

MINUTA DE TRABAJO

SESIÓN PLENARIA DE SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL CONSEJO TÉCNICO ESCOLAR DE EDUCACIÓN SUPERIOR (CTES) DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL VALLE DEL MEZQUITAL (UTVM).

Se lleva a cabo la Sesión Virtual Plenaria de seguimiento y evaluación del Consejo Técnico Escolar de Educación Superior (CTES) de la Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital (UTVM), el día 21 de mayo de 2021 a través de la plataforma Zoom:

Sala 1 <https://meet.google.com/awx-pnqd-hxr>

Sala 2 <https://meet.google.com/vim-xtxf-tdf>

Sala 3 <https://meet.google.com/nen-dect-dbk>

La sesión se lleva a cabo de acuerdo al siguiente orden del día:

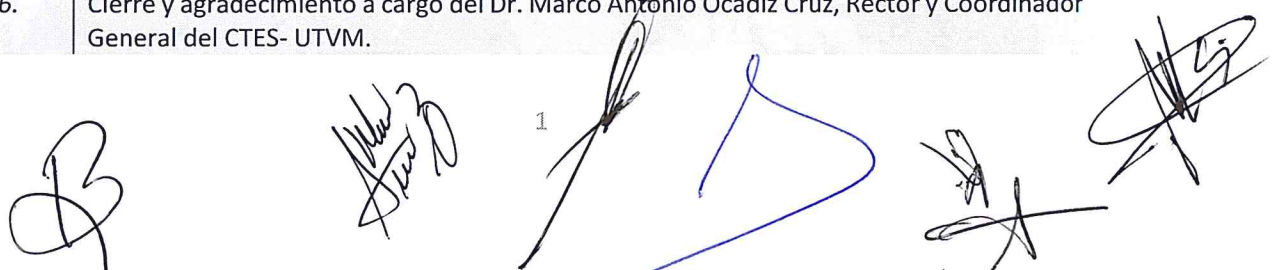
1. *Registro*

2. Bienvenida y reflexión acerca del impacto de CTES a cargo del Dr. Marco Antonio Ocadiz Cruz, Rector y Coordinador General del CTES - UTVM.
3. Actividad de efectos en la educación y en el aprendizaje en época de pandemia a cargo de la Lic. Diana Arteaga reflexión denominada Avencias.
4. Presentación de seguimiento y evaluación de la ruta de mejora académica.

	Eje Estratégico	Presentan
1.	Normalidad Mínima	Lic. Selene García Guerrero
2.	Ingreso, Permanencia y Egreso	Ing. Carolina Retana Castro
3.	Mejora de los Aprendizajes	Ing. Vicente Salome Torres Jiménez
4.	Ambientes de Sana Convivencia	Lic. Francisco Bravo Reyes
5.	Emprendimiento	Biol. Alfredo Vázquez García
6.	Internacionalización e interculturalidad	Lic. Leticia Corona Martínez

5. Presentación del tema: desconfinamiento y manejo del estrés por parte del Mtro. Aldrin Trejo Montufar Presentación

6. Cierre y agradecimiento a cargo del Dr. Marco Antonio Ocadiz Cruz, Rector y Coordinador General del CTES- UTVM.



Desarrollo de la Sesión:

La Lic. Itzhel Briseida Rebolledo Hernández, da la bienvenida al foro, buenos días, agradece la puntual asistencia de todos los consejeros, solicita el valioso apoyo a efecto de mantener sus micrófonos apagados cuando no se encuentren haciendo uso de la palabra y si se cuenta con cámara se encuentren prendidas, solicitamos que registren su nombre y área al que están adscritos en el chat.

Cede la palabra al Dr. Marco Antonio Ocadiz Cruz, Rector y Coordinador General del CTES-UTVM., menciona el fallecimiento del Mtro. José Eduardo Flores Ortega por condiciones de COVID-19, reitera su más sentido pésame y condolencias a su familia, solicita a la Comunidad Universitaria 1 minuto de silencio.

Buenos días a todos y cada uno de ustedes, en esta sesión de CTES del 21 de mayo del presente, agradece nuevamente la puntual asistencia, solicitando que los consejeros registren su nombre y área al que están adscritos en el chat, da el mensaje de bienvenida y reflexión acerca del impacto del CTES.

Agradece la presencia de la observadora de CTES, la Lic. Erika Rosario López Flores.

Destaca la importancia de realizar la sesión en forma virtual, en cumplimiento estricto a las recomendaciones emitidas por la Secretaría de Salud y al Operativo Escudo ante la contingencia del COVID-19, sensibiliza al foro a seguirse cuidando para prevenir los contagios en la familia.

