

REVISITA

BÚFALOS



CESUN | UNIVERSIDAD

16

ANIVERSARIO
28 cesun
Universidad

16 

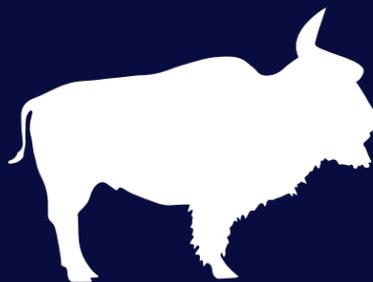
AGOSTO | 2022



ÍNDICE

Búfalo Zone - Últimas noticias	5
Orgullo CESUN - Creatividad e Innovación.	7
Arte en la Educación - Ricardo Antonio Oseguera Marroquín	13
La importancia de la Educación Ambiental Escolar en el Bachillerato - Q.I. Oscar Ricardo Lomeli Castellanos	17
Realidad virtual y sus ventajas en la terapia de exposición para superar miedos y fobias - Marilyn Martin del Campo	22
Ilustre - Carlos Penilla	23
Sumando Esfuerzos con el Sector Empresarial	25
Directorio	27





Búfalo Zone

RECIBE CESUN A ESTUDIANTES DE PREPARATORIAS EN LA EXPO CESUN 2023

Después de tres años de pausa por la pandemia, CESUN Universidad realizó nuevamente: "EXPO CESUN 2023" donde fueron convocados estudiantes del último semestre de diferentes preparatorias para que conocieran las 9 carreras que se ofertan, su modelo educativo, sus instalaciones y los proyectos que pueden llegar a realizar.



RAINBOW RALLY WELCOME TO SUMMER

Actividad planificada por la Mtra. Jann González, teniendo como objetivo fomentar el espíritu deportivo tanto a los alumnos como para docentes y administrativos de CESUN PREPARATORIA. Con un poco de diversión y competitividad podemos influir en su motivación para el aprendizaje.



EL ARTE DE SANAR

CESUN Universidad.- Como parte de los festejos por el día del psicólogo, la Dra. Lidice Alejandra Figueroa, habló sobre los beneficios del arteterapia donde fueron convocados estudiantes de todas las carreras de CESUN.



VISITA AL HOSPITAL DE SALUD MENTAL PARA LOS ALUMNOS DE PSICOLOGÍA DE TERCER Y NOVENO CUATRIMESTRE EN COMPAÑÍA DE SU DOCENTE, MTRO. VÍCTOR HUGO SALCEDO



Creatividad e Innovación

Orgullo CESUN

Presentación de proyectos
Cuatrimestre 2023-2



COMITÉ EDITORIAL

Mtro. Carlos Eduardo Vidrio Carrasco
Coordinador Editorial

Mtra. Edda Lorena Zamora Sánchez
Gestión Editorial

Marian Lizbeth Almeida Ruvalcaba
Diseñador de Imagen

Mtra. Alejandra Luna
Supervisor editorial

Lic. Ernesto Aello Fregozo
Director de Arte

Belén Monterrubio
Supervisor de diseño

Arte en la Educación

Ricardo Antonio Oseguera Marroquín

La expresión artística como forma de desarrollo personal y cómo implementarlo en las escuelas.

¿Qué tan importante es el arte en la educación?

“Se considera a las artes como el modelo de integración entre el saber técnico, científico y creativo” (González S., Guarnizo D., Ortega A. y García G. 2017 p. 112) El arte tiene esta capacidad de integrar conocimientos a partir de la práctica, la cual en la gran mayoría es capaz de generar un aprendizaje significativo en el estudiante. Según González L. (2012), “el arte, y en particular el teatro, cumplen dos grandes funciones catalizadoras del conflicto humano: integralidad y sentido.” (p. 61) Si bien González le da un enfoque principal al teatro, se reconoce al quehacer artístico o al arte como esta actividad capaz de promover valores de integración social. Pues el arte trabaja directamente con las emociones y sentimientos de las personas, y aquel que conoce los sentimientos de otro muy difícilmente los dañaría. Las nuevas formas de hacer arte buscan revolucionar con la sensibilidad los cimientos del hombre, demoler lo viejo y construir lo nuevo en él, acercar así el arte a la vida, concebir la creación como un culto de todos y para todos. (Nos dice Cabrera S 2009)

Es decir, promover una nueva forma de educar a través de lo sensible, que cada materia de estudio nunca carezca del desarrollo humano y empático del estudiante.

González et al. (2017). En su artículo “Arte y Educación”

Los autores resaltan que el arte ofrece la posibilidad de descubrimiento y reflexión personal, y, por tanto, se requiere tomar el tiempo para practicar la autorreflexión y asumir un papel activo en la construcción y reconstrucción de realidades junto a otros (p. 116)

El arte transmite significados que solo pueden ser adquiridos a través del mismo, por medio de la sensibilidad de su proceso. Además, entre las artes, las visuales, que tienen la imagen como materia prima, permiten visualizar quiénes somos, dónde estamos y cómo nos sentimos. (Barbosa 2022).

Estos autores le han otorgado gran importancia al desarrollo personal de los estudiantes a través del arte, como esta herramienta capaz de desarrollar la personalidad, la capacidad de reflexión y el autodescubrimiento, elementos esenciales para cualquier profesionista. Continúa González et al. (2017)

Que los jóvenes y las jóvenes sean capaces de plantearse sus propias preguntas, expliquen sus propias historias, que logren ser profesionales críticos y autorreflexivos... Finalmente se debe reconocer que las artes nos pueden ayudar a crecer, a tener inventiva y a solucionar problemas. A través de ellas se puede conseguir la libertad humana. (p. 117)

Es importante darle el reconocimiento a las actividades artísticas como una base fundamental para el desarrollo de las personas, ya que no solo aporta a la cultura y sentido de pertenencia de la gente, sino también al desarrollo individual de cada persona para que sean sensibles, creativos, críticos y reflexivos ante el mundo que los rodea, haciéndolos capaces de ejercer su trabajo con valores y conciencia sobre sus acciones y consecuencias que estas puedan tener.

