturaleza.

Además está el artículo la investigación acción y el uso de la inteligencia artificial por la autora Patricia Serna González, donde la investigación cualitativa demanda al igual que en la cuantitativa, mixta o ciberinvestigación de cualesquier tipo, múltiples competencias digitales en los universitarios que la aprenden y realizan. La detección de ideas para investigar, el planteamiento del problema, búsqueda de información y fuentes de consulta, elaboración del estado, elaboración de instrumentos, sistematización, análisis, codificación e informe de resultados. Lo que les provoca múltiples inseguridades e incertidumbres.

El artículo la función jurisdiccional a la luz de la reforma constitucional al poder judicial por el autor Antonio Alberto Sánchez Castellano en que la reforma constitucional publicada en el Diario Oficial de la Federación el quince de septiembre de dos mil veinticuatro ([https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab)),

introdujo un cambio estructural en la institución del Poder Judicial en nuestro país, pues el legislador por iniciativa del poder ejecutivo modificó la forma en la que se designaran y elegirán a los Juzgadores en México, cambiando de un sistema de meritocracia y exámenes de oposición a un sistema de elección popular, bajo la premisa de que nuestro país es un estado democrático.

Y los aportes del artículo la empatía y la justicia terapéutica en la atención de adolescentes que han cometido delitos por las autoras: Luz Anyela Morales Quintero, Louise Mary Greathouse y Sandra Islas Lucio, donde la adolescencia constituye un periodo de la vida que se caracteriza por grandes cambios físicos, cognitivos, emocionales y conductuales, asociados con una mayor probabilidad de diferentes conductas de riesgo como la conducción temeraria, la deserción escolar, las riñas, el abuso de sustancias y los actos delictivos. Por ello, la atención a este sector de la población representa grandes retos, pero también importantes oportunidades para lograr los objetivos de prevención -primaria, secundaria y terciaria- de conductas antisociales, violentas y delictivas.

Cerrando los artículos con el de la tutoría y el uso de la inteligencia artificial por la autora Patricia Serna González, donde la población estudiantil de la UMSNH conformada por un total de 54,139 estudiantes, de los cuales 40,331 se encuentran en los 48 planes de Licenciatura y TSU; 2,141 en alguno de los noventa planes de posgrado y 11,667 en el nivel Medio Superior (Bachillerato y Técnico Profesional) (UMSNH, 2025, pág. 24). En tutoría, son atendidos por 34 dependencias; 820 tutoras y tutores acreditados activos, un total de 5,670 estudiantes. Con un total de 33,909 acciones tutoriales (UMSNH, 2025, pág. 13). Algunas con uso de herramientas de Inteligencia artificial.

Otro artículo interesante es el de "Fomento de la educación social en salud", por la estudiante de medicina de la UVAQ, Dania Priscila Aguilar Carrillo, quien da aportes significativos en la automedicación es una práctica común que implica el uso de medicamentos sin la orientación de un profesional de la salud. Aunque muchas personas la consideran inofensiva, puede provocar efectos adversos, interacciones peligrosas y contribuir al desarrollo

de resistencia bacteriana, especialmente con el uso indiscriminado de antibióticos.

La proyección universitaria que impulsa nuestro Rector el Mtro. Pedro Chávez Villa, a quien FELICITAMOS a través de esta EDICIÓN No. 20, de Babel, por el 3er CONGRESO INTERNACIONAL, y lograr presentarlo a la ciudadanía del estado, de México y del mundo. Se aúna a este trabajo la Mtra. Reyna Gonzalez Delgado, Secretaria Técnica, y de forma especial al Mtro. Eduardo Jacobo Pérez, diseñador de la misma en esta Universidad, así como a los autores de esta edición que son personalidades, estudiantes, investigadores, catedráticos de amplio prestigio académico.

Atentamente

**DRA. MARIA DE LOURDES NEGRETE PAZ**  
COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Universidad de Morelia.



## DIRECTORIO

No. 20 BABEL  
Mayo-Agosto 2020

Mtro. Pedro Chávez Villa  
RECTOR

Lic. Pedro Antonio Chávez Pérez  
DIRECTOR GENERAL

Mtro. Carlos María Camargo Náteras  
SECRETARIO ACADÉMICO

Mtra. Karina García Orozco  
SECRETARIA ADMINISTRATIVA

Mtra. Reyna González Delgado  
SECRETARIA TÉCNICA

### CONSEJO EDITORIAL

#### PRESIDENTE:

Mtra. Reyna González Delgado  
Secretaria de Técnica

#### SECRETARIO:

Dr. Raúl Aguilar Damián  
Catedrático Doctoral

#### VOCAL:

Dr. J. Guadalupe Bermúdez Olivares.  
Catedrático Doctoral

### RESPONSABLE Y REVISIÓN DE LA REVISTA:

Dra. María de Lourdes Negrete Paz  
Coordinación de Investigación de la Universidad de  
Morelia

### PARTICIPANTES EN ESTA EDICIÓN:

María del Carmen Solorio Raya, Alfredo Neftalí López Lora, Emmanuel Arroyo Rodríguez, Raúl Ángel García Alejandro, Antonio Alberto Sánchez Castellano, Luz Anyela Morales Quintero y Patricia Serna González, Dania Priscila Aguilar Carrillo, Martha Patricia Jiménez.

Babel, año 7, No. 20, mayo-agosto 2020. Es una publicación cuatrimestral editada por la Universidad de Morelia, Fray Antonio de Lisboa No.22, C.P. 58230, Morelia, Michoacán. Tel. 4433 177771, www.udemorelia.edu.mx, Editor responsable Mtro. Pedro Chávez Villa. Reserva de derechos al uso exclusivo no. 04-2013-092513385000-102 ISSN: 2395-8677, otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Babel no comparte necesariamente los contenidos expresados en ella; el contenido de los artículos es responsabilidad de su autor.

## INDICE

IMPACTO DEL USO DE UNA TECNOLOGÍA EMERGENTE EN LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA DIGITAL EN ESTUDIANTES DE INGENIERÍA EN TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN, DISEÑO Y MODA INDUSTRIAL

María del Carmen Solorio Raya **10**

IMPORTANCIA DEL TIEMPO LIBRE Y LA RECREACIÓN EN LA SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ

Alfredo Neftalí López Lora **18**

PROPUESTA PEDAGÓGICA DOCENTE, REDUCIENDO BARRERAS DE APRENDIZAJE Y PARTICIPACIÓN (BAP'S) QUE ENFRENTA EL NIÑO PREESCOLAR

Emmanuel Arroyo Rodríguez **24**

LAS FINANZAS Y LA PAZ EMOCIONAL. "FINANZAS EMOCIONALES"

Raúl Ángel García Alejandro **32**

LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN Y EL USO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Patricia Serna González **41**

LA FUNCIÓN JURISDICCIONAL A LA LUZ DE LA REFORMA CONSTITUCIONAL AL PODER JUDICIAL

Antonio Alberto Sánchez Castellanos **47**

LA EMPATÍA Y LA JUSTICIA TERAPÉUTICA EN LA ATENCIÓN DE ADOLESCENTES QUE HAN COMETIDO DELITOS

Luz Anyela Morales Quintero  
Louise Mary Greathouse  
Sandra Islas Lucio **51**

LA TUTORÍA Y EL USO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Patricia Serna González **58**

FOMENTO DE LA EDUCACION SOCIAL EN SALUD

Dania Priscila Aguilar Carrillo **65**

PEDAGOGÍA PROFUNDA PARA EL DESARROLLO DEL SER

Martha Patricia Jiménez Martínez **70**





# IMPACTO DEL USO DE UNA TECNOLOGÍA EMERGENTE EN LA PREVENCIÓN DE VIOLENCIA DIGITAL EN ESTUDIANTES DE INGENIERÍA EN TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN, DISEÑO Y MODA INDUSTRIAL

Autora: *María Del Carmen Solorio Raya*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Licenciatura en Diseño Gráfico, maestría en Tecnologías Móviles y Negocios, Doctorante en Tecnología Educativa con Enfoque Sistémico del tercer semestre, Universidad de Morelia, actualmente docente en la Universidad Tecnológica de Morelia.

## Resumen

En el presente se expone el avance de algunos apartados de esta investigación. Para desarrollar el marco teórico, se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica, así como la aplicación de cuestionarios a los estudiantes de ambas carreras en el campo empírico. Actualmente, los datos recolectados están siendo analizados con el software SPSS para responder a las preguntas de investigación.

El avance en las tecnologías de la información ha traído numerosos beneficios para la sociedad. Sin embargo, este progreso también tiene consecuencias negativas. Una de las más preocupantes es el incremento de la violencia digital. En este entorno virtual, las personas se enfrentan a riesgos como el acoso cibernético, hostigamiento en línea, amenazas, discurso de odio, la difusión de imágenes o videos íntimos sin consentimiento. Estas conductas no solo causan un profundo daño emocional y psicológico a las víctimas, sino que también pueden tener graves repercusiones en su vida personal, profesional y social.

## Abstract

The progress of some sections of the research titled "Impact of the use of an emerging technology on the prevention of digital violence in students of engineering in information technologies and industrial design and fashion" is presented herein. To develop the theoretical framework, a bibliographic review has been carried out, as well as the application of questionnaires to students of both careers. Currently, the collected data is being analyzed with SPSS software to answer the research questions.

Advances in information technology have brought numerous benefits to society. However, this progress also has negative consequences. One of the most worrying is the increase in digital violence. In this virtual environment, people face risks such as cyberbullying, online harassment, threats, hate speech, the dissemination of intimate images or videos without consent. These behaviors not only cause profound emotional and psychological harm to victims, but can also have serious repercussions on their personal, professional and social lives.

## JUSTIFICACIÓN

La violencia digital es una problemática que se ha presentado en el ámbito universitario. En respuesta a esta situación el Departamento de Salud de la Universidad Tecnológica de Morelia, ha implementado campañas para abordar el tema. Sin embargo, el impacto de estas campañas ha sido limitado, principalmente porque se realizan a través de medios impresos con un diseño poco atractivo y se colocan en los periódicos murales de la institución, los cuales suelen estar saturados de información, lo que dificulta captar la atención de los estudiantes. Esto plantea la pregunta principal de la investigación: ¿Qué impacta para la prevención de la violencia digital en los estudiantes de ingeniería en tecnologías de la Información y diseño y moda industrial?

Para responder a esta pregunta, se han formulado una serie de preguntas secundarias que guían el enfoque teórico y empírico del estudio. La investiga-

ción justifica su relevancia en la necesidad de evaluar el impacto de una campaña de sensibilización sobre la violencia digital, implementada mediante una tecnología emergente en la Universidad Tecnológica de Morelia. Este trabajo busca integrar una tecnología que permita una experiencia inmersiva, atractiva e interactiva, facilitando que los estudiantes exploren la información de forma más profunda y desarrollen una mayor conciencia sobre la importancia de prevenir la violencia digital. Al ser una tecnología novedosa, también se espera captar la curiosidad de aquellos estudiantes que suelen ignorar las campañas tradicionales impresas.

## DESARROLLO

El uso de esta tecnología emergente proporciona a los estudiantes información precisa sobre temas relacionados con el acoso digital, además de sensibilizar sobre las repercusiones legales que este tipo de acciones puede tener tanto para el agresor como para la víctima.

La hipótesis de trabajo de esta investigación es: "Impacta el uso de una tecnología emergente en la prevención de la violencia digital en los estudiantes de ingeniería en tecnologías de la Información, diseño y moda industrial". De esta forma, guía el estudio hacia la comprensión de cómo dichas tecnologías pueden influir en la conciencia y comprensión de los estudiantes sobre la violencia digital, así como en la identificación de sus consecuencias, con el objetivo de mejorar las estrategias preventivas en el entorno académico. Para estructurar el análisis, se han definido dos categorías clave: Violencia Digital y Tecnologías Emergentes.

El análisis reflexivo sobre estas categorías incluye referencias a autores como (Champetier de Ribes) quien describe la violencia como "una emoción enraizada en el pasado, respuesta de miedo y declaración de impotencia frente a un conflicto al que se endiosa para justificar el deseo profundo de no resolverlo" (pág. 127). Como consecuencia, surge una dinámica de evasión que impide afrontar el conflicto de manera efectiva.

En la era digital, la violencia ha trascendido los límites físicos y se ha trasladado al entorno virtual, donde se manifiesta como violencia digital. Según

la (Gaceta Parlamentaria, 2021) No. 5770-IV, la violencia digital abarca todas aquellas acciones realizadas mediante tecnologías de la información y la comunicación que expongan, distribuyan, difundan o compartan imágenes, audios o videos de contenido íntimo sexual sin el consentimiento de la persona afectada, causando daño psicológico, emocional o afectando su vida privada o imagen pública. Este tipo de actos también puede atentar contra la intimidad, privacidad y dignidad, especialmente de las mujeres, utilizando tecnologías digitales.

De acuerdo con el Frente Nacional para la Sororidad y Red Latinoamericana de Defensoras Digitales (2023) el entorno virtual presenta una serie de características que lo distinguen de las interacciones en el mundo real. Entre ellas, destaca la dificultad de eliminar completamente un contenido una vez publicado en internet, ya que puede ser copiado, descargado y vuelto a subir con facilidad. Además, los contenidos pueden viralizarse rápidamente, alcanzando a millones de personas en segundos. A nivel global, la regulación de los espacios digitales es limitada, y las leyes suelen ir rezagadas frente a la evolución de las dinámicas virtuales. El anonimato en internet facilita la creación de identidades falsas, lo que permite proyectar vidas ficticias, así como agredir o suplantar identidades a través de cuentas falsas.

En este contexto, la Secretaría de las Mujeres de la Ciudad de México (2024) informa sobre el surgimiento de diversos tipos de violencia digital. Entre ellos se encuentran el stalking, o acoso compulsivo; el ciberbullying, que implica acoso psicológico en línea; el shaming, cuyo objetivo es humillar públicamente; el doxing, que consiste en la difusión de información privada sin consentimiento; el sexting no consentido, donde el material íntimo es compartido sin autorización, y el grooming, en el que adultos contactan a menores bajo falsas identidades con fines de control emocional o abuso sexual.

Para reforzar la importancia de la teoría en este estudio, se considera fundamental el concepto de tecnologías emergentes. De acuerdo a G. S. Day y P. Schoemaker, como se citó en (Serón Aluminí) definen las tecnologías emergentes como "innovaciones que pueden crear nuevas industrias o transformar las ya existentes". Dentro de esta categoría, se incluye la realidad virtual, que según Manresa

Yee, et al. (2011), "es un término que se aplica a un conjunto de experiencias sensoriales sintéticas, es decir generadas por computador, comunicadas a un operador o participante" (pág. 15)

Esta investigación tiene como universo, muestra y muestreo a Morelia, capital del estado de Michoacán, México, es una de las cinco ciudades coloniales más importantes del país y ha sido reconocida por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad desde 1991, lo que resalta su valor histórico y cultural (UNESCO, 1991).

La muestra de esta investigación doctoral es la Universidad Tecnológica de Morelia que forma parte de Dirección General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas. Es una institución pública que ofrece estudios de nivel Técnico Superior Universitario, Licenciaturas y Maestrías.

La creación de la Universidad Tecnológica de Morelia (UTM) se hizo posible gracias a un convenio de colaboración establecido entre la Secretaría de Educación Pública y el gobierno del Estado de Michoacán el 14 de enero del año 2000, documento que establece el compromiso de la creación de la UTM como Organismo Público Descentralizado de la Administración Pública Estatal. (Palomino Domínguez, 2000, pág. 02)

Considerando las características particulares de esta investigación, se optó por un muestreo no probabilístico de tipo dirigido. Siguiendo la definición de Hernández Sampieri y colaboradores (2010) es "subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación" (pág. 176).

Dicha muestra se conformó por estudiantes de los programas educativos de Tecnologías de la Información (TI) y Diseño y Moda Industrial (DMI), seleccionando a aquellos que cumplían con criterios específicos para garantizar la representatividad de la población estudiantil.

De los cuales para esta investigación se trabajó con los grupos de cuarto cuatrimestre del programa educativo de Tecnologías de la Información del área de entornos virtuales y el grupo de 3er cuatrimestre de la carrera de Diseño de Moda Industrial, siendo un total de 31 estudiantes, de los cuales el

45.2% pertenecen al género masculino y el otro 51.6 % pertenecen al género femenino y el 3.2% prefirió no decir que género eran.

Para explorar el ámbito empírico a través de instrumentos metodológicos, se aplicó un cuestionario de 13 preguntas a 31 estudiantes de las carreras de Tecnologías de la Información y Diseño y Moda Industrial de la Universidad Tecnológica de Morelia (UTM) a través de Google Forms (Imagen 1). Los resultados obtenidos proporcionan una visión clara sobre la percepción y conocimiento de los estudiantes en relación con la violencia digital, y permiten identificar áreas clave para intervenciones educativas futuras.

**Cuestionario dirigido a alumnos de la Universidad Tecnológica de Morelia**

El presente instrumento forma parte del trabajo de investigación del doctorado en Tecnología educativa con enfoque sistémico titulado: "Impacto del uso de una tecnología emergente en la prevención de la violencia digital en estudiantes de ingeniería en tecnologías de la información y diseño y moda industrial"; por lo que solicito de su valiosa participación, para responder cada pregunta de manera objetiva y veraz.

La información es de carácter confidencial y reservado; ya que los resultados serán manejados solo para la investigación.

Agradecemos anticipadamente su colaboración

carmenencuestasutm@gmail.com [Switch account](#)

Not shared

\* Indicates required question

Edad \*

Your answer

Genero: \*

Masculino

Femenino

Prefiero no decirlo

Other: \_\_\_\_\_

Imagen 1 Fragmento de captura del formulario en Google Forms.

De esta forma, el **tratamiento estadístico** se llevó a cabo utilizando el software SPSS, obteniendo resultados destacados. De las 13 preguntas del instrumento, solo se validaron 9, ya que las otras 3 fueron diseñadas para obtener información adicional relacionada con el estudio. Como resultado, la estadística de fiabilidad se estructuró de la siguiente manera:

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	No. de elementos
.808	.819	9

A continuación se presentan algunos de los resultados obtenidos del instrumento implementado en esta investigación. En el ámbito de la reflexión, se destaca que la recopilación de datos permitió obtener una visión más profunda sobre las percepciones de los estudiantes respecto a la violencia digital (Gráfico 1).

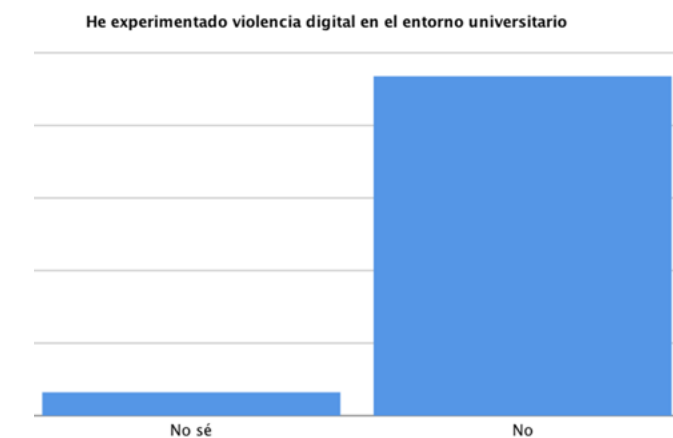


Gráfico 1 Resultados de los datos recopilados.

N Válido	31
Perdidos	0
Media	2,94
Mediana	3,00
Desviación	0,250
Varianza	0,062
Rango	1

### ANÁLISIS DE LA PREGUNTA 1:

A. Análisis de la pregunta ¿He experimentado violencia digital en el entorno universitario? La media de 2.94 indica que, en general, la mayoría de los encuestados ha respondido “No” a la pregunta sobre si han experimentado violencia digital en el entorno universitario. La mediana es 3, lo que confirma que más de la mitad de los estudiantes respondió “No”. De los 31 estudiantes encuestados, 29 (93.5%) dijeron que no han experimentado violencia digital, mientras que 2 (6.5%) indicaron que no están seguros. Ningún estudiante respondió afirmativamente. La desviación estándar es muy baja, 0.250, lo que sugiere que las respuestas están agrupadas en torno a la media y que no hay mucha variabilidad en las respuestas. La varianza, de 0.062, también muestra una baja dispersión en los datos. Lo que estos resultados sugieren que la gran mayoría de los estudiantes en esta muestra creen que no han sido víctimas de violencia digital en el entorno universitario, o no están seguros de haberla experimentado.

B. La hipótesis y relación con los datos: En relación con la hipótesis planteada sobre “Impacta el uso de una tecnología emergente en la prevención de la violencia digital en los estudiantes de ingeniería en tecnologías de la Información y diseño y moda industrial”, En este caso, los resultados reflejan que 29 estudiantes creen que no han experimentado violencia digital, y solo 2 no es-

¿Me han intimidado con frases, insultos conductas no apropiadas a través de internet o redes sociales?

30 respuestas

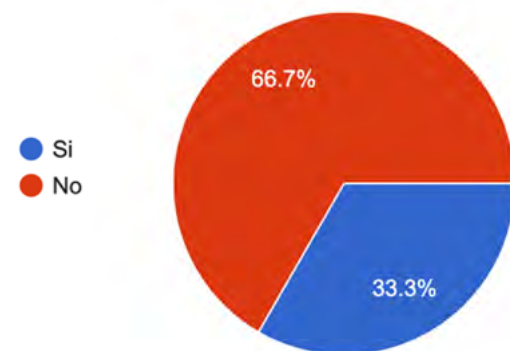


Imagen 2 Gráfica con el resultado de los encuestados.

tán seguros. Aunque la violencia digital parece no afectar a una gran proporción de estudiantes según esta encuesta, es necesario investigar si la falta de reconocimiento de violencia digital es un problema. La tecnología emergente podría ser útil para aumentar la concienciación sobre las distintas formas de violencia digital y ayudar a prevenirla entre aquellos estudiantes que no reconocen que han sido víctimas.

C. Dado que 29 estudiantes han indicado que no han sido víctimas de violencia digital, es importante analizar si los estudiantes tienen pleno conocimiento de lo que constituye violencia digital. Para esto se les aplicó un test sobre la violencia digital en donde se puede observar que el 33.3% de los estudiantes si han sido violentados si ellos conocen el tipo de violencia (imagen 2).

### ANÁLISIS DE LA PREGUNTA 2:

La media es de 4.13, lo que indica que la mayoría de los estudiantes están de acuerdo o totalmente de acuerdo con la afirmación “Soy capaz de identificar los distintos tipos de violencia” (Imagen 3).



Imagen 3 Gráfica con el resultado de los encuestados.

N Válido	31
Perdidos	0
Media	4,13
Mediana	4,00
Desviación	0,846
Varianza	0,716
Rango	3

A. Esto significa que la mayoría siente que pueden reconocer diferentes formas de violencia. La mediana es 4, lo que confirma que más de la mitad de los encuestados respondió “De acuerdo” o “Totalmente de acuerdo”. De los 31 estudiantes encuestados, 12 (38,7%) están “De acuerdo” y 12 (38,7%) están “Totalmente de acuerdo” en que son capaces de identificar los distintos tipos de violencia, lo que en total representa un 77.4% del grupo. Por otro lado, 6 estudiantes (19.4%) están en una posición neutral (“Ni de acuerdo ni en desacuerdo”), y solo 1 estudiante (3.2%) está en desacuerdo. La desviación estándar es de 0.846, lo que sugiere que las respuestas tienen cierta variabilidad, pero están bastante agrupadas en torno a la media. La varianza de 0.716 indica que la dispersión en las respuestas es relativamente baja, lo que refuerza que la mayoría de los estudiantes se siente capaz de identificar los distintos tipos de violencia.

B. Hipótesis y relación con los datos: En relación con la hipótesis planteada sobre “Impacta el uso de una tecnología emergente en la prevención de la violencia digital en los estudiantes de ingeniería en tecnologías de la Información y diseño y moda industrial”, Los resultados muestran que 24 estudiantes (77.4%) están de acuerdo o totalmente de acuerdo con que son capaces de identificar los distintos tipos de violencia, lo que sugiere que la mayoría tiene cierto nivel de conocimiento sobre el tema. Sin embargo, dado que 7 estudiantes (22.6%) no están seguros o no identifican claramente los tipos de violencia, sería recomendable implementar campañas de sensibilización y educación para asegurar que todos los estudiantes tengan un conocimiento adecuado sobre las diferentes formas de violencia digital. Estas campañas podrían beneficiarse del uso de tecnologías emergentes para atraer la atención de estos estudiantes y aumentar la eficacia de las intervenciones.