Expresa, nuestra Comunidad Universitaria cada día se encuentra más fortalecida, celebramos una jornada de vacunación y del sector salud, protagónico de esta acción. Agradece la participación de esta Comunidad Universitaria, actualmente personal docente, administrativo, de servicios, personal de limpieza y vigilancia así como, los Directores ya se encuentran vacunados.

Destaca la participación en apoyo a la logística de vacunación por parte de la UTVM, menciona los nombres que integraron el equipo de vacunación, así como, la participación de 38 alumnos de la Institución. Precisa que fuimos un ejemplo en el estado, muy orgulloso. Mi reconocimiento y aprecio a los que participaron.

Señala que es importante ir contemplando las acciones para que posteriormente se arribe a la nueva normalidad.

Lamentablemente perdimos a un compañero, por las condiciones de COVID-19, sensibiliza a la Comunidad Universitaria a no bajar la guardia y seguirse cuidando.

Expresa que somos un gran equipo del Valle del Mezquital.

Felicita al colectivo del 10 de mayo y también a los maestros de esta Institución, muchas felicidades. Menciona que se les convocara para que las mamás y los profesores acudan por un pequeño detalle.

Agradece nuevamente a la observadora la Lic. Erika Rosario López Flores, por su valiosa presencia.

A continuación, escucharemos el mensaje de reflexión al que da lectura el Dr. Marco Antonio Ocadiz Cruz, Secretario de CTES, “En nuestro actuar está impreso su legado, a cada paso que damos, en la decisión que tomamos, se materializa esa ilusión que se gestó en el espacio áulico y que fue producto de muchos desvelos, dedicación, investigación, reflexión, ingenio e imaginación. Al momento de coincidir, poco valoramos la energía y la pasión con la que desean cautivarnos para guiarnos, siempre en el interés desmedido de sembrar en nosotros esa semilla que necesita el tiempo suficiente para enraizar, pero una vez que lo logra, crece y su fruto es testimonio del esfuerzo invertido atrás”.

Se inicia la sesión, recordando nuevamente prender sus cámaras si se cuenta con ellas y apagar los micros de sonido para no originar interferencia durante la sesión.

Asisten 222 consejeros de los 274 de la plantilla universitaria.

El objetivo específico de esta sesión son: valorar los logros y áreas de oportunidad mediante la reflexión participativa en el análisis de los ejes estratégicos para la retroalimentación de estrategias y acciones que contribuyan a alcanzar las metas establecidas en la ruta de mejora académica para garantizar la calidad de los servicios educativos.

Dando continuidad a la sesión de seguimiento y evaluación con los ejes estratégicos y agradece la participación comprometida y la importancia del cumplimiento de metas a los ejes estratégicos, así mismo, sensibiliza a los consejeros en realizar el seguimiento oportuno y evaluación de la ruta de mejora, mediante la identificación de los logros alcanzados y los retos por cumplir establecidos en cada uno de los ejes estratégicos.

Siguiendo el orden del día, se presenta la actividad de reflexión denominada efectos en la educación y en el aprendizaje en época de pandemia a cargo de la Lic. Diana Arteaga Avencias, inicia la actividad con una interrogante de sensibilización ¿Cuál es la principal consecuencia que has vivido por la Pandemia? para poder contestar la pregunta solicita al foro se realice un conteo 1, 2, 3, 4, 5 se cierran los ojos y se piense y se elija una de las siguientes consecuencias: desigualdad, brecha educativa, estrés e inestabilidad emocional, impacto psicológico, problemáticas familiares, conflictos en relaciones interpersonales, crisis económica (pérdida de empleo de los estudiantes o sus padres), fallecimiento de familiares o amigos por COVID, pérdida de la salud.

Se solicita a los consejeros elegir una de las consecuencias más significativa para uno, por una situación más complicada, sentimientos que ha generado esta situación y el impacto que ha tenido en tu vida, vamos a contar del 1 al 10 y vamos a abrir los ojos.

La siguiente interrogante planteada es ¿desde tu labor como podrías apoyar a los estudiantes?

Comparte la frase: “Quien tiene un porqué vivir, será capaz de soportar cualquier como” (Nietzsche).

Sensibiliza al foro para ponernos empáticos con nuestros estudiantes ya que nuestros alumnos han presentado diversas situaciones entre ellas: problemáticas familiares, económicas, la pérdida de un familiar, el desempleo de algunos de los padres, enfermedad de alguno de los familiares y/o amigos por condiciones de COVID-19. Ahora imagine a los alumnos que tienen alguna discapacidad, reitera ser empáticos, poder hablar con nuestros estudiantes, sensibiliza al foro y hacer consciencia de las diversas situaciones que se viven. Tolerancia y apoyo.

