

# MENTES





# Directorio

**Revista Mentes / Número 1**  
**Mayo – Agosto 2018**

**Producción Editorial**

Coordinación Editorial:

L.C Susana Elisa Hernández Tinoco

Centro de Investigación de la Universidad de León

**Redacción y Corrección de Estilo**

L.C. Susana Elisa Hernández Tinoco

Alumno: Misael Torres

**Consejo Editorial**

Dr. Salvador Zermeño Martínez

Mtro. Jorge Castorena Martínez

Lic. Juan Carlos Rodríguez Hernández

Lic. José Luis García Galeano

Lic. Angélica Chávez Escobar

Lic. Juan Gerardo Sosa Moncada

Lic. Ma. de la Luz González Martínez

**Diseño Editorial**

Jungla Diseño


Centro de Investigación de la Universidad de León

Justo Sierra #230, Zona Centro,

León; Guanajuato.

Tel: (477) 716 45 73 ext. 1201

Investigación.ci@gmail.com

 Centro de Investigación

# Carta de Presentación

La Revista Digital “*Mentes UDL*” es una publicación cuatrimestral de carácter académico, creada por el Centro de Investigación de la Universidad de León, la cual presenta opiniones, trabajos y artículos realizados por los alumnos de las distintas licenciaturas que alberga dicha institución en todos sus planteles.

El propósito de la editorial es promover un espacio para que los alumnos de la Universidad de León expongan sus conocimientos y cuestionamientos a través de la palabra escrita, además de exponer los trabajos de investigación dentro del Coloquio Universitario del Proyecto de Investigación Integral.

Asimismo, reúne el trabajo colaborativo entre las áreas de Acompañamiento e Integración a Egresados, Formación Internacional, Integración Deportiva, Cultura y Desarrollo del Potencial Humano quienes generan contenido para una sección dentro de la revista con la elaboración de un artículo.

De forma particular, esta línea editorial busca:

- 1.- Promover la investigación de la comunidad Universitaria.
- 2.- Estimular la participación de alumnos y docentes para la publicación de un artículo.
- 4.- Dar a conocer las distintas áreas de la Universidad de León.
- 5.- Difundir la producción intelectual de los alumnos.

**¡Te invitamos a que formes parte de esta publicación, como lector y como autor!**

*A nombre del Centro de Investigación, agradecemos a todas las áreas que han colaborado con nosotros, a los profesores, alumnos y autoridades académicas de la Universidad de León.*



# índice

Índice	1
En la portada: Ilustración de Hugo Odón	2
Centro de Investigación	3
Coloquio Universitario del Proyecto de Investigación Integral	4
Ganadores	5
Investigatips	6
Método descriptivo	7
Mi opinión acerca de...	8
De viajero a viajero	10
Sombrillas de Colores	11
Viajes y Leyendas/ Mar de Fondo	12
Turismo más allá de lo que te imaginas...	13
¡Llega a la meta!	14
Turismóloga por convicción	15
Decide, enfócate y entrégate	16
Integración Deportiva	17
Enfocan el rendimiento y la actitud en el aprendizaje	18
Promoción Cultural	19
Mujer Instante, el mundo deseado por Dora	19
Servin	20
Formación Internacional	22
Vestigios/La cultura de una Ciudad	23
Agradecen calidad y estadía	24
Acompañamiento e Integración a Egresados	25
Cineasta Empedernido	26
Desarrollo de Potencial Humano	28
Emprendimiento: potencial en los jóvenes del milenio	29
Invitación	31

# En la Portada

## Ilustración de Hugo Odón

Hugo es un egresado de la licenciatura en Artes Plásticas y como profesional del dibujo y la pintura, ha sobresalido en la ciudad y en el estado, además de haber ilustrado trabajos de literatura para autores locales.

Para Hugo Odón, la línea creativa y su paso por la universidad integran al artista en un ecosistema del arte, ya que la formación universitaria aporta las claves para su desarrollo.

Los productos que realizamos son consecuencia de nuestro aprendizaje, “El trabajo creativo de los universitarios es un síntoma de nuestra Universidad”; que a su vez es un organismo que tiene una manera de entender su vocación como profesional de las artes plásticas, Hugo nos comenta...

“Pinto por el gusto de pintar”, pues...

“Pintar es una necesidad que me provoca placer”.

Hugo Odón es egresado de la Universidad de León y ha participado como creador artístico en múltiples exposiciones, su obra y el éxito que ha tenido lo está consolidando como un creador reconocido en la región y es también motivo de orgullo para la Universidad.

Que el arte nos nutra, que el arte nos una y nos dé luz.

*Se puede consultar más de su obra en:  
Instagram: hugoodon*

# Centro de Investigación



# Coloquio Universitario





# Ganadores



## Categoría Cultural

En la categoría cultural del Coloquio Universitario del Proyecto de Investigación Integral se reconoció como ganadores del primer lugar en la Categoría Cultural a: Mitzi Melisa Arriaga Reyes y Miguel Ángel Guzmán Ruíz, alumnos de la Facultad de Diseño Gráfico del Plantel Moroleón de la Universidad de León.

Estos jóvenes planearon una ambientación novedosa con el fin de atraer más gente a ciertos espacios públicos, su proyecto se titula: "Propuesta para la ambientación del ex convento de Cuitzeo mediante mapping, medios auditivos y tecnología interactiva".

El mapping son todos aquellos recursos audiovisuales que se pueden aplicar en las fachadas o instalaciones de edificios de gran tamaño, proyectando en estos mismos ciertas figuras o videos para así aprovechar su arquitectura combinado con las bondades tecnológicas del Siglo XXI.

"La realización y aplicación adecuada de nuestro proyecto servirá como punto de partida a nuevas maneras de adaptar y demostrar que la tecnología y los entornos antiguos pueden trabajar a la par. Así pues, surge la inquietud por adaptar espacios donde la tecnología, el entorno, la cultura y el conocimiento puedan fundirse y aporten un extra a museos y lugares que se busca que la sociedad visite. Todo partió de dos ideas principales: proponer nuevas tecnologías en el ex convento de Cuitzeo y mejorar la afluencia de turistas e interés cultural".



## Categoría Ecológica

En la categoría ecológica se reconoció como ganadores del primer lugar a: María Guadalupe Sepúlveda Alvarado, Edgar Adrián Rodríguez Alatorre, Luis Esteban Vázquez Rodríguez, Carlos Zavianny García Espinosa y Ricardo Ramos Ortiz Ruíz, alumnos de la Facultad de Arquitectura del Plantel, La Piedad.