C. Dado que 7 estudiantes no tienen una clara comprensión de los distintos tipos de violencia (1 en desacuerdo y 6 neutrales), es crucial proporcionarles información adecuada para que puedan identificar correctamente las situaciones de violencia. Esto es esencial para prevenir situaciones en las que los estudiantes afirmen que no han sido violentados, pero en realidad sí

han sido víctimas sin reconocerlo. Las intervenciones tecnológicas, como la implementación de campañas educativas interactivas y atractivas, podrían ayudar a cerrar esta brecha de conocimiento y sensibilización.

### ANÁLISIS DE LA PREGUNTA 3:

La media es de 3.97, lo que indica que la mayoría de los estudiantes están de acuerdo o totalmente de acuerdo con la afirmación “Considero que utilizar una tecnología emergente es adecuado para una campaña contra la violencia digital” (Imagen 4).

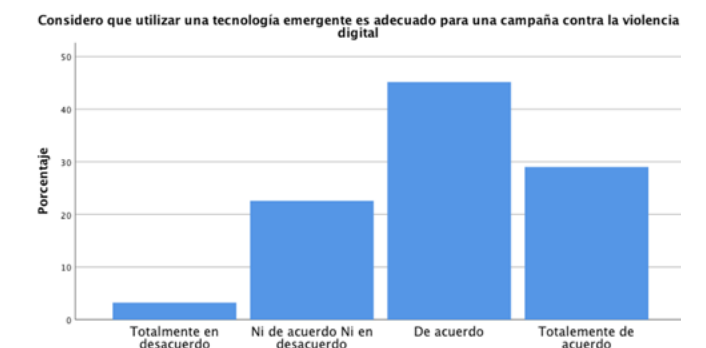


Imagen 4 Gráfica con el resultado de los encuestados.

N Válido	31
Perdidos	0
Media	3,97
Mediana	4,00
Desviación	0,912
Varianza	0,832
Rango	4

A. Esto significa que un gran porcentaje de estudiantes ve como adecuado el uso de tecnologías emergentes en este tipo de campañas. La mediana es 4, lo que confirma que más de la mitad de los encuestados respondió “De acuerdo” o “Totalmente de acuerdo”, reafirmando que existe un consenso considerable respecto a la utilidad de las tecnologías emergentes. De los 31 estudiantes encuestados, 14 (45.2%) están “De acuerdo” y 9 (29.0%) están “Totalmente de acuerdo” con el uso de tecnologías emergentes,

lo que representa un 74.2% del total. Por otro lado, 7 estudiantes (22.6%) están en una posición neutral (“Ni de acuerdo ni en desacuerdo”), y solo 1 estudiante (3.2%) está en desacuerdo. La desviación estándar es de 0.912, lo que muestra una cierta variabilidad en las respuestas, pero aún están bastante agrupadas en torno a la media. La varianza de 0.832 indica que la dispersión es relativamente baja, lo que refuerza la idea de que la mayoría de los estudiantes consideran adecuado el uso de tecnología emergente en una campaña de prevención contra la violencia digital.

- B. Hipótesis y relación con los datos: En relación con la hipótesis planteada sobre “Impacta el uso de una tecnología emergente en la prevención de la violencia digital en los estudiantes de ingeniería en tecnologías de la Información y diseño y moda industrial”, Los resultados revelan que 23 estudiantes (74.2%) están de acuerdo o totalmente de acuerdo en que la tecnología emergente es adecuada para este tipo de campañas. Esto sugiere que la mayoría de los estudiantes creen que utilizar tecnología avanzada puede mejorar las campañas de sensibilización y prevención de la violencia digital. Sin embargo, 8 estudiantes (25.8%) no están completamente convencidos o no consideran que la tecnología emergente sea adecuada para estas campañas,

lo que indica que existe una minoría que necesita ser persuadida o que tal vez no ve una conexión clara entre la tecnología emergente y la efectividad de una campaña de prevención de la violencia digital.

- C. Dado que 8 estudiantes (3.2% en desacuerdo y 22.6% neutrales) no están completamente a favor de la utilización de tecnología emergente, es crucial diseñar campañas que sean atractivas y relevantes para todos los estudiantes, especialmente aquellos que son más reticentes. Las estrategias de comunicación deben centrarse en demostrar cómo estas tecnologías pueden facilitar la prevención y detección de la violencia digital. Además, es importante sensibilizar a estos estudiantes sobre los beneficios de la tecnología emergente en términos de alcance, interactividad y personalización en una campaña de este tipo.

Por lo tanto, los problemas detectados en los instrumentos referidos muestran que, aunque la mayoría de los estudiantes no reporta haber experimentado violencia digital, es posible que algunos no sean conscientes de haberla sufrido, por lo que es necesario de intervenciones educativas más efectivas. Sin embargo, los problemas detectados en los instrumentos de medición revelan que algunos

estudiantes no tienen claro el concepto de violencia digital. En una de las preguntas, se observó que un pequeño grupo de estudiantes no pudo identificar correctamente los distintos tipos de violencia, lo que indica un déficit de conocimiento en esta área. Además, otros estudiantes se posicionaron de manera neutral o no supieron si habían sido víctimas, lo que podría estar relacionado con una falta de comprensión o reconocimiento de las señales de violencia digital. La implementación de tecnologías emergentes podría ser clave para aumentar la concienciación y dotar a los estudiantes de las herramientas necesarias para identificar y prevenir este tipo de violencia. Aunque la mayoría está de acuerdo en que estas tecnologías son adecuadas para las campañas de sensibilización, todavía existe una minoría que no está convencida de su efectividad. Por lo tanto, es crucial que las campañas sean diseñadas de manera innovadora y persuasiva, maximizando el impacto de la tecnología para abordar estos problemas de comprensión y lograr un cambio significativo en la prevención de la violencia digital en el entorno académico.

En conclusión, la intervención educativa enfocada en la implementación de una tecnología emergente resulta clave para sensibilizar a los estudiantes sobre la violencia digital. Dado que muchos no reconocen haber sido afectados por este tipo de violencia, es fundamental que las campañas informativas sean innovadoras y capten la atención de los adolescentes, cuyo desarrollo cerebral y emocional está en proceso. Al proporcionarles las herramientas necesarias y aumentar su conciencia, estas tecnologías podrían jugar un papel esencial en la prevención de la violencia digital, ayudando a los estudiantes a identificar y abordar el problema de manera más efectiva.



## BIBLIOGRAFÍA

- Champetier de Ribes, B. (2021). Los desafíos de la vida actual. Madrid, España: Alfa Omega.
- Abásolo, M. J. (2011). Realidad-virtual-y-realidad-aumentada-Interfaces-avanzadas.pdf. En C. Manresa Yee, M. J. Abásolo, R. Más Sansó, & M. Vénere, Realidad virtual y realidad aumentada. Interfaces avanzadas. (pág. 15). Buenos Aires: Universidad Nacional de la Plata.
- Frente Nacional para la Sororidad y Defensoras Digitales. (2023). Jornada Nacional para la Prevención Social de la Violencia de Género Digital y el Ciberacoso Escolar. Defensoras digitales, México.
- Gaceta Parlamentaria. (29 de Abril de 2021). 20210429-IV.pdf. Gaceta Parlamentaria, 89. Obtenido de Gaceta Parlamentaria: <https://gaceta.diputados.gob.mx/PDF/64/2021/abr/20210429-IV.pdf>
- Hernadez Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill.
- Palomino Dominguez, A. (10 de Agosto de 2000). Periódico Oficial del Estado de Michoacán. Obtenido de Gobierno de Michoacán: [https://laipdocs.michoacan.gob.mx/?wpfb\\_dl=237144](https://laipdocs.michoacan.gob.mx/?wpfb_dl=237144)
- Secretaría de las mujeres. (2024). Violencia-Digital. Obtenido de Gobierno de la Ciudad de México: <https://semujeres.cdmx.gob.mx/violencia-digital>
- Serón Alumini, J. (s.f.). Ponencia. Obtenido de Comité de Integración Latino Europa -América: <https://www.cilea.info/public/File/06%20Seminario%20Chile/G%20-%20ChileSeron%20Ponencia.pdf>



# IMPORTANCIA DEL TIEMPO LIBRE Y LA RECREACIÓN EN LA SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ

Autor: Alfredo Neftalí López Lora<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Universidad de Morelia, Director de la Facultad de Cultura Física y Deportes. Cuenta con dos doctorados, tres maestrías y una licenciatura en áreas relacionadas con la educación física, la cultura física, las Ciencias de Educación y el Entrenamiento Deportivo.

## Resumen

El tiempo libre y la recreación son elementos importantes para el desarrollo integral del ser humano. Sin embargo, las dinámicas actuales tanto sociales, económicas, como políticas, han relegado a ambas como un elemento considerado de "pérdida de tiempo". Bajo el precepto de que el tiempo de producción es más importante que el tiempo libre.

En este artículo se aborda cómo es aprovechado el tiempo libre por parte de la población en México y su comparativa con otros países. De igual forma se establecen algunas propuestas legales que se han realizado al respecto, así como recomendaciones para incrementar las propuestas de actividades recreativas, como elemento enriquecedor del tiempo libre, en función de mejorar la cultura de la paz y la salud mental.

## Abstract

Free time and recreation are important elements for the integral development of the human being. However, the current social, economic, and political dynamics have relegated both as an element considered a "waste of time". Under the precept that production time is more important than free time.

This article addresses how free time is used by the population in Mexico and its comparison with other countries. In the same way, some legal proposals that have been made in this regard are established, as well as recommendations to increase the proposals for recreational activities, as an enriching element of free time, to improve the culture of peace and mental health.



## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo hace un análisis de la percepción del tiempo libre y la recreación en México como elemento de crecimiento personal y social, a partir de datos estadísticos sobre el uso de este en las áreas culturales, artísticas y deportivas.

En su desarrollo se establecen algunas consecuencias de la privación de este tiempo de reconstrucción biopsicosocial y sus beneficios en materia de desarrollo mental y cultura de paz bajo la premisa del desarrollo personal y comunitario a través de políticas que permitan un mayor tiempo y calidad en el uso del tiempo libre.

## PROBLEMÁTICA

En lo general, el tiempo humano se puede dividir en dos estados. Un tiempo relacionado directamente con la producción (tiempo de producción) y un tiempo no relacionado directamente con la

producción (tiempo de reproducción).

El tiempo libre, por lo tanto, es un elemento indispensable para el ser humano, en donde su función va más allá de un tiempo de recuperación física o pausa para volver después a los procesos de producción. Sino que su enfoque tiene un significado más amplio, considerándose "...como una actitud o estado de ánimo para emprender nuevas actividades que impliquen experiencias enriquecedoras.." (Azcuay Miranda, 2010, pág. 3).

Estas experiencias destinadas a procesos culturales, sociales, artísticos, deportivos, espirituales, por mencionar algunos. Tienen como objetivo central la deconstrucción y reconstrucción biopsicosocial como un elemento de formación integral del ser humano. Lo que conduce al aprovechamiento del tiempo libre, centrándose en la recreación como

el componente en donde se logra este enriquecimiento.

Por lo tanto, la recreación, como máxima del aprovechamiento del tiempo libre, debe verse no como una pérdida de tiempo, sino como un elemento inherente del ser humano que permite la satisfacción y el desarrollo personal. Como lo menciona Azcuay Miranda y colaboradores (2010).

La Recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística - cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad (pág. 5).

No obstante, lo citado anteriormente, se sigue percibiendo este tipo de actividades como secundarias. Teniendo un papel preponderante el tiempo de producción con el objetivo de un crecimiento económico y social. En el que irónicamente se trabaja



en uno o a veces en más empleos dejando un porcentaje muy pequeño de tiempo libre con el objetivo de obtener mayores bienes que son utilizados en ese breve espacio de tiempo libre restante.

Por otro lado, se trabaja por periodos continuos de tiempo, privándose de espacios de tiempo de recreación diarios considerados “snacks recreativos” (paseos individuales o con la familia, practicar ejercicio, realizar actividades sociales, artísticas o culturales, etc.) con el objetivo de una búsqueda acumulada de espacios de tiempo para descansar como lo es un fin de semana o un periodo de vacaciones. En donde pocas veces se logra la recuperación física y mental plena para lograr los procesos de deconstrucción y reconstrucción biopsicosociales antes mencionados.

Lo que lleva a preguntarnos ¿Qué importancia se le da al tiempo libre y a la recreación como medio para el logro de crecimiento personal (salud mental) y social (Cultura de Paz)?

## DESARROLLO

Esta privación o reducción del tiempo de esparcimiento se ha reflejado en problemas biopsicosociales que han reducido la calidad de vida de las personas. Encontrando problemas crónicos de salud debido al bajo nivel de activación física, problemas sociales dada la falta de programas recreativos y de espacios de esparcimiento, y problemas económicos para las personas y el estado al tener que solventar las incapacidades, los medicamentos, los problemas mentales, la inseguridad y demás costos que implican el tener una sociedad

limitada en su crecimiento personal. Estos datos se concluyen de las correlaciones obtenidas de organismos como la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) en sus datos arrojados en su página “better life index” (OCDE, 2025).

Pese a todo esto, es importante establecer que el uso enriquecedor del tiempo libre es una decisión personal, que, aunque debería ser trabajada para su máximo aprovechamiento desde la educación básica y otros entes institucionales del estado como parte importante de la formación integral, y con esto motivar a la generación de una cultura y sociedad que valore estos tiempos de desarrollo personal, es la persona quien al final decide cómo ejercer el “presupuesto de su tiempo libre”.

Se entiende como presupuesto de tiempo libre a la cantidad de horas que cada individuo dedica o invierte en actividades recreativas durante su tiempo libre. En este sentido, existen varios indicadores que a través de sus datos orientan para entender las tendencias del uso de estos espacios de tiempo libre por parte de la población.

Por ejemplo, un estudio realizado a través de la Encuesta Nacional de Lectura exhibe la tendencia de la población por ver la televisión en su tiempo libre con un 52.9% contrastando con el 21.1% del porcentaje de personas que lee o al 26.7% que menciona que acostumbra a practicar algún deporte. (CONACULTA, 2015).

Si se comparan los datos de la encuesta anterior con los datos actuales del Módulo Sobre

Lectura (MOLEC) de 2024, Casi el 69% por ciento de la población alfabeta de más de 18 años menciona haber leído alguno de los siguientes materiales: libros, revistas, periódicos, historietas o páginas de Internet, foros o blogs. Siendo un dato desalentador con relación al 84.2% que se obtuvo en el MOLEC del 2015, de la misma fecha de la Encuesta Nacional de Lectura del 2015 antes mencionada (INEGI, 2024).

Las cifras además deben contextualizarse al mencionar que la encuesta se aplica a personas mayores de 18 años, el tipo de lectura, y que se debe considerar a los más de 4 millones de personas analfabetas que reporta el portal “Cuéntame de México del INEGI” en el 2025 (INEGI, s.f.).

En cuanto a la realización de actividad física, ejercicio o deporte. Gracias a los datos arrojados por parte del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) levantado el 2024. Indica que el 41.1% de las personas entrevistadas mayores de 18 años son activas físicamente (se debe considerar que el estudio es estratificado y se levanta con una muestra de 2336 viviendas entrevistadas).

De estas la tendencia es mayor en los hombres respecto a las mujeres (46% vs 36.8%). En cuanto a grupo de edad, se observa una disminución considerable del 2023 al 2024 en el grupo de 18 a 24 años pasando del 69.5% al 51% y un incremento en el grupo de 55 años y más del 42.5% en el 2023 contra un 49.6% en el 2024% (INEGI, 2025).

De estos datos se obtiene también que sólo el 60.8% de hombres que realizan ejercicio hacen el nivel suficiente de actividad física. Mientras que el 67.8% de las mujeres que realizan ejercicio logran este nivel. Este nivel de suficiencia se considera en más de 4 horas. Por último, se reporta que en lugares públicos hay más población practicando actividades físicas (58.3% con respecto al 38% de instalaciones privadas. Sin embargo, Son estos últimos los que reportan mayores niveles de suficiencia con un 76.5% en comparación con el 60.2% de los que practican actividad física en lugares públicos (INEGI, 2025).

Estos datos en una parte se deben a factores relacio-

nados con el nivel económico y la existencia y capacidad de los espacios públicos destinados para la realización de ejercicio, aunque de igual forma sucede con otras actividades recreativas como lo menciona la encuesta realizada por el Instituto de Mercadotecnia y Opinión (IMO) en donde México se ubica en el segundo lugar respecto a la percepción de los encuestados sobre importancia de la falta de instalaciones cercanas como obstáculo para llevar a cabo actividades recreativas en su tiempo libre.



De igual forma se plasma en segundo lugar a México al manifestar la importancia de la falta de tiempo libre como obstáculo para llevar a cabo actividades recreativas. Mencionando también la cuestión económica como factor importante, ubicándose en este aspecto en el décimo lugar de los treinta y cuatro países encuestados (Instituto de Mercadotecnia y opinión, 2009).

Estos datos son consistentes con las políticas actuales, en donde se trabaja en el congreso por una reducción de la jornada laboral de 48 horas a 40 horas. Siendo que la tendencia mundial es de 32 horas de acuerdo con el artículo de Isabella Cota (El País, 2023).

En donde las políticas sobre el derecho al tiempo libre giran con relación a estas acciones o intentos por establecer normativas que impacten realmente en los ciudadanos y su calidad de vida. En relación con esto, un artículo por la Red de Investigadores sobre Deporte, Cultura Física, Ocio y Recreación aborda un diálogo a partir de cuestionamiento ¿de qué manera las políticas públicas retoman la idea de ocio en la vida cotidiana mexicana? Para discutir cuál es el nivel de atención de las políticas públicas en México con respecto al ocio y al tiempo libre y cómo es retomado en los Planes Estatales de Desarrollo (INAH, 2022).

Concordando que, en México, se tienen desventajas en cuanto a la cantidad y calidad de tiempo libre dado las políticas económicas y sociales existentes. Llevando con ello, a que los propios ciudadanos prefieran reducir su tiempo libre para seguir trabajando, trayendo consigo los efectos adversos

que esto conlleva tanto en la salud mental como en la comunidad (Instituto de Mercadotecnia y opinión, 2009).

Y es que ha faltado mucho trabajo en cuanto a investigación sobre la relación y optimización del tiempo libre y de producción. Ya que, correlaciones positivas sobre el balance vida- trabajo, empleo y seguridad nos llevan a los países más desarrollados (OCDE, 2025).

En el entendido de que sus políticas valoran el crecimiento económico constante gracias al bienestar de su población para hacer más eficiente el tiempo de producción (valorando que son menos horas de su jornada laboral) y los costos que se disminuyen a través de la disminución de problemas mentales, físicos y sociales ocasionados por esta privación del tiempo libre.

Estas afirmaciones, no son empíricas. Estudios como el de Del Conde y colaboradores (2022). Mencionan la relación de la actividad física y la salud mental. Encontrando que los niveles de autoconcepto y autoestima son influidos por la cantidad de horas que se realiza ejercicio semanalmente siendo de 4 a 5 horas las que mostraban mayores resultados, de igual manera se vieron relaciones con respecto al estrés y la ansiedad. Mostrando en los indicadores de autoconcepto y autoestima un mayor logro dado el incremento de la percepción de bienestar, control y salud emocional.

Respecto a la Cultura de Paz, las propuestas culturales y deportivas tienen un gran impacto al generar el sentido de pertenencia

y comunidad, no es en vano las propuestas establecidas en los proyectos de la UNESCO desde 1998 a los países que lo conforman y reflejándose en varios de ellos (UNESCO, 1998).

## CONCLUSIONES

El mayor desarrollo económico de un país no puede ir desfazado del desarrollo personal de su población. Por ello, es importante la participación de todos los sectores (económicos, políticos, educativos, etc.) para el logro de un cambio de mentalidad.

Las políticas deben considerar desde su infraestructura como lo mencionan algunas propuestas como la de Ros Pardo (2016) en su libro Manual de buenas prácticas de deporte para todos y desarrollo humano en el municipio. Este tipo de propuestas establecen la importancia del trabajo en todos los niveles nacionales, estatales, municipales e institucionales para generar una cultura de actividad física para todos, partiendo desde el urbanismo planificado para que la población pueda caminar, trotar o andar en bicicleta libremente y con seguridad. Espacios gratuitos en donde la población pueda realizar actividades recreativas en espacios abiertos.

Pero también estas propuestas deben extenderse en las áreas culturales. Masificando las experiencias hacia toda la población, descentrificando los espacios donde se monopolizan los eventos artísticos y culturales.

Estas ideas no pueden ir alejadas de las reformas laborales en donde se definan los espacios de tiempo libre que debe gozar el trabajador, sin ningún condicio-

namiento. En donde la jornada a su término, con el ideal de reducirse a 32 horas, no implique ninguna actividad laboral extra para respetar el espacio personal de los trabajadores.

Por último, en educación, vale la pena trabajar en una nueva cultura que valore la edificación del ser humano sobre la del ser como materia de producción, partiendo desde sus raíces. Por lo que implementar desde la propuesta

de la Nueva Escuela Mexicana, que establece como centro de atención los niños, las niñas y los jóvenes dentro de la comunidad, proyectos para que se motive el desarrollo de una conciencia de autoestima y autoconcepto que incentive la búsqueda del desarrollo personal a partir de la valoración del tiempo libre desde la vivencia de la recreación como parte esencial de su crecimiento, alejándolos de la expectativa materialista del logro de la realiza-

ción personal basada en el logro económico.

Lo cual permita la disminución de la inseguridad por la búsqueda de este a como de lugar, y la visión de una cultura de paz que vea el crecimiento colectivo como objetivo central.



## BIBLIOGRAFÍA

- Azcuy Miranda, M. Z. (Septiembre de 2010). La Recreación Comunitaria, una opción para ocupar el tiempo libre de los jóvenes. Recuperado el 27 de Diciembre de 2024, de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6173672>
- del Conde Schnaider, E., López Sánchez, C. V., & Velasco Matus, P. W. (2022). Relación entre la Actividad Física e Indicadores de Salud Mental. Ekaterina del Conde Schnaider 1a, Cinthya Vanessa López-Sánchez a, & Pedro Wolfgang Velasco Matus b, 12(2), 106-119.
- El País. (14 de Octubre de 2023). (I. Cota, Ed.) EL TIEMPO LIBRE DE LOS MEXICANOS EN UN ESTUDIO COMPARADO CON OTROS PAÍSES.
- INAH. (2022). El ocio y el tiempo libre: ¿ausencia en los Planes Estatales de Desarrollo? Nueva Antropología, 34(94), 42-65. Recuperado el 3 de Enero de 2025, de Nueva Antropología: <https://revistas.inah.gob.mx/index.php/nuevaantropologia/article/view/17490>
- INEGI. (s.f.). Cuentame de México/ Analfabetismo. Recuperado el 7 de Enero de 2025, de Cuentame de México: <https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/analfabeta.aspx?tema=P#:~:text=En%20México%2C%20durante%20los%20últimos,no%20saben%20leer%20ni%20escribir.>
- INEGI. (23 de Abril de 2024). MOLEC. Recuperado el 7 de Enero de 2025, de MÓDULO SOBRE LECTURA (MOLEC) 2024: <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/molec/molec2024.pdf>
- INEGI. (27 de Enero de 2025). MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y EJERCICIO FÍSICO (MOPRADEF) 2024. Recuperado el 2 de Febrero de 2025, de INEGI: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/moprade/2024/doc/resultados\\_moprade\\_2024.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/moprade/2024/doc/resultados_moprade_2024.pdf)
- Instituto de Mercadotecnia y opinión. (Diciembre de 2009). EL TIEMPO LIBRE DE LOS MEXICANOS EN UN ESTUDIO COMPARADO CON OTROS PAÍSES. Encuesta. México.
- OCDE. (2025). better life index. Recuperado el 12 de Enero de 2025, de OCDE: <https://www.oecd-betterlifeindex.org/es/#/111111111111>
- Ros Pardo, J. (2016). Manual de buenas prácticas de deporte para todos y desarrollo humano en el municipio. , España: Wanceulen Editorial S.L..
- UNESCO. (1998). La Cultura de Paz y la acción de la UNESCO en los Estados Miembros. Recuperado el 12 de Enero de 2025, de UNESCO: Biblioteca Digital: [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000113537\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000113537_spa)



## PROPUESTA PEDAGÓGICA DOCENTE, REDUCIENDO BARRERAS DE APRENDIZAJE Y PARTICIPACIÓN (BAP'S) QUE ENFRENTA EL NIÑO PREESCOLAR

*Autor: Emmanuel Arroyo Rodríguez<sup>3</sup>*

### Resumen

La educación inclusión es un elemento esencial de la Nueva Escuela Mexicana, el cual es también un elemento que se alinea a los Objetivos de Desarrollo Sustentable de la Agenda 2030 de la Organización de las Naciones Unidas. En este contexto surge el concepto "Barreras de aprendizaje y participación" (BAP's), el cual marca una nueva visión en la educación inclusiva, ubicando las dificultades educativas que se presentan en el aula no como propias de los alumnos, sino del contexto donde se desarrolla el aprendizaje (SEP, 2018).