Expresa el servicio que brinda el Departamento de Psicopedagogía el cual se encuentra conformado por tres psicólogos que se encuentran al servicio de la Comunidad Universitaria.

A continuación, la Lic. Itzhel Briseida Rebolledo Hernández, menciona la presentación de avances del cumplimiento de acciones en cuanto a los indicadores de los ejes estratégicos de la Ruta de Mejora Académica a cargo de los representantes de ejes estratégicos, en el siguiente orden:

1. Normalidad Mínima. – Hace uso de la palabra la Lic. Selene García Guerrero, buenos días, me permito para exponer el eje de Normalidad Mínima, el porcentaje de cumplimiento del plan de trabajo semanal, los objetivos es incrementar el porcentaje de cumplimiento.

Con respecto al indicador, incrementar el porcentaje de cumplimiento del plan de trabajo semanal.

Valor inicial 2020-2021: 81.61%, meta: 95.00%, de las acciones programadas, realizar una planeación de actividades con mayor eficiencia por parte de la alta dirección, se cumplió al 100%, la evidencia son los oficios de la unidad de planeación, otra de las acciones programadas es filtrar, por la alta dirección, las evidencias generadas para asegurar la certeza de la comprobación, 100% en el cumplimiento de las acciones, la evidencia son los reportes del plan de trabajo, el avance de la meta por indicador es del 91.74%, esto es en cuanto al cumplimiento del porcentaje de cumplimiento del plan de trabajo semanal.

2. Ingreso, Permanencia y Egreso. – Presenta la Ing. Carolina Retana Castro, informa que el objetivo general es identificar y atender a los estudiantes en riesgo de no alcanzar los aprendizajes previstos o de no ser acreditados al siguiente periodo, de tal forma que esto no sea motivo para la deserción, en este eje se involucran dos indicadores, el porcentaje de retención de matrícula al término del periodo escolar y porcentaje de deserción por periodo escolar.

Los objetivos específicos de este eje son el ingreso, que es brindar al aspirante las condiciones pertinentes de ingreso y para el rubro de permanencia es mantener el porcentaje de retención de estudiantes en los primeros tres cuatrimestres, y para egreso es incrementar la eficiencia terminal en los Programas Educativos.

Para el indicador absorción el valor inicial 2020-2021 del 10%, para el indicador el 9%, las acciones programadas son aplicar un test de orientación educativa (en línea) el porcentaje de cumplimiento de las acciones es el 35%, la evidencia es la investigación sobre test, otra de las acciones es fortalecer y medir los resultados del curso Propedéutico por parte de los aspirantes a través del conocimiento del modelo educativo y del quehacer profesional de los Programas Educativos (PE), se tiene un porcentaje de cumplimiento del 98% de las acciones y la evidencia son los informes del curso propedéutico, retroalimentar a las Instituciones de Educación Media Superior (IEMS) sobre los resultados de sus estudiantes en la evaluación de ingreso, el área de Vinculación y retroalimentación a diversas instituciones de educación superior, se tiene el 80% de cumplimiento la evidencia son los resultados del EXANI, otra acción es fortalecer la promoción de proyectos institucionales a las IEMS, 80% de avance las evidencias son los eventos realizados y publicados en redes sociales, el avance de la meta por indicador es del 75%.

Con respecto al indicador de retención el valor inicial 2020-2021 es 100% la meta es del 75%, las acciones programadas es la atención compensatoria (talleres, cursos de los diversos Programas Educativos a sus estudiantes), pertinentes a las necesidades de los estudiantes de los PE,

4

identificando el impacto de los mismos, el porcentaje de cumplimiento de las acciones es del 75% las evidencias son los cursos o talleres por grupos. En relación a implementar los programas de reforzamiento académico, considerando los resultados de diagnóstico de ingreso y curso propedéutico tiene el 65% de cumplimiento, la evidencia son las bases de datos de asesoría del SIIN, el avance de la meta por indicador en general es del 70% de avance.

Referente al indicador egreso (eficiencia terminal) el valor de inicio periodo 2020 – 2021 es del 100%, la meta es del 48%, dentro de las acciones que se han programado es el seguimiento a las acciones para atender los resultados del diagnóstico de las principales causas de baja eficiencia terminal, el porcentaje de cumplimiento de las acciones es del 70% las evidencias son las acciones de tutoría y de atención compensatoria, asesoría académica, e impartición de cursos extracurriculares de los Programas Educativos, el avance de la meta es el 65%.