Las actividades artísticas son bastas y abarcan cada uno de los sentidos y capacidades humanas para complementar cualquier materia de estudio. Artes escénicas, artes plásticas, arte musical y arte escrito son solo algunas de las tantas áreas que abarca el quehacer artístico. “En la actualidad, la práctica artística ha cobrado auge como actividad recreativa u ornamental, sobre todo en la población infantil y adolescente, sin tomar en cuenta que su valor cultural y personal es significativo” (Montoya, Oropeza y Ávalos, 2019 p. 3). Es importante destacar que el arte ha tenido una notable expansión como herramienta didáctica en los últimos años, sin embargo, se implementa en gran medida a estudiantes de formación básica olvidándose la implementación en niveles superiores

¿Cómo implementar el arte en cualquier materia de estudio?

Hay varios ejemplos de cómo usar el quehacer artístico como herramienta didáctica y aunque la mayoría sea en jóvenes, fácilmente se puede implementar en estudiantes de mayor edad e incluso adultos mayores de 25 años y hasta la tercera edad.

Durante la discusión sobre las contribuciones de varios grupos extranjeros a la civilización estadounidense, surgieron graves conflictos entre los estudiantes, cada uno afirmaba que su grupo nacional había hecho la contribución más significativa. El profesor desarrolló un plan en el cual cada grupo prepararía y presentaría una obra de teatro ante toda la clase, enfocada en su propia cultura y costumbres. Estos estudiantes no solo se enorgullecieron de su herencia, sino que también obtuvieron una comprensión empática y completa de los valores de otras culturas.

Kamerman (1941)

Kamerman nos cuenta como un maestro de cívica en Chicago utiliza el teatro como herramienta de inclusión entre sus estudiantes que provienen de culturas de varios países del mundo con una obra de teatro donde cada estudiante habla de sus culturas y raíces, promoviendo la aceptación y la empatía entre los alumnos. Informa Kamerman, (1941).

Incluso un niño naturalmente introspectivo y tímido, que puede resistirse inicialmente a la idea de participar en una obra de teatro frente a sus compañeros de clase, gradualmente desarrolla y adquiere confianza en sí mismo y comodidad en sus relaciones tanto con adultos como con niños de su misma edad.

También comenta cómo esta actividad teatral ayuda a un estudiante, introvertido por naturaleza, a desarrollar confianza en sí mismo haciéndolo capaz de relacionarse tanto con sus compañeros como con otros maestros. A pesar de los 80 años que tiene esta nota, la vigencia de la eficacia de estas actividades se mantiene hasta hoy, con los cambios necesarios, pero sigue siendo una herramienta útil para el desarrollo personal del estudiante.

El ejemplos más contemporáneos podemos ver en el estudio que se realizó en Morelia, Michoacán en el estudio donde participaron voluntariamente 169 estudiantes de sexto semestre de bachillerato aportando sus calificaciones y las actividades que realizaban personalmente. Explica Montoya et al (2019)

El 37% de los participantes dijo practicar algún tipo de actividad artística fuera de las actividades académicas. Entre las actividades artísticas realizadas destaca: música con el 21% de los participantes, danza o ballet con el 12.4% y literatura con el 10.7%, el resto se distribuyó en fotografía, pintura, teatro, escultura y cine. (p. 5) ... parece que la práctica de actividades artísticas sí favorece el desempeño académico escolar, y entre las diferentes disciplinas artísticas, quienes practican música son los que mejores calificaciones obtuvieron en el bachillerato; sin embargo, habría que tomar estos resultados con precaución debido al tamaño de los grupos analizados en algunas de las prácticas analizadas. (p. 6)

Podemos ver en esta investigación que existe una relación entre las calificaciones de los estudiantes que realizan alguna actividad artística, donde la música en este caso se coloca como la que más aporta. Entonces ya vimos cómo el teatro puede integrar a un grupo y cómo la música promueve el desarrollo cognitivo del estudiante. El arte tiene la capacidad de desarrollar la inclusión en los espacios de estudio, así también para la formación de habilidades y valores sociales para una comunicación armónica de la sociedad. (García Morales 2012). Un estudiante con conexión consigo mismo y autoestima es capaz de superarse de formas impresionantes, donde el arte es una de las mejores herramientas para desarrollar estos rasgos tan importantes.

¿De qué le sirve a un estudiante ser inteligente si no tiene la motivación de ejercer sus habilidades? Dice también García (2012) respecto a las artes plásticas (1), música (2) y la danza (3) como herramienta didáctica, respectivamente.



Las visitas a los museos pueden contribuir al desarrollo de aquellos contenidos que forman parte del currículo oculto, es decir otros valores y concepciones que en la escuela no se abordan.



La danza trata de aprovechar la expresividad de cada cuerpo, en su singularidad, para repensarse. De esta manera vemos representadas diferentes subjetividades, que aportan una nueva visión de la misma.



El hecho musical posee de manera inherente multitud de propiedades: Curativas (musicoterapia), terapéuticas (atención temprana), sociales (identidad social-musical), de ocio, lúdicas, afectivas y por supuesto educativas.