Dentro de este marco es fundamental trabajar en la reducción de estos factores desde el primer contacto que presentan los y las estudiantes con el sistema educativo, el cual en la mayoría de los casos es la escuela preescolar, para esto se buscó identificar las necesidades de las docentes de preescolar Juan Enrique Pestalozzi, para mejorar la atención rediciendo las BAP'S es sus aulas, para esto se aplicaron cuestionarios, con ellos se identificó que en el centro público ubicado en la zona urbana y comercial del Municipio de Moroleón Guanajuato, se cuenta con apoyo de la Unidad de Servicios de Apoyo a la Educación Regular, rampas y nociones sobre las BAP's identifican que persisten algunas barreras como la necesidad de conocer cómo atender a niños con algunas diversidades funcionales como el Espectro Autista, el Trastorno de Déficit de atención con Hiperactividad discapacidad auditiva, discapacidad visual además otras problemáticas como diferencias lingüísticas, conductuales, estas problemáticas interactúan principalmente con barreras sociales y pedagógicas, por lo que se subraya la necesidad de profundizar en la formación e información a los que los docentes acceden sobre inclusión y diversidad, además de fomentar el compromiso de las familias y la comunidad educativa en la eliminación de barreras que limitan la participación y el aprendizaje.

**Palabras clave:** Necesidades formativas, BAP'S, Educacion.

### Abstract

Inclusive education is an essential element of the New Mexican School, which is also an element that is aligned to the Sustainable Development Goals of the 2030 Agenda of the United Nations Organization. In this context, the concept of "Barriers to Learning and Participation" (BAP's) arises, which marks a new vision in inclusive education, placing the educational difficulties that arise in the classroom not as those of the students themselves, but of the context where learning takes place (SEP, 2018).

Within this framework it is essential to work on reducing these factors from the first contact that students present with the educational system, which in most cases is the preschool school, for this we sought to identify the needs of Juan Enrique Pestalozzi preschool teachers, to improve attention rediciendo BAP'S is their classrooms, for this questionnaires were applied, With them it was identified that in the public center located in the urban and commercial area of the Municipality of Moroleon Guanajuato, there is support from the Unit of Support Services for Regular Education, ramps and notions about BAP's identify that some barriers persist as the need to know how to care for children with some functional diversities such as Autism Spectrum Disorder, Attention Deficit Hyperactivity Disorder, hearing impairment, visual impairment and other problems such as different types of disabilities, such as hearing impairment and visual impairment.

### INTRODUCCIÓN

En el contexto educativo actual, la inclusión y la atención a la diversidad se han convertido en pilares fundamentales para garantizar el derecho a una educación de calidad para todos los estudiantes. Sin embargo, aún persisten numerosas barreras que dificultan el aprendizaje y la participación (BAP's) de los niños (ONU, 2014). En este sentido la etapa preescolar es de suma importancia, ya que es donde se sientan las bases para el desarrollo cognitivo, emocional y social. Estas barreras, se pueden presentar de diversas formas que pueden ser actitudinales, pedagógicas u organizativas, no solo limitan

<sup>3</sup> Licenciado en Psicología, Maestro en Psicoterapia Cognitivo Conductual y Doctorando en Tecnología Educativa con Enfoque Sistémico cuarto semestre, en la Universidad de Morelia.

el acceso a la educación, sino que también pueden contribuir al abandono escolar o a un rendimiento académico inferior al esperado, un rezago que puede ser acumulativo (Covarrubias-Pizarro, 2019; Torres-Carrillo y Torres-Azocar, 2000)

El presente artículo se enfoca en la identificación y reducción de las BAP's en el ámbito preescolar, tomando como caso de estudio el Preescolar Juan Enrique Pestalozzi, ubicado en Moroleón, Guanajuato, México. A través de un enfoque de investigación-acción, se busca diseñar e implementar un taller dirigido a docentes, con el objetivo de fortalecer sus capacidades para atender las necesidades educativas especiales y promover prácticas inclusivas en el aula.

La investigación se sustenta en un marco teórico que aborda la inclusión desde una perspectiva sistémica, destacando la importancia de adaptar el entorno educativo a las necesidades individuales de los estudiantes, en lugar de esperar que estos se adapten al sistema. Además, se exploran conceptos clave como el Diseño Universal del Aprendizaje (DUA) y los ajustes razonables, herramientas fundamentales para crear ambientes educativos accesibles y equitativos.

Este artículo no solo pretende contribuir al conocimiento teórico sobre las BAP's, sino también ofrecer estrategias prácticas que puedan ser implementadas por docentes y directivos para mejorar la atención a los niños preescolares, especialmente aquellos con necesidades educativas especiales. A través de un análisis cualitativo y participativo, se espera generar reflexiones y propuestas que impacten positivamente en la práctica docente y, en última instancia, en el desarrollo integral de los estudiantes.



## MÉTODO:

El método utilizado fue la investigación Acción ya que busca la transformación de la realidad educativa de los niños en el preescolar. Este tipo de investigación es de corte cualitativo busca comprender e interpretar significados, para esto se presenta en una gran variedad de técnicas que buscan recopilar y analizar datos no numéricos estos son usados con mayor frecuencia en las ciencias del comportamiento social y humano (Piza Burgos et al., 2019, p. 455). Esto se debe a la naturaleza de los fenómenos que estudian estas ciencias. Este tipo de investigación, que también es conocida como naturalista fenomenológica, interpretativa o etnográfica, tiene como pasos los siguientes (Hernández et al., 2010 citado, en Piza Burgos et al., 2019, p. 456): 1. Planteamiento del problema: El problema a resolver se plantea de forma general y amplia. Se caracteriza por la orientación hacia la exploración, la descripción y el entendimiento y está dirigido a las experiencias de los participantes. 2. Revisión de la literatura: Tiene un rol secundario y se concibe como la justificación para el planteamiento y la necesidad del estudio. 3. Recolección de datos: Los datos emergen poco a poco, se expresan en textos o imágenes y requieren un número relativamente pequeño de datos. 4. Análisis de los datos: Se refiere al análisis de textos y material audiovisual, descripción análisis y desarrollo de temas y el significado profundo de los resultados. 5. Reporte de resultados: Debe ser emergente y flexible, reflexivo y con aceptación de tendencias.

El preescolar donde se realizó la investigación, se encuentra inmersa en la zona comercial del municipio de Moroleón, siendo el comercio textil en conjunto con la fabricación de estos artículos las principales actividades económicas del municipio. El Preescolar es uno de los 19 del municipio, cuenta con 9 maestras frente a grupo, maestro de educación física, maestro de música, 3

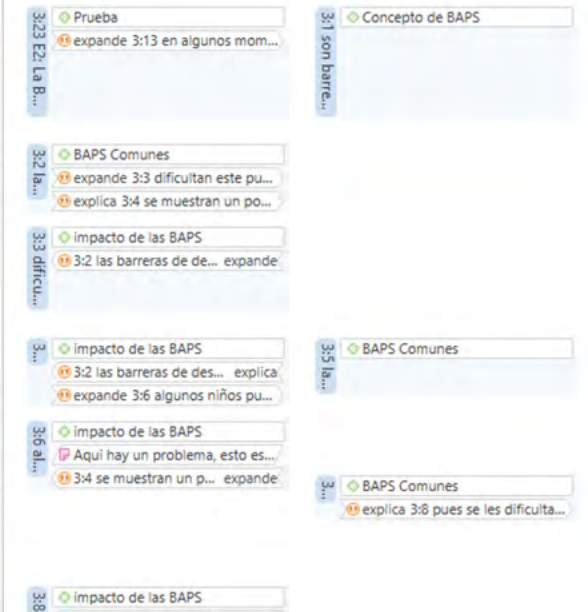
### Entrevista 1

E1: Bueno muchas gracias por aceptar la entrevista son así poquitas preguntas más o menos para conocer el contexto de mi tema de investigación que son las Barreras del aprendizaje y participación, en primer momento has ¿sabe que son las BAP'S?

E2: La BAP'S son barreras de aprendizaje, sí que son obstáculos que encontramos pues en los contextos donde están los niños y que pueden dificultar el proceso de aprendizaje y de habilidad y adquisición de habilidades de los niños en cierto momento]

E1: ¿Cuáles son las más comunes que ha visto en su aula?

E2: En preescolar las BAP'S que yo he encontrado, pues son por ejemplo las barreras de desarrollo que es cuando como en esa edad el niño está este adquiriendo conocimientos habilidades motoras cognitivas, entonces pues esas son barreras que a él le dificultan este pues en ocasiones hasta le dan un poco de inseguridad o timidez porque a lo mejor ve que un compañero lo está logrando más o que a él le da más trabajo porque pues como cada niño tiene su ritmo de aprendizaje y de adquisición de habilidades pues hay niños que se muestran un poquito inseguros en ese sentido también las barreras de socialización, el entorno social del niño puede presentar muchos desafíos para algunos niños sobre todo para en el momento de participar de manera grupal o pues sí frente a sus compañeros algunos niños pues son más tímidos y les da un poquito más de trabajo en esta etapa de preescolar también están las barreras de atención puesto que los niños tienen este muy poca momento de atención es muy su atención es muy corta por muy breve este momentos entonces pues uno tiene como docente pues no tenerlo tanto tiempo este pues en el momento de prestar atención sino son pequeños momentos nada más porque a ellos pues se les dificulta mucho



maestras USAER, una directora, una subdirectora y una niñera, este personal atiende a 9 grupos de 3 grados.

Es preescolar cuenta con material necesario, tiene una explanada que sirve para realizar educación física, además, un espacio techado donde los niños pueden comer y usar como área de juegos.

Para la investigación se aplicaron tres entrevistas y 9 cuestionarios. El muestreo utilizado fue el no probabilístico, incluye diferentes variedades: conveniencia, intencional, por cuotas y bola de nieve. Cada método de muestreo tiene sus ventajas y limitaciones; sin embargo, la determinación del ajuste más adecuado, fue el de conveniencia, ya que estos procedimientos implican juicios subjetivos (Hernández-Samperi et al. 2018, pág. 436). "Muestreo por conveniencia: La muestra se elige según la conveniencia del investigador, permitiéndole elegir arbitrariamente cuántos participantes pueden haber en el estudio", es el que se utiliza en este trabajo. Es interesante construir una propuesta, desde su diseño, aplicación y evaluación dirigida a las docentes de este preescolar, buscando la mejor atención de los niños en su aprendizaje cotidiano y que lleguen a ser ciudadanos inmersos en la sociedad, autosu-

ficientes y autónomos subjetivos (Hernández-Samperi et al. 2018, pág. 423).

## RESULTADOS: ANÁLISIS DE RESULTADOS

Esta entrevista a la docente 1 nos muestra su percepción de las BAP's que ha podido ver a través de su experiencia docente, también nos habla de que ella conoce el concepto BAP's pero es por una capacitación que eligió tomar por su cuenta.

En la hipótesis de trabajo se menciona que un taller de BAP's, puede mejorar la atención que se brinda a los niños en edad preescolar, en la entrevista se puede observar cómo conocer el cambio de paradigma que implica el concepto BAP's se puede relacionar con un cambio en la forma en que se perciben las dificultades que viven algunos niños.

En la imagen anterior se visualizan las etiquetas relacionadas con el problema de investigación, se puede observar que la profesora menciona que algunos de los alumnos estudiantes son tímidos, otros alumnos tienen problemas para mantener la atención, retraso en el desarrollo (motoras y cognitivas), dificultades en la socialización, ceguera, tutores

que hacen las actividades por los alumnos, principalmente.



Figura 4 Nube de conceptos

El cuadro nos muestra los temas más frecuentes tratados en la entrevista, entre estos temas se encuentra abuelos con mayor frecuencia, incluso que padre, otras palabras que destacan son aprendizaje, participación, bastón, temer, familia, timidez.

La nube de conceptos nos muestran algunas barreras localizadas por las docentes principalmente la timidez, bastón de la niña con ceguera, contexto, obstáculo, sobre la atención se pueden encontrar conceptos como inclusión, formar, diagnóstico, USAER, atención, curso, apoyar, planeación.



Figura 5 Barreras de aprendizaje y participación percibidas por las docentes de Preescolar

Las principales dificultades localizadas en la nube de conceptos están la timidez, tener, habilidades motoras cognitivas, problemas de atención.

- En la figura 5 se muestra los principales tipos de Barreras de Aprendizaje y Participación en el preescolar mostrando en primer lugar las sociales seguido por las metodológicas.
- Las barreras metodológicas se relacionan con el conocimiento de las técnicas y conocimientos necesarios para atender las particularidades de cada uno de los estudiantes.
- Entre las problemáticas sociales se encuentran la actitud de los padres de familia ante la problemáticas educativas que presentan sus hijos, en muchos casos minimizándolas, organizacionalmente algunas docentes perciben que existen algunos déficits en el personal (el numero) y los materiales necesarios para atender las necesidades individuales de los niños, en el caso de los actitudinales se relacionan con el rechazo de algunos de los estudiantes por sus compañeros.

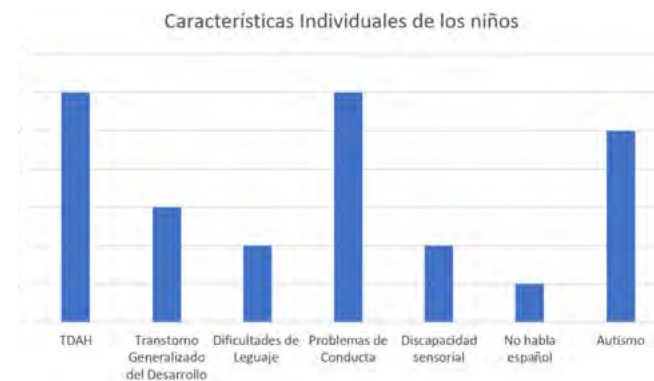


Figura 6 Características individuales de los niños que con el contexto dificultan el aprendizaje

La figura 6, nos muestra las características de los niños que al parecer de las docentes con mayor frecuencia se relacionan con las BAP'S y provocan que los niños tengan más dificultades para superarlas. Las características de los niños son diversas por lo que requieren de una variedad de adecuaciones para atender esta diversidad

Las 3 principales identificadas son el Trastorno de déficit de atención, problemas de conducta y el espectro autista, en el caso del TDAH recientemente han recibido capacitación.

## DISCUSIÓN:

El concepto Barreras del Aprendizaje y Participación (BAP'S) representa un cambio en la forma en que se ve la discapacidad o lo diferente en general, se deja de ver como una problemática únicamente individual y lo traslada a una problemática social, ya que no reduce las acciones al trabajo con el niño sino que también con todo su entorno, esta nueva visión se enlaza con la también reciente Nueva Escuela que pone a los niños, niñas y adolescentes en el centro del proceso educativo, entendiendo que estos son afectados por la comunidad donde viven, los estudiantes son afectados por su cultura, y política. En esta perspectiva se entiende que la escuela es un punto de encuentro donde conviven estudiantes que se relacionan con otra gran variedad de contextos, como sus familias, colonias, centros deportivos etc. (SEP, 2022, pág. 79). El estudiante al llegar a la escuela, de cierta forma trae con él a sus padres, abuelos y otras personas que han influido sobre ellos, es por ello que las dificultades que tiene que enfrentar cada estudiante no solo surgen del cuerpo que habita sino que pueden surgir por lo que hay o no hay en su entorno inmediato. Pero esta nueva visión se podrá asimilar después de un proceso de cambio de perspectivas y no solo de cambio de nombres, porque aunque el conoci-

miento del termino BAP's puede ser cada vez más común en ocasiones solo se usa como sustituto de discapacidad o necesidad educativa Especial, esto puede ocultar las dificultades que no se relacionen con algo físicamente visible y llevar incluso a que algunos actores educativos (padres de familia) rechacen la necesidad de tomar algunas acciones para apoyar a los estudiantes como se mencionó en las entrevistas y también pudo observar Martínez-Lopez en su investigación sobre las experiencias de actores educativos claves en el Estado de Hidalgo, esta autora también encontró que entre las características individuales que pueden dificultar más el enfrentar las BAP's de su entorno se encuentran la Dislexia, TDAH, Discapacidades sensoriales, Discapacidad intelectual, Discapacidad motriz, Autismo y Epilepsia (2022).

Por otro lado es útil para futuras investigaciones incluir la perspectiva de otros actores educativos ya que las docentes pudieron responder desde la deseabilidad respondiendo lo que saben que debería de ser aunque no siempre lo realicen, de esta forma el trabajo con madres, padres de familia y otros cuidadores como los abuelos puede ser útil para tener una perspectiva más amplia y también poder informar sobre la importancia del trabajo conjunto para apoyar a los estudiantes a superar las dificultades que puedan presentar.



## CONCLUSIÓN

Los hallazgos muestran que si bien las participantes conocen en general el concepto de Barreras de Aprendizaje y Participación (BAP'S), su comprensión de los fundamentos filosóficos es aún limitada. Esto sugiere la necesidad de fortalecer la formación en torno a la inclusión educativa, no solo de forma teórica o impuesta como la nueva normativa, sino buscar el entendimiento desde una perspectiva crítica y aplicada.

Entre las barreras identificadas, se observa una prevalencia de los factores sociales y metodológicos. Las barreras metodológicas muestran la necesidad de mejorar el conocimiento y aplicación de estrategias pedagógicas que permitan responder a la diversidad de los estudiantes. También se pudo observar la presencia de las barreras sociales, particularmente la actitud de los padres frente a las dificultades de sus hijos, esto representa un desafío significativo para la atención de estas necesidades educativas y a su vez de la inclusión.

Asimismo, se observó la presencia de algunas particularidades de los estudiantes, entre las cuales destacan el trastorno por déficit de atención con

hiperactividad, los problemas de conducta y el espectro autista, seguidos por el trastorno generalizado del desarrollo, dificultades del lenguaje, discapacidad sensorial y diferencias lingüísticas, estas características en conjunto con las barreras antes mencionadas disminuyen el rendimiento de estos estudiantes. Esta diversidad refuerza la importancia de diseñar intervenciones educativas que consideren las necesidades específicas de cada estudiante, promoviendo así una educación verdaderamente inclusiva.

En resumen, los resultados subrayan la necesidad de profundizar en la formación e información a los que los docentes acceden sobre inclusión y diversidad, además de fomentar el compromiso de las familias y la comunidad educativa en la eliminación de barreras que limitan la participación y el aprendizaje de los estudiantes. Solo a través de un trabajo colaborativo y una comprensión integral de la inclusión se podrán generar espacios educativos accesibles para todos.



## BIBLIOGRAFÍA

- Covarrubias-Pizarro, P. (2019). Barreras para el aprendizaje y la participación: una propuesta para su clasificación. En J. Trujillo, A. Castillo y J. García (coords.), *Desarrollo Profesional Docente: reflexiones de maestros en servicio en el escenario de la Nueva Escuela Mexicana* (135-157). Escuela Normal Superior Profr. José E. Medrano R. <http://ensech.edu.mx/pdf/maestria/libro4/TP04-2-05-Covarrubias.pdf>. 2.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 392-404). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Martínez López, M. G. (2022). Estudio cualitativo sobre situaciones de inclusión educativa en programas del CONAFE: Experiencias de actores educativos en el Estado de Hidalgo [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo]. <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/bitstream/handle/231104/2955/AT26634.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organización de las Naciones Unidas. (2014). *Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. Guía de formación*, No. 19. Serie de capacitación profesional. [https://www.ohchr.org/Documents/Publications/CRPD\\_TrainingGuide\\_PTS19\\_sp.pdf](https://www.ohchr.org/Documents/Publications/CRPD_TrainingGuide_PTS19_sp.pdf).
- Piza Burgos, N. D., Amaiquema Márquez, F. A., y Beltrán Baquerizo, G. E. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Conrado*, 15(70), 455-459. Epub 02 de diciembre de 2019. Recuperado en 15 de enero de 2024, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-86442019000500455&lng=es&tlng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500455&lng=es&tlng=pt).
- SEP. Secretaría de Educación Pública (2018). *Aprendizajes clave para la educación integral. Estrategia de equidad e inclusión en la educación básica: para alumnos con discapacidad, aptitudes sobresalientes y dificultades severas de aprendizaje, conducta o comunicación*.
- SEP. Secretaría de Educación Pública (2022). *La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas*.
- Torres-Carrillo, A. y Torres-Azocar, J. C. (2000). *Subjetividad y sujetos sociales*. Hugo Zemelman.



# LAS FINANZAS Y LA PAZ EMOCIONAL. “FINANZAS EMOCIONALES”

Autor: Raúl Ángel García Alejandre<sup>4</sup>



“«Bhikkhu, en el mundo hay tres tipos de personas. ¿Cuáles? Las ciegas, las tuertas y las que tienen dos ojos.»

(Bodhi 2012, 224)

<sup>4</sup> Licenciado en Psicología, Maestro en Psicoterapia Cognitivo Conductual y Doctorando en Tecnología Educativa con Enfoque Sistémico cuarto semestre, en la Universidad de Morelia.

## Resumen:

La búsqueda «Bhikkhu, en el mundo hay tres tipos de personas. ¿Cuáles? Las ciegas, las tuertas y las que tienen dos ojos.» (Bodhi 2012, 224) de toda conciencia es para encontrar la paz, la definición más adecuada para el estado de paz, es estar en bienestar, tener tranquilidad, permitir que las energías fluyan de manera ligera y armoniosa, respetando el orden establecido en el universo y la naturaleza.

El buda Siddhartha alcanzó la iluminación meditando durante 49 días debajo de un árbol de higuera, observó el fluir del agua en el río.

Observar la sincronicidad del movimiento de las hojas de los árboles, con la suave brisa, permite identificar esa paz que se mantiene y no se altera. Nos llena de tranquilidad. Esa paz y tranquilidad emocional también nos las proporciona el dinero y el fluir del dinero. Las finanzas son la disciplina que utilizamos para la administración del dinero.

## INTRODUCCIÓN:

Cómo técnica, las finanzas nos enseñan tres grupos de herramientas, el primer grupo nos permite la obtención de los recursos financieros. El segundo grupo nos permite identificar la mejor manera de usar esos recursos financieros para la satisfacción de nuestras necesidades y el tercer grupo nos permite obtener el máximo rendimiento de dichos recursos.

Si el ser se desarrolla en un entorno aislado de los demás, en su soledad, los únicos satisfactores que requiere para sus necesidades se limitan a alimentos, entonces la naturaleza le bridará lo necesario, como los da a las aves del campo. Pero el ser no es así, ya que el entorno le provoca ad-

versidades naturales que debe enfrentar. De la misma manera el ser decidió salir de su hábitat limitado y enfrentarse a explorar y conquistar nuevos territorios, se enfrentó a nuevos peligros que solo pudo superar a través de la formación de sociedades cada vez más organizadas. En esta vida en comuna, las necesidades se diversifican y surge el dinero como un mecanismo para facilitar conseguir esos satisfactores.

En la paz de la brisa sobre las hojas de los árboles se manifiesta la tranquilidad, pero viene la tormenta, que es parte de nuestro entorno. El fluir del agua sobre el río genera serenidad, pero viene la corriente creciente provocada por la tormenta y nos trae violencia y estrés.