Debido a que los alumnos consideran que no se aprovecha de la mejor manera cierta región de su ciudad, vieron una alternativa bastante rentable la cual beneficiará a la población en general como al ecosistema con su proyecto: "Parque Botánico en la Presa Cinco Oros de la Ciudad de La Piedad, Michoacán".

"Este proyecto tiene como objetivo generar conciencia en la sociedad sobre el cuidado y el sentido de pertenencia hacia la ciudad, pues no está acostumbrada a preservar y tener áreas verdes, por lo tanto, nos dimos a la tarea de proponer un conjunto de calles de índole peatonal al crear puntos de reunión en los que las personas puedan acceder al parque botánico, ya sea caminando o en vehículos no motorizados y con esto evitar mayor contaminación".

# Investigatips



# Método

## Descriptivo

El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas.

Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables.

- Metodología cualitativa
- Aborda el objetivo de estudio y funciona como un catalizador de nuevas investigaciones.
- Permite obtener datos precisos sobre el objeto de estudio
- Implica observación atenta y un registro fiel de lo observado
- No admite generalizaciones ni proyecciones
- Utiliza distintas técnicas e instrumentos para la recolección de datos: entrevistas, encuestas, entre otras.

### Ejemplos del método descriptivo:

#### Estudios de caso

Es un tipo de estudio en el que se recoge toda la información posible de la situación existente en el momento en que se aplican los instrumentos o la técnica seleccionada.

#### Series de casos

En el mismo estudio de caso, hecho entre varios entes o sujetos con características similares para sacar un solo reporte/informe y proponer investigaciones sobre la interrelación de variables.

Misael Torres  
Susana Tinoco



# Mi opinión acerca de...

## Trastornos alimenticios

Hablar de trastornos alimenticios no es un tema nuevo, podría decirse inclusive que es un tema sumamente común, existen demasiados libros, artículos e incluso películas que abordan esta cuestión. A pesar de eso sigue siendo una de las enfermedades más frecuentes entre adolescentes de 14 a 24 años.

Existe una gran variedad de factores que pueden generar estas enfermedades, es usual que las personas que las desarrollan presenten rasgos de personalidad y conducta muy similares, tendencia a la depresión y ansiedad, baja autoestima, manifestaciones obsesivas compulsivas, entre otras.

Los trastornos alimenticios pueden ser letales sin un tratamiento adecuado y a tiempo, es por eso que es nuestro deber estar pendiente de posibles síntomas que puedan generarlas. En diversos países se han llevado a cabo acciones que ayuden a la prevención de estas enfermedades como presentar un certificado médico que acredite su buena salud e Índice de Masa Corporal (IMC), enfocado a todos aquellos que aspiren a trabajar en la industria del modelaje.

Hay diversos factores ambientales que pueden contribuir al desarrollo de estas enfermedades, nosotros como sociedad nos plasmamos un ideal de cuerpo perfecto que puede provocar traumas e inseguridad en la gente que no lo tiene; de aquí la importancia de amarnos, respetarnos y tener seguridad en nosotros mismos.

Debemos inculcarnos en nuestra vida el hábito de una buena alimentación y realizar ejercicio pues esto ayudará a nuestro cuerpo a verse y sentirse mejor.

*Pamela Cervantes*

## El alcohol en tiempo de Millennials

Nos encontramos en una época donde el alcohol parece ser necesario para que los jóvenes disfruten de las fiestas o para disminuir el estrés; algunos para armarse de valor y hacer cosas que sobrios no se atreven. Eso sucede porque lo usan como pretexto cuando hacen algo indebido culpando al alcohol de que los transformó.

El interés por esto surgía hace años a partir de la mayoría de edad, porque era cuando ya te podían vender bebidas alcohólicas, pero vivimos en una sociedad y en un tiempo en el que es igual de fácil conseguir alcohol como un dulce.

Es común que nos iniciemos en el mundo del alcoholismo por malas influencias o porque quieres encajar en cierto grupo de amigos que se sienten adultos o superiores a los demás por conseguir cervezas y tomarse un pomo, esto es un error, un verdadero amigo te dirige por el camino del bien y acepta nuestras decisiones.

La música la podemos escuchar exactamente igual con o sin alcohol, podemos bailar de manera extraordinaria sobrios y por lo menos estamos seguros de que no correremos riesgos por algún mareo o algún tropiezo y caer al suelo, no amanecemos al siguiente día con resaca, sed, además de tener marcas por golpes y sobre todo llegamos sanos y salvos a casa.

La diversión se encuentra de muchas maneras, podemos ir a los antros y bares de moda sin tener que consumir alcohol; tal vez en ocasiones seremos los conductores "resignados" y nos toque cuidar a nuestros amigos, pero si son tus amigos sabes que ellos harían lo mismo por nosotros, por eso más vale sano y buen muchacho que borracho y problemático.

*Misael Torres*

## La Pastilla “Plan B”

La pastilla del día siguiente o del día después es uno de los diversos anticonceptivos que existen y en mi opinión, hombres y sobre todo mujeres debemos de tenerle respeto, pues en ocasiones solo recurrimos a este método como único, sin conocer sus consecuencias. La Pastilla “Plan B” está diseñada para usarse como emergencia, en el caso de que el condón se haya desgarrado o bien presentaba algún orificio, por algunos ejemplos.

El uso constante de esta pastilla produce efectos secundarios como vómito, mareos, náuseas, atraso del ciclo menstrual, dolor constante de cabeza, cansancio, dolor en la parte baja del abdomen y sensibilidad en las mamas; además del riesgo de quedar estéril.

Si se usa excesivamente, podría dejar de ser efectiva, por lo que no se recomienda su uso frecuente y mucho menos como método anticonceptivo.

Su efectividad depende del tiempo transcurrido después del acto sexual, entre más tarde se ingiera, pierde efectividad, por lo que se recomienda ingerir lo más pronto posible. Considero que las mujeres no tenemos que tener pena en comprar esta pastilla, ya que de alguna manera estamos contribuyendo a nuestra responsabilidad sexual sobre un embarazo no deseado, pero más allá de esto, tener el poder de elegir si optamos o no por el “Plan B”.