Cada actividad artística puede encontrar su espacio para estar presente en el desarrollo del estudiante y para usar como actividad didáctica cualquier tema, solo hay que conocer cuál es la capacidad y función de cada una de las disciplinas artísticas. Es importante que los adultos promuevan espacios de desarrollo artístico para los jóvenes. Que sean capaces de expresar sus emociones a través de la experiencia de otros artistas. Con ello un ambiente creativo para fomentar el respeto y empatía entre maestro y alumno.

Miner, hace énfasis en la importancia de desarrollar los valores de los jóvenes y su capacidad de conocerse y poder contar sus experiencias, valores donde el arte es este medio para desarrollarlas. González et al. (2017) "Si el profesor implementa el arte en el aula motiva a sus estudiantes a despertar la creatividad, la expresión y el desarrollo de la apreciación estética; elementos que logran integrar la personalidad del alumno, en sí mismos."



¿Cómo integrar la actividad artística en las escuelas?

Durante el recorrido curricular de la educación básica, el arte cumple la función de integrar en proyectos transversales, como la creación de una revista, la cooperativa escolar, la construcción de un monumento, el montaje de una obra teatral, de una ópera, la filmación de una película, la realización de un desfile de modas, entre muchos otros (p. 73)

González León (2012)

El arte en la educación también puede crecer de una materia o actividad a la creación de eventos culturales o artísticos para una escuela, donde toda la comunidad estudiantil y profesores participen activamente. Se pueden crear concursos o eventos creativos. Continúa González León (2012), “el teatro, junto a las expresiones literarias, narrativas, plásticas y escénicas del cine, la televisión y el video, contribuyen a contar historias.” (p. 61) Historias que los estudiantes desean contar, historias que pueden servir como enseñanzas o simplemente como una herramienta para conocer a la otra persona, cómo siente, cómo ha vivido, si me puedo identificar con sus vivencias o por lo menos entenderlo y saber cómo tratarlo con respeto.

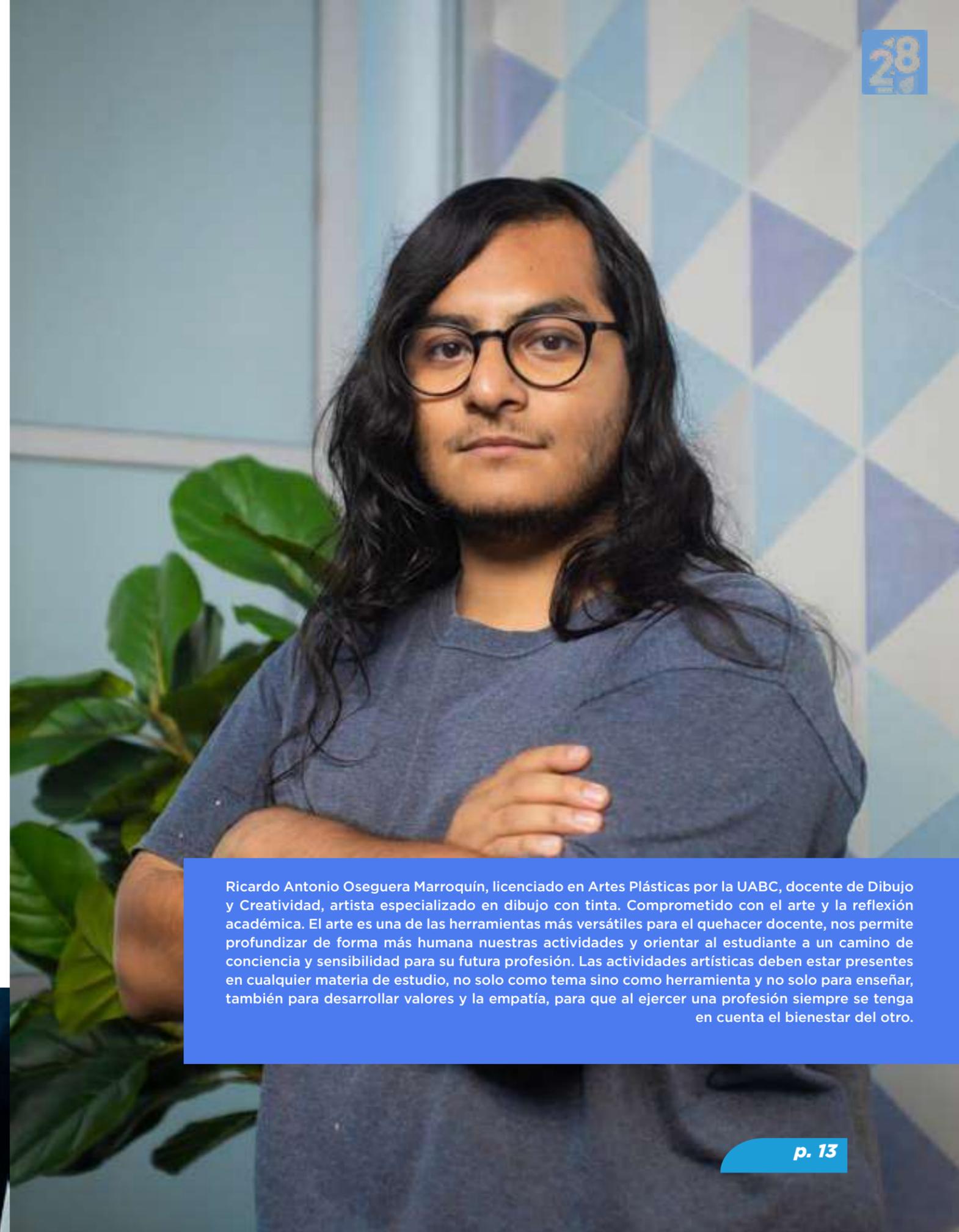
En cuanto a la importancia del arte en la educación dice Barbosa (2022) “El Arte en la Educación, como expresión personal y como cultura, es un instrumento importante para la identificación cultural y el desarrollo individual.” (p. 174) en la misma idea dice González et al. (2017)