En el mismo indicador de egreso (titulación) el valor inicial 100%, meta 95%, las acciones programadas es el fortalecimiento de la bolsa de trabajo (impacto y seguimiento) 60%, el cumplimiento de las acciones, la evidencia son las publicaciones en la página oficial UTVM de la oferta laboral el avance de la meta es del 65%, es lo referente a este indicador.

3. Mejora de los Aprendizajes. – Expone el Ing. Vicente Salome Torres Jiménez, menciona que este eje tiene como objetivo identificar los niveles de avance respecto de los resultados de desempeño, asistencia, participación en clase, avance programático y cumplimiento de actividades extracurriculares.

Comunica que este indicador está conformado por dos indicadores, el promedio de aprovechamiento académico por período escolar y porcentaje de reprobación por período escolar.

Las acciones estratégicas que se realizaron son: tutorías, asesorías, apoyo psicopedagógico, regularizaciones, capacitación docente.

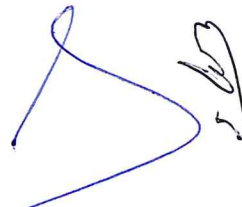
Para el caso de las tutorías, muestra evidencia de las diversas tutorías por Programa Educativo.

Para el Cuatrimestre enero-abril 2021, se realizó también la comunicación entre la Comunidad Universitaria a través del grupo de WhatsApp, se ha podido establecer un canal de comunicación entre los coordinadores del programa para brindar e intercambiar información que permita orientar y dar seguimiento a los estudiantes del grupo tutorado en diferentes aspectos académicos de la institución.

En el cuatrimestre se compartió información relacionada con: actividades académicas de los programas académicos así como de servicios complementarios, becas y evaluación al desempeño académico.

En el cuatrimestre enero-abril se contó con 73 tutores asignados, quienes en su conjunto brindaron un total de 600 tutorías grupales y 725 tutorías individuales.

Durante el cuatrimestre la encargada del PIT realizó 1 reunión con los tutores y director de los programas educativos de TSU en Administración (FEP) y de la licenciatura de Gestión de Proyectos, así como con los tutores y directora de los programas de Tecnologías de la información (DSM) y de la ingeniería en Desarrollo y Gestión de Software. En estas reuniones se conversó sobre las dificultades que enfrenta el tutor para realizar su labor ante los jóvenes en esta nueva normalidad,



compartiendo también los profesores casos que han implicado retos, pero también satisfacciones, al haber impactado de manera positiva en sus estudiantes

Al momento se han implementado en UTVM 11 de 19 políticas planteadas en el programa institucional de tutorías, por lo que para el presente cuatrimestre se contempla impulsar dos más por lo que se realizará el análisis de cuales son viables de acuerdo al contexto de la Universidad. Se muestra evidencia.

Reitera el apoyo brindado por el área de psicopedagogía.

Los Estudiantes atendidos en psicopedagogía: enero abril 2021: 41, mayo- agosto 2021: 19.

Las Estrategias de atención es la canalización que realizan los tutores por medio del SIIN, se muestra pantalla.

La siguiente acción se tiene contacto con los tutores mediante correo electrónico para dar seguimiento a los alumnos canalizados, (se muestra evidencia; correos electrónicos), así mismo, se atiende a los estudiantes que por interés personal solicitan el servicio, realizan la solicitud mediante correo electrónico, otra de las estrategias de atención menciona que las sesiones son por medio de llamadas, llamadas por whatsapp o por mensajes de texto con estudiantes sordos.

Cabe señalar que, se integra en el SIIN lo trabajado en cada sesión (se muestra evidencia del sistema).

Para el rubro de capacitación muestra evidencia fotográfica y plataforma zoom.

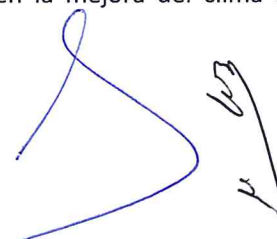
A través de una tabla de capacitación rubro administrativos periodo enero –abril 2021, se muestran los siguientes cursos: capacitación a los intérpretes en estrategias de enseñanza para estudiantes sordos, 11 participantes, el área es la Secretaria Académica, 13 y 20 de enero de 2021, el impacto es a través de esta capacitación la UTVM contará con intérpretes y administrativos mejor capacitados en estrategias de comunicación visual.