Existen diversos tipos de anticonceptivos que se usan antes o durante las relaciones sexuales, los más comunes son el DIU, las píldoras, el implante, el diafragma entre otros, sin embargo, tenemos el deber como hombres y mujeres de cuidarnos sobre un embarazo no deseado y más allá de esto, protegernos de enfermedades de transmisión sexual, por lo que es importante, que exijamos el uso del condón.

**Andrea Muñoz**

## Injusticia Laboral

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) el término de “Trabajo decente” fue promovido por la Organización Internacional de Trabajo (OIT); dicho concepto fue adoptado por la Ley Federal del Trabajo (LFT) en México. Por lo tanto, el trabajo decente se define:

“...Programa de Trabajo Decente de la Organización Internacional de Trabajo: la oportunidad de acceder a un empleo productivo que genere un ingreso justo, la seguridad en el lugar de trabajo y la protección social para las familias, mejores perspectivas de desarrollo personal e integración social, (...) la seguridad de oportunidades y trato para mujeres y hombre”. (INEGI, 2017, p. 2, 3). En mi experiencia laboral, considero que hay empresas que inhiben lo establecido por la Ley Federal del Trabajo hacia sus colaboradores.

Sin embargo, lo que yo he vivido y de escuchar a conocidos, además de leer el artículo de referencia para este texto, me di cuenta que en México, las personas que trabajamos dentro del sector informal de la economía, estamos sujetas a no pertenecer a ciertos beneficios como los del sector formal. Con base en datos del INEGI, en el tercer trimestre del 2016, la tasa de informalidad laboral fue del 57.4%.

“Es decir que, uno de cada diez ocupados está en una situación donde son laboralmente vulnerables debido a que están ocupados por cuenta propia en la agricultura de subsistencia o bien son trabajadores que laboran sin la protección de la seguridad social”. (INEGI, 2017, p. 4, 5).

Con lo anterior, defino al incumplimiento de los derechos laborales como la injusticia laboral y me cuestiono sobre ¿Qué sanciones se pueden establecer para el incumplimiento en la Ley Federal del Trabajo? ¿Qué podría realizarse para que el sector informal del trabajo se formalice?

**Paola Ornelas**

# De Viajero

a viajero

Decidírnos a viajar es una de tus decisiones más difíciles porque implica tener tiempo libre. Considero que atrevernos a viajar es una actividad que nos hace salir de nuestra zona de confort. Un factor que nos podría impedir viajar es el dinero, sin embargo, consideremos ahorrar lo suficiente para viajar o bien trabajar en el lugar que visitaremos.

Atrévete a vivir la experiencia, es el momento para decidir y lanzarnos a la aventura, no necesitamos ser tan exigentes en cuanto al lugar donde nos hospedaremos, además no es necesario que vayamos a ese lugar toda una semana, el objetivo principal es conocer.

Es por ello que yo te recomiendo un lugar que no está muy lejos de nuestra ciudad, pues hay lugares grandiosos donde gastamos poco si sabemos administrarnos. Uno de los lugares paradisiacos es 'El Puente de Dios', un lugar que se ubica en la ciudad de Tamasopo en el estado de San Luis Potosí.

Mi consejo es el tomar un camión con ese destino o ir con un grupo de excursión, inclusive si alguien de tus amigos tiene carro, podrían cooperarse e ir un fin de semana, vivirán una gran experiencia, tendrán contacto directo con la naturaleza y en el mismo lugar hay establecimientos de comida típica mexicana como quesadillas que son muy baratas y para hospedarte hay hostales u hoteles cercanos a buen precio, de hecho si el presupuesto no alcanza, siempre está la opción de acampar o dormir en el carro. Así que...

**¡Atrévete a vivir una gran aventura!**

*Misael Torres*





# Sombrillas

de colores

Conocer Tlaquepaque, Jalisco, resultó toda una aventura. Se encuentra a un lado de la ciudad de Guadalajara, no hay necesidad de salir a carretera para conocer este bello lugar.

Tlaquepaque es una ciudad verdaderamente encantadora llena de cultura y tradiciones como cualquier lugar en este bonito país.

Esta linda ciudad forma parte de la zona metropolitana de Guadalajara, en ella podemos encontrar variedad de artesanías, comidas y bebidas típicas del lugar.

La gente acostumbra visitar un lugar llamado "El Parían" donde encuentras distintos restaurantes que colindan; además de visitas el centro donde hay un quiosco en el cual se realizan diversos espectáculos como bailes folklóricos y la presentación del mariachi.

En ese lugar se acostumbra tomar "Cazuelitas", una bebida preparada con tequila, jugo de toronja, naranja, limón y un toque de refresco, en cuanto a comida hay diversidad de

platillos para tu elección.

Si vas en plan más relajado existen una gran cantidad de restaurantes en la zona con comida exquisita, las famosas "Cafiaspirinas" es un restaurante en el cual su platillo principal son sopes de un tamaño tan pequeño como el de una pastilla, de ahí nace su nombre de cafiaspirinas.

El lugar es hermoso por donde lo mires, hay sitios emblemáticos en los cuáles no puedes pasar sin que tomes una fotografía, por ejemplo lo es en el pasillo de las sombrillas que llenan de color todo el lugar o la réplica del mural de Diego Rivera.

Tlaquepaque es una hermosa ciudad con gente maravillosa que te puede brindar amenas experiencias, sin duda, vale la pena conocer este lugar si visitas Jalisco.

*Pamela Cervantes.*

# Viajes y Leyendas

A este parque se le conoce tradicionalmente como “Parque Nacional de Uruapan”.

Se encuentra en una barranca formada por el Río Cupatitzio, el cual se le nombra como “El río que canta por sus caídas”. La espesa naturaleza que rodea a los ojos de agua y los caminos que atraviesan el parque lo convierte en un lugar muy tranquilo y por demás bello.

Algunos de los estanques que se forman llevan el nombre de viejas leyendas. Justo al final del parque se encuentra un manantial conocido como “La rodilla del diablo” por sus curiosas formaciones rocosas; éste ayuda a formar la cascada Tzarácuara, con una altura de sesenta metros.

El agua de todo el lugar es cristalina con tonos azul turquesa. Un verdadero espectáculo natural. Actualmente, el parque está dividido en El Parque Nacional Barranca del Cupatitzio y El Área de Conservación.

Sin duda, este es un lugar altamente recomendable en el estado de Michoacán; reforzará tu amor por el medio ambiente y te mostrará un rincón natural de tantos que existen en nuestro país, pues es muy rico en cuestión de flora y fauna. Una gran alternativa a la rutina de cada semana para ir con tu familia o amigos.