Definitivamente debe incorporarse el arte en la educación como medio para formar sujetos críticos, integrales, transformar la escuela y desarrollar la cultura como esa capacidad de desarrollar la imaginación para hacer las cosas mejor, con la aspiración de vivir en un mundo superior. (p. 121)

En conclusión, el arte desempeña un papel fundamental en la educación al permitir una enseñanza más humana, consciente y sensible. No se trata solo de enseñar a través del arte, sino de utilizarlo como herramienta versátil en todas las materias, fomentando valores, empatía y reflexión. El arte integra conocimientos y promueve la integración social, al trabajar directamente con las emociones y sentimientos de las personas. Además, el desarrollo personal que se logra a través del arte, como la capacidad de autodescubrimiento, creatividad y pensamiento crítico, son habilidades esenciales para el desarrollo profesional y personal de los estudiantes. Es necesario reconocer y promover la importancia del arte en la educación, no solo en etapas tempranas, sino también en niveles superiores, brindando oportunidades para que los estudiantes exploren diversas disciplinas artísticas y desarrollen su propia narrativa personal. El arte en la educación tiene el poder de transformar la escuela, formar sujetos críticos y contribuir al desarrollo cultural y humano de la sociedad.

Bibliografías:

- 1: González León, C. B. (2012). La función del arte en la educación. *Pensamiento, palabra y obra*, (8), 56-79.
- 2: Cabrera Salort, R. (2009). La educación artística como vocación humana: Una visión curricular. *Pensamiento, palabra y obra*, (2), 105-106.
- 3: González Santos, M. M., Guarnizo Delgado, J. B., Ortega Arcos, W. E. & García González, V. M. (2017). Arte y Educación. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 1(5), 1011-1022.
- 4: García Morales, C. (2012). ¿Qué puede aportar el arte a la educación? El arte como estrategia para una educación inclusiva. *ASRI, Arte y Sociedad Revista Investigación*, Numero (1), 12-13
- 5: Montoya, G., Oropeza, R. y Ávalos M. L. (2019). Rendimiento académico y prácticas artísticas extracurriculares en estudiantes de bachillerato. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21, e13, 1-10. doi: 10.24320/redie.2019.21.e13.1877
- 6: Kameron, S. E. (1941). Drama as a Teaching Tool. [El Teatro como Herramienta Didáctica] *The Elementary English Review*, 18(8), 295-299. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/41383343>.
- 7: Barbosa, A. M. (2022). Dilemas del Arte/Educación como mediación cultural en relación con las tecnologías contemporáneas. En G. Augustowsky, S. P. F. de Lima, & D. Del Valle (Eds.), *Arte - educación: textos seleccionados* (pp. 1-19). CLACSO. Recuperado de <https://www.jstor.org/stable/j.ctv2v88cxk.13>
- 8: Miner-Romanoff, K. (2016). Voices from Inside: The Power of Art to Transform and Restore. [Voces del Interior: Diario de Corrección Educativa] *Journal of Correctional Education*, 67(1), 58-74. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/26506627>



Ricardo Antonio Oseguera Marroquín, licenciado en Artes Plásticas por la UABC, docente de Dibujo y Creatividad, artista especializado en dibujo con tinta. Comprometido con el arte y la reflexión académica. El arte es una de las herramientas más versátiles para el quehacer docente, nos permite profundizar de forma más humana nuestras actividades y orientar al estudiante a un camino de conciencia y sensibilidad para su futura profesión. Las actividades artísticas deben estar presentes en cualquier materia de estudio, no solo como tema sino como herramienta y no solo para enseñar, también para desarrollar valores y la empatía, para que al ejercer una profesión siempre se tenga en cuenta el bienestar del otro.



La importancia de la Educación Ambiental Escolar en el Bachillerato

Ricardo Antonio Oseguera Marroquín

La educación ambiental es un tema de vital importancia en la sociedad actual, ya que nos enfrentamos a desafíos ambientales cada vez más apremiantes y hasta el momento las soluciones son tan efectivas como dispersas, se trabaja en todas direcciones en distintas áreas ambientales que a pesar de ser el mismo problema se trata de solucionar por separado. En el ámbito escolar, se ha promovido la participación de los estudiantes en concursos relacionados con la protección y cuidado del medio ambiente y los recursos naturales. Sin embargo, a pesar de cada año en cada región donde se llevan a cabo llegan nuevos proyectos es necesario reflexionar sobre la efectividad y aplicabilidad real de estos proyectos ganadores en la vida cotidiana.

Los concursos escolares han evolucionado a lo largo del tiempo, abarcando problemáticas actuales, como la protección al medio ambiente entre los objetivos principales está el reciclaje, la reutilización de recursos, el acoplamiento de tecnologías para que los objetivos antes mencionados se cumplan. Estos concursos representan una oportunidad para el desarrollo integral de los alumnos, estimulando su creatividad y capacidad de investigación. No obstante, es importante señalar que muchos de los proyectos ganadores no reciben un seguimiento adecuado para medir su efectividad y aplicación práctica. En muchos casos, los proyectos se conciben únicamente con el objetivo de ganar un premio, sin considerar su impacto real en el cuidado ambiental. Existe una necesidad de cambiar esta mentalidad y buscar proyectos que trasciendan más allá de los concursos, que puedan ser implementados en la vida real y contribuyan de manera significativa a la conciencia ambiental. La innovación no debe ser un fin en sí misma. Es fundamental fomentar la aplicación práctica de los proyectos, para que los estudiantes se sientan orgullosos de su trabajo y puedan compartirlo con la comunidad en general. La educación ambiental escolar debe enfocarse en generar proyectos que tengan un impacto real y que sean sostenibles a largo plazo.