Otro de los cursos es la sensibilización de la importancia de la certificación en la norma mexicana, con la participación de 34, todas las áreas de fecha febrero 2021, el impacto es que La UTVM podrá integrar, implementar y ejecutar prácticas para la igualdad laboral y no discriminación que favorezcan el desarrollo integral de las y los trabajadores, con el objetivo de acceder a la certificación por medio de la acreditación de la evaluación en dicha norma con un organismo de certificación.

La capacitación para intérpretes para fortalecer el proceso de comunicación entre los estudiantes e intérpretes tuvo una participación de 13, área Secretaría Académica, el impacto es que a través de esta capacitación la UTVM contará con intérpretes y administrativos mejor capacitados en estrategias de comunicación visual.

4. Ambientes de Sana Convivencia. – Presenta el Lic. Francisco Bravo Reyes, enfatiza los indicadores satisfacción de convivencia escolar, clima laboral, programa de sustentabilidad, programa de prevención y preservación de la salud.

Los objetivos son: implementar programa de prevención y preservación de la Salud (COVID 19, SARS CoV-2; Influenza h1n1), desarrollo de actividades con impacto en la mejora del clima laboral,



preservar ambientes y espacios ecológicos, implementar programa de prevención y preservación de la salud.

Para el indicador Satisfacción de convivencia escolar, el Valor inicial 2020-2021: 0 %, la meta es del 90%, para el indicador 2, clima laboral, el valor inicial 2020-2021: 10% la meta: 80 %, para el programa de sustentabilidad el valor inicial 2020-2021: 15%, la meta es del 80 %, con respecto al programa de prevención y preservación de la salud el valor inicial 2020-2021: 15 %, la meta es del 90 %.

Las acciones programadas del cursos-taller son la orientación vocacional, educación con enfoque en la equidad de género, prevención y preservación de la Salud e implementar programa de reforzamiento de prácticas, 85 por ciento de cumplimiento, las evidencias son: fotos, minutas, bitácoras, documentos, videos, avisos intranet, el avance de la meta es del 10%.

Otra de las acciones programadas es desarrollar programa de inclusión laboral, 15% del cumplimiento de las acciones, evidencias: fotos, minutas, bitácoras, correos, documentos, videos, avisos intranet, avance cero, con respecto a desarrollar actividades del programa de sustentabilidad se cuenta con el 75% con las siguientes evidencias fotos, minutas, bitácoras, correos, documentos, videos, avisos intranet, 75 % de cumplimiento de las acciones las evidencias son las mencionadas anteriormente, se tiene un avance del 10%, por último otra de las acciones, es desarrolla actividades del programa de prevención y preservación de la salud, el cumplimiento de las acciones es del 85%, las evidencias son las fotos, minutas, bitácoras, correos, documentos, videos y avisos intranet, tiene el 10% de avance.

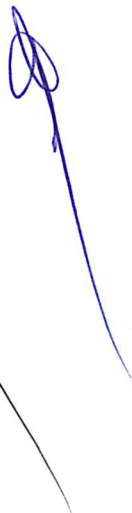

Se muestra check list de diversas actividades desarrolladas entre ellas: honores a la bandera, tutorías, prototipos desarrollos por los estudiantes desde casa, tutorías, clases, vídeos entre otros.

También muestra, fotografías de las diversas actividades desarrolladas en el programa de prevención y preservación de la salud, día internacional del combatiente de incendios forestales, día mundial de la libertad de prensa, día internacional de la partera, gestando un vínculo, día mundial de la osteogénesis, día mundial del ASMA, día mundial de la hipertensión pulmonar, día sin dietas, entre otras.

5. Emprendimiento. – El Biol. Alfredo Vázquez García, menciona los siguientes indicadores: estudiantes en programas de emprendedores: la meta es del 75%, programas de capacitación para fortalecer el emprendimiento, meta: 2, proyectos de estudiantes en incubadora: meta: 13, proyectos de estudiantes financiados: meta 2.

Comparte los objetivos principales del eje, que son fortalecer el programa de emprendimiento mediante las modalidades presencial y/o virtual y fortalecer la búsqueda de financiamiento para impulsar las ideas de negocio incubadas.

Proyecta la ruta de mejora empezando con los siguientes indicadores: estudiantes en programas de emprendedores, el valor de inicio 73% el objetivo es fortalecer el programa de emprendimiento, meta 75%, las acciones programadas, son las pláticas, talleres y conferencias de sensibilización (casos de éxito de emprendimiento), tiene el 32% del cumplimiento de las acciones, las evidencias son listas de asistencia, evidencia fotográfica, correos, el avance de la meta es del 50%.