*Paola Ornelas.*

# Mar de Fondo

Es una isla ubicada en el Océano Índico al suroeste de África, cuenta con una riqueza espectacular de flora y fauna, así como de increíbles paisajes paradisíacos logrados gracias a sus diferentes tonos azules turquesa de sus aguas marinas cristalinas.

Mauricio es probablemente la isla más multicultural debido a que habita gente del sur de Asia, África, Francia, Inglaterra, China, por mencionar algunos.

El idioma oficial en Mauricio para negocios y actividades económicas es el inglés, sin embargo; son el francés y el criollo (mezcla de francés y otros idiomas africanos) las lenguas con las que se comunica la población.

La gastronomía mauriciana está compuesta por arroz picante, especiados, carnes; además de vegetales preparados al curry y diferentes pescados y mariscos. Los platillos destacan por su

rico sabor y aroma por las especias como el jengibre, el perejil, el cilantro, el estragón, el curry, el comino y el clavo.

También, abundan frutas tropicales como la papaya, el mango, el coco, la piña, los lichis y la guayaba, estos frutos completan y refrescan la variedad en la oferta gastronómica.

Entre las bebidas locales son el “Lassi”, una bebida compuesta por yogurt y agua helada; el “Alouda”, una infusión almibarada de agar (gelatina de origen marino) y leche; además de la cerveza y el ron origen local.

*Andrea Muñoz*



# TURISMO

más allá de lo que imaginas...

El Turismo de Negocios, más que la organización de eventos es un estilo de vida.

Adquieres conocimientos que hacen de los congresos, ferias, exposiciones, reuniones, viajes de incentivos, de negocios y convenciones, una experiencia inolvidable para los asistentes, ya que desarrollamos protocolos para cada ocasión y una etiqueta para cada estilo diferente.

Los turismólogos creamos experiencias únicas y perfiladas a nuestro cliente, ofreciendo lo que busca el turista y añadiendo ese 'Plus' que pocos logran agregar a la cadena de valor de los productos o servicios turísticos.

La relevancia y valor que se refleja de esta industria a las personas que la desconocen depende de nosotros, desde el momento en que hablamos sobre la misma.

La esencia de un turismólogo es navegar más allá de los límites. Por ello, los invito a aspirar en algo 'loco', grande, diferente de lo tradicional, a tomar experiencia en alguna asociación importante

de la industria, en algún recinto, en otra ciudad, estado e incluso país, para conocer todas las áreas que ofrece esta noble licenciatura.

Es esencial descubrir el amor por los idiomas, la geografía, historia, religión, cultura y tradiciones de otros países, conocimientos básicos de gastronomía y nunca olvidar los buenos modales en la mesa y una excelente imagen personal que es lo que distingue a los licenciados en Turismo de Negocios.

En nuestras manos se encuentra enriquecer el futuro de la industria y descubrir qué hay más allá, debemos adoptarla como estilo de vida. Agradezco al Centro de Investigación de la Universidad de León por brindarme un espacio para dar a conocer mi perspectiva y opinión sobre lo que es para mí la licenciatura de Turismo de Negocios. Espero sea de orientación para mis futuros colegas para que amplíen sus horizontes.

*Andrea Muñoz.*





# iLlega

a la meta!

Según la Real Academia Española (RAE), la comunicación es una transmisión de señales, pero para mí ha sido mucho más que eso.

Estudiar la carrera de Comunicación me ha hecho crecer en todos sentidos, tanto en el desarrollo personal, académico y en lo profesional.

Hay un sinfín de vertientes que podríamos elegir para dedicarnos una vez terminando la carrera, pues existe una variedad de materias y ramas que pueden gustarnos dentro de la carrera, pero lo importante no es sólo saber lo que nos gusta sino también que somos buenos en eso.

No mentiré diciendo que ya estoy cien por ciento segura de qué es lo que quiero hacer una vez que me gradúe, cada día es un paso más cerca de la meta y me invaden los nervios y la incertidumbre de cómo serán las cosas una vez que deje de ser estudiante para ser licenciada en Comunicación; pero puedo tener la certeza de que será algo que me apasione y motive porque así es esta carrera.

Desde el primer día que entré a la universidad hasta el día de hoy, me he llevado innumerables enseñanzas y no únicamente por parte de mis profesores sino también de mis compañeros y amigos, pues la etapa universitaria es la que me ha posicionado en fuertes enfrentamientos, pues algunas veces se cometen errores y lo importante es aprender de cada uno de ellos, ya que es un ensayo de lo que es la vida profesional y todo aquello a lo que nos enfrentaremos dando un paso fuera de la universidad.

El ser parte del Centro de Investigación de la Universidad de León me ha hecho crecer personal y profesionalmente, he hecho prácticas en las cuales he aprendido y no únicamente de mi carrera. Ser parte de este importante departamento de la Universidad ha sido un privilegio y una gran experiencia.

*Pamela Cervantes*

**#SoyOrgulloUDL**





En mi trayectoria he sido una persona con un amplio carácter de justicia y veracidad.

Me enfoqué a esta carrera porque no es conformarse con una sola cosa, sino que te aspira a crecer, a ser creador de tu propia empresa y te desarrolla profesionalmente, así como en nuestra persona.

Las relaciones públicas y las ventas forman parte de mí, es algo donde puedo ser tal cual soy y donde he aprendido mucho dentro del Turismo de Negocios.

Las personas que estudiamos Turismo de Negocios se dedican a organizar ferias, exposiciones, convenciones y todo lo que esté a su alcance, es una industria con un gran reconocimiento mundial y es una de las profesiones más bonitas y atractivas.

En este campo conoces y aprecias distintos países, así como diversos lugares.

Vives cerca de la gente, su naturaleza, sus tradiciones, sus culturas y una amplia variedad de conocimientos son los que te llevas.

Se presentó la oportunidad de realizar mi servicio profesional en el Centro de Investigación de la Universidad de León, me desenvuelvo en el área de mercadotecnia, me encargo de realizar encuestas en todos los planteles de León donde he aprendido un sinfín de conocimientos, sobre todo, me ha dejado el ser responsable y una gran perseverancia para salir adelante.

Soy una persona que quiere conocer, aprender y vencer obstáculos en la vida con un buen optimismo y actitud.