Es necesaria una planeación bien estructurada para definir los beneficios no sólo ambientales si no también sociales y económicos, de esta manera podremos asegurar la escalabilidad del proyecto y lograr el convencimiento de entidades públicas y privadas al momento solicitar un apoyo o inversión económica, ya que será por esos medios en los que los proyectos no sólo se dan a conocer si no que se ponen en práctica.

MEDIO AMBIENTE

CONTEXTO DE LOS ANTECEDENTES

Es fundamental comprender el contexto en el que se desarrollan los proyectos medioambientales en las escuelas. El cambio climático, la disminución de los recursos, la contaminación del aire, agua y suelo, la pérdida de biodiversidad y la degradación ambiental son problemas urgentes que requieren una respuesta colectiva. La educación ambiental escolar tiene como objetivo concienciar a los estudiantes sobre estas problemáticas y promover la adopción de prácticas sostenibles, sencillas de llevar a cabo, baratas y lo que siempre se exige, que sea innovador.



¿QUÉ PROYECTOS MEDIOAMBIENTALES SON MÁS FACTIBLES EN LAS ESCUELAS?

En el ámbito escolar, existen numerosos proyectos medioambientales factibles que pueden implementarse para promover la conciencia ambiental. Algunas opciones incluyen la creación de huertos escolares o buscar sembrar flora de la región, algunos van desde la concientización, utilización de materiales reciclados para construirlos, adaptarles tecnología de autorriego, sensores de humedad y temperatura, hay algunos que enlazan huertos con una aplicación para celular, la implementación de programas de reciclaje o la reutilización de materiales también será de los cuales representa disminuir la contaminación por desechos y poder darle un segundo uso para ser empleado en algo útil, si a este tipo de proyectos los haces económicamente viables serán de gran atractivo para inversionistas, la promoción de la eficiencia energética y el fomento de la conservación del agua y de los recursos naturales, a esto me refiero a los proyectos de concientización ambiental muchas veces es más importante la concientización ambiental que el proyecto en sí. Estas iniciativas no solo contribuyen a la protección del medio ambiente, sino que también ofrecen oportunidades de aprendizaje práctico y participación activa de los estudiantes.

ALUMNOS

¿CÓMO SE RELACIONAN LOS ALUMNOS CON EL MEDIOAMBIENTE?

Los alumnos juegan un papel fundamental en la protección y cuidado del medio ambiente. Su relación con el entorno natural puede variar desde una total desconexión hasta una profunda conciencia ambiental. La educación ambiental escolar tiene el objetivo de fortalecer esta relación, fomentando una conexión positiva y empática con la naturaleza. Mediante el conocimiento, la sensibilización y la participación activa, los alumnos pueden convertirse en agentes de cambio en la protección del medio ambiente.

Lo que me gusta de las generaciones actuales es que al tener que vivir con consecuencias medioambientales también son más sensibles en cuanto a la conservación de los recursos y el cuidado del medio ambiente, a ellos les es más fácil comprender lo que se tiene que cambiar y están más dispuestos a hacer algo al respecto.

¿QUÉ PROYECTOS MEDIOAMBIENTALES SON MÁS FACTIBLES PARA LOS ALUMNOS DE BACHILLERATO?

Los alumnos de bachillerato tienen la capacidad de abordar problemáticas medioambientales más complejas y desarrollar proyectos innovadores. Algunas ideas factibles para estos estudiantes incluyen la implementación de programas de educación ambiental en la comunidad, la promoción del uso de energías renovables, la creación de campañas de sensibilización ambiental y la elaboración de propuestas de políticas sostenibles.

Estas actividades permiten a los alumnos desarrollar habilidades de investigación, liderazgo y trabajo en equipo, al tiempo que contribuyen a la protección del medio ambiente.



Para ellos no sólo está en elaborar un simple proyecto de reciclaje y simplemente hacer un huerto, a ellos les gusta involucrar a la tecnología, y también involucrar a las redes sociales, a los asesores de proyectos nos corresponderá educar respecto a la problemática ambiental, guiarlos en las dudas que tengan abrir temas de discusión para ver propuestas, hacer énfasis en que los proyectos se tiene que implementar para que valga la pena hacerlos, ser coherente con los proyectos y en verdad ayudar al medio ambiente, sin embargo, la pauta de cómo se llevarán a cabo los proyectos la marcarán ellos, la juventud.

En conclusión, la educación ambiental escolar en el bachillerato desempeña un papel crucial en la formación de jóvenes conscientes y comprometidos con la protección del medio ambiente. Sin embargo, es necesario reflexionar sobre la forma en que se abordan los concursos y proyectos ambientales. Se debe promover una cultura que trascienda más allá de la obtención de premios y se enfoque en la implementación efectiva de los proyectos ganadores. Es esencial que las entidades organizadoras, los asesores y los propios estudiantes se involucren en un seguimiento adecuado de los proyectos, midiendo su efectividad y brindando apoyo para su implementación en la vida real. De esta manera, se logrará una verdadera contribución al cuidado ambiental y se fomentará una conciencia ambiental arraigada en la sociedad. El futuro de nuestro planeta depende de la participación activa de los jóvenes, quienes deben ser agentes de cambio en la protección y conservación del medio ambiente. La educación ambiental escolar en el bachillerato es una herramienta fundamental para lograr este objetivo, siempre y cuando se promueva la aplicabilidad y trascendencia real de los proyectos ambientales.