## Abstract

The search of all consciousness is to find peace, the most adequate definition for the state of peace is to be in well-being, to have tranquility, to allow the energies to flow in a light and harmonious way, respecting the order established in the universe and nature.

Siddhartha Buddha attained enlightenment by meditating for 49 days under a fig tree, observing the flow of water in the river.

Observing the synchronicity of the movement of the leaves of the trees, with the gentle breeze, allows us to identify that peace that is maintained and not altered. It fills us with tranquility. That peace and emotional tranquility is also provided by money and the flow of money.

Finance is the discipline we use for money management.

## DESARROLLO:

La paz entre los seres, hace que la vida fluya, de manera tranquila y en armonía, pero vienen los intereses personales que nos confrontan y surgen los conflictos y la violencia.

El buen manejo financiero, permite que tengas paz y tranquilidad, los recursos fluyen de manera armónica y las buenas decisiones financieras permiten el correcto rendimiento de los recursos. Alcanza para todo.

El dinero en las finanzas del ser, es como la respiración, haciendo una analogía, tomar el aire es como generar los ingresos que el entorno ofrece y al exhalar el aire estamos aplicando esos recursos para nuestro bienestar. El dinero



fluye, y es suficiente para resolver las necesidades.

¿Podemos guardar y acumular aire en nuestros pulmones para las necesidades de mañana? ¡No!, así el dinero, debe fluir, ser generado y aplicado en forma constante, no debe ser acumulado porque no importa cuánto tengamos acumulado sino cómo lo usamos.

Es cierto que el río o el árbol, se encuentran en procesos de desarrollo y van generando crecimiento, el río puede tener mayor anchura y contener mayor cantidad de agua, pero vendrá el momento de la tormenta, que sacudirá las aguas y entre más abundantes sean, más violentamente arrastrará lo que se oponga a su recorrido, generando mayor destrucción. Así las finanzas, cuando fluyen de manera tranquila, ordenada, dan tranquilidad paz, serenidad, pueden ir creciendo los ingresos paulatinamente y de manera proporcional aparecerán nuevas necesidades a satisfacer. Se incrementa la cantidad de di-

nero que fluye, lo que era paz y tranquilidad se convierte en angustia y estrés, para mantenerlo y el temor a perderlo. Dejó de ser el dinero un generador de serenidad para convertirlo en factor de temor, intranquilidad e inseguridad.

Cuando viene la tormenta, las adversidades, afectarán tanto la estabilidad de los ingresos que puedan disminuir o bien los satisfactores de las necesidades serán mayores y las emociones negativas aparecen de súbito, generando esa avalancha de inseguridades, temores y angustias, de que los recursos no sean suficientes. Una mente serena permitirá emplear de manera consciente la mejor fuente de ingresos y el uso adecuado de ellos.

En esta reflexión sobre emociones y finanzas se busca vincular una técnica con un estado de la mente con el propósito de que la inteligencia emocional nos permita tomar mejores decisiones, para un entorno de paz.

## COMPRENDIENDO LAS FINANZAS

Finanzas y economía no son sinónimos, partiendo de lo esencial, distingue que la economía es una ciencia. Es la ciencia de la escasez. Estudia la forma en que las sociedades utilizan sus recursos escasos para generar satisfactores, a través del empleo de los factores de la producción: Tierra, Trabajo y Capital.

Estos factores de la producción deben ser aprovechados de la mejor manera, para garantizar el bienestar y la sobrevivencia de los miembros de la sociedad. Hay sociedades en las que es una autoridad la que decide qué producir y cómo producir, en base a un sistema centralizado y autoritario, limitando las libertades de elección de sus miembros y privilegiando el bien común. Cada cual recibe lo que le corresponde en situaciones de igualdad.

Existe un polo opuesto, que pone las decisiones de qué producir y cómo producir en manos de la sociedad a través de los consumidores y los productores, quienes deciden en base al libre mercado. Conociendo la ley económica de la Oferta que es la cantidad de satisfactores que están dispuestos a poner en el mercado los productores a un precio dado, así como la Ley económica de la Demanda que es la cantidad de satisfactores que los consumidores están dispuestos a adquirir a determinado precio. Siendo el precio el factor de equilibrio, pues provoca que haya seres dispuestos a participar o no en la economía. A mayor precio mayor oferta y menor demanda. A menor pre-

cio mayor demanda, pero menor oferta. Además, que la cantidad de participantes se delimita también. Estas leyes de la economía escritas por Adam Smith, definen una "mano invisible" que mueve las fuerzas de la economía y determina el equilibrio de la producción. Generando de una manera eficaz, pero no por ello justa, la permanencia de la economía.

A través de la operación de los modelos de mercado, podemos garantizar la producción y el consumo, sin embargo, algunos seres dispondrán de ganancias o utilidades en exceso y otros tendrán apenas lo mínimo para subsistir, o incluso insuficiente. Generando desorden social y pérdida de la paz.

Cabe mencionar que, al contrario de la creencia popular, el libro que Adam Smith escribió no se llama "La riqueza de las naciones", su nombre correcto es "Una investigación sobre la naturaleza y las causas de la riqueza de las naciones" Año 1776, Pág. 1.

En esta reflexión me permito afirmar que la pobreza no tiene causas, es la pobreza el estado natural del hombre, nacemos en la pobreza, sin recursos, sin riquezas, y así partimos de este plano, de esta experiencia en la tierra. Para ser pobre un ser no requiere hacer "nada", porque ese es su estado natural.

Lo que tiene causas es la riqueza, comprendiendo las leyes de la economía, es la forma en que podemos definir el ambiente sobre el que se desarrollan las finanzas.

Las finanzas nos ofrecen buenas noticias, son una disciplina muy sencilla y fácil de aplicar, ya que la realidad de las finanzas es que no es ciencia, es una técnica. Reflexionando sobre el alcance de esta afirmación, una técnica la podemos definir como una serie de pasos para hacer algo.

Que podemos hacer todo aquello que nos proponamos, siempre y cuando, sea una técnica, y como

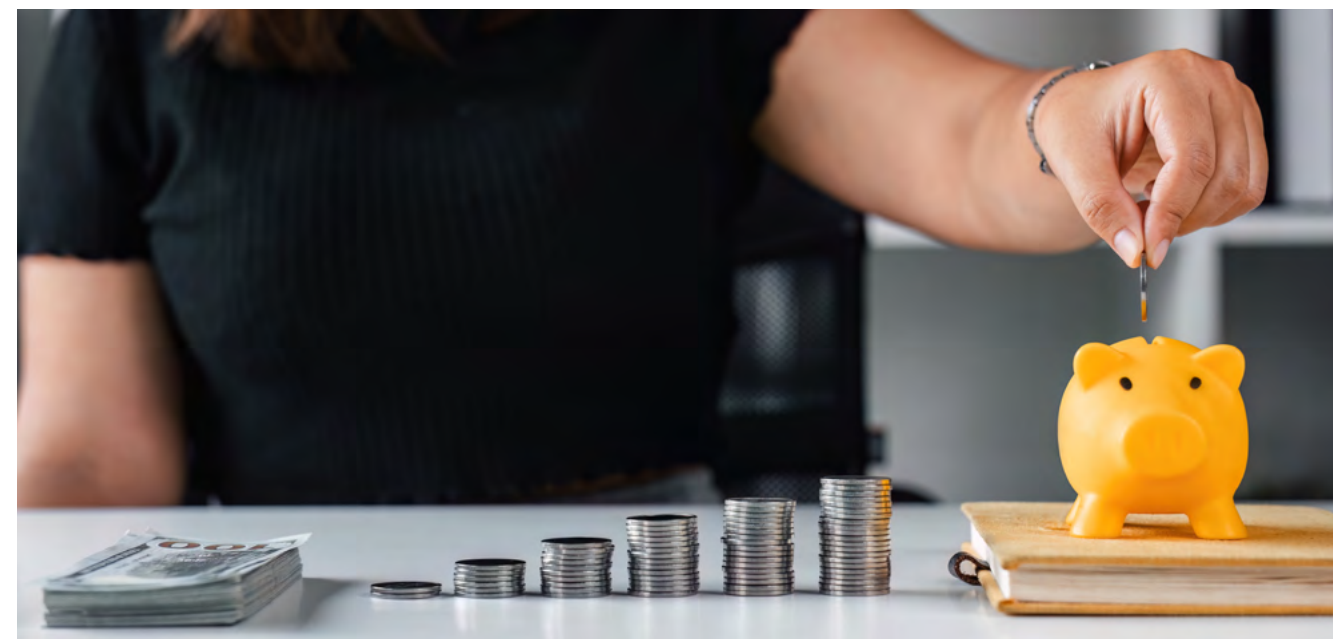
tal, tiene un manual o un instructivo para realizarlo paso por paso.

Para la comprensión de la técnica de las finanzas, cabe la pregunta de si tiene hoy, un problema financiero.

El problema financiero en la vida procede del desconocimiento de la técnica de las finanzas.

Las finanzas son la técnica para lograr tres elementos solamente. El primero es determinar la forma en que voy a obtener los recursos que necesito, esto es, el origen del dinero. El segundo elemento es determinar la forma en que voy a utilizar esos recursos obtenidos. Es la aplicación del dinero y el tercer elemento es lograr la mayor rentabilidad o el máximo rendimiento sobre el dinero.

Planteadas la definición de finanzas te pido que busques en tus recuerdos la imagen de "Rico McPato". Te sugiero que visualices esa imagen en donde se encuentra con montañas de monedas y





piezas de oro en su bodega. Ante esta imagen generada te pregunto ¿Es "Rico McPato" un buen financiero? Antes de buscar la respuesta, te sugiero que hagamos una analogía sobre las finanzas:

"Las finanzas son como la respiración". Te propongo que participes en el lugar en donde te encuentres con el siguiente ejercicio: Puesta de manera recta tu espalda, inhala del entorno todo el aire que puedes y llena tus pulmones, en nuestra analogía, tomar aire es como ingresar dinero a tu tesorería. Disfruta del aire en tus pulmones y ahora lentamente exhala el aire, continuando con la analogía, exhalar el aire es el retiro de dinero de tu tesorería y buscando la tranquilidad y paz emocional, te pregunto, que te hace sentir mejor. Tomar aire, o expulsar el aire de tus pulmones. Esto es diferente en cada ser. Establecidas las bases para nuestro ejercicio, te pido que repitamos la experiencia: toma todo el aire que puedas y consérvalo en tus pulmones. No lo exhalas, por segunda ocasión toma más aire en tus pulmones y haciendo tu mejor esfuerzo, por tercera ocasión

coloca nuevamente el aire que puedas. Exhala y descansa mientras piensas en la pregunta que te haré. ¿puedes guardar aire en tus pulmones para mañana? No, es la respuesta correcta. El problema financiero no es un problema de cantidad de dinero. El problema financiero es un problema de velocidad. Es del tiempo que tardamos en generar dinero y la rapidez con que erogamos ese dinero. No importa cuánto dinero generas, lo que importante es que sea proporcional al dinero que egresas y que siempre haya un origen de los recursos controlado y previsible.

Regresando a "Rico McPato" el nombre original que le asignó su creador The Walt Disney Company, es "Scrooge McDuck" o en una traducción literal "El Tacaño Sr Pato". Es un pésimo financiero ya que el dinero no se acumula, esto acaba con la paz y la tranquilidad de las personas y de los pueblos. El dinero se Administra.

Cuando busques un libro de finanzas, lo que encontraras serán textos de Administración Financiera, porque el dinero se

administra. Buscando herramientas para mejorar el origen y la aplicación de recursos, cito en este momento una máxima de la ciencia de la administración: "Lograr el máximo resultado con el mínimo esfuerzo". Aplicando el proceso administrativo a la técnica financiera, debes hacer una "Planeación" para saber qué vas a hacer. Posteriormente "Organizar" los elementos con que cuentas para hacerlo. Llevas una adecuada "Dirección" que consiste en poner acción a los planes y presupuestos realizados y finalmente "Control" contrastando los resultados obtenidos con los planes propuestos, siguiendo otro principio básico de administración "si no se mide, no sirve", ya que no contarás con una base de referencia para medir la eficiencia de los resultados obtenidos.

### COMPRENDIENDO LAS EMOCIONES:

En esta parte revisamos que sucede con tu mente ante los estímulos que se nos presentan y las respuestas que generamos sobre ellos. Con el propósito de definir

las emociones, propongo revisar la relación entre estas y los sentimientos.

En términos generales, las emociones son reacciones automáticas, mientras que los sentimientos son las interpretaciones que hacemos de esas emociones.

Las emociones son estados transitorios que se dan de forma rápida e inconsciente y de intensidad mayor que un sentimiento.

Los sentimientos tienen una duración más larga, su permanencia en la mente duran mientras el ser es consciente y dediquen tiempo a él.

Los sentimientos se dan cuando interviene la conciencia sobre las emociones y requieren de un tiempo para que se forme. Sin emoción no va a haber sentimiento. Una misma emoción genera diversos sentimientos en el ser.

A diferencia de las emociones, los sentimientos si se pueden regular a través de los pensamientos. Y tienen una intensidad menor.

La conciencia gestiona los sentimientos, mientras que las emociones aparecen de manera automática.

Retomo una frase célebre que de manera popular se le ha reconocido a Aristóteles "Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo; pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo."

Este principio lo retoma Daniel Goleman en su libro Inteligencia Emocional: del año 1985 en la página 10, "Aristóteles realiza una indagación filosófica sobre la virtud, el carácter y la felicidad, desafiándonos a gobernar inteligentemente nuestra vida emocional. Nuestras pasiones pueden abocar al fracaso con suma facilidad y, de hecho, así ocurre en multitud de ocasiones; pero cuando se hallan bien adiestradas, nos proporcionan sabiduría y sirven de guía a nuestros pensamientos. valores y supervivencia."

Con su aportación a la sociedad Goleman trae a la conciencia la existencia de una respuesta emocional antes de la racional, tal y como lo escribe Antoine de Saint-Exupéry en su libro El Principito del año 1943, página 22: "sólo con el corazón se puede ver bien; lo esencial es invisible para los ojos."

Con lo que concluyo que, ante los estímulos sensoriales externos, estamos inmersos en una oleada constante mensajes sonoros, visuales, en nuestras pantallas azules y nos llevan a actos de consumo sobre productos que no necesitamos. Cuando las compras son emocionales, estás en área de indefensión en tu conciencia ya que se dejan a un lado los presupuestos, planes o análisis de viabilidad, comparativos, ventajas o desventajas del bien o servicio a consumir.

Mantener un control inicial sobre la respuesta del corazón. Dejar unos minutos de tranquilidad y de paz, antes de actuar y que esa emoción provocada disminuya su intensidad, pues como se men-

cionó, son de corta duración, te llevará a mejores decisiones.

Es difícil en el mercado automotriz, en el de ropa o perfumes, que compres en base a las imágenes de las pantallas, estas te provocan en primer lugar un momento de condicionamiento, pero al llegar al producto y lo percibe tu cerebro a través de los órganos sensoriales, lo adquieres por emoción.

Mantener el control de las emociones para las decisiones de consumo te permitirá trasladar la emoción a un sentimiento, con lo que elijarás de la mejor forma lo que es más conveniente para ti, en el segundo elemento de las finanzas que es el uso de los recursos adquiridos.

### FINANZAS EMOCIONALES

Conocer tus entradas de dinero y controlarlas, así como planear las salidas para que sean menores a las entradas y mantener unas finanzas sanas. Siempre hay suficiencia de recursos, cuando son administradas con técnicas adecuadas. De la misma forma, cuando las emociones dominan las decisiones entonces los recursos siempre son insuficientes y los problemas surgen. Conforme incrementas tus ingresos, tus necesidades de gasto son mayores y entras en una dinámica de egresos.

Es comprensible el estrés que genera el problema financiero. Todos, de alguna manera, nos hemos enfrentado a esta situación. Y los sentimientos de angustia,

frustración y desesperación acuden impidiendo ver con claridad las alternativas que podemos tomar.

La paz espiritual viene de la tranquilidad de nuestra mente. Cuando quitamos las tensiones de las deudas, el estrés de la falta de recursos, cuando tenemos tranquilidad a través de unas finanzas inteligentes podemos hacer una planeación financiera adecuada, con un buen presupuesto. Nos debemos proponer crear un flujo de efectivo proyectado que nos muestre los momentos de obtención de los ingresos y empatarlos con los momentos de realizar los pagos.

Identificar tus necesidades de financiamiento en los momentos de déficit y tomar decisiones inteligentes para encontrar las mejores fuentes de recursos.

El control de las emociones es un aspecto fundamental en la conducción de las finanzas. Todo será maravilloso si los días transcurrieran sin alteraciones a nuestros planes y presupuestos, sin embargo, se nos presentarán imprevistos que requieren de una mente tranquila y en control de las emociones.

Hablemos en primer lugar, de un imprevisto positivo, que genera ingresos, como un incremento de salario, una gratificación especial o quizá, un premio. Tu mente se descontrola por la emoción y enseguida estás en camino para encontrar "la aplicación" de ese excedente.

Sin embargo, una aplicación inteligente del dinero es el ahorro. Sugiero que propongas en tu presupuesto que una parte de tus ingresos puedan dejarse como un "pago" para ti mismo, como ejemplo, del cien por ciento de los ingresos a obtener en un periodo, destina veinticinco por ciento para tu vi-



vienda, el veinticinco por ciento para automóvil o transporte, un veinticinco por ciento más para alimentación y otras necesidades básicas. Te resta un veinticinco más del cual podrás emplear quince por ciento para educación gustos y esparcimiento y el diez por ciento restantes destínalo al ahorro.

Coloca ese excedente, convertido en ahorro en un instrumento financiero o en un activo que genere rendimientos. Pero no pierdas de vista que el riesgo debe estar bajo control. En este momento te presento la "relación, riesgo, rendimiento" como piedra angular de las finanzas: A mayor riesgo, mayor rendimiento, a menor riesgo, menor rendimiento. Si eres temerario y te gustan las emociones intensas y la adrenalina se convierte en el combustible que motiva tu mente, y no te preocupa perder tu dinero, que con tanto esfuerzo has conseguido, entonces invierte en criptomonedas. Pero si eres conservador, reservado y responsable. Si valoras los recursos que has generado, entonces controlarás tus emociones e invertirás en fondos de inversión que se encuentren respaldados en valores gubernamentales, que te generan una tasa de rendimiento menor, pero que te garantizan la conservación de tus recursos.

Convierte tus ahorros en generadores de rendimientos, porque esos rendimientos producen a su vez rendimientos de los rendimientos, a través del interés compuesto. Y estarás haciendo que el dinero trabaje para ti, y no trabajarás tú para el dinero.

Cuando tus inversiones generen más rendimientos que el ingreso que generas por tu trabajo, entonces habrás logrado la "independencia financiera". El trabajo será un placer y no un deber. Estar en

esta posición te dará tranquilidad emocional y no habrá sobre saldos ni tensiones en tu vida.

Sin embargo, ahora plantearemos un escenario con imprevistos negativos en tu presupuesto. Una enfermedad, un accidente, una situación personal que te deje en déficit en tu presupuesto. Te enfrentas a una situación de alto grado de estrés y te deprimas, por más que lo intentas no encuentras luz al final del túnel, sientes que avanzas hacia atrás en lugar de dar pasos al frente, porque las deudas y las necesidades de egresos se mantienen en un estado creciente.

Estás pensando que no es tu caso y que ahora te encuentras en un estado mental en el que puedes reflexionar de manera serena sobre el origen y aplicación de los recursos. Pero los imprevistos aparecen y debes estar preparado. Si generaste inversiones o activos, están ahí para rescatarte, pero hay que ser conscientes del dicho popular: "del árbol caído, todos hacen leña". Los médicos,

farmacéuticas, abogados, usureros; muchos están al acecho de tus bienes, que pueden ser malbaratados ante una emergencia, por ello, afortunadamente existen opciones como las aseguradoras, y las instituciones de seguridad social que te pueden respaldar en un evento. Los aseguramientos te generan un estado de tranquilidad y paz emocional, sabiendo que hay un respaldo para los imprevistos.

También te propongo que, dentro de las opciones de inversión, siempre mantengas en disposición inmediata recursos que te mantengan en el nivel de gasto que tendrías que enfrentar ante una incapacidad temporal para generar ingresos, esto es, presupuesta cuánto sería tu gasto sin trabajar en una urgencia por dos o tres meses, y esos recursos mantenlos en liquidez, así no te tienes que desprender de tu patrimonio de manera urgente.

También podemos estar ante el escenario de deudas y déficit en tu presupuesto, es oportuno rea-

lizar un alto en el camino. Observa cómo la luz roja del semáforo te obliga a detener la marcha y hacer una pausa. En la ruta de tu vida, tómate un descanso, es el momento de una reflexión. Percibe completamente el escenario sobre el que te encuentras. No lo hagas en un estado emocional alterado. Respira profundamente, deja que las emociones terminen su efecto, tranquilízate, toma tu tiempo, encuentra la luz de tu espíritu y pregúntate si en esta experiencia de vida en la que te encuentras, que es en realidad importante de lo que está sucediendo. Estás en el rodaje de la película de tu propia vida, tú eres el protagonista, no des el papel estelar a otros seres.

Toma el control de tus decisiones, y sobre la hoja de tu presupuesto decide sobre tus ingresos. Busca dentro de tus activos aquello que te ayuden a incrementar los ingresos. El mejor activo que tienes es tu propia persona, los talentos que tienes y continúas desarrollando. Ubica tus habilidades y desarróllalas, enfócate a esa acti-



vidad que siempre te ha gustado, que te motiva, que te entusiasma, en este momento busca la manera de que el mercado pague por esto que puedes hacer y que es lo que más te gusta. Lo que te voy a mencionar no es un supuesto, es una garantía, cuándo te dediques a hacer lo que más te gusta y logras que te paguen por hacerlo, desde ese momento dejas de trabajar, ya lo que haces no puede llamarse trabajo y te aseguro que el dinero fluirá de manera natural a tu tesorería de manera tal, que no lo podrás detener.

Busca fuentes de ingresos complementarias, la diversificación de tus ingresos te permite no depender de una sola fuente de recursos. No dependas de nadie para lograr recursos que satisfagan tus necesidades fundamentales, sin embargo, siempre ten presente que el trabajo y el esfuerzo en equipo, siempre trae mejores resultados, a través de la sinergia entre personas que comparten los mismos ideales, puedes obtener resultados extraordinarios.

No temas a las deudas, las instituciones financieras están ahí para resolver las necesidades de recursos inmediatas. Puedes reestructurar tus pasivos de corto plazo y convertirlos en pasivo de largo plazo con pagos menores y mejores condiciones que hagan viable tu presupuesto financiero.

Desarrolla tu plan financiero de manera inteligente, cómodo, accesible, pero también flexible para mantener el control de tus flujos de efectivo, que siempre resulten positivos. Busca el desapego de aquellos activos que no necesitas. Elimina aquellos egresos que no son necesarios en tu vida.

### CONCLUSIÓN

El dinero debe contribuir a la paz emocional, debemos conocer y poner en uso buenas técnicas de finanzas para dejar que el dinero fluya. Ayudemos a nuestro ser a tener el control de las emociones tanto negativas como positivas que el dinero genera. Debemos

tener sabiduría para identificar las fuentes de recursos de los que no lo son, así como distinguir las necesidades de las que no lo son y asegurar que los egresos siempre generen satisfactores a las necesidades reales.

Una vez que tengas tranquilidad financiera también tendrás paz emocional, y por lo tanto, felicidad.