Para el indicador, programas de capacitación para fortalecer el emprendimiento, el valor de inicio 2021, son 2, acciones programadas difusión de convocatorias de cursos y/o talleres, promover la inscripción, 100% del cumplimiento de las acciones, las evidencias son curso de emprendimiento asociativo, curso de MKT digital, avance de la meta 100%.

Con respecto a los proyectos de estudiantes en incubadora el valor de inicio 2021, son 9, el objetivo es fortalecer la búsqueda de financiamiento para impulsar los planes de negocio, meta 13, las acciones programadas es participar en presentación de proyectos, dar seguimiento a estudiantes identificados en el proceso de sensibilización y en Estadía, llevan un 14% de las acciones, la evidencia es la integración de planes de negocio el avance de la meta es un 108%, otro de los indicadores son los proyectos de estudiantes financieros, el valor de inicio 2021, 13, el objetivo es fortalecer la búsqueda de financiamiento para impulsar los planes de negocio, 2 metas, las acciones programadas integrar expedientes para financiamiento, no existe avance de las acciones.

Presenta check list de fotografías con las diversas actividades desarrolladas.

6. Internacionalización e interculturalidad.- Expone la Lic. Leticia Corona Martínez, expone los diversos indicadores de este eje, porcentaje de personal académico y directivo con nivel B2 MCE o equivalente, porcentaje de estudiantes en movilidad internacional, número de acciones de promoción de la interculturalidad.

Los objetivos principales son: fortalecer el dominio del idioma inglés, promover el aprendizaje y conservación de lenguas indígenas, favorecer en los estudiantes su experiencia internacional e intercultural.

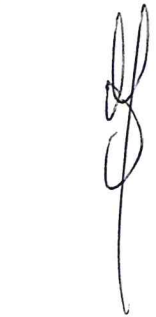
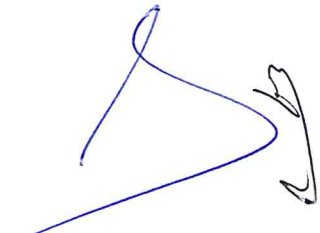
Con respecto al indicador número de acciones de promoción de la interculturalidad el valor inicial 2020-2021 son 2, la meta es de 3.

Las acciones programadas es implementar talleres de conversación, escritura y lectura en inglés, francés, el porcentaje de las acciones 100%, la evidencia son las listas de asistencia de los estudiantes que participan en cursos de francés, el avance de la meta por indicador es del 30%.

En relación al indicador: porcentaje de egresados con nivel B1 MCE o equivalente, el valor inicial 2020-2021: 20%, la meta es del 100% de los estudiantes de ingeniería y licenciatura, obtienen constancia que avala el nivel de idioma obtenido.

Las acciones programadas fueron las siguientes: continuar con el programa de capacitación de inglés para PTC, el porcentaje de cumplimiento de las acciones es del 100%, la evidencia son las listas de asistencia de los estudiantes que participan en el curso de francés, el avance de la meta por el indicador es del 30%.

Otra de las acciones programadas para este indicador es incluir en las clases inglés por objetivos específicos (Inglés técnico) para los diferentes P.E. para que incluyan vocabulario técnico, el porcentaje de cumplimiento es del 100% alcanzando el 100%, la evidencia es la exposición de los proyectos integradores, otra de las acciones es habilitar examinadores correctores con el centro certificador, el porcentaje de cumplimiento es el 100% y la evidencia es el curso de preparación.



Por último, otra de las acciones es donación continúa de acervo bibliográfico por la Comunidad Universitaria, el cumplimiento de las acciones es del 100% la evidencia es la entrega de libros por estudiantes de 5to. Cuatrimestre el avance de la meta por indicador es del 50%.

A continuación, se realiza la presentación del tema: desconfinamiento y manejo del estrés por parte del Mtro. Aldrin Trejo Montufar, expresa que Gobierno Estatal y Federal ha implementado diversas estrategias, mi escuela en casa, operativo escudo por un Hidalgo seguro, inicio oficial de confinamiento.

Los cuales se les ha dado cumplimiento desde los niveles de primaria, secundaria, bachillero y superior, así como, en los diversos entornos en la casa, la familia, en el trabajo.

Expresa las estrategias de las 3V, las cuales consisten en la vacunación al personal de educación y el desconfinamiento ordenado y seguro. Menciona que estas acciones permitirán contribuir a un semáforo en verde, el personal docente y administrativo dio cumplimiento a la vacunación ya que todo el personal se encuentra vacunado.