[1] Espejel Rodríguez, A., & Castillo Ramos, I. (2019). Educación ambiental en el bachillerato: De la escuela a la familia. *Alteridad*, 14(2), 231-242. <https://doi.org/10.17163/alt.v14n2.2019.07> [2] Espejel-Rodríguez, A. y Flores-Hernández, A. (2017). Experiencias exitosas de educación ambiental en los jóvenes del bachillerato de Tlaxcala, México. *Revista Luna Azul*, 44, 294-315. DOI: 10.17151/luaz.2017.44.18. Recuperado de <http://200.21.104.25/lunazul/index.php/component/content/article?id=239> [3] Sanmartín Ramón, Gladis Sara, Zhigüe Luna, Rosalía Aura, & Alaña Castillo, Tania Patricia. (2017). EL RECICLAJE: UN NICHOS DE INNOVACIÓN Y EMPRENDIMIENTO CON ENFOQUE AMBIENTALISTA. *Revista Universidad y Sociedad*, 9(1), 36-40. Recuperado en 14 de junio de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202017000100005&lng=es&tlng=es. [4] BERMUDEZ, G. M. A., GARCÍA, L. P., & CISNERO, K. G. (2020). DIDÁCTICA DE LAS CIENCIAS PARA UNA CIUDADANÍA CRÍTICA. REFLEXIONES Y PRÁCTICAS CONTEXTUALIZADAS PARA PROBLEMÁTICAS DE AMBIENTE Y SALUD. *Ensaio Pesquisa Em Educação Em Ciências (belo Horizonte)*, 22, e16190. <https://doi.org/10.1590/211720202010132> [5] Cuevas Novoa, Luis Alfonso, & Torres Ochoa, Sergio R.. (2011). Evaluación de adquisición de conocimientos de conceptos de ecología en estudiantes de bachillerato tecnológico en México. *Revista iberoamericana de educación superior*, 2(3), 130-151. Recuperado en 15 de junio de 2023, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722011000100007&lng=es&tlng=es. [6] Espejel Rodríguez, Adelina, & Flores Hernández, Aurelia. (2015). Conocimiento y percepción del calentamiento global en jóvenes del bachillerato, Tlaxcala. *Revista mexicana de ciencias agrícolas*, 6(6), 1277-1290. Recuperado en 15 de junio de 2023, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342015000600011&lng=es&tlng=es.



Q.I. Oscar Ricardo Lomeli Castellanos es un destacado docente de química que ha dedicado su carrera a la educación y la promoción de la ciencia. Posee una Licenciatura en Química Industrial y actualmente imparte clases en la preparatoria CESUN. Además de su labor docente, Lomeli encabeza el Club de Ciencias CESUN un proyecto orientado a fomentar las habilidades científicas y tecnológicas de los alumnos interesados en estas áreas. Con una sólida experiencia profesional en laboratorios de ensayo, Lomeli ha trabajado en el cumplimiento de regulaciones medioambientales de acuerdo con la normatividad oficial mexicana. Su conocimiento y experiencia en este campo le han permitido contribuir de manera significativa a la protección del medio ambiente y a la aplicación de prácticas sostenibles.



Realidad virtual y sus ventajas en la terapia de exposición para superar miedos y fobias.

//////////
Marilyn Martin del Campo

La terapia de exposición ha sido durante bastante tiempo una herramienta efectiva en el tratamiento de miedos y fobias. No obstante, el avance de la tecnología ha brindado un amplio espacio a técnicas y formas de llevar a cabo esta terapia, una de estas técnicas es mediante el uso de la realidad virtual (RV); la cual ofrece un entorno inmersivo y controlado que permite a los terapeutas simular situaciones desafiantes de manera segura y eficiente.

En el ámbito de la psicoterapia, se ha implementado la realidad virtual como una herramienta innovadora, la cual ha demostrado ser altamente efectiva en el abordaje de fobias y trastornos de ansiedad. Esta tecnología vanguardista ofrece una perspectiva prometedora para hacer frente a los desafíos de salud mental que nuestra sociedad enfrenta en la actualidad. Los cual nos lleva a trabajar en técnicas para que los pacientes enfrenten sus miedos de manera gradual, haciendo uso de esta herramienta. A diferencia de los enfoques tradicionales, la terapia de exposición con la ayuda de la RV ofrece ventajas significativas al recrear con precisión las situaciones desencadenantes de estos miedos y permitir la regulación de estas según las necesidades individuales. Es por ello, que esta herramienta ha demostrado un notable éxito en el tratamiento de fobias y otros trastornos, como lo es el trastorno de estrés postraumático (TEPT) o el trastorno obsesivo-compulsivo. Facilitando escenarios específicos y brindando un espacio seguro al paciente sin temor de ser expuesto a otras personas, juzgado o estigmatizado. Considerando estos avances, es evidente que la realidad virtual está revolucionando la psicoterapia y ofreciendo nuevas perspectivas para el tratamiento de los diversos trastornos. En este artículo, se explorarán las ventajas y como la realidad virtual se ha convertido en una herramienta valiosa y prometedora en el ámbito de la salud mental.

El poder de la terapia de exposición

En las últimas décadas, la realidad virtual se ha presentado como una solución favorable para las terapias de exposición en el campo de la psicoterapia, de acuerdo a datos recopilados por parte de la secretaría de salud, en México, el 7.1% de la población padece alguna fobia; por lo tanto, son consideradas uno de los trastornos mentales más comunes (secretaría de salud, 2017).