### BIBLIOGRAFÍA

- Adam Smith "Una investigación sobre la naturaleza y las causas de la riqueza de las naciones" Año 1776, Página 1.
- Daniel Goleman. "Inteligencia Emocional" del año 1985 en la página 10
- Antoine de Saint-Exupéry. "El Principito" del año 1943, página 22
- George S Clason. "El hombre más rico de babilonia" del año 1943 página 7



## LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN Y EL USO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

*Autora: Patricia Serna González<sup>5</sup>*

### Resumen

Los estudiantes de la Licenciatura aprenden metodologías cualitativas de investigación, una de ellas es la Investigación acción. Por ello en la investigación se planteó la pregunta ¿Cuál es el nivel de seguridad y certidumbre que desarrolla el uso de herramientas de inteligencia artificial al realizar su investigación? Con el objetivo de favorecer procesos más sólidos, de mayor certidumbre y seguridad, para los estudiantes Universitarios. La metodología fue cuantitativa de alcance descriptivo. Con un diseño pretest, postest. La cual tuvo lugar con el grupo de 5°. Semestre, sección 3, a quienes se les aplicó una escala, para conocer las incertidumbres e inseguridades de los estudiantes al realizar investigación cualitativa. El experimento se constituyó en la enseñanza de 10 herramientas de inteligencia artificial (IA) para desarrollar un proyecto de investigación ac-

<sup>5</sup> Profesora de TC en la facultad de psicología de la UMSNH. Dra. En Ciencias de la Educación

ción de temas de carácter psicológico que detectaron en contextos educativos, a los que asistían con ese fin.

Los resultados demostraron que la mayoría obtuvo altos niveles de seguridad y certidumbre al utilizarlas, además de que ahorraron tiempo y fortalecieron sus expectativas para utilizarlas en futuros trabajos. Con ética, seguridad y prudencia.

Por lo que se puede concluir, que transitar a la enseñanza investigativa con herramientas de inteligencia artificial, es una de las posibilidades óptimas y con formatos de enseñanza propios de este primer cuarto de siglo XXI.

#### Abstract

Bachelor's students learn qualitative research methodologies, one of them is Action Research. The question was raised: What is the level of security and certainty that develops the use of artificial intelligence tools when conducting research? With the aim of promoting more solid processes of certainty and security in university students. The methodology was quantitative-descriptive. With a pretest, posttest design. With the 5th semester group, section 3, to whom a scale was applied, to know the uncertainties and insecurities of students when conducting qualitative research. The experiment consisted of teaching 10 artificial intelligence (AI) tools to develop a psychological research project that they detected in educational contexts, which they attended for that purpose.

The results showed that the majority obtained high levels of security and certainty when using them, in addition to saving time and strengthening their expectations to use them in future work. With ethics, security and prudence.

Therefore, it can be concluded that moving towards investigative teaching with artificial intelligence tools is one of the optimal possibilities and with teaching formats appropriate for this first quarter of the 21st century.

## INTRODUCCIÓN

La investigación cualitativa demanda al igual que en la cuantitativa, mixta o ciberinvestigación de cualesquier tipo, múltiples competencias digitales en los universitarios que la aprenden y realizan. La detección de ideas para investigar, el planteamiento del problema, búsqueda de información y fuentes de consulta, elaboración del estado, elaboración de instrumentos, sistematización, análisis, codificación e informe de resultados. Lo que les provoca múltiples inseguridades e incertidumbres. Si su tema es correcto, si su pregunta es pertinente, si sus objetivos están bien elaborados, si sus fuentes son suficientes, actuales, factibles, completas, si su escritura es adecuada, si las citas están bien planteadas, si la extensión es la requerida, y tantas y tantas que seguramente se podrían sumar. Y no necesariamente resolver. Por lo que generan estrés, ansiedad, por esas indeterminaciones, que no necesariamente dependen de ellos, sino del incremento del manejo de herramientas metodológicas, instrumentales y teóricas.

## PROBLEMÁTICA

Disipar las incertidumbres investigativas en los estudiantes universitarios, es una de las tareas al enseñarles a que desarrollen proyectos investigativos. Puesto que les genera a los estudiantes estrés, ansiedad, lo que provoca incluso que desistan de avanzar, de investigar. Existen diferentes estrategias para ellos, hoy en día, una de ellas por las ventajas que suponen en ahorro de tiempo, apoyo en algunas tareas, son las herramientas de Inteligencia Artificial (IA).

## DESARROLLO (TEÓRICO-EMPÍRICO)

Se trabajó con la sección 03 de quinto semestre de la Licenciatura en Psicología. Conformada por 45 estudiantes, de los cuales 39 son mujeres y 6 hombres.

La metodología fue cuantitativa de alcance descriptivo. Con un diseño pretest, posttest, sobre ello, se considera que la metodología cuantitativa de alcance descriptivo se centra en la recolección y análisis

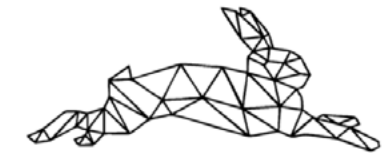
de datos numéricos para describir características de una población o fenómeno en estudio. Para el caso los niveles de incertidumbre-certidumbre, seguridad-inseguridad. Este enfoque busca detallar situaciones tal como existen en el momento de la investigación, sin manipular variables independientes (Hernández et al., 2010). Para la medición del nivel incertidumbre e inseguridad se utilizó una escala.

Dentro de este marco, el diseño pretest-postest es una estrategia comúnmente empleada para evaluar cambios en una variable dependiente antes y después de una intervención. En este diseño, se realiza una medición inicial (pretest) de la variable de interés, seguida de la aplicación de un tratamiento o intervención, que fueron 10 herramientas de inteligencia artificial. Posteriormente se efectuó una segunda medición (posttest) para determinar los efectos del tratamiento (Cea D'Ancona, 2001), a través de una escala de seguridad y certidumbre lograda, para realizar investigación.

Es importante destacar que, en los diseños pretest-postest con un solo grupo, la ausencia de un grupo de control limita la capacidad para atribuir cambios observados exclusivamente a la intervención, ya que otros factores no controlados podrían influir en los resultados (Sousa et al., 2007). Por ello, es recomendable considerar diseños más robustos, como los cuasi-experimentales o experimentales verdaderos, que incorporan grupos de control y asignación aleatoria para fortalecer la validez interna de la investigación (Hernández et al., 2010). Pero por el nivel de accesibilidad de la muestra, solo se consideró un grupo.

Las 10 inteligencias artificiales más usadas al realizar su investigación acción, fueron:

1. ResearchRabbit: Desarrollado en 2021 por un equipo en Seattle, Estados Unidos, la cual, es una herramienta de descubrimiento de publicaciones académicas respaldada por IA. Permite a los usuarios descubrir publicaciones relacionadas a través de mapas de visualización y listas de trabajos anteriores, posteriores y similares. Ventajas: facilita la exploración no estructurada de la literatura y ofrece recomendaciones personalizadas. Desventajas: puede requerir una curva de aprendizaje para aprovechar al máximo sus funcionalidades.



## ResearchRabbit

<https://www.techlearning.com/how-to/what-is-researchrabbit-and-how-can-i-use-it-to-teach>

2. Open Knowledge Maps: Lanzado en 2016 por Open Knowledge Maps, una organización sin fines de lucro con sede en Austria, esta plataforma utiliza IA para generar mapas visuales de temas de investigación, ayudando a los investigadores a obtener una visión general de un campo específico. Ventajas: proporciona una representación visual intuitiva de áreas temáticas y facilita la identificación de conceptos clave. Desventajas: la calidad de los mapas depende de la disponibilidad y calidad de los datos subyacentes.
3. Connected Papers: Desarrollado en 2020 por un equipo independiente, Connected Papers es una herramienta que ayuda a los investigadores y científicos aplicados a encontrar artículos académicos relevantes para su campo de trabajo mediante la visualización de redes de documentos relacionados. Ventajas: ofrece una visualización clara de la relación entre documentos y facilita la identificación de trabajos relevantes. Desventajas: puede no incluir los artículos más recientes debido a retrasos en la indexación.
4. Perplexity AI: Desarrollado en 2022 por Perplexity AI Inc. en Estados Unidos, Perplexity AI es un motor de búsqueda que utiliza modelos de lenguaje de gran tamaño para proporcionar resultados de búsqueda de alta calidad. A diferencia de la mayoría de los modelos de lenguaje entrenados para ser conversacionales, Perplexity se enfoca en ofrecer resultados de búsqueda precisos y relevantes. Ventajas: proporciona respuestas concisas y bien fundamentadas a consultas de investigación. Desventajas: puede carecer de capacidades conversacionales avanzadas presentes en otros modelos de lenguaje.
5. ChatPDF: Lanzado en 2023 por un equipo internacional, ChatPDF es una herramienta que permite a los usuarios interactuar con archivos



PDF utilizando IA, facilitando la comprensión y extracción de información de documentos complejos. Ventajas: permite a los usuarios hacer preguntas y obtener respuestas rápidas de documentos PDF sin necesidad de leerlos en su totalidad. Desventajas: la precisión de las respuestas puede variar según la calidad del PDF y la claridad del contenido.

6. Desgrabador de Chequeado: Desarrollado por Chequeado en Argentina, el Desgrabador es una aplicación de código abierto que transcribe videos de YouTube que poseen subtítulos automáticos. Ventajas: facilita la obtención de transcripciones de videos de manera rápida y gratuita. Desventajas: su funcionalidad depende de la disponibilidad y precisión de los subtítulos automáticos en los videos de YouTube.
7. NVivo: Desarrollado por QSR International en 1999 en Australia, NVivo es un software para el procesamiento de datos cualitativos que incluye textos, imágenes, sonidos y videos. Permite codificar, recuperar, anotar y buscar textos sin unidades textuales mínimas predefinidas, ofreciendo flexibilidad en el análisis. Ventajas: admite texto enriquecido y facilita la vinculación de documentos primarios mediante hipervíncu-

los. Desventajas: puede requerir una curva de aprendizaje para usuarios novatos.

8. ATLAS.ti: Creado por ATLAS.ti Scientific Software Development GmbH en 1993 en Alemania, ATLAS.ti es una herramienta de análisis cualitativo que permite la codificación y análisis de grandes volúmenes de datos textuales y multimedia. Ventajas: interfaz intuitiva y potentes capacidades de visualización. Desventajas: puede ser costoso para instituciones o investigadores con recursos limitados.
9. MAXQDA: Desarrollado por VERBI Software en 1989 en Alemania, MAXQDA es un software de análisis de datos cualitativos y mixtos que facilita la organización y evaluación de datos no estructurados. Ventajas: soporte para múltiples idiomas y herramientas avanzadas de visualización. Desventajas: algunas funciones avanzadas pueden ser complejas para nuevos usuarios.
10. Sonix: Lanzado en 2017 en Estados Unidos, Sonix es un servicio de transcripción automatizada que utiliza IA para convertir archivos de audio y video en texto. Ventajas: rapidez en la transcripción y soporte para múltiples idiomas. Desventajas: la precisión puede variar según la calidad del audio y la claridad del habla.

En redes de apoyo, fuera del experimento de intervención. Los estudiantes trabajaron algunas otras que solo se mencionan, pero a las que no se les indagó con la escala. Estas fueron las siguientes: Trint: Fundado por Jeff Kofman en 2014 en Reino Unido, Trint ofrece transcripción automática y edición de texto sincronizada con el audio original. Ventajas: editor interactivo y colaboración en tiempo real. Desventajas: puede ser costoso para usuarios con grandes volúmenes de transcripción. Otter.ai: Desarrollado por AISense en 2016 en Estados Unidos, Otter.ai proporciona transcripción en tiempo real y reconocimiento de múltiples hablantes. Ventajas: integración con diversas plataformas y generación de resúmenes automáticos. Desventajas: la versión gratuita tiene limitaciones en el tiempo de transcripción mensual. Zotero: Desarrollado por el Center for History and New Media en 2006 en Estados Unidos, Zotero es un gestor de referencias que ayuda en la recopilación, organización y citación de fuentes de investigación. Ventajas: integración con navegadores web y procesadores de texto. Desventajas: requiere espacio de almacenamiento adicional para bibliotecas extensas. Mendeley: Lanzado por Elsevier en 2008 en Reino Unido, Mendeley es un gestor de referencias y red social académica que facilita la colaboración entre investigadores. Ventajas: almacenamiento en la nube y capacidades de anotación en PDF. Desventajas: algunas funciones avanzadas requieren una suscripción de pago. End-Note: Desarrollado por Clarivate Analytics en 1988 en Estados Unidos, EndNote es una herramienta de gestión de referencias que permite organizar bibliografías y referencias durante la redacción de ensayos y artículos. Ventajas: amplia base de datos de estilos de citación y capacidades de búsqueda en línea. Desventajas: interfaz menos intuitiva en comparación con competidores. Scrivener: Creado por Literature and Latte en 2007 en Reino Unido, Scrivener es un software de procesamiento de textos y gestión de documentos diseñado para escritores e investigadores. Ventajas: organización de documentos en un solo proyecto y herramientas de investigación integradas. Desventajas: carece de funciones avanzadas de formateo en comparación con procesadores de texto tradicionales. MindMeister: Desarrollado por MeisterLabs en 2007 en Alemania, MindMeister es una herramienta de mapas mentales en línea que facilita la colaboración en tiempo real. Ventajas: interfaz intuitiva y opciones de personalización. Desventajas: la versión gratuita tiene limita-

ciones en el número de mapas que se pueden crear. XMind: Lanzado por XMind Ltd. en 2006 en Hong Kong, XMind es una aplicación de mapas mentales y lluvia de ideas que ayuda en la organización visual de información. Ventajas: variedad de plantillas y exportación a múltiples formatos. Desventajas: algunas funciones avanzadas están disponibles solo en la versión de pago. Dedoose: Desarrollado por SocioCultural Research Consultants, LLC en 2010 en Estados Unidos, Dedoose es una aplicación web para el análisis de datos cualitativos y mixtos. Ventajas: accesibilidad desde cualquier dispositivo con internet y herramientas de visualización de datos. Desventajas: dependencia de una conexión a internet estable y Quirkos. Lo cual resulta loable en su autoformación.

## HALLAZGOS

En el pretest el 100% de los 45 estudiantes, manifestó tener altos niveles de incertidumbre e inseguridad al realizar cada una de las etapas de la investigación cualitativa, en cualesquiera de los enfoques.

En el postest, 7 de ellos que representan el 15.56%; mostraron bajos niveles de certidumbre y seguridad. El resto, es decir, 38 que representa 88.44%, obtuvieron altos niveles de seguridad y certidumbre, después de haber aprendido a utilizar herramientas de inteligencia artificial en cada uno de los momentos del desarrollo de su proyecto de investigación.

## CONCLUSIONES

El incremento de seguridad y certidumbre en los momentos investigativos, permite concluir que las herramientas de inteligencia artificial para investigación son altamente recomendables en la enseñanza universitaria.

El hecho es que superarán los diez que se les enseñaron, habla de autoaprendizaje acelerado, lo que presupone, incrementarán por cuenta propia aún más sus habilidades investigativas.



## BIBLIOGRAFÍA

- Bibliografía
- Cea D'Ancona, M. A. (2001). Estrategias y técnicas de investigación social. Síntesis.
- ChatPDF. (2023). ChatPDF - Chat with any PDF - #1 Free PDF AI. Recuperado de <https://www.chatpdf.com>
- Chequeado. (s.f.). Desgrabador. Recuperado de <https://chequeado.com/desgrabador/>
- Cole, V., & Boutet, M. (2023). ResearchRabbit. Journal of the Medical Library Association, 111(3), 1-3. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10403115/>
- Connected Papers. (2020). Connected Papers | Find and explore academic papers. Recuperado de <https://www.connectedpapers.com/>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación (5.ª ed.). McGraw-Hill.
- Jasper AI. (2023). What Is Perplexity AI? Understanding One Of Google's Biggest Competitors. Recuperado de <https://www.jasper.ai/blog/what-is-perplexity-ai>
- Open Knowledge Maps. (2016). Open Knowledge Maps - Your guide to scientific knowledge. Recuperado de <https://www.openknowledgemaps.org>
- Sousa, V. D., Driessnack, M., & Mendes, I. A. C. (2007). Revisão de desenhos de investigação relevantes para enfermagem. Parte 1: desenhos de investigação quantitativa. Revista Latino-Americana de Enfermagem, 15(3), 502-507.
- ATLAS.ti Scientific Software Development GmbH. (1993). ATLAS.ti [Software de análisis cualitativo]. Alemania. Recuperado de <https://atlasti.com/>
- Chequeado. (s.f.). Desgrabador de Chequeado [Aplicación de transcripción de videos]. Argentina. Recuperado de <https://chequeado.com/desgrabador/>
- Clarivate Analytics. (1988). EndNote [Gestor de referencias]. Estados Unidos. Recuperado de <https://endnote.com/>
- Connected Papers. (2020). Connected Papers [Herramienta de visualización de redes de documentos]. Recuperado de <https://www.connectedpapers.com/>
- Literature and Latte. (2007). Scrivener [Software de procesamiento de textos y gestión de documentos]. Reino Unido. Recuperado de <https://www.literatureandlatte.com/scrivener/overview>
- MeisterLabs. (2007). MindMeister [Herramienta de mapas mentales en línea]. Alemania. Recuperado de <https://www.mindmeister.com/>
- Mendeley Ltd. (2008). Mendeley [Gestor de referencias y red social académica]. Reino Unido. Recuperado de <https://www.mendeley.com/>
- Open Knowledge Maps. (2016). Open Knowledge Maps [Plataforma de mapas visuales de temas de investigación]. Austria. Recuperado de <https://openknowledgemaps.org/>

# LA FUNCIÓN JURISDICCIONAL A LA LUZ DE LA REFORMA CONSTITUCIONAL AL PODER JUDICIAL

Autor: Mtro. Antonio Alberto Sánchez Castellanos<sup>6</sup>



## Resumen

La reforma constitucional publicada en el Diario Oficial de la Federación el quince de septiembre de dos mil veinticuatro ([https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab=0](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab=0)), introdujo un cambio estructural en la institución del Poder Judicial en nuestro país, pues el legislador por iniciativa del poder ejecutivo modificó la forma en la que se designaran y elegirán a los Juzgadores en México, cambiando de un sistema de meritocracia y exámenes de oposición a un sistema de elección

<sup>6</sup> Maestro en Derecho Civil.

popular, bajo la premisa de que nuestro país es un estado democrático.

#### Abstract

The constitutional reform published in the Official Gazette of the Federation on September 15, 2024, ([https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab=0](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab=0)), introduced a structural change in the institution of the Judicial Branch in our country, since the legislator, at the initiative of the executive branch, modified the way in which Judges are appointed and elected in Mexico, changing from a system of meritocracy and competitive exams to a system of popular election, under the premise that our country is a democratic state.



Los principales cambios constitucionales estribaron en la reducción del número de Ministros de la Suprema Corte de Justicia de la Nación de once a nueve, sus periodos de quince años a doce y sin posibilidad de reelección; la creación del Tribunal de Disciplina Judicial y un Órgano de Administración Judicial que sustituirán al Consejo de la Judicatura Federal, el cual se erigirá por cinco miembros cada uno, el primero elegidos por voto popular para ocupar su cargo por un periodo de seis años; mientras que el segundo, las personas que lo integrarán durarán en su encargo seis años improrrogables de las cuales una será designada por el Poder Ejecutivo, por conducto de la persona titular de la Presidencia de la República; una por el Senado de la República mediante votación calificada de dos tercios de sus integrantes presentes; y tres por el Pleno de la Suprema Corte de Justicia de la Nación, con mayoría de seis votos; implementación de los jueces sin rostro y la reducción de salarios

y prestaciones en dichos cargos, pero lo más paradigmático es que todas las personas juzgadoras que conforman el Poder Judicial serán elegidas por medio del voto libre y secreto de la ciudadanía.

Como todo cambio, la reforma generó controversias tanto a nivel nacional, como internacional; ciudadanos, miembros del poder judicial, actores políticos y agentes del gremio judicial a nivel internacional, expresaron sus preocupaciones sobre posibles amenazas a la independencia judicial y al Estado de derecho, argumentando que el cambio en el sistema de designación de juzgadores comprometerían la administración de justicia y los pilares sobre los que descansa.

Sin embargo, como lo señaló el filósofo griego Heráclito *"Todo cambia; nada es"* (<https://www.scielo.cl/pdf/bfilol/v57n2/0718-9303-bfilol-57-2-00525.pdf>); efectivamente, el cambio forma parte de la humanidad. A lo largo de la historia las sociedades se

han enfrentado a grandes cambios los cuales han logrado el avance y mejora en todos los ámbitos, incluido el jurídico.

Así, en torno a la controversia del cambio de paradigma en la Función jurisdiccional en nuestro país, vale la pena hacer la siguiente reflexión: "con independencia de la forma en la que un juzgador acceda al cargo que se le confiere, su esencia debe ser siempre el actuar conforme a la ley, justicia y los límites que ésta le establece para lograr un verdadero Estado de Derecho".

En efecto, la función jurisdiccional se encuentra encaminada a la necesidad de una justicia transparente enfocada en todos los derechos y en especial los que requieren mayor protección; la relación del derecho con el juzgador estriba en los límites necesarios con los que éste último tropieza para realizar su función.

Bien decía el jurista y filósofo alemán Rudolf Stammler que:

"la vinculación del juez al derecho existente es el nervio vital de su función. La necesidad de evitar actos de arbitrariedad tal vez bien intencionados, la necesidad de atenerse al derecho que rige como derecho y que como tal debe permanecer, hace que a veces el contenido de un fallo judicial no pueda orientarse intrínsecamente por la idea del querer puro dentro de la convivencia de la sociedad de que se trate, precisamente porque el derecho vigente cómo en sus normas obligatorias, no lo permite."

STAMMLER, Rudolf, "El Juez", consultable en (<https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/12/5684/9.pdf>)

Es decir, la función jurisdiccional en cualquier época ha sido y será objeto de una constante crítica y análisis que se acentúa en tiempos de crisis y cambio social en los que se debate el concepto de justicia, pues el juez está obligado a fallar en todo caso sin importar el tipo de asunto que se ventile ante su potestad. Cfr. VIDAL GIL, Ernesto J., "Los conflictos de derechos en la legislación y jurisprudencia españolas, un análisis de algunos casos difíciles", Valencia, Tirant lo Blanch, 1999, p. 41.

El reto está enfrentarse ante las nuevas reglas y lo desconocido de la legislación; sin embargo, la esencia del juzgador sin importar las reformas y el contexto político-social en el que se desempeña, debe ser el mismo.

Esto es, el juzgador debe ser una figura que inspire confianza, pese a que forma parte de uno de los poderes del Estado, ya que su labor está íntimamente ligada a los problemas más sensibles de la sociedad, por ello es necesari-

rio que las personas que funjan como juzgadores se dirijan con humildad, respecto, profesionalismo, pero sobre todo con empatía para cumplir su función.

Juzgar implica realizarlo bajo varias directrices, pero principalmente, impartiendo una justicia cercana, integral, visibilizando las necesidades actuales de las partes; la persona juzgadora requiere de ser empática y comprometida con el cambio social; esto es, con un sentido profundo del bien común y del desarrollo humanístico.

Ello, porque la labor cotidiana jurisdiccional requiere de mecanismos prontos y eficaces para una justicia más cercana, pronta, transparente y eficiente, con proyectos de sentencia cortos, de lectura rápida y entendibles, y con los cuales se tenga un diálogo entre las partes y el juzgador, en un entorno seguro y eficaz.

Bajo ese análisis considero que, el gran punto a rescatar de la reforma constitucional es que generará que la función de las personas juzgadoras se realice con mayor sensibilidad al clamor real de la sociedad, que sin duda, ante el contexto global y político en el que nos encontramos inmersos, surge la gran necesidad de una justicia transparente enfocada en los derechos que requieren mayor protección, entre ellos, los vinculados con los sectores más vulnerables.

Con este cambio, se pretende que los impartidores de justicia estén cerca de las personas, que la ciudadanía vea que esa confianza que depositan es retribuida, que se logre el fin último y de mayor clamor de la sociedad,

esto es, que los ciudadanos accedan a la justicia de forma más efectiva, también haciendo de los juzgadores personas alcanzables y sujetas a más escrutinio público, lo que sin duda generará un cambio positivo, pues obligará a los operadores jurídicos realizar su labor de manera transparente y eficaz, respondiendo de sus actos sin esconderse tras las cómoda pantalla que la orden viene de su superior, porque ésta no existe; en cambio debe asumir y dar la cara de su actuar conforme a su propia consciencia más que en opiniones ajenas, ya la imparcialidad es la virtud suprema del Juez.