**#SoyOrgulloUDL**

*Paola Ornelas.*

# Decide,

enfócate y entrégate

Existen estereotipos para los que hemos decidido estudiar comunicación, pues se les antepone que es difícil que encontremos trabajo o el clásico 'te vas a morir de hambre' o que sólo podemos trabajar en la televisión, radio o los diversos medios de comunicación; además se nos denomina como prófugos de las matemáticas, entre otros.

Además, las personas piensan que escogemos la Licenciatura de Comunicación porque no tenemos bien trazado nuestro destino y que es una carrera de "por mientras".

Yo, Misael Torres, estoy a pocos meses de culminar esta Licenciatura y les aseguro que el camino no ha sido nada fácil.

Mi experiencia universitaria ha sido muy agradable, me he encontrado con muchos gratos recuerdos que ahora me vienen a la mente y por los cuales reafirmo mi postura de que fue una buena elección.

Estudiar comunicación me ha enseñado cosas que realmente desconocía en todos los sentidos de la vida y al menos para mí, rompió con todos los estereotipos que yo tenía acerca de la misma; el trabajo existe, solo hay que saber en qué eres bueno y especializarte, definirte por un área en específico y esforzarte por ser el mejor en ello.

No todo lo que se ve en la carrera es acerca de medios de comunicación, tenemos un plan académico muy diverso, como materias de economía, legislación de medios, teatro, diseño digital, dirección empresarial, mercadotecnia, por mencionar algunas.

La comunicación al no ser una ciencia exacta te entrega por resultado múltiples variables de respuesta, es lo que la hace maravillosa y compleja a la vez, con las ciencias duras tienes la certeza de que vas a llegar a un resultado exacto, por otro lado, con la comunicación entras en el terreno de la incertidumbre.

Una de las oportunidades que se me han presentado es el de ser parte del Centro de Investigación de la Universidad de León, en el Área de Difusión y Redes, donde he pulido mi estilo y se me ha dado la apertura de expresar mi creatividad y pensamientos sobre todo aquello que creo interesante para que los demás jóvenes también tengan conocimiento de ello.

Actualmente, tengo la dicha de mencionar que se me han presentado muchas ocasiones de triunfo de manera individual y colectiva, porque me junte con la gente que debía y porque no me encasille en los estereotipos; pues trabajé con algunas empresas en relación a mi carrera y sé que hay trabajo para nosotros los comunicólogos y para todos, la cuestión está en destacar y la dedicación a todo lo que hagas.

*Misael Torres.*



# Integración Deportiva



# Enfocan

el rendimiento y la actitud  
en el aprendizaje

La Universidad de León se destaca por ser una institución que apoya a los alumnos en los ámbitos profesionales y académicos, pero también brinda un espacio para los alumnos que cuentan con habilidades y pasión por el deporte.

En una entrevista con Rey Brandon Andrade Márquez, miembro de los Titanes del equipo de fútbol soccer y fútbol rápido de la Universidad de León; también nos compartió su punto de vista sobre el liderazgo y valor del juego en equipo.

Para Brandon, un líder es la persona que tiene la facultad de influir de una manera positiva en los demás para ejecutar las estrategias que convengan al equipo, aunado a que el líder escucha las opiniones de los jugadores, pues considera que todos tienen un lugar para exponer sus perspectivas de juego e inquietudes.

“Las opiniones de todos son escuchadas porque algún jugador puede ver ciertas cosas que los demás ignoran y esto permite encontrar una solución distinta a los obstáculos que se presentan y nos beneficia para salir con buenos resultados”, detalló Brandon, jugador de fútbol soccer.

Argumentó que los Titanes cuentan con la objetividad de sus metas, ya que las tienen muy claras, entre las que mencionó clasificar en las competencias nacionales, ganar un torneo de la CONADEIP o CONDE.

Por otro lado, expuso que las derrotas que como equipo han enfrentado tratan de que queden en el pasado y se enfocan a tener un mejor rendimiento y una actitud de aprendizaje, pues una derrota significa un desafío más para ser mejores cada día.

Brandon, aspiraba a ser jugador profesional, pero tras una lesión que padeció, le fue imposible continuar con su carrera, sin embargo, dijo que las

derrotas significan una travesía en un camino de grandes retos, por lo que, para él, quedarse estancado no era lo suyo, así que se propuso a estudiar la carrera de Nutrición, la cual le apasiona.

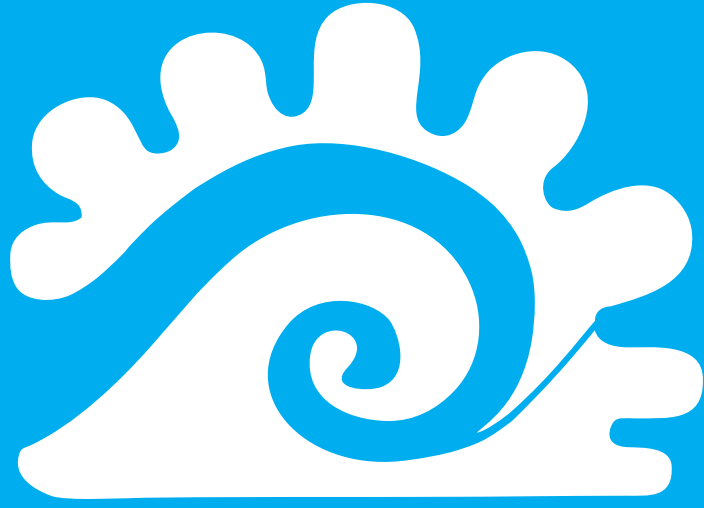
Actualmente, este destacado jugador se encuentra a la mitad de la carrera universitaria y además vive un excelente momento al ser el goleador del equipo en ambas modalidades en las que participa, siendo un matador del área y próximamente un Nutriólogo bien preparado con sangre verde de Titán.