Por medio de estos dispositivos, las personas pueden verse inmersos en estas simulaciones y hacer frente a sus miedos de una manera más controlada. Antes de adentrarnos en el tema de la realidad virtual, es necesario que podamos comprender las bases de lo que significa la terapia de exposición; “la cual, consiste en confrontar al paciente con la situación temida, de una forma gradual y repetitiva, hasta que el miedo se reduzca” (Ruthbaum, B, et, al., 2012), este tipo de terapia es uno de los componentes clave dentro del corriente cognitivo conductual, para el afrontamiento de estos problemas. Ya que las personas aprenden a controlar y superar sus pensamientos y conductas, por ejemplo, una persona con fobia a las alturas puede exponerse de una forma progresiva a niveles cada vez mayores, comenzando con técnicas tradicionales como imágenes o videos, para finalmente enfrentarse a una altura real.

La llegada de la realidad virtual

Alrededor de la década de los noventa, investigadores comenzaron a dirigir su atención a la investigación centrada en la aplicación de la RV para el tratamiento de diversos trastornos psicológicos (entre ellos la terapia de exposición), con la intención de reconocer si el uso de esta tecnología podría potenciar los tratamientos psicológicos o superar las limitaciones que estos mismos presentaban hasta el momento. Con esta herramienta los terapeutas pueden utilizar programas y aplicaciones de realidad virtual (RV) para exponer a los pacientes a un nivel de inmersión donde la participación activa en aquel entorno virtual desencadene situaciones que creen esta sensación de realismo que facilita una respuesta emocional más eficaz, adaptando la intensidad y el nivel de dificultad de acuerdo a las necesidades del individuo. Permitted con esto, una exposición más personalizada y sin los riesgos que conlleva la exposición a estas fobias en el mundo real.

Por otro lado, la realidad virtual (RV) se ha estado utilizando con éxito en el tratamiento de diferentes fobias, tales como la aerofobia (miedo a volar), ansiedad social (TAS), claustrofobia y la hemofobia (miedo a la sangre), entre otros tipos habituales y no tan habituales.

Entre sus funciones, está el poder simular vuelo o interacciones sociales. Permitiendo una introducción gradual, no obstante, la realidad virtual (RV), no solo es exclusiva en el trato de fobias como las antes mencionadas, sino también para tratar el trastorno de estrés posttraumático (TEPT) y el trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) al recrear escenarios específicos con eventos traumáticos o para practicar estrategias para resistir compulsiones.

En México existe un incipiente desarrollo en la aplicación de esta técnica en el campo terapéutico; Instituciones educativas como el IPN y la UNAM, han trabajado en la ejecución de estas técnicas de realidad virtual para su aplicación en las terapias de exposición. Generalmente este tratamiento consta de 12 sesiones aproximadamente, y previo a iniciar, el paciente se somete a una evaluación con la intención de determinar la gravedad o intensidad del problema.

Beneficios de la realidad virtual en la terapia de exposición

La realidad virtual ha dado un giro importante en lo que respecta a la terapia de exposición, al ofrecer un entorno virtual tridimensional y realista para simular cualquier situación imaginable. Esta técnica nos ofrece una serie de beneficios significativos en comparación con la terapia de exposición tradicional. De acuerdo a diversos estudios en los que se comparó la exposición de la RV con los tratamientos en vivo, se observó que la magnitud del efecto con la realidad virtual superó a la exposición en vivo. (Ruthbaum, B, et, al., 2012), con una reducción significativa de las fobias y una mejora en la calidad de vida de los pacientes.



Dentro de sus ventajas, está el seguimiento y análisis detallado de los datos que se van recopilando durante las sesiones de terapia, debido a que estos dispositivos tienen la capacidad de registrar las respuestas emocionales y fisiológicas de los pacientes, brindando información muy útil para evaluar y ajustar el tratamiento de una manera más precisa. De igual manera, dentro del uso de la realidad virtual repetir de manera ilimitada las sesiones, sin olvidar que el terapeuta en este escenario tiene un mayor control sobre el entorno, algo especialmente útil en casos graves de pánico, donde la exposición directa puede ser demasiado abrumadora, además de que por estas mismas razones los pacientes tienden a aceptar un poco mejor este método ya que no representa un riesgo real.

Otra ventaja que de manera indirecta beneficia a que esta técnica entregue mejores resultados, es precisamente este entorno seguro y confidencial; algunos pacientes pueden sentirse avergonzados o estigmatizados al exponer sus miedos y fobias en situaciones reales o frente a otras personas, al utilizar herramientas como la RV, ayuda a reducir el estigma asociado y que los pacientes se sientan más cómodos. A medida que la tecnología de la realidad virtual (RV) continúa avanzando, es muy probable que las terapias de exposición también avancen, evolucionen y se expandan aun más.

La integración de sensores biométricos y técnicas de inteligencia artificial, podrían permitir un monitoreo mucho más preciso de las respuestas emocionales y fisiológicas de los pacientes durante las sesiones, además de que este tipo de tecnología puede combinarse con otras formas de terapia o incluso otras tecnologías emergentes como la realidad aumentada (que no es lo mismo que la realidad virtual) con la finalidad de favorecer aún más los resultados terapéuticos. Así mismo, es importante destacar también que si bien, la terapia de exposición con realidad virtual ha demostrado ser una herramienta útil y prometedora, esta no reemplaza la terapia tradicional, ni la experiencia clínica de un terapeuta. Es necesario comprender que la realidad virtual desempeña un papel complementario en el tratamiento de fobias o de los trastornos de ansiedad, y es preciso que su implementación sea supervisada y guiada por profesionales en el área de la salud mental, y que estos estén capacitados.