Es decir, el Juez necesita imponer tranquilidad a la voz inquieta de la sociedad y construir mediante sus sentencias la verdad legal; pues como bien señaló Piero Calamendrei, en el mundo del Juez la sentencia y verdad deben coincidir de manera definitiva, pues si la sentencia no se adapta a la verdad, esta verdad se reducirá a la medida de la sentencia y convertirá en justa la injusticia. Cfr. CALAMENDREI, Piero, "Elogio de los Jueces, Escrito por un Abogado", México, Editorial Flores, 2023, pp. 4-5.

En conclusión, de forma independiente de cómo se realice la selección de un juzgador en nuestro país, es de suma importancia destacar que esta persona debe cumplir con el perfil ideal, esto es, que sea un persona proba, un ejemplo de virtud y templanza, asumiendo el mismo empeño al juzgar todos los asuntos de la sociedad que lleguen a sus manos, sabiendo que "la injusticia envenena aún en la dosis más pequeña". Ibid, p. 175.

La persona encargada de impartir justicia debe tener la plena firmeza que su labor siempre será desempeñada en solitario, pues debe encontrarse alejado de todo afecto humano, logrando con ello uno de los pilares de la administración de justicia que es la imparcialidad; sin embargo, debe darse cuenta que su faro de luz es y siempre será la esperanza de impartir justicia hacia la sociedad, amén que el juzgador tiene la ardua labor de contemplar las necesidades y conflictos de la sociedad, escuchando con atención su clamor real y en definitiva otorgándoles gentileza y tranquilidad a esas personas

que reclaman derechos a través de sentencias en las que se vea reflejado el arduo estudio de su propio asunto, cobijado con conocimiento, templanza y sensibilidad.

Por ello debemos tener la plena convicción que el Poder Judicial, a pesar de dar un vuelco en su integración, seguiría conformado por personas juzgadoras que tendrán que asumir el cargo buscando en todo momento lograr que la sociedad pueda acceder a una justicia impartida por titulares que deberán desempeñar su cargo con la debida diligencia y compromiso acompañado de

profesionales del derecho que harán que la institución del Poder Judicial resurja como el ave fénix logrando cambiar la realidad de varias personas que buscan justicia a través de la legalidad.

Seguirá siendo el poder del estado que salvaguardará los derechos humanos y protegerá el orden constitucional.

En definitiva, la institución del Poder Judicial pervive, es y seguirá siendo sustentada por "personas" juzgadoras comprometidas con el ideal de justicia de la sociedad.



## BIBLIOGRAFÍA

- CALAMENDREI, Piero, Elogio de los Jueces, Escrito por un Abogado, México, Editorial Flores, México 2023.
- CERDA ZÚÑIGA, David, La Administración de justicia en México a doscientos años de evolución constitucional, Coord. GUERRERO GARCÍA, Digo Armando y otros, Editorial Tirant Lo Blanch, México, 2023.
- VIDAL GIL, Ernesto J., Los conflictos de derechos en la legislación y jurisprudencia españolas, un análisis de algunos casos difíciles, Valencia, Tirant lo Blanch, 1999.
- DE LA TORRE GARCÍA, Mercedes y MOLINA DÍAZ Francisco, Paisaje lingüístico: cambio, intercambio y métodos, consultable en: <https://www.scielo.cl/pdf/bfilol/v57n2/0718-9303-bfilol-57-2-00525.pdf>.
- MALEM SEÑA, Jorge F., ¿Pueden las Malas Personas ser Buenos Jueces? consultable en <https://revistas-colaboracion.juridicas.unam.mx/index.php/rev-facultad-derecho-mx/article/viewFile/28551/25817>
- STAMMLER, Rudolf, El Juez, consultable en <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/12/5684/9.pdf>.
- Diario Oficial de la Federación de 15 de septiembre de 2024, Decreto por el que se reforman, adicionan y derogan diversas disposiciones de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de reforma del Poder Judicial, consultable en: [https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab=0](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5738985&fecha=15/09/2024#gsc.tab=0).
- Gaceta Parlamentaria de 5 de febrero de 2024 que contiene la Iniciativa con Proyecto de Decreto por el que se reforman, adicionan y derogan diversas disposiciones de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de reforma al Poder Judicial, consultable en <https://gaceta.diputados.gob.mx/PDF/65/2024/feb/20240205-15.pdf>

# LA EMPATÍA Y LA JUSTICIA TERAPÉUTICA EN LA ATENCIÓN DE ADOLESCENTES QUE HAN COMETIDO DELITOS.

*Autores: Luz Anyela Morales Quintero<sup>7</sup>, Louise Mary Greathouse<sup>8</sup> y Sandra Islas Lucio<sup>9</sup>*

## Resumen

La adolescencia constituye un periodo de la vida que se caracteriza por grandes cambios físicos, cognitivos, emocionales y conductuales, asociados con una mayor probabilidad de diferentes conductas de riesgo como la conducción temeraria, la deserción escolar, las riñas, el abuso de sustancias y los actos delictivos. Por ello, la atención a este sector de la población representa grandes retos, pero también importantes oportunidades para lograr los objetivos de prevención -primaria, secundaria y terciaria- de conductas antisociales, violentas y delictivas. Aunque no todas las personas presentan este tipo de comportamientos durante la adolescencia, los registros de violencia interpersonal identifican en este rango de edades una alta proporción de agresores y de víctimas. Esta situación implica la vinculación

<sup>7</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Derecho, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla BUAP

<sup>8</sup> Profesora-Investigadora, Instituto de Ciencias Sociales y Humanidades "Alfonso Vález Pliego", BUAP

<sup>9</sup> Auxiliar de investigación, Licenciatura de Criminología, Facultad de Derecho, BUAP



de este sector de la población con el Sistema de Justicia que, de acuerdo con las normativas internacionales y nacionales, debe atender condiciones específicas y ajustadas para esta etapa del desarrollo, y diferentes de las propias del Sistema de Justicia para Adultos. En este contexto, la vinculación con el sistema de justicia se plantea como una oportunidad de aprendizaje y de desarrollo, y no como una mera sanción punitiva. La perspectiva de Justicia Terapéutica (TJ) ofrece un marco idóneo en este sentido, en particular por la humanización que representa en toda la interacción que se da entre el sistema de justicia y las personas vinculadas con él. La TJ se ocupa del impacto de las leyes, los procedimientos y la conducta de las personas encargadas de administrar e impartir justicia en el bienestar de quienes participan de alguna manera en el sistema de justicia (Babb y Wexler, 2018). Su principal objetivo es maximizar los efectos terapéuticos (útiles, benéficos, positivos) y reducir los antiterapéuticos (dañinos, perjudiciales) (Morales y Aguilar, 2014; Wexler, 2010).

A partir de las experiencias compartidas en la aplicación de un taller de desarrollo de pensamiento y habilidades prosociales, y de la participación en un programa de acompañamiento previo y posterior a salir en libertad, se reflexiona y se plantean retos y oportunidades sobre la importancia de la perspectiva de justicia terapéutica y de la empatía para crear ambientes y vínculos de confianza que promuevan el bienestar emocional de las personas adolescentes, a través de situaciones e interacciones positivas.

#### Abstract

Adolescence is a period of life characterized by major physical, cognitive, emotional and behavioral changes, associated with an increased likelihood of different risk behaviors such as reckless driving, school dropout, fighting, substance abuse and criminal acts. Therefore, the attention to this sector of the population represents great challenges, but also important opportunities to achieve the objectives of prevention - primary,

secondary and tertiary - of antisocial, violent and criminal behaviors. Although not all people exhibit this type of behavior during adolescence, the records of interpersonal violence identify a high proportion of aggressors and victims in this age range. This situation implies the linkage of this sector of the population with the Justice System, which, according to international and national regulations, must meet specific conditions adjusted to this stage of development, and different from those of the Adult Justice System. In this context, the link with the justice system is seen as an opportunity for learning and development, and not as a mere punitive sanction. The Therapeutic Justice (TJ) perspective offers an ideal framework in this sense, particularly because of the humanization it represents in all the interaction that takes place between the justice system and the people linked to it.



## INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025) una sexta parte de la población mundial, alrededor de 1300 millones de personas, son jóvenes de entre 10 y 19 años. Este importante grupo poblacional ha ido en aumento, y resulta crucial para la atención y prevención de las conductas antisociales, violentas y delictivas, dado que es en este periodo de la vida en el que se tiene mayor probabilidad de presentar conductas problemáticas como la conducción imprudente, la deserción escolar, actos delictivos, consumo de tabaco, de alcohol y de otras sustancias (Morales y Greathouse, 2016).

Durante la adolescencia y la adultez temprana (15 a 29 años) es cuando más se registran casos de violencia interpersonal, de hecho, se estima que en el 40% de los homicidios en el mundo tanto víctimas como agresores se encuentran en este rango de edad, especialmente en el continente americano (OMS, 2024).

En México, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Adolescentes en el Sistema de Justicia Penal realizada en el año 2022 (INEGI, 2023) cerca de 3,500 adolescentes estaban vinculados al Sistema Integral de Justicia Penal, de ellos 1,030 cumplían una sanción de internamiento y 34 de semi-internamiento, además 330 se encontraban en internamiento preventivo, mientras 1,930 se encontraban en externación. En el estado de Puebla en particular, en 2024 y el primer trimestre del 2025 se encuentran alrededor de 19 adolescentes (17 hombres y 2 mujeres) cumpliendo una sanción de internamiento. Durante su privación de la libertad, los y las adolescentes cumplen "planes individualizados de actividades educativas, deportivas, culturales, de protección al ambiente, a la salud física y mental, personales y para la adquisición de habilidades y destrezas para el desempeño de un oficio, arte, industria o profesión..." (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2016, p.3). Las medidas impuestas, que tienen carácter socio-educativo, buscan la reintegración social y familiar de las personas adolescentes, a través de diferentes programas dirigidos a atender factores internos y externos asociados con su comportamiento delictivo, y que permitan generar capacidades y competencias que reduzcan la reincidencia delictiva y fomenten proyectos de vida dentro de

la legalidad (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2016, artículos 28 al 30).

En el estado de Puebla se realizan diferentes programas con estos objetivos, entre ellos el Programa de Habilidades y de Pensamiento Prosociales y el Programa de Acompañamiento Post sanción.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los Programas de Habilidades y Pensamiento Prosociales, y de Acompañamiento Post Sanción tienen el objetivo de brindar herramientas a los y las adolescentes que contribuyan a fortalecer sus redes de apoyo y vínculos afectivos positivos y significativos, así como a mejorar sus capacidades para hacer frente a diferentes situaciones problemáticas y a tomar decisiones que les alejen de la delincuencia y que les permitan desarrollar proyectos de vida dentro de la legalidad.

En este contexto es importante preguntarse por experiencias y procesos que se experimentan de manera positiva y que tienen un efecto terapéutico -mejora en el bienestar- en los y las adolescentes que participan en estos programas.

**Objetivo:** Reflexionar sobre el impacto terapéutico y las implicaciones de la empatía en la aplicación de los Programas de Habilidades y Pensamiento Prosociales, y de Acompañamiento post-sanción, en adolescentes durante y después del cumplimiento de una medida en condiciones de internamiento.

## MARCO REFERENCIAL:

El Programa de Habilidades y Pensamiento Prosociales consiste en una adaptación para adolescentes mexicanos del Programa de Pensamiento Prosocial desarrollado en Canadá (Ross et al., 1996) y adaptado en España (Alba, Garrido y López, 2005). La adaptación para Puebla tiene como objetivo general, desarrollar habilidades de pensamiento, sentimientos y conducta prosociales que impacten en la manera en que se resuelven conflictos, se afronten dificultades y se desarrolle un proyecto de vida positivo. El programa está compuesto por 15 sesiones, en las que se desarrollan habilidades de pensamiento, sentimientos y conducta, solución de conflictos,

identificación de problemas y la valoración de alternativas de solución.

El Programa de Acompañamiento Post-Sanción para Adolescentes es un Proyecto de cooperación entre los países de Canadá y México en materia de justicia juvenil, que inició con una prueba piloto en el año 2017 y que luego se replicó en otros estados de la República (Ministerio de Justicia de Canadá, 2017). En el año 2024 este Programa se aplicó en 13 entidades federativas, entre las cuáles estuvo Puebla.

El objetivo de este programa es contribuir a la prevención de la reincidencia delictiva, a través del acompañamiento en su regreso a la libertad, que busca crear una red de apoyo para auxiliar a los adolescentes en su proceso de reinserción. El acompañamiento post-sanción es importante debido a los grandes desafíos que deben afrontar los adolescentes al regresar a entornos que en principio les llevaron a presentar y mantener el comportamiento delictivo (pocas oportunidades dentro de la legalidad, actitudes de sus grupos sociales próximos a favor de conductas antisociales, disfunciones familiares, etiquetamiento negativo, entre otras).

Por otro lado, también se tienen circunstancias particulares, donde los adolescentes no pueden volver a su lugar de origen debido al riesgo que esto implica para su seguridad, generando incertidumbre, miedo o preocupación en algunos casos.

En el Programa, se trabaja en un “Plan Individualizado Post-Sanción”, diseñado por el adolescente con el apoyo de la persona acompañante. En este Plan se proponen metas que quiere lograr el o la adolescente al obtener la libertad, desde trámites para obtener documentos oficiales hasta la continuación de sus estudios, conseguir un empleo, mantenerse alejados del consumo de sustancias entre otras. Cabe aclarar que la participación de los adolescentes es voluntaria y no tiene repercusión alguna, ni tampoco influye en la imposición o no de una medida terciaria.

En el Programa de Acompañamiento Post-Sanción, intervienen 3 figuras: el adolescente, la acompañante y la persona de apoyo, esta última es un individuo que proporcionará apoyo diario al adolescente y podrá consultar con el acompañante para obtener asesoramiento e información.

Estos dos programas pueden enmarcarse en la perspectiva de Justicia Terapéutica puesto que buscan impactar en el bienestar psicológico de los y las jóvenes, a través del desarrollo de habilidades y de experiencias y vínculos positivos que les alejen de la delincuencia y les permita desarrollar proyectos de vida dentro de la legalidad, aprovechando así el tiempo impuesto de privación de la libertad, como una oportunidad esperanzadora de cambio.

### MARCO METODOLÓGICO

En el Programa de Pensamiento Prosocial han participado 30 adolescentes que cumplen una medida en condiciones de internamiento (la mayoría hombres). Este Programa se aplicó gracias a la colaboración del Centro de Internamiento para Adolescentes y la Universidad Autónoma de Puebla.

En el Programa de Acompañamiento Post Sanción han participado 8 adolescentes y sus respectivos familiares o personas de apoyo, y acompañantes, con la Coordinación de la Dirección Estatal de Sanciones y Medidas, y en el marco de la Cooperación entre el Ministerio de Justicia de Canadá y la Secretaría de Gobernación del estado de Puebla. En los dos Programas las personas encargadas de su aplicación fueron egresadas y estudiantes de último año de la Licenciatura en Criminología de la BUAP, que realizaron esta labor de manera voluntaria.

### RESULTADOS Y REFLEXIONES PRELIMINARES:

#### PROGRAMA DE HABILIDADES Y PENSAMIENTO PROSOCIALES

Los adolescentes han reportado mejoras en sus habilidades de comunicación, en sus actitudes hacia otras personas y en autocontrol emocional. Además, se ha registrado un nivel mayor de empatía posterior a la aplicación del programa, aunque estos resultados deben interpretarse con precaución puesto que no se han controlado variables como la deseabilidad social. El Programa sigue en curso y aún no se cuenta con resultados finales.

Otro resultado interesante que ha podido observarse es la mayor apertura y disposición para participar en actividades, hablar de ellos mismos, realizar pregun-

tas relacionadas con las posibilidades y expectativas de cambio. Estos cambios pueden relacionarse con una mayor adherencia a las recomendaciones y compromisos establecidos en sus planes.

### PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO POST SANCIÓN

Respecto al Programa de Acompañamiento Post-Sanción, aunque en principio se contempló la participación de un número reducido de jóvenes (3), el entusiasmo en sus primeras sesiones motivó a otros adolescentes a solicitar su inclusión en esta experiencia. Aunque el Programa fue pensado para un acompañamiento en libertad, se inició el desarrollo de su plan 4 meses previos a su egreso del Centro. De los 8 casos abordados, 6 provenían de otros municipios, por lo que las visitas familiares eran nulas o muy limitadas, así que las sesiones se-

manales realizadas por las personas acompañantes para trabajar en el Plan individualizado Post-Sanción constituyeron un espacio de interacción que los jóvenes valoraron positivamente, mostrando motivación y mejora en su estado de ánimo.

A meses de su salida en libertad (entre 2 y 6), la mayoría de los participantes han cumplido por lo menos una meta de su plan post sanción de manera autónoma, es decir, sin apoyo de la persona acompañante, como es el caso de buscar empleo o asistir a grupos o comunidades terapéuticas.

### DESAFÍOS

La aplicación de estos dos Programas también ha presentado importantes desafíos, por ejemplo, la necesidad de establecer interacciones de confianza en ambientes de certidumbre, de fortalecer el





trabajo y la atención especializada con familias y comunidades de donde proceden los jóvenes, de consolidar la cooperación intersectorial e interinstitucional, así como el trabajo inter y multidisciplinar, para constituir redes sólidas que ofrezcan alternativas realistas dentro de la legalidad: oportunidades diversas en las áreas educativas y laborales, opciones de empleo, y atención integral psicosocial (continuidad de tratamiento psicológico y psiquiátrico, por ejemplo).

**PAPEL DE LA EMPATÍA: ALGUNAS EXPERIENCIAS QUE MERECE LA PENA EXPLORARSE.**

Es de resaltarse la importancia de comprender más y mejor la situación de los y las adolescentes participantes en los programas, para poder realizar ajustes en la planeación y aplicación de las sesiones. De no tener la capacidad de ponerse en su lugar (tomando su perspectiva, percibiendo las emociones que experimentan, por ejemplo) difícilmente se puede llegar a explicar de manera clara y sencilla aquello

que desea transmitirse; o realizar modificaciones en las actividades propuestas para el desarrollo de cada tema (identificación de problemas, búsquedas de alternativas, etc.). Esta actitud empática también favoreció que los participantes se sintieran considerados, escuchados, tomados en cuenta y cómodos durante el desarrollo de los programas. De hecho, valoraron de manera positiva que quienes aplicarían los programas lo hicieran de manera voluntaria.

La empatía también resultó fundamental para fortalecer habilidades en quienes aplican los programas, puesto que al comprender mejor la situación de los jóvenes la actitud hacia ellos fue más compasiva y eso facilitó la interacción y los esfuerzos realizados para ajustar el programa a las necesidades de los participantes. La planeación de las sesiones tuvo en cuenta ejemplos e historias cercanas a sus realidades para facilitar el que se identificaran con ellas, lo cual contribuyó no solo a ganar su atención sino que también promovió una participación más activa de su parte.



**BIBLIOGRAFÍA**

- Alba, J. L.; Garrido, V. y López, M.J. (2005). El programa del pensamiento prosocial. Versión corta para jóvenes. En V. Garrido y M. J. López (Eds.), Manual de Intervención Educativa en Readaptación Social. Vol. 2 Los programas de pensamiento prosocial (pp.95-489). Valencia: Tirant lo Blanch.
- Babb, B. y Wexler, D. (2018). Therapeutic Jurisprudence. Encyclopedia of Criminology and Criminal Justice, 5202-5211. [https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-1-4614-5690-2\\_203](https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-1-4614-5690-2_203)
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2016, con reformas hasta 27 de febrero de 2025). Ley Nacional del Sistema Integral de Justicia Penal para Adolescentes. Ley Nacional del Sistema Integral de Justicia Penal para Adolescentes de la Federación el 16 de junio de 2016 - Legislación mexicana 2025.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2023). Encuesta Nacional de Adolescentes en el Sistema de Justicia Penal realizada en el año 2022. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasjup/2022/doc/enasjup\\_2022\\_presentacion\\_ejecutiva.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enasjup/2022/doc/enasjup_2022_presentacion_ejecutiva.pdf)
- Morales, LA., Greathouse, L. (2016). Adolescencia y delincuencia. En Godoy, V., Morales, L.A., Dzib, J.P. (Coord). "Los niños, niñas y adolescentes en el sistema de justicia. Yucatán, México: Universidad Autónoma de Yucatán.
- Ministerio de Justicia de Canadá (2017). Programa de Acompañamiento Post-Sanción para Adolescentes. [https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/ReducingReoffending/MS/Mexico\\_Annex\\_2\\_-\\_MODELO\\_DE\\_PROGRAMA\\_DE\\_ACOMPANAMIENTO.pdf](https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/ReducingReoffending/MS/Mexico_Annex_2_-_MODELO_DE_PROGRAMA_DE_ACOMPANAMIENTO.pdf)
- Morales, L. A. y Aguilar, M. B. (2014). Justicia Terapéutica: barreras y oportunidades para su aplicabilidad en México. En D. Wexler, F. Fariña, Morales, L. A., y Colín, P. (Coords.). Justicia Terapéutica: experiencias y aplicaciones. INACIPE. <https://www.pjenl.gob.mx/TratamientoDeAdicciones/download/justicia-terapeutica>.
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2025). Salud del Adolescente. [https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_2](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_2)
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2024). Violencia Juvenil. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/youth-violence>





## LA TUTORÍA Y EL USO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Autora: Patricia Serna González<sup>10</sup>

### Resumen

Se consideró en este trabajo la población estudiantil de la UMSNH conformada por un total de 54,139 estudiantes, de los cuales 40,331 se encuentran en los 48 planes de Licenciatura y TSU; 2,141 en alguno de los noventa planes de posgrado y 11,667 en el nivel Medio Superior (Bachillerato y Técnico Profesional) (UMSNH, 2025, pág. 24). En tutoría, son atendidos por 34 dependencias; 820 tutoras y tutores acreditados activos, un total de 5,670 estudiantes. Con un total de 33,909 acciones tutoriales (UMSNH, 2025, pág. 13). Algunas con uso de herramientas de Inteligencia artificial.

A estas, se agregan los servicios de correlato : la atención psicológica de forma individual

<sup>10</sup> Profesora de TC en la facultad de psicología de la UMSNH. Dra. En Ciencias de la Educación.

1,495 sesiones, orientación vocacional a 17,542 estudiantes, 12,973 asistentes a charlas, apoyo didáctico, cursos y talleres (UMSNH, 2025, pág. 31). Más, miles de jóvenes provenientes de instituciones de educación media superior que participaron en exorienta. Actividades a las que se suma la Unidad de Atención integral de Violencia de género; los derechos humanos universitarios; Igualdad de género, inclusión y cultura de paz; así como las acciones de responsabilidad social con diferentes aportaciones que enriquecen a la tutoría y actividades para fortalecer los ejes transversales.

### Abstract

Tutoring is insufficient at UMSNH. Therefore, this research posed the question: Which of the Artificial Intelligence tools, in its usability, causes a higher level of confidence and satisfaction in sol-

ving tutoring needs in university students? The objective is to describe the effectiveness of AI, in order to increase its use with a greater number of students in the future. We worked with section 03 of the fifth semester of the Bachelor's Degree. With the action research methodology. First, a diagnosis was made to detect their needs.

They were offered an intervention program where they learned 27 artificial intelligence tools, which represent an innovative integration of artificial intelligence in the field of mental health and/or academics, offering accessible and personalized support to users around the world.

In results, it was possible to corroborate that 100% knew chatgpt and none of the students had used the other 26 AI. When applying and evalua-

ting, the final results were obtained, which 19 of the 27 AIs had a very high level of satisfaction and confidence, which represents 70.37%.

It can be concluded that, due to the high levels of confidence, the use of AI in tutorial support can be recommended, which, for the most part, are highly effective in the first approaches, which largely resolves the attention to more students. But if one is available, a personal and physical tutor is better. Due to the ethical and contextual variables in caring for mental health and preserving their well-being and success in academic careers.

### INTRODUCCIÓN

De la población estudiantil de la UMSNH conformada por un total de 54,139 estudiantes, de los cuales 40,331 se encuentran en los 48 planes de Licenciatura y TSU; 2,141 en alguno de los noventa planes de posgrado y 11,667 en el nivel Medio Superior (Bachillerato y Técnico Profesional) (UMSNH, 2025, pág. 24). En tutoría, son atendidos por 34 dependencias; 820 tutoras y tutores acreditados activos, un total de 5,670 estudiantes. Con un total de 33,909 acciones tutoriales (UMSNH, 2025, pág. 13). Algunas con uso de herramientas de Inteligencia artificial.