*Misael Torres  
Susana Tinoco*

**#SoyOrgulloUDL**

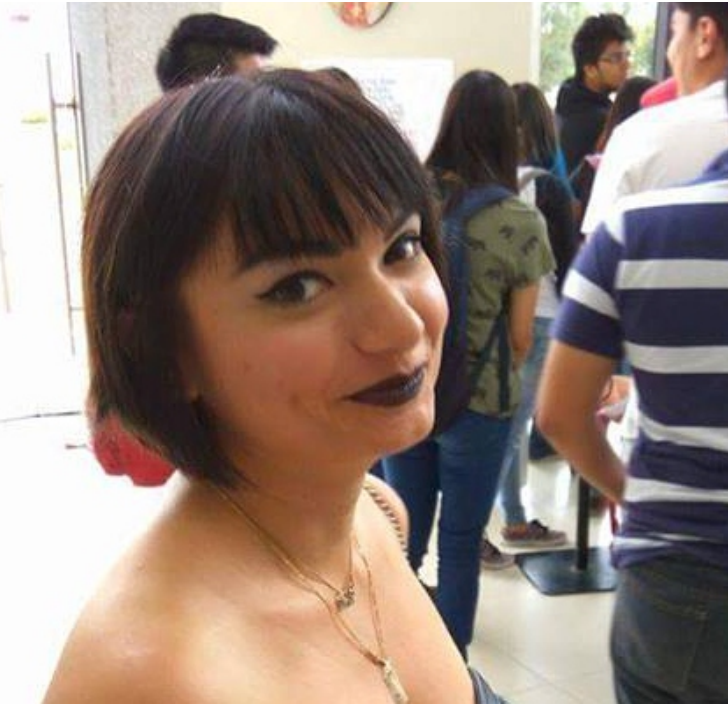


# Promoción Cultural



# Mujer

Instante, el mundo deseado  
por Dora Servin



Desde que era alumna Dora mostró un talento sobresaliente y ha obtenido reconocimientos por la calidad de su trabajo en óleo, grabado y estampa de acrílico, la muestra que hemos seleccionado para compartir en este número, incluye retratos idílicos en diferentes técnicas que reflejan aspectos íntimos de la naturaleza humana, retratos femeninos, muchos de ellos inspirados en la propia autora.

La selección se presentó en el programa que realizamos en ocho universidades de León intercambiando actividades desde nuestras áreas de cultura.

Les invitamos a detenerse a mirar los detalles de las piezas que hemos seleccionado aquí, pues las obras de esta artista se caracterizan por el cuidado en la técnica y por el humor que a veces puede aflorar en detalles de sus obras.

Mujer — Instante, es una mirada repetida desde un mismo umbral, en el que cada pieza se convierte en una distinta ventana posible al interior del espectador, la artista nos invita a preguntarnos sobre nuestras propias miradas, imágenes que se convierten en el verbo instar, en el mismo instante que creemos descubrirlas.

Dora es una artista sobresaliente, quien desde que era alumna de la Universidad de León, ganó reconocimientos y premios a su trabajo, y participó en exposiciones donde sobresalen sus trabajos de grabado seleccionados para el festival de la muerte en 2010. Así como las expuestas en la sede del politécnico Nacional a principios del año 2017. Exalumna de Artes plásticas, de la Universidad de León, artista consolidada, maestra de artistas jóvenes y dueña de un estilo que ha creado en el que habita un agudo sentido del humor.

*Lic. José Luis García Galeano  
Director de Promoción Cultural*

#SoyOrgulloUDL





# Formación Internacional



# Vestigos

En un día de clase con el profesor José Luis Castro, fuimos a descubrir y visitar la historia de México, en particular, la del estado de Guanajuato.

El Museo trata acerca de diferentes personalidades que a través de la historia han dejado un legado en México así como en el estado de Guanajuato y la ciudad León.

Desde mi punto de vista, creo que el Museo de Arte e Historia de Guanajuato es un gran lugar para descubrir los testimonios esenciales de la acción del hombre a través de su historia.

Además, me es importante, el preservar una parte del patrimonio cultural para fomentar y mejorar el valor de la identidad regional basada en el respeto de los valores fundamentales de la sociedad y la cultura.

Es un excelente lugar para que personas extranjeras y locales aprendan sobre la historia de Guanajuato.

*Yasmina Es Souabni*  
*Universidad de MBway, Campus Lyon, Francia.*



## La cultura en una Ciudad

Al primer día de nuestra incorporación a clase en la Universidad de León, los académicos nos dieron un recorrido por el edificio, así como también nos dieron una inducción de nuestra estadía en la universidad.

Posteriormente, nos llevaron a conocer el centro de la ciudad, la cual me pareció maravillosa.

Todo comenzó con una reunión con los estudiantes extranjeros, nueve estudiantes de la ciudad de Lyon, Francia y nuestros profesores de la Universidad de León.

Nos llevaron al centro histórico para conocer puntos estratégicos de movilidad, lugares gastronómicos y típicos de la ciudad; en esta experiencia me sentí muy acogida por nuestros profesores y la Universidad de León.

Para mí fue importante la inducción, ya que nos ayudaron a conocer la ciudad, además de que comprendí cómo moverme de un lado a otro.

*Laura Leborne*  
*Universidad de MBway, Campus Lyon, Francia.*



Somos estudiantes de la Universidad de MBway campus Lyon, Francia. Somos estudiantes de la licenciatura de Comercio Internacional; en nuestra estadía en la Universidad de León, nuestras clases fueron bastante buenas, la mayoría de las materias que tenían que ver con nuestros estudios.

Las materias que tuvimos en México fueron Inglés Comercial, Investigación de Mercado y Economía de América. Algunas clases eran en español, lo que fue realmente bueno para ayudarnos a mejorar nuestro nivel de español.

Los maestros de la Universidad de León dan la clase de una forma personalizada a diferencia de Francia y eso es muy bueno, ya que la relación entre profesor y alumno en México es más natural y normal, pues se puede hablar de todo y puedes acercarte con el profesor tanto para hablar de la materia o bien para hablar de otros temas de cultura, gastronomía e información de interés para una persona que viene a estudiar a otro país. Además, en comparación con Europa, en México los maestros son más accesibles a las dudas o inquietudes.

Nuestras clases fueron en español y para nosotros fueron fáciles de comprender, especialmente la materia de Investigación de Mercado. Desde nuestra experiencia, no tuvimos dificultades o barreras de idiomas ya que compartimos clases con otros estudiantes mexicanos que hablaban inglés; quizá algunas veces se nos dificultó la comprensión de algunas palabras y su significado pero nuestros

compañeros mexicanos traducían para nosotros en inglés y para nosotros fue más sencillo.

Nos vamos satisfechos con el desarrollo de nuestras materias por parte de los maestros en México, pues conocían a la perfección los temas. Nos llevamos mucho aprendizaje de ellos y de las materias, en especial la de Economía en América pues descubrimos muchas cosas México, como la cultura, la economía, de vida y por supuesto el idioma.