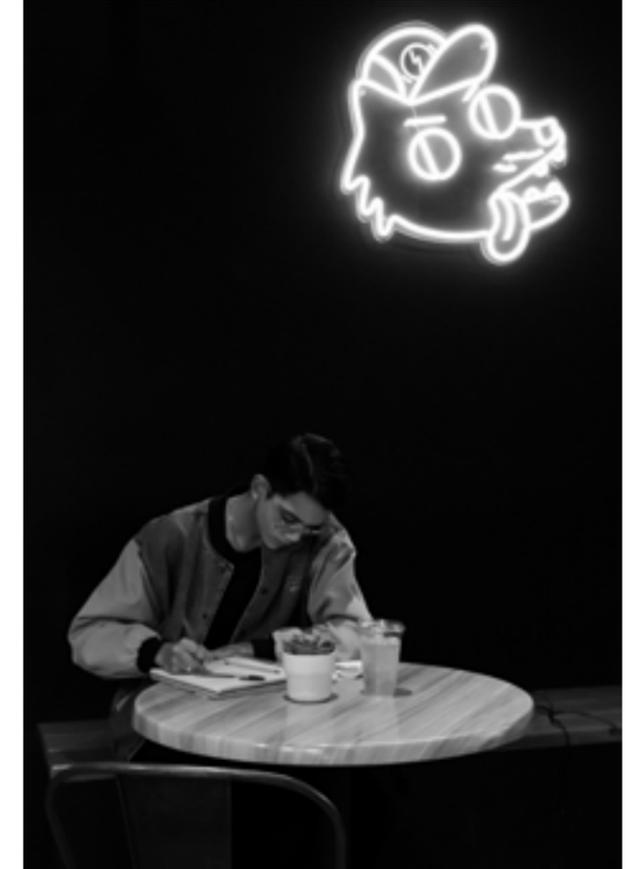
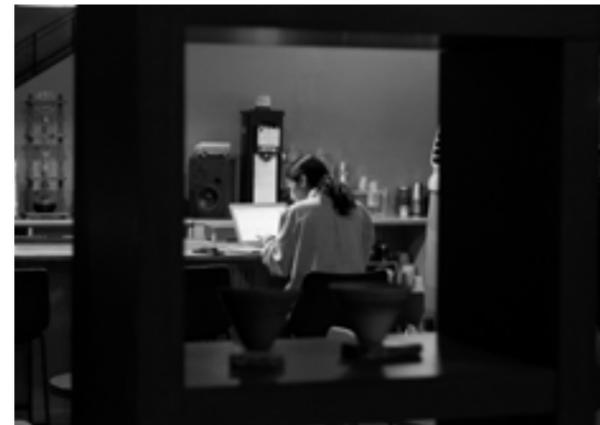


Soy Marilyn M. Martin del Campo, una estudiante de psicología en mi 7mo cuatrimestre. Desde siempre, he sentido una profunda fascinación por la tecnología y un gran interés en cómo está siendo aprovechada en el campo de la psicología. Me emociona explorar cómo estas herramientas pueden mejorar la atención y el bienestar de las personas.



Historias por el *café*

Carlos Penilla



SUMANDO ESFUERZOS CON EL SECTOR EMPRESARIAL

SMK, inició en Japón en 1925, fundada por el Sr. Heishiro Ikeda, SMK (Showa Musen Kogyo), en sus inicios en Tijuana elaboraba conectores y antenas para los celulares Nokia, así también inició la producción de controles remotos, parte de la trayectoria de la empresa.

Este mes de julio firmamos un convenio de colaboración en beneficio de nuestra comunidad estudiantil, con la finalidad de colaborar en temas de vanguardia. Fuimos recibidos por el presidente Marco López, el gerente de Recursos Humanos Heriberto Galindo, el Coordinador de capacitación y desarrollo Josué González.



FIRMA DE CONVENIO CON SUCOMM [Sindicatos Unidos con México Moderno]



BRINDAMOS TEMAS DE INTERÉS A LAS EMPRESAS

Cómo tener colaboradores felices con la Inteligencia Emocional.

Tener colaboradores felices en una empresa es importante para un ambiente laboral sano y lograr una buena productividad, es por ello que CESUN Universidad organizó en el mes de julio el taller: Cómo tener colaboradores felices con la inteligencia emocional, que fue impartido por la Mtra. Guadalupe Rodríguez, con una maestría en educación con especialidad en desarrollo organizacional y Coordinadora de la Lic. en Psicología.



Taller de Sueldos y Salarios por parte de INEGI

Se realizó en junio pasado con éxito el taller de sueldos y salarios que tuvo como objetivo conocer el manejo de los sistemas de consulta del sitio de INEGI que contiene información útil para realizar un análisis de sueldos con enfoque en el sector de la industria manufacturera.

NETWORKING COPARMEX EN CESUN



1ER. DESAYUNO EMPRESARIAL

Tuvimos el 1er. Desayuno institucional, donde presentamos el área de Educación Continua ante empresas manufactureras y organismos empresariales.

Tuvimos como conferencista al Lic. Alejandro Bustamante ex directivo de Poly/HP quien nos habló de "La Industria Manufacturera del siglo XXI.



CESUN VISITÓ A MÁS DE 20 EMPRESAS.





Directorio

RECTOR

Mtro. Ernesto Aello Arvizu
Rectoria@cesun.edu.mx

DIRECTOR ACADÉMICO

Dr. Adrián Flores
direccion.academica@cesun.edu.mx

DIRECTOR DE IMAGEN

Lic. Ernesto Aello Fregozo
direccion.Imagen@cesun.edu.mx

DIRECTORA ADMINISTRATIVA

Mtra. Stephanie Aello
Direccion.administrativa@cesun.edu.mx

DIRECTORA DE PROMOCIÓN ACADÉMICA

Mtra. Alejandra Luna
direccion.promocion@cesun.edu.mx

REVISITA

BÚFALOS

 CESUN UNIVERSIDAD