A estas, se agregan los servicios de correlato : la atención psicológica de forma individual 1,495 sesiones, orientación vocacional a 17,542 estudiantes, 12,973 asistentes a charlas, apoyo didáctico, cursos y talleres (UMSNH, 2025, pág. 31). Más, miles de jóvenes provenientes de instituciones de educación media superior que participaron en exorienta. Actividades a las que se suma la Unidad de Atención integral de Violencia de género; los derechos humanos universitarios; Igualdad de género, inclusión y cultura de paz; así como las acciones de responsabilidad social con diferentes aportaciones que enriquecen a la tutoría y actividades para fortalecer los ejes transversales:

### PROBLEMÁTICA

En la UMSNH se contó en 2024, con una matrícula de 54,139 estudiantes, de los cuales solo son atendidos 5,670 estudiantes, quienes representan solo el 14.02% una cifra muy baja. Por lo que es necesario considerar otras alternativas de atención a la salud, y de apoyo académico, como lo es la Inteligencia artificial.

### DESARROLLO (TEÓRICO-EMPÍRICO)

Por lo que en esta investigación se planteó la siguiente pregunta ¿Cuál de las herramientas de Inteligencia Artificial, provoca en su usabilidad, mayor nivel de confianza y resolución de necesidades de tutoría en estudiantes universitarios?, cuyo objetivo es describir la efectividad de las IA, en la generación de confianza, en el ejercicio de la tutoría a fin de incrementar a futuro, su uso con mayor cantidad de estudiantes.

Se trabajó con la sección 03 de quinto semestre de la Licenciatura en Psicología. Conformada por 45 estudiantes, de los cuales 39 son mujeres y 6 hombres.

Con la metodología investigación acción. La cual es participativa, reflexiva y busca mejorar prácticas educativas mediante la intervención directa y el análisis crítico. Según Latorre (2003), se caracteriza por ser un proceso cíclico que incluye planificación, acción, observación y reflexión, permitiendo al docente investigar su propia práctica para transformarla. Elliott (1993) la define como “un estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma”, enfatizando la importancia de la reflexión en la acción docente. Kemmis y McTaggart (1988) destacan que la investigación-acción crea comunidades autocríticas de personas que participan y colaboran en todas las fases del proceso, promoviendo una mejora continua en la práctica educativa. Este enfoque no solo busca soluciones prácticas, sino que también pretende comprender y transformar las situaciones educativas, integrando teoría y práctica en un proceso de aprendizaje colectivo. Al involucrar a los educadores en la investigación de sus propias aulas, se promueve una mayor autonomía y profesionalización docente, fomentando una cultura de autoevaluación y desarrollo profesional constante. Para el caso, la problemática es la baja atención de tutoría, por lo que se exploran posibilidades de efectividad, como el uso de herramientas de Inteligencia artificial.

La cual implicó primero un diagnóstico para detectar sus necesidades de tutoría, de acuerdo a los resultados. A través de una escala de necesidades, organizada en diferentes áreas: las de apoyo mental y psicológico, la

académica, personal, social y familiar. Del cual se extrajo una lista de las que tuvieron mayor porcentaje. Para resolver dichas problemáticas, se eligieron diferentes herramientas de inteligencia artificial (IA), cuidando atendieran lo planteado por los estudiantes.

Posteriormente se diseñó un programa de intervención, en el cual se pretendía atender sus necesidades, utilizando 27 herramientas de inteligencia artificial (IA). Y justo se da cuenta de ellas, por la contribución tan relevante que han tenido para con los jóvenes. Estas herramientas representan una integración innovadora de la inteligencia artificial en el campo de la salud mental, ofreciendo apoyo accesible y personalizado a usuarios de todo el mundo. Ellas son:



<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:ChatGPT-Logo.png>

1. **Chat GPT**; el cual fue desarrollado por OpenAI en 2020 en Estados Unidos, con un modelo de lenguaje natural que genera respuestas coherentes y contextuales en conversaciones. Dentro de este se usa el asistente virtual denominado ConstruyeTest; el cual ayuda a la creación de pruebas y cuestionarios personalizados. La calidad de los mismos depende de proporcionar una operaciona-

lización de las variables muy detallada. Puede no adaptarse a contextos específicos sin ajustes manuales.

2. **Woebot**, creado por Woevots Labs en 2017, en Estados Unidos, que ofrece apoyo emocional y técnicas de terapia cognitivo-conductual a través de conversaciones, además de monitorear el estado de ánimo y gestionar pensamientos negativos; Con acceso y disponibilidad 24/7, limitado en la profundidad de las intervenciones terapéuticas.



<https://www.wysa.com/>

3. **Wysa**, desarrollado por Touchkin en 2016 en India, que actúa como un compañero emocional, proporcionando apoyo a través de conversaciones, no aborda problemas complejos de salud.

4. **Tess**, creado por X2AI en 2016 en Estados Unidos, es un chatbot que ofrece apoyo emocional y psicológico mediante conversaciones de texto. Advertencia: no reemplaza la terapia con un profesional humano. Ventajas: disponibilidad inmediata y anonimato. Desventajas: carece de empatía humana y comprensión profunda.

5. **Replika**, desarrollado por Luka, Inc. en 2017 en Estados Unidos, es un chatbot diseñado para ser un amigo virtual, aprendiendo del usuario para

mantener conversaciones personalizadas. Advertencia: puede fomentar la dependencia emocional. Ventajas: compañía constante y desarrollo de habilidades sociales. Desventajas: interacción limitada a respuestas programadas.



<https://digitalhealth.london/innovation-directory/profile/limbic>

6. **Limbic**, fundado por Ben-Ami y Ross Harper en 2017 en Reino Unido, ofrece herramientas para monitorear y mejorar la salud mental mediante el seguimiento de emociones y comportamientos. Advertencia: no sustituye el diagnóstico profesional. Ventajas: análisis detallado de patrones emocionales. Desventajas: requiere entrada constante de datos por parte del usuario.

7. **Koko**, desarrollado por Koko Labs en 2015 en Estados Unidos, es una plataforma que utiliza IA para proporcionar apoyo emocional y conectar a usuarios con problemas similares. Advertencia: la calidad del apoyo depende de la comunidad. Ventajas: enfoque comunitario y recursos compartidos. Desventajas: posible variabilidad en la calidad del apoyo recibido.

8. **Mindstrong Health**, fundado por Paul Dagum en 2014 en Estados Unidos, utiliza IA para monitorear la salud mental a través de interacciones

con smartphones, ofreciendo información sobre el estado cognitivo y emocional. Advertencia: preocupaciones sobre la privacidad de los datos. Ventajas: monitoreo pasivo y continuo. Desventajas: interpretación limitada sin contexto clínico adicional.

9. **Flow Lab**, lanzado en 2018 en Alemania, es una aplicación que utiliza IA para ayudar a los usuarios a alcanzar estados de flujo óptimos mediante entrenamientos personalizados. Advertencia: la efectividad puede variar entre individuos. Ventajas: mejora del rendimiento y concentración. Desventajas: requiere compromiso y tiempo para ver resultados.

10. **Youper**, fundado por Dr. José Hamilton en 2016 en Estados Unidos, es un asistente emocional que utiliza IA para guiar a los usuarios a través de conversaciones para monitorear y mejorar su salud mental. Advertencia: no reemplaza la terapia profesional. Ventajas: autoevaluaciones rápidas y seguimiento del estado de ánimo. Desventajas: limitado en intervenciones profundas.

11. **RememberThat.ai**, lanzado en 2021, para el manejo de estrés y mejoramiento de la memoria, así como gestión de la carga académica; Advertencia: no es un sustituto de técnicas de estudio tradicionales. Ventajas: recordatorios personalizados y técnicas de memorización. Desventajas: dependencia de la entrada de datos precisa por parte del usuario.

12. **Yana**, desarrollada en México en 2019, diseñada para apo-

yar el bienestar emocional y la gestión académica; Advertencia: no sustituye la atención psicológica profesional. Ventajas: accesibilidad y enfoque en la comunidad hispanohablante. Desventajas: alcance limitado en intervenciones terapéuticas profundas.

13. **Notion AI**, Integrado en Notion en 2023 Estados Unidos, optimiza para optimizar la organización y generación de resúmenes académicos,

14. **Leonardo AI**, desarrollado por Leonardo Interactive Pty Ltd en 2025 en Australia, Leonardo AI es un generador de imágenes impulsado por IA que permite a los usuarios crear activos visuales de alta calidad para sus proyectos con una calidad, velocidad y consistencia de estilo sin precedentes. Ofrece herramientas como generación de arte, generación de video y generación de PNG transparentes. Ventajas: facilita la creación de contenido visual de alta calidad de manera eficiente; desventajas: puede requerir una curva de aprendizaje para usuarios no familiarizados con herramientas de diseño.

15. **Quirkos**, desarrollado por Quirkos Software en 2014 en el Reino Unido, Quirkos es una herramienta de software diseñada para facilitar el análisis cualitativo de datos. Permite a los investigadores organizar, codificar y visualizar datos cualitativos de manera intuitiva. Ventajas: interfaz amigable y visual que simplifica el proceso de análisis; desventajas: puede carecer de algunas funciones avanzadas

presentes en otros software de análisis cualitativo.

**16. Smodin**, lanzado en 2020, Smodin es una herramienta de inteligencia artificial diseñada para generar y mejorar contenido académico. Ofrece funciones como reescritura de texto, generación de ensayos y asistencia en la investigación. Ventajas: ayuda a mejorar la calidad del contenido académico y ahorra tiempo en la redacción; desventajas: la dependencia excesiva puede afectar el desarrollo de habilidades de escritura propias.



<https://www.eco.unc.edu.ar/noticias-fype/eco-apps-16-pinpoint>

**17. Pinpoint**, desarrollado por Google en 2020 en Estados Unidos, Pinpoint es una herramienta que ayuda en el análisis de datos cualitativos, facilitando la transcripción, traducción y resumen de contenido audiovisual. Ventajas: agiliza el proceso de análisis de grandes volúmenes de datos; desventajas: puede requerir una conexión a internet estable y plantear preocupaciones sobre la privacidad de los datos.

**18. Descript**, desarrollado por Descript Inc. en 2017 en Estados Unidos, Descript es una solución integral para la edición de audio y video que promete mejorar la eficiencia y optimización del tiempo en estas tareas. Ofrece funcio-

nes como transcripción automática, edición basada en texto y colaboración en tiempo real. Ventajas: simplifica el proceso de edición y facilita la colaboración; desventajas: algunas funciones avanzadas pueden requerir una suscripción de pago.

**19. Lumen5**, fundado en 2017 en Canadá, Lumen5 es una plataforma que cuenta con herramientas útiles para la creación de videos. Permite a los usuarios convertir contenido escrito en videos atractivos mediante el uso de IA. Ventajas: facilita la creación de contenido visual sin necesidad de experiencia en edición de video; desventajas: las opciones de personalización pueden ser limitadas para usuarios avanzados.

**20. Zotero**, desarrollado por el Center for History and New Media en 2006 en Estados Unidos, Zotero es una herramienta basada en IA que tiene el potencial de asistir a los estudiantes en la organización, recopilación y análisis de información académica. Ofrece funciones como gestión de referencias, generación de citas y almacenamiento de archivos. Ventajas: facilita la organización de fuentes y la creación de bibliografías; desventajas: la sincronización de grandes bibliotecas puede requerir espacio de almacenamiento adicional.

**21. You.com**, lanzado en 2021 en Estados Unidos, You.com es un motor de búsqueda que utiliza IA para ofrecer un mejor filtrado de resultados, permitiendo a los usuarios personalizar sus preferencias

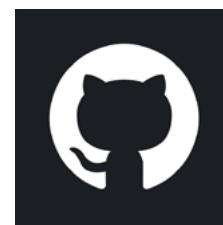
y obtener información más relevante. Ventajas: resultados de búsqueda más personalizados y control sobre las fuentes; desventajas: al ser una plataforma relativamente nueva, puede no tener la amplitud de resultados de otros motores de búsqueda establecidos,

**22. Mente Fuerte AI**, desarrollado en 2022, Mente Fuerte AI es una herramienta enfocada en la formación de estudiantes universitarios en investigación cualitativa aplicada a la salud mental. Ofrece recursos y guías para facilitar el proceso de investigación. Ventajas: proporciona apoyo especializado en un área crítica de estudio; desventajas: puede no ser aplicable a otras disciplinas fuera de la salud mental,



[https://cdn.prod.website-files.com/639618c34389cb7000ebee1ef63963675aa7b4202e9386254\\_logo.svg](https://cdn.prod.website-files.com/639618c34389cb7000ebee1ef63963675aa7b4202e9386254_logo.svg)

**23. Crystal**, fundada en 2015 en Estados Unidos, Crystal es una herramienta que facilita la integración laboral de jóvenes mediante el análisis de perfiles y la recomendación de estrategias de comunicación efectivas. Ventajas: ayuda a mejorar las habilidades de comunicación y adaptación en entornos laborales; desventajas: las recomendaciones pueden no ser precisas para todos los individuos



<https://pixabay.com/es/vectors/github-logo-codificaci%C3%B3n-social-394322/>

**24. Copilot**, desarrollado por GitHub en colaboración con OpenAI en 2021 en Estados Unidos, Copilot es una herramienta de IA diseñada para mejorar la eficiencia y productividad académica de estudiantes universitarios, especialmente en programación. Ofrece sugerencias de código y autocompletado inteligente. Ventajas: acelera el proceso de codificación y reduce errores; desventajas: puede fomentar la dependencia y limitar el aprendizaje profundo de conceptos de programación

**25. BibGuru**, lanzado en 2020, BibGuru es un gestor de referencias basado en IA que surge como una solución eficiente, precisa y accesible para automatizar procesos complejos y tediosos en la citación académica. Ofrece generación automática de citas y bibliografías en múltiples estilos. Ventajas: simplifica la gestión de referencias y ahorra tiempo; desventajas: puede no reconocer fuentes menos comunes o especializadas.

**26. CapCut**, desarrollado por ByteDance en 2020 en China, CapCut es una aplicación de edición de video que ofrece oportunidades para que los estudiantes aprendan de ma-

nera más visual y práctica. Proporciona herramientas de edición intuitivas y efectos especiales. Ventajas: interfaz fácil de usar y amplia gama de funciones; desventajas: algunas funciones avanzadas pueden requerir compras dentro de la aplicación.

Y la 27 que no estuvo considerada en la escala, pero uno de los estudiantes la incorporó para sus compañeros.

**27. Krisp.ai**, lanzado por Krisp Technologies, Inc. en 2018 en Estados Unidos, Krisp.ai mejora la calidad de audio en videollamadas al eliminar el ruido de fondo en tiempo real. Ventajas: mejora la claridad de las comunicaciones y es compatible con múltiples plataformas; desventajas: la versión gratuita tiene limitaciones de uso.

## HALLAZGOS

En los resultados encontrados en el diagnóstico, se pudo corroborar que el 100% conocía chatgpt y le tenía un nivel intermedio de confianza. Y ninguno de los estudiantes había usado las otras 26 IA. Al aplicar y evaluar con la misma escala, se obtuvieron como resultados finales, qué 5 de las 27 IA, quedaron con un nivel muy bajo de confianza y satisfacción, lo que representa el 18.2%; 2 un nivel bajo de confianza y satisfacción que representa el 7.41%; 1 que fue inamovible, conservó el nivel de confianza intermedio que es chatgpt y representa el 3.70%; mientras que 19 tuvieron un nivel muy alto de satisfacción y confianza, lo que representa el 70.37%.

## CONCLUSIONES

Por lo que se puede concluir, que por los altos niveles de confianza, puede recomendar el uso de la inteligencia artificial en apoyo tutorial, las cuáles en su mayoría, son altamente efectivas en los primeros acercamientos, lo que resuelve en gran medida la atención a mayor número de universitarios. Pero que siempre se requerirá para dar continuidad y profundidad, un tutor personal y físico. Por las variables éticas y contextuales al cuidar la salud mental de los estudiantes y preservar su bienestar y éxito de sus trayectorias académicas.





### BIBLIOGRAFÍA

- BibGuru. (2020). BibGuru: Free citation generator. Recuperado de <https://www.bibguru.com/>
- CapCut:ByteDance. (2020). CapCut - Video Editor [Aplicación de software]. Recuperado de <https://www.capcut.com/>
- ChatGPT: OpenAI. (2020). ChatGPT [Modelo de lenguaje natural]. Recuperado de <https://chat.openai.com/>
- ConstruyeTest: OpenAI. (2020). ConstruyeTest [Asistente virtual para creación de pruebas]. Recuperado de <https://chat.openai.com/>
- Copilot: GitHub. (2021). GitHub Copilot [Asistente de programación]. Recuperado de <https://copilot.github.com/>
- Crystal Project, Inc. (2015). Crystal [Herramienta de análisis de perfiles]. Recuperado de <https://www.crystalknows.com/>
- Descript Inc. (2017). Descript [Software de edición de audio y video]. Recuperado de <https://www.descript.com/>
- Elliott, J. (1993). La investigación-acción en educación. Ediciones Morata. Recuperado de <https://edmorata.es/producto/la-investigacion-accion-en-educacion/>
- Flow Lab UG. (2018). Flow Lab [Aplicación de entrenamiento mental]. Recuperado de <https://www.flowlab.com/>
- GitHub. (2021). GitHub Copilot [Asistente de programación]. Recuperado de <https://copilot.github.com/>
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1988). Cómo planificar la investigación-acción. Laertes. Recuperado de [https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/97/o/IA.\\_Madrid.pdf](https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/97/o/IA._Madrid.pdf)
- Koko Labs. (2015). Koko [Plataforma de apoyo emocional]. Recuperado de <https://www.kokobot.io/>
- Krisp Technologies, Inc. (2018). Krisp [Aplicación de cancelación de ruido]. Recuperado de <https://krisp.ai/>
- Latorre, A. (2003). La investigación-acción: Conocer y cambiar la práctica educativa. Graó. Recuperado de <https://www.grao.com/es/producto/la-investigacion-accion>

## FOMENTO DE LA EDUCACION SOCIAL EN SALUD

*Autora: Dania Priscila Aguilar Carrillo<sup>11</sup>*

### Resumen

La automedicación es una práctica común que implica el uso de medicamentos sin la orientación de un profesional de la salud. Aunque muchas personas la consideran inofensiva, puede provocar efectos adversos, interacciones peligrosas y contribuir al desarrollo de resistencia bacteriana, especialmente con el uso indiscriminado de antibióticos.

Fármacos de venta libre como los antiinflamatorios no esteroideos (AINES), en especial el ibuprofeno, son ampliamente utilizados sin control, lo que puede generar problemas gastrointestinales, renales y cardiovasculares. En los adultos mayores, la automedicación es aún más riesgosa debido a la polifarmacia, aumentando la posibilidad de efectos secundarios graves.

Este artículo analiza los riesgos asociados con la automedicación y destaca la importancia de fomentar la educación en salud y la consulta con profesionales médicos antes de tomar cualquier medicamento, con el fin de reducir sus consecuencias negativas en la población.

<sup>11</sup> Estudiante de medicina 3er año, Universidad Vasco de Quiroga, Morelia, Michoacán.



## ABSTRACT

Self-medication is a common practice that involves using medications without the guidance of a healthcare professional. Although many people consider it harmless, it can cause adverse effects, dangerous interactions, and contribute to bacterial resistance, especially with the misuse of antibiotics.

Over-the-counter drugs like nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs), particularly ibuprofen, are widely used without control, leading to potential gastrointestinal, renal, and cardiovascular issues. In elderly individuals, self-medication is even riskier due to polypharmacy, increasing the likelihood of serious side effects.

This article examines the risks associated with self-medication and emphasizes the importance of promoting health education and consulting medical professionals before taking any medication to reduce its negative impact on the population.

## INTRODUCCIÓN

Las enfermedades surgen desde que el hombre nace, por lo que lo han acompañado en gran parte de su historia; mientras el hombre avanzaba en su concepción de la salud y generaba ideas de cómo mantenerla o tratar malestares es que surgen los medicamentos, sustancias capaces de aliviar las molestias de quienes los consumen; a su vez, el uso constante de los mismos permite establecer un conocimiento de dominio público donde se asocia la eficacia de cada preparado para curar determinada afección; esa costumbre traspasó siglos y siglos de evoluciones al punto que, en la actualidad a pesar de existir maneras correctas de fabricar sustancias para los seres humanos y especialistas que estudian largos años para ser capaces de prescribirlos de manera correcta, la sociedad continua siendo capaz de reconocer su uso, asociar sus efectos y decidir usarlos de manera propia sin consultar a un experto.

## DESARROLLO:

El problema de la iniciativa social por usar los medicamentos sin opinión de un experto es que existen varios riesgos que las personas desconocen, como son los efectos adversos, las interacciones entre fármacos o contraindicaciones específicas de quienes los van a consumir, contraindicaciones que, en ocasiones solo un profesional de la salud es capaz de prever y prevenir.

Esta práctica es tan común que incluso, se le ha dado un nombre propio, automedicación, la cual es la acción de tomar fármacos por elección propia y sin prescripción de especialista, aunque pareciera inofensiva, trae consigo numerosos problemas no solo en la salud de quien las toma, sino también en la resistencia que surge ante medicamentos como antibióticos que avanza a paso lento pero constante.

Ahí es donde radica la necesidad en que la sociedad sea consciente de la complejidad que traen consigo los medicamentos y el riesgo que conlleva usarlos de manera libre y sin indicaciones claras de un profesionalista.

Por ello esta reflexión teórica, de la magnitud de la situación para dar a conocer la delicadeza de la automedicación y fomentar en la sociedad mayor educación dando pautas de preguntas medulares de ¿Cómo dar a conocer sobre la delicadeza de la automedicación y fomentar la educación de este factor en la sociedad?

Dentro de la consulta teórica de la automedicación, se entiende como la selección y el uso de medicamentos por partes de un individuo con el propósito de prevenir, aliviar o tratar síntomas o enfermedades leves que se pueden identificar con ayuda de un profesional pero, ¿Son las personas capaces de identificar las enfermedades? o si las pueden identificar, de ahí la trascendencia de la función social del médico en la consulta que otorga al paciente, en hacer reconocer la importancia de tener la atención correcta a su salud integral.

Para entender el problema de la automedicación es necesario comprender la importancia de los medicamentos. Históricamente, es imposible encasillar

el surgimiento de los mismos en una fecha, ya que han existido desde que el hombre tiene enfermedades y esas prácticamente surgieron a la par del mismo. Desde que el ser humano tiene la habilidad de razonar y pensar ha encontrado soluciones a sus problemas, entre los cuales, al igual que en la actualidad, destaca el malestar físico. Numerosas e inteligentes soluciones surgieron ante la necesidad de mantener el estado de salud y fue así cuando surgieron los medicamentos y si bien, estos tienen una base empírica donde la experimentación dictaba el modo de su uso, en la actualidad diversas profesiones se encargan no solo de investigar el origen de la enfermedad para dar el mejor medicamento posible, sino que especialistas se encargan de diseñarlos para encontrar el equilibrio entre lo que es benéfico y necesario para la salud y lo que puede ponerla en riesgo.

¿Qué son los medicamentos? Los medicamentos, también conocidos como fármacos, tienen una historia relativamente reciente, con el nacimiento de la farmacología hace menos de 150 años, cuando Oswald Schmiedeberg, considerado padre de la farmacología moderna, establece los fundamentos de esta, investigó los efectos que pueden tener en organismos vivos y de lo más importante, introduce el concepto de dosis efectiva.

La complejidad de los medicamentos se encuentra desde su fuente de extracción, hasta los mecanismos que los hacen funcionar dentro del cuerpo humano y que van desde la manera en la que se administra hasta en la que actúan adentro del mismo, que, aunque es una máquina compleja que necesita ayuda y reparaciones, puede verse comprometida al administrar algo externo al mismo.

Los fármacos funcionan mediante uniones a distintos tipos de moléculas, como enzi-

mas o receptores, la complejidad de estos es que no siempre son selectivos o no lo son lo suficiente; eso puede traer consigo distintos efectos adversos.