Presenta la guía técnica para el regreso seguro – UTVM, antes de abrir la escuela, se instaló el Comité Institucional de regreso seguro, el cual se trabajó en conjunto con diversas áreas desde marzo del año pasado, menciona a la Alta Dirección, personal Directivo, Docentes, Administrativos, Área Jurídica, que estuvieron colaborando en dicha actividad, manifiesta que será necesario capacitar al personal (docente y administrativo), también se realizó un diagnóstico de la institución, respecto a su infraestructura, así como, analizar los riesgos que pueden existir al apertura la Institución y la respuesta ante ese riesgo, por lo que se analizó y validó, menciona que es necesario establecer protocolos de atención, es necesario formalizar compromisos es decir, involucrar al personal docente y administrativo para poder regresar a la institución, de igual forma se deberá contar con un programa de sanitización con la finalidad de poder sanitizar las instalaciones de la UTVM, es necesario difundir el protocolo con el objetivo de que se conozca al 100% en la Comunidad Universitaria.

Con respecto a la apertura de la escuela para poder ingresar a la Universidad, edificios, laboratorios, referente al ingreso se contempla la toma de temperatura, gel antibacterial, limpieza de calzado, uso de cubre bocas obligatorio, entre otros.

En relación a la permanencia, se establecerán rutas para establecer donde caminar, para evitar cuellos de botella, por donde ir, por donde regresar, las respectivas superficies de acuerdo a la infraestructura es decir en qué condiciones a cuantas personas atender.

Respecto al regreso a casa se contempla garantizar el regreso seguro, contemplando factores externos a la Universidad como es el caso del transporte público.

La guía técnica para el regreso seguro – UTVM, es el resultado de los trabajos colegiados de las diversas áreas administrativas y la participación de docentes y directivos de la Institución, actualmente se tiene un avance significativo de más de 1 año

Con relación al manejo del estrés comparte le vídeo de la Coordinación Estatal de CTES, para el manejo del estrés.

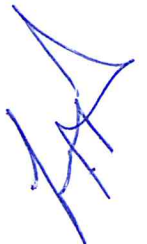

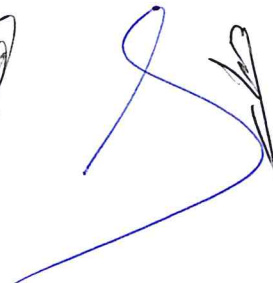
Liga: <https://www.youtube.com/watch?v=Vg5sfCX8B8I>

Presentan vídeo de Daniel López Rosetti, meditación y estrés, en él, explica a grosso modo la relación de sufrimiento con el estrés, explica que el estrés tiene alarma, resistencia y agotamiento, aguantando todo lo que tenía que aguantar de diversas situaciones, una vez relajado el cuerpo se puede tener un infarto, un accidente cerebrovascular, una convulsión, inmunodepresión y alguna infección, que es lo que sucedió estrés, que se hizo crónico y se sostuvo en el tiempo.

¿Qué es el estrés? Es una relación entre cargas versus resistencia, y la verdad es que hay unos medicamentos que son muy útiles para trabajarlo podemos ejemplificar con una balanza de un lado de la balanza están las cargas que debo resistir y del otro lado mi capacidad de resistencia, cuando las cargas superar mi capacidad de resistencia aparecen síntomas, síntomas que me hacen sentir, que me hacen entender y que mi cuerpo recibe en términos de información, estas cargas son en definitiva como como un camión que lleva cargas habitualmente, que puede llevar una, otra carga, trabajo, familia, temas existenciales, dudas, presiones externas, la sociedad, los piquetes o lo que quieran de afuera, pero sobre todo lo que está dentro de uno, esas cargas van superando nuestra capacidad de resistencia, hasta un día que la superan, entonces la carga supera esa resistencia, y el fiel de la balanza se inclina hacia el lado del estrés apareciendo entonces signos y síntomas.

¿Qué es un síntoma? Puede ser un dolor de cabeza, fiebre, dolor de estómago, falta de aire, nerviosismo, insomnio, cualquiera que puedan creer ustedes es un síntoma, pero para quienes trabajamos en esto, un síntoma no es un síntoma, un síntoma es información, cuando el paciente menciona sus síntomas para mi es información y hago un diagnóstico, el médico que nosotros más cerca somos nosotros mismos, por eso debemos escuchar los mensajes del cuerpo, la primera etapa del estrés es reconocer los síntomas dolor de cabeza, estomago, etc.