Nuestros mensajes para los próximos estudiantes extranjeros que lleguen a estudiar en la Universidad de León son que disfruten cada momento de sus clases porque es una muy buena oportunidad para descubrir cómo las personas trabajan y estudian en otro país.

Asimismo, el hablar y conocer gente de la ciudad te permite descubrir un país. Y un consejo para todos aquellos que tenemos costumbres y formas de vida de otro país, es que tengan su mente abierta, estar dispuesto y preparado para descubrir todos los aspectos de vivir en el exterior, fuera de casa y saber distinguir sobre lo bueno y malo, ya que al ser estudiante podemos ver las cosas muy fáciles, pero hay que ser responsables en todo momento.

*Yasmina Es Souabni, Laura Leborne, Lola Ruph.  
Universidad de Mbway, Campus Lyon, Francia.*

# Acompañamiento e Integración a Egresados



# Cineasta

## Empedernido

Acompañamiento e Integración de Egresados UDL presenta en la apertura de esta sección, una entrevista con Omar Alcalá, egresado de la Licenciatura de Comunicación.

Omar Alcalá, es un profesionalista dedicado a la industria cinematográfica y la realización audiovisual, además de ser catedrático en la Facultad de Comunicación.

### ¿Cómo era Omar en la Universidad?

He sido el mismo hasta el día de hoy, he ido modificando algunas cuestiones, pero trato de mantener mi esencia. Siempre me llevé bien con mis compañeros y profesores, fui cumplido. En la universidad me interesó ir buscando el ámbito para desarrollarme, pues es importante el área en la cual te quieres desarrollar y a partir de ahí ser constante para adquirir las herramientas y conocimientos.

### En tu carrera se presentaron obstáculos ¿Cómo le hiciste frente a esos momentos difíciles?

Como todo en la vida. Yo los veo como desafíos que hay que superar y no caer vencido o tirar la toalla, más bien, enfrentarlos.

### ¿Qué proyectos te llevaron al éxito?

Decidí continuar por el camino de lo audiovisual, así que estuve desarrollando proyectos alternos. El proyecto con el que me encuentro trabajando hoy en día, fue por una idea emprendimiento, pues desarrollé en conjunto de colegas una empresa audiovisual que tiene por nombre 'Corvo Studio' donde tenemos bastante material filmico como cortometrajes, también damos apoyo en realizaciones de largometrajes, material publicitario audiovisual para empresas, escuelas e incluso videoclips y rentamos el equipo, damos talleres y actualmente soy docente en la Universidad de León y de otras instituciones.

### ¿Qué te llevó a emprender?

Considero que en el área cinematográfica es necesario ser emprendedor, con mi experiencia te comento que en Guanajuato, tenemos una industria que va empezando, por lo que la gente que nos dedicamos a esto va creando empresas o bien trabaja como freelance.



Por lo tanto, como yo decidí dedicarme a la parte audiovisual, comencé por realizar mis proyectos, donde busqué apoyo de mis compañeros, pues lo que tiene el cine es que es una profesión de familia y me refiero a que debes de confiar en el trabajo que están haciendo y la parte de la convivencia es por un tiempo muy prolongado.

### ¿Qué logros y satisfacciones has obtenido?

Por mencionar algunos está "Ashlyn", un proyecto que es de todos, ganó dos premios, uno a mejor dirección de cortometraje mexicano en los Premios Latino de Música y Cine Iberoamericano en Marbella, España y el segundo fue a mejor actriz de cortometraje Fernanda Garza

Otro fue el cortometraje "Sobrevivir" el cual ganó al mejor diseño sonoro en Rumania y premio público en Uruguay en un festival de cine, otro de ellos fue "No me extrañarás", un cortometraje que ganó el tercer lugar en Rumania en la categoría al

mejor cortometraje y un proyecto documental en el Festival Internacional de Cine de Guanajuato.

**En cuanto a tu desarrollo profesional ¿Qué haces académicamente?**

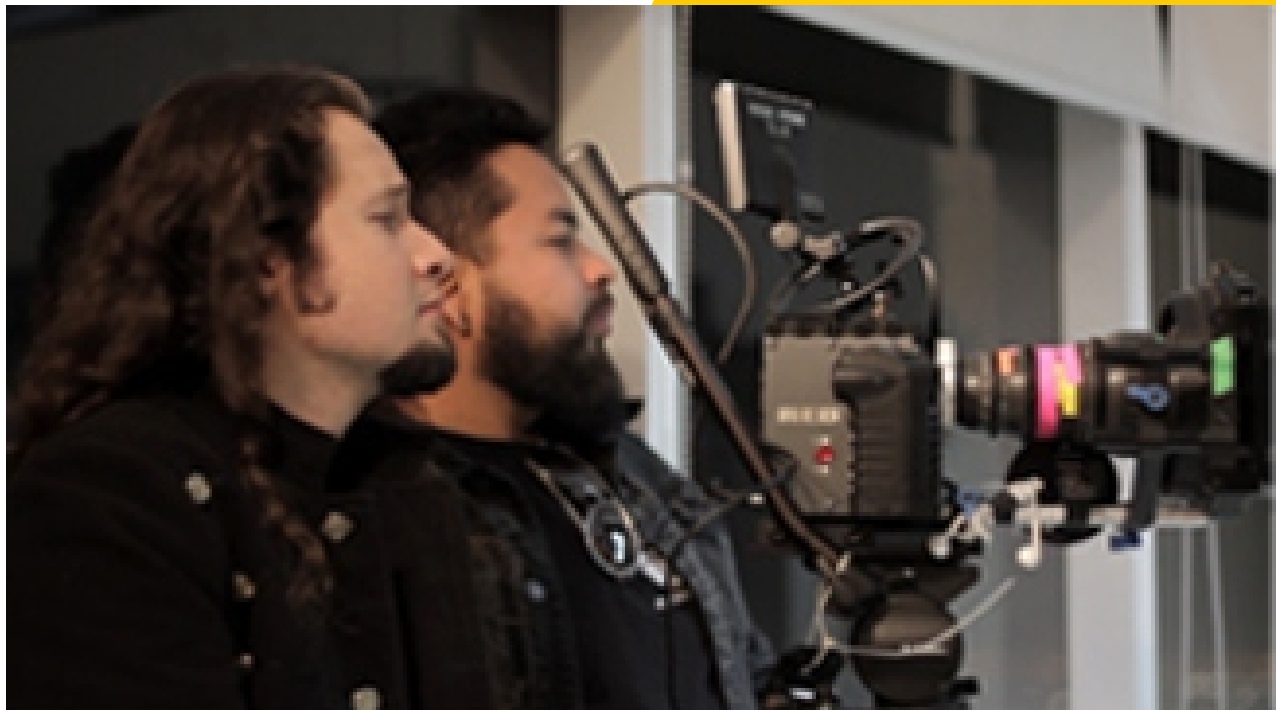
He seguido estudiando, es importante que uno siga preparándose en esta carrera donde existen diversas áreas con mucha demanda y tienes que estar actualizado. Cuando concluí mi carrera, estudié una maestría en la Universidad de León al realizar un documental que ganó el tercer lugar y la universidad nos apoyó a estudiar la maestría en Desarrollo Organizacional. Además, he tomado otros cursos en diferentes instituciones como lo ha sido en el Centro de Capacitación Cinematográfica, en dirección y otras áreas específicas.