Dentro de los medicamentos más usados se encuentra la familia de los AINES, los antiinflamatorios no esteroideos, en el cual por excelencia se encuentra el Ibuprofeno, que es realmente efectivo para aliviar dolores musculares y es de sencilla administración, además de ser posible conseguirlo sin receta médica y que, no solo se vende en farmacias.

Sin embargo, a pesar de la accesibilidad del fármaco y sus sencillas indicaciones, los efectos adversos que puede tener son amplios, variados y aunque no tan peligrosos si son complicados.

Se entiende por efectos o reacciones adversas a todas aquellas respuestas nocivas, no deseada o no intencionada producidas tras la administración de un fármaco por cualquier vía (Colegio Oficial Farmacéuticos de Zaragoza, 2022). El ibuprofeno a pesar de ser de venta libre, tiene una amplia lista de reacciones adversas como son efectos cardiovasculares, renales y los más comunes, gastrointestinales, efectos, que la mayoría de la población desconoce, puesto que es necesario estudiar a profundidad el fármaco para entender su funcionamiento y con ello, los problemas que puede traer si se consume demasiado o si se combina con otros.

Así como pasa con el ibuprofeno, fármacos más complejos como los antibióticos son usados de manera indiscriminada y por voluntad propia por la sociedad en general, lo que demuestra un problema amplio no solo en la accesibilidad de los fármacos, sino también en que la población no conoce las consecuencias que trae consigo el uso indiscriminado y sin supervisión de los mismos.





## CONSECUENCIAS DE LA AUTOMEDICACIÓN

Los problemas que trae consigo una elección irresponsable de fármacos en la sociedad son amplios y trae problemas en distintos contextos.

En el contexto individual, lo más frecuente son las reacciones adversas que fueron explicadas con anterioridad y que pueden ser causadas por el fármaco en sí mismo o por las interacciones entre otros fármacos, ejemplo claro de esto son las reacciones adversas causadas por la polifarmacia en los adultos mayores. La polifarmacia es definida por la OMS como el uso simultáneo de tres o más fármacos, en los adultos mayores, debido al número de enfermedades con las que cursan, es común encontrar que toman un mínimo de 3 medicamentos además de también ser de la parte de la población que se automedica con más frecuencia; dentro de las reacciones adversas más frecuentes se encuentran síntomas como: pérdida de memoria, alteraciones de sueño y ánimo, palpitaciones, caídas, depresión, vértigo, mareos, somnolencia y agitación (Sánchez, 2020).

Sumado a lo anterior, no es necesaria la polifarmacia para que aparezcan reacciones adversas, ya que un mismo fármaco puede actuar de manera diferente en quienes lo toman, por ejemplo, un mismo medicamento puede causar reacciones alérgicas o intoxicaciones, puesto que, diversos estudios demuestran que las personas que consumen fármacos por elección propia, tienden a administrar dosis mayores pensando que eso potenciará el efecto y solucionará el malestar de manera más rápida, sin saber que lo único que hacen es poner en riesgo su vida abriendo la puerta a una posible intoxicación (Tsfamariam et al., 2019).

Es importante recalcar que los medicamentos de venta libre no son los únicos que se consumen de manera indiscriminada, sino que también lo son aquellos de acceso más controlado, como los antibióticos, donde las consecuencias de su consumo no son exclusivas de quien los toma, sino que favorece el desarrollo de resistencia bacteriana, este fenómeno ocurre cuando las bacterias desarrollan la capacidad de sobrevivir a los tratamientos antimicrobianos diseñados para eliminarlas, lo que genera un aumento en la incidencia de infecciones, prolon-

ga la duración de las enfermedades y eleva las tasas de mortalidad que genera que la resistencia bacteriana tenga también un impacto significativo en el ámbito social.

Dada la complejidad del tema, se realiza este análisis teórico dirigido a la población con una edad mayor a 18 años, donde se destaca la idea de generar conciencia para que no se presente esta práctica.

## CONCLUSIONES PARCIALES

Con la presentación analítica de este tema, se espera que los asistentes mayores a 18 años comprendan la complejidad de la automedicación y que creen un pensamiento crítico ante el tema, con el cual sean capaces de tomar decisiones más acertadas al momento de tomar un medicamento y que en un futuro, cuando alguien más se encuentre en una situación similar puedan orientarlo, ayudando así a compartir el conocimiento e informar a la sociedad del gran peligro de esta práctica.



## BIBLIOGRAFÍA

- Barrios, L., Correa, A., Gomendio, S., & Machado, A. (2019). Ibuprofeno: ¿fármaco seguro?. *Salud Militar*, 38(1), 46-55.
- Brenner, G. M., & Stevens, C. W. (2019). *Farmacología básica* (5a ed.). Elsevier España
- Martínez, E. C. (2008). Consecuencias de la automedicación con medicamentos que requieren receta. *Atención Primaria*, 38(1), 62
- Sánchez-Rodríguez, J. R., Escare-Oviedo, C. A., Castro-Olivares, V. E., Robles-Molina, C. R., Vergara-Martínez, M. I., & Jara-Castillo, C. T. (2020). Polifarmacia en adulto mayor, impacto en su calidad de vida. *Revisión de literatura. Revista de salud pública*, 21, 271-27
- Tsfamariam, S., Anand, I. S., Kaleab, G., Berhane, S., Woldai, B., Habte, E., & Russom, M. (2019). Self-medication with over the counter drugs, prevalence of risky practice and its associated factors in pharmacy outlets of Asmara, Eritrea. *BMC Public Health*, 19(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6470-5>

# PEDAGOGÍA PROFUNDA PARA EL DESARROLLO DEL SER

Autora: Martha Patricia Jiménez Martínez<sup>12</sup>



<sup>12</sup> Profesora de Educación Básica, Maestría en Desarrollo Humano, Maestría en Técnica Terapéutica, doctorante en Innovación Pedagógica, Doctorado en Ciencias de la Educación. Catedrática doctoral en la UdeMorelia.



## Resumen

Ante los cambios que hemos tenido después de la pandemia, se requieren de procesos educativos profundos que promuevan la expansión del SER de la persona considerando su unicidad y tetradimensionalidad para poder recuperarse del desgaste que pudo provocarle la situación y lograr la salud mental para vivir en expansión y en paz.

En este sentido, es fundamental que se consideren los Principios de la Pedagogía Profunda para que los docentes, padres de familia y miembros de la comunidad educativa puedan contribuir al desarrollo del SER del alumno independientemente del nivel (educación básica, media superior o superior) o tipo de educación (formal, informal o semi informal). La Pedagogía Profunda considera 4 aspectos relevantes para su construcción:

- Los elementos que integran cada dimensión de la persona.
- Las tareas esenciales en cada etapa de vida.
- Los recursos esenciales para desarrollar cada tarea.
- La actitud que debe poseer el otro (docente, padre de familia, directivo, colaborador, etc) ante el desarrollo del ser.

## INTRODUCCIÓN

Cada uno de los aspectos orientan los procesos educativos que se pretenden desarrollar para lograr la formación integral de la persona. De acuerdo con lo anterior, la Pedagogía Profunda ve a la educación como un proceso que tiende a desarrollar integralmente a la persona para que actúe conscientemente frente a nuevas situaciones de vida, aproveche su experiencia anterior, integre sus dimensiones e identifique sus necesidades individuales y las necesidades colectivas. La misión de la educación es el desarrollo humano óptimo. Es decir, su objetivo primario consiste en promover que aflore lo que se encuentra latente en las dimensiones que conforman la naturaleza humana. La Pedagogía Profunda afirma que el fin de la educación es la humaniza-

## Abstract:

Given the changes we have experienced since the pandemic, profound educational processes are needed to promote the expansion of the individual's being, considering their uniqueness and four-dimensionality, in order to recover from the strain the situation may have caused and achieve the mental health necessary to live with expansion and peace.

In this sense, it is essential to consider the Principles of Deep Pedagogy so that teachers, parents, and members of the educational community can contribute to the development of the student's being, regardless of the level (basic, upper secondary, or higher education) or type of education (formal, informal, or semi-informal). Deep Pedagogy considers four relevant aspects for its construction:

- The elements that comprise each dimension of the person.
- The essential tasks at each stage of life.
- The essential resources for carrying out each task.
- The attitude that others (teachers, parents, administrators, staff, etc.) should have toward the development of the individual.

ción del ser humano, lográndolo a través de la integración e interrelación de la parte cognitiva, espiritual y actitudinal de una persona. La educación así contemplada se refiere al proceso de promover el desarrollo integral de los dinamismos humanos fundamentales, potencialidades y / o facultades que residen en estado latente, en cada una de sus dimensiones. En los siguientes apartados se profundizará más en el tema.

## COMPONENTES DE LA PEDAGOGÍA PROFUNDA

La Pedagogía Profunda intenta comprender la esencia de los elementos que integran los modelos educativos y desde allí generar una propuesta que permita centrarse en lo importante para que exista

un desarrollo integral e integrado en la persona para que sea íntegra, según la Maestra Alejandra Morelos Borja.

La Pedagogía Profunda pone el SER como eje transversal en la educación. Se interesa en ir más allá de la enseñanza de contenidos académicos para que la persona tome conciencia de su unicidad, completud y de su capacidad para crecer, aprender y transformarse. En este sentido se habla de un Ser tetradimensional con las siguientes dimensiones: corpórea, psicológica, social y trascendente, que está en constante evolución y a través de su experiencia personal, el respeto a su dignidad, en relación con los demás puede elegir libremente su camino.

Como se puede observar, la Pedagogía Profunda integra las definiciones del Ser aportadas por el humanismo y el Personalismo. De acuerdo con Maslow(1954) y Rogers(1984): el ser humano, entonces, se entiende como un individuo en constante evolución, cuyo desarrollo no está determinado por un modelo rígido de aprendizaje, sino por su experiencia personal, sus relaciones con los demás, su entorno social y, por supuesto, su capacidad de reflexionar y conectar con su propio interior. El verdadero propósito de la educación es el desarrollo integral de la persona: un ser que no solo es capaz de aprender y adaptarse al mundo, sino que también tiene la capacidad de transformarlo a través de la autocomprensión, la empatía y la acción consciente.

Mounier (1949) ve al ser como proyecto y vocación, capaz de trascenderse a sí mismo, con un compromiso con los demás, con una dignidad.

Karol Wojtyła (1969), dice que el ser humano es un sujeto de acción, capaz de tomar decisiones libres y responsables que lo conduzcan hacia la realización de su verdadero ser, es libre de elegir y modelar su camino.

Partiendo de lo que es el SER, la Pedagogía Profunda se plantea la siguiente pregunta: ¿Cómo se puede desarrollar el SER a través de la educación?

Para responder la pregunta, la Pedagogía Profunda parte del principio de que el desarrollo del ser es un proceso dinámico, relacional, sistémico y complejo. Por consiguiente, plantea que para su desarrollo debe identificar:

- Los elementos que integran cada dimensión de la persona.
- Las tareas esenciales en cada etapa de vida.
- Los recursos esenciales para desarrollar cada tarea.
- La actitud que debe poseer el otro (docente, padre de familia, directivo, colaborador, etc) ante el desarrollo del ser.

La Pedagogía Profunda afirma que comprendiendo lo anterior se cimientan las bases de las que se desprenden las estrategias para dicho desarrollo.

### 1. ELEMENTOS QUE INTEGRAN LAS DIMENSIONES DE LA PERSONA

La persona es un ser integrado por cuatro dimensiones dinámicas que están interconectadas. Es un sistema complejo, un todo (materia y espíritu) posee inteligencia y voluntad, por lo cual es persona, un sujeto consciente y libre, con una vocación propia que trasciende las dimensiones temporales. Por su naturaleza racional, sobrepasa las limitaciones de sus sentidos y puede conocer mediante su inteligencia la totalidad de lo real, dirigiendo su conocimiento a la esencia de las cosas para alcanzar la verdad, lo cual se da justamente en cuanto hay la adecuación del intelecto con la cosa. Cuando aplica su capacidad de conocimiento al plano de la acción, surge otra propiedad esencial de la persona: su condición de ser libre. El Hombre es libre cuando, al haber decidido por sí mismo sus actos, es causa de ellos. Al orientar el sentido de la vida, el hombre debe actuar según su razón, en función de los medios idóneos que su inteligencia capte. De este modo, elegir los medios más eficaces para el desarrollo y perfeccionamiento de las aptitudes propias es ejercitar la libertad.

Por lo anteriormente dicho, la persona es además, responsable de sus actos. Al conocerlos por la inteligencia y decidirlos por su voluntad, es capaz de dar cuenta de ellos, de responder por lo que hace, y de las consecuencias que se deriven. La persona verdaderamente madura, puede y debe responder por los efectos de sus decisiones de cada día, por los valores que ha realizado u omitido, por la dirección que ha dado a su vida.

Con lo anterior fundamentamos otro aspecto esencial en la persona: su dignidad. Superior a todos los demás seres creados, ya que es libre e inteligente, el hombre es digno por el valor que encierra en sí mismo. Posee una excelencia propia, puesto que su ser tiene características que no poseen las demás creaturas del cosmos. El ser humano es congruente con su dignidad y la acrecienta cuando se encamina a su fin con la libre elección del bien y busca, además, los medios adecuados para ello con eficacia y esfuerzo constantes.

La persona es un ser tetradimensional, es decir está constituida por cuatro dimensiones: dimensión corpórea, psicológica, social y trascendente.

La dimensión corpórea se refiere a concebir el cuerpo como algo que va más allá de las estructuras biológicas y fisiológicas, pues se trata del hecho de que es el cuerpo de una persona humana y está por tanto asumido y unido a la persona, que comparte su suerte con la del propio organismo. Desde la Pedagogía Profunda el cuerpo tiene los siguientes significados: el cuerpo como presencia, el cuerpo como lenguaje, el cuerpo como instrumento de transformación del mundo, y el cuerpo como límite.

El cuerpo es presencia en el mundo y posibilidad de comunicación.

La dimensión psicológica es definida como la realidad psíquica del ser humano que le permite construir su identidad, a través de las siguientes esferas: la razón, la afectividad, la voluntad, la libertad, la conciencia y la sexualidad.

La dimensión social, basada en la relación que se establece entre los seres humanos para construir el nosotros: seres individuales que se desarrollan a partir de los demás aportando sus capacidades para el bienestar común.

La dimensión trascendente, que se basa en el descubrimiento de la vocación personal en conexión con el sentido profundo que responde a las preguntas existenciales: ¿quién soy, de dónde vengo y a dónde voy? Así como, la búsqueda de trascender en relación con un ser superior. (Figura 1.)

La figura muestra las dimensiones de la persona en cuyo centro está la consciencia como el motor que permite que exista una interrelación dinámica para el desarrollo del SER.

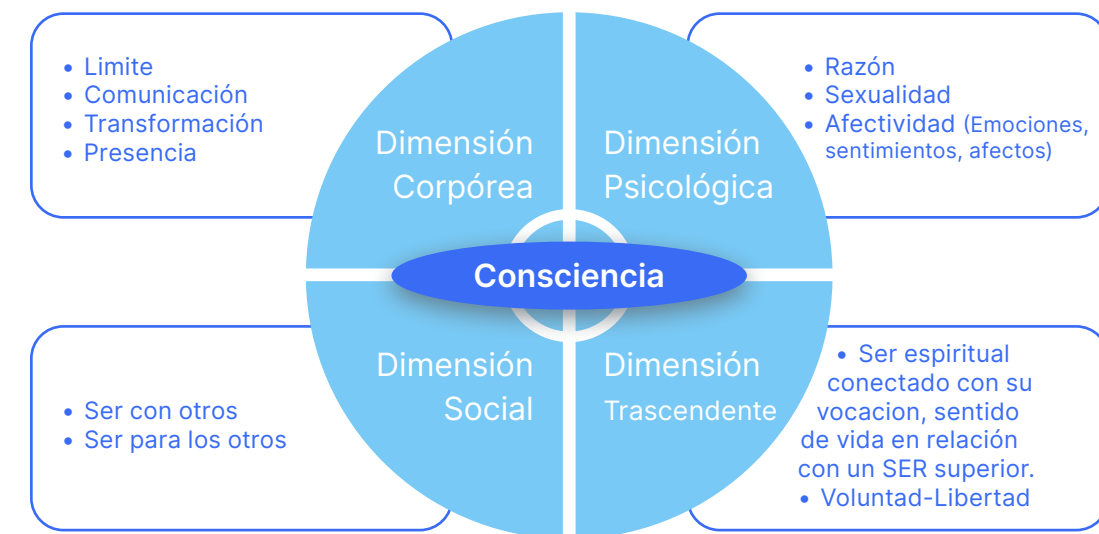


Figura 1 Elaboración basada en la propuesta realizada por Dra. María de Lourdes Vargas Garduño y Dra. Martha Patricia Jiménez Martínez sobre las dimensiones de la persona.



Figura 2 Elaboración Propia.

## 2. LAS TAREAS ESENCIALES EN CADA ETAPA DE VIDA.

En la formación de la persona no puede olvidarse el desarrollo de aquellos aspectos que se orientan hacia la comprensión de sí mismo como la atención a la intimidad, al silencio, a la reflexión, a la creatividad. De acuerdo a los principios de la Pedagogía Profunda y del análisis de las distintas teorías del desarrollo se proponen las siguientes tareas para que la persona logre su evolución.

En la etapa de la infancia un tema crucial para que la persona crezca con seguridad y confianza es la autoestima. La autoestima es la capacidad que tiene la persona de reconocerse como alguien valioso, que puede confiar en sus capacidades y recursos para enfrentar la vida con optimismo. La autoestima garantiza el bienestar psicológico, social y trascendente de la persona. De ahí que se identifique como una tarea primordial en esta etapa.

Otra tarea importante que permite que la persona logre tener conexiones profundas y honestas con las otras personas es la construcción de la intimidad. Es un proceso fundamental para el desarrollo de una identidad sólida, habilidades sociales y emocionales saludables, y la preparación para relaciones adultas satisfactorias. Se considera, que esté proceso se puede llevar a cabo en la etapa de la adolescencia, ya que ésta se considera como un

periodo de reorganización y reconstrucción interna donde existe una exploración del "quién soy" en relación con otros.

El sentido y el proyecto de vida da una dirección clara en las acciones y decisiones de la persona. Un fuerte sentido de vida actúa como un amortiguador ante las dificultades y los desafíos. Es en la juventud, cuando la persona enfoca sus energías y recursos en lo que realmente importa, evitando distracciones y permitiéndoles priorizar sus esfuerzos. Por lo tanto, se considera que una de las tareas centrales en esta etapa son el sentido de vida y el proyecto de vida que permiten que la persona tenga motivación, la dirección intrínseca, estructura y estrategia para alcanzar sus metas, así como, vivir con propósito.

La sabiduría de vida permite trascender la esfera del conocimiento y tener una comprensión profunda de la vida, de las relaciones y condición humana, por consiguiente, ésta se vuelve una tarea principal en la edad adulta. La sabiduría de vida permite que la persona viva en plenitud. Figura 2.

La figura presenta las etapas de la vida con sus tareas principales para que se desarrolle el Ser, de acuerdo a la Pedagogía Profunda.



Figura 3 Elaboración Propia.

## 3. LOS RECURSOS ESENCIALES PARA DESARROLLAR CADA TAREA.

Con base a la visión que tiene la Pedagogía Profunda del Ser, se propone al silencio, la espera, la palabra sanadora y la escucha como los recursos básicos para el desarrollo del ser. De acuerdo con Bert Hellinger (2002) y de Brigitte Charpentier (2005), el silencio es un espacio de autoconocimiento que permite establecer una conexión interna profunda para poder escuchar nuestros propios pensamientos, sentimientos, intuiciones y necesidades más profundas.

Según los autores mencionados, la escucha consiste en la apertura al otro y a uno mismo, permite la comprensión profunda, la empatía, conexión, aprendizaje y crecimiento personal.

La palabra sanadora es la expresión auténtica y constructiva para lograr la liberación emocional, las relaciones saludables y manifestar el ser a través de la palabra contribuyendo a la manifestación de nuestro ser único.

La espera cultiva la paciencia, la aceptación y la confianza en el proceso de crecimiento.

Estos recursos permiten que la persona logre superar los inhibidores del desarrollo humano: la culpa, el miedo, el apego y el prejuicio. Figura 3.

Figura que presenta los cuatro recursos básicos para que la persona desarrolle las tareas principales en cada etapa de la vida.

## 4. LA ACTITUD QUE DEBE POSEER EL OTRO (DOCENTE, PADRE DE FAMILIA, DIRECTIVO, COLABORADOR ETC) ANTE EL DESARROLLO DEL SER.

En educación es indiscutible la importancia que tienen los demás para el desarrollo del SER, por lo tanto, basándonos en el Análisis Transaccional (1950) y la propuesta de Brigitte Charpentier (2005), la actitud que se requiere en las relaciones interpersonales e intrapersonales, es la del adulto, que: agradece, asiente a la vida como es, asiente a todos como son, respeta, tiene una actitud humilde, ama, se rinde ante lo que no comprende y honra poniéndose al servicio de la vida conectado con la fuerza mayor.

## CONCLUSIONES:

En el camino de la educación es fundamental que se busquen nuevas formas de mirar los procesos educativos para poder lograr la formación de la persona. Donde se desarrolle lo esencial, de tal forma que pueda desde su elección y decisión optar por vivirse en expansión integrando, mirando, respetando y amando.

Se requiere de una mirada profunda que contacte con el centro del SER de la persona: la consciencia, para que logre conectar con su cuerpo, su psique, su ser social y trascendente de una manera integrada que le permita reconocer su dignidad como persona y desde allí cuidar su integridad en el silencio, la escucha, la espera y la palabra.

Se requiere de una educación centrada en las tareas esenciales: autoestima, intimidad, proyecto de vida y sabiduría de vida. Una educación que aplique nuevas estrategias metodológicas, encaminadas al despertar de la consciencia, en palabras de Ana María González.



### BIBLIOGRAFÍA

- Buber, Martin (1958). Yo y tú. Editorial Trotta.
- Charpentier, B. (2005). Empezar a constelar. Ediciones Plataforma.
- González Garza, A. M. (2000). Educación Holística. La pedagogía del siglo XXI. Editorial Pax México.
- Hellinger, B. (2002). La solución está en el amor. Una visión renovada de las constelaciones familiares. Editorial La Llave.
- Maslow, Abraham H. (1954). Motivación y personalidad. Editorial Morata.
- Mounier, Emmanuel (1949). El personalismo. Ediciones Encuentro
- Rogers, Carl (1961). El proceso de convertirse en persona. Ediciones Herder.
- Rogers, Carl (1980). La persona en el proceso de cambio. Ediciones Herder.

# OFERTA ACADÉMICA

## LICENCIATURAS

- Administración de Empresas RVOE LIC180831
- Administración de Empresas **en línea** RVOE LIC230761
- Animación y Producción Digital RVOE 20252246
- Ciencias de la Nutrición RVOE 20252250
- Cultura Física y Deporte RVOE LIC180936
- Deportes Electrónicos e-Sports RVOE LIC210983
- Historia del Arte RVOE LIC130825
- Ingeniería en Videojuegos RVOE LIC11026
- Negocios Internacionales RVOE LIC130824
- Psicología RVOE 20252248
- Psicología **Modalidad Ejecutiva** RVOE LIC160421
- Turismo Cultural RVOE LIC180827

## ESPECIALIDADES

- Gestión Empresarial RVOE LIC070904
- Operación Aduanera RVOE LIC071207

## MAESTRÍAS

- NUEVA** Administración de Instituciones Educativas **en línea** RVOE 20252251
- Arte Digital y VFX RVOE MAES140504
- NUEVA** Ciberseguridad **en línea** RVOE 20250504
- Diseño y Desarrollo de Videojuegos RVOE MAES190935
- Entrenamiento y Gestión Deportiva RVOE MAES190937
- Historia del Arte RVOE MAES070801
- NUEVA** Innovación y Administración de Instituciones Educativas **en línea** RVOE 20252252
- Innovaciones Educativas RVOE 20232405
- Investigación Multidisciplinaria RVOE MAES190934
- Psicología Clínica RVOE MAES091216
- Tecnologías de la Información RVOE MAES091102

## DOCTORADOS

- NUEVO** Ciencias del Ejercicio Físico RVOE DOC241108
- Tecnología Educativa con Enfoque Sistémico **en línea** RVOE 20250505