**¿Qué significa para ti ser UDL?**

Emprendedor y ser un luchador, la universidad te da las herramientas, te permite y te incentiva en la búsqueda de lo que necesitas para crear, para emprender y para lograr cualquier proyecto que estés desarrollando, en mi punto de vista, creo que esto es una característica que tienen los estudiantes de la UDL, les gusta luchar por lo que anhelan y no se dan por vencidos.

**¿Qué mensaje les compartes a todos aquellos futuros profesionistas de la Universidad de León?**

Que no dejen pasar el tiempo, que comiencen a identificar el área en la cual quieren desempeñarse o el trabajo que quieren obtener, sean apasionados por lo que están haciendo o creando y ser constantes a través de la práctica de lo que se quiere hacer. Si logramos combinar la pasión con la constancia y la disciplina, tenemos un gran camino para el éxito.



# Desarrollo de Potencial Humano





# Emprendimiento

potencial en los jóvenes del milenio

En México muchos jóvenes realizan sus estudios con gran esfuerzo, ya que al no contar con los recursos económicos necesarios, tienen que darse a la tarea de trabajar para ganarse una carrera.

Actualmente, ser joven empresario es muy factible, ya que haber nacido, crecido y convivido con el internet y las redes sociales, tener una idea de negocio y llevarla a la práctica es una gran ventaja para que se inicien en su carrera como emprendedores.

Por ello, la Universidad de León fomenta dentro de las materias curriculares una cultura de emprendimiento para que los estudiantes se inserten en el mundo de los negocios.

Tal es el caso de los alumnos del quinto cuatrimestre de la licenciatura de Administración de Empresas, quienes en el pasado cuatrimestre del periodo 18-2 participaron en la Feria de Proyectos de la materia de Proyecto Emprendedor, un evento donde los alumnos exponen sus ideas de negocio que cumplen con el objetivo de llevarlos a lograr su visión como empresarios y estar dispuestos para avanzar con motivación y esfuerzo; pero sobre todo con mucho corazón, pues estarán en la posibilidad de lograr el éxito como jóvenes empresarios.

“Coffe Time” es el proyecto expuesto por los alumnos: Yanette Carmona Salas, Mónica Monserrat López Mejía, Marcela Morales y Lizeth Ayala Godínez; quienes desarrollaron la propuesta de realizar un producto único aunado a un servicio de calidad a través de su negocio del “Coffe Time” que tiene como objetivo ofrecer un servicio de calidad con un producto distinto al convencional, un café con diseño: espumoso, con arte, ingredientes extra y exóticos o personalizados.

El diseño espumoso es nuestro producto estrella y más sencillo con el mismo sabor del café dando una nueva presentación al café tradicional”, afirmaron los alumnos creadores de 'Coffe Time'.





Los alumnos emprendedores hacen referencias a que “el café con arte” consiste en servirlo con un diseño de alguna pintura o imagen con colorante comestible sin afectar el sabor clásico del café, dando una presentación atractiva con un toque diferente al convencional.

“Un factor que nos ayudaría a continuar este proyecto, es generar el capital para ponerlo en marcha y con lo que se obtenga seguir sustentando el funcionamiento”, comentaron los alumnos.

Finalmente, los alumnos refirieron que les gustó mucho este proyecto porque les ayudó a ver elementos que son esenciales, saber qué detalles pueden mejorar para hacer más viable esta idea, concluyendo que, al exponerlo frente a los alumnos de la Universidad de León, les causó interés, dado que les gustó, además de que les resultó creativo.

Otro proyecto, que se presentó fue “Repostería & Candy Bar JML” bajo la gestión de alumnos Montserrat Calcanat Navarro, Lizette Quiroz Bañales y Juan de Dios Soria Torres; quienes plantean que el proyecto tiene como objetivo brindar productos de calidad garantizando el mejor sabor, el adecuado trato hacia los clientes y precios accesibles para su economía.

“Ya estamos elaborando postres y arreglos para todo tipo de eventos, además hemos aprendido desde este momento de nuestra carrera que tenemos la oportunidad de obtener beneficios tanto en la parte económica que nos permita solventar algunas necesidades como el pago de nuestra colegiatura, pero sobre todo la experiencia como Administradores de Empresas”, comentaron los alumnos de 'Repostería & Candy Bar JML'.

La Universidad de León a través de las materias de Desarrollo Humano Integral promueve una formación de bienestar para la vida tanto en lo personal como en lo profesional y estos ejemplos son sólo una muestra de todo el potencial de Espíritu Emprendedor que fomentamos.


*Lic. Ma. de la Luz Gonzáles Martínez  
Directora del Desarrollo del Potencial Humano*

# Invitación

*La Revista Mentes* te brinda la oportunidad para comunicarte a través de la palabra escrita con temáticas académicas, sociales, de investigación, emprendimiento, cultura, pasión por el deporte, experiencias de carácter internacional, así como de tu desarrollo profesional.

Es por ello que la Universidad de León a través de sus departamentos de Promoción Cultural, Integración Deportiva, Desarrollo del Potencial Humano, el Centro de Investigación y Acompañamiento e Integración a Egresado, te invitan a participar en los próximos números de la Revista Mentes que se estarán publicando cada cuatrimestre.

Contáctanos a través del Centro de Investigación para notificar tu participación con un artículo que sea de tu interés.

Correo: [investigacionudl.ci@gmail.com](mailto:investigacionudl.ci@gmail.com)  
Tel: 2510543 (Hasta la terminación 47) ext. 1207  
 Centro de Investigación

**¡Participa!**