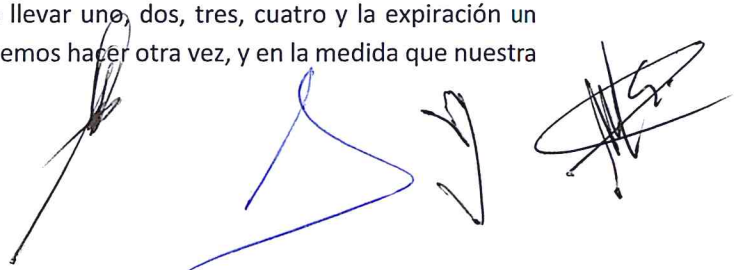

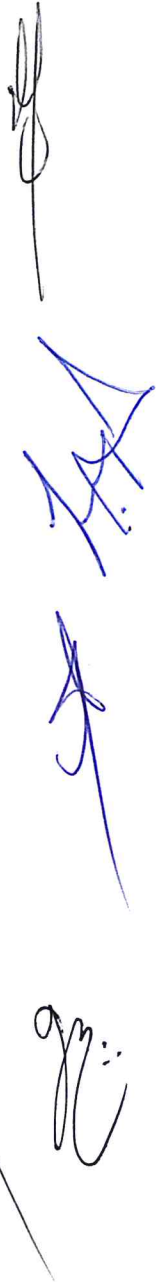
Comparte la cadena del estrés en donde todo inicia con una percepción, la realidad no existe sino desde nuestros propios procesos mentales, es decir la realidad es lo que yo creo que es y eso se llama percepción, que no es la realidad sino mi interpretación de la realidad, cuando percibo una situación estresante, cuando creo que algo me empieza a estresar, lo primero que va a suceder, es que cambio de conductas y de hábitos, a lo mejor el que fuma va a empezar a fumar más, porque lo va a tener como conducta compulsiva no sustitutiva, entonces el que fumaba diez va a fumar veinte, pero eso puede pasar como conducta compulsiva sustantiva y el que come puede comer más, el que se droga puede drogarse más y estamos en una conducta compulsiva, y estamos entonces en esa segunda etapa del síndrome del estrés, primero percepción, después conductas y hábitos y si no compense mi situación de estrés voy a manifestar síntomas, cada uno tiene síntomas distintos, algunos presentaran dolor de cabeza, insomnio, dolores musculares, otros alteración en la concentración, juicio, memoria, otro acidez gástrica, cualquier síntoma, en general se tienen uno o dos síntomas, si el síntoma eran palpitations si no compenso el estrés, va terminar siendo una enfermedad.



Es lo que vemos en el gráfico de la cadena del estrés, percepción, conducta y hábitos, síntomas físicos y psicológicos, enfermedad.

En definitiva el estrés, es una relación entre cargas y respuestas, la respuesta es por ejemplo el mochilero lleva una mochila adecuadamente y tiene su día normal, pueden pasar dos cosas, que un día la mochila sea muy pesada, o puede pasar que un día, con el mismo peso de la mochila, el pierda la fuerza, porque es más grande, por lo que fuera, o ambas cosas al mismo tiempo y el peso de la mochila supera la capacidad de resistencia, aparecen los síntomas del estrés y se condiciona la posibilidad de padecer una enfermedad, pero lo primero que sucede en el caso del estrés es que no somos felices, la persona no es feliz, cómo se aborda el tema del estrés hay varios tratamientos entre ellos el aspecto médico (moléculas, sustancias, tratamientos), psicológico (situaciones cognitivas), filosófico (es la filosofía con la que abordamos la vida), abordamos nuestros proyectos, nuestra realidad, vamos a nombrar una herramienta del manejo del estrés, de las tantas que hay se llama meditación, el cual es un proceso normal, meditar no es algo esotérico, extraño o religioso, la meditación puede tener trascendencia espiritual, la meditación es un proceso biológico, en el año 1800 Joseph Gall, desarrolló una pseudociencia, que se llamaba frenología, en la cual, decía que distintas partes de la cabeza, tenía distintas funciones, la cuestión es que no fue exactamente como los frenólogos decían, pero hoy sabemos ciertamente, que el cerebro tiene áreas que se especializan en determinadas funciones y tenemos dos hemisferios, el derecho y el izquierdo, no hay uno más importante, los dos son por igual importantes, pero tienen funciones diferentes, el izquierdo es lógico, matemático, secuencial, analítico, racional, ejecutivo, el hemisferio izquierdo conoce el paso del tiempo, el derecho por su parte, es un hemisferio que tiene funciones holísticas, generales, intuitivas, emocionales, creativas, musicales, espirituales, este hemisferio no conoce el reloj.

El presentador menciona, les paso alguna vez que quedaron extasiados, por mirar una fogata, una vela, y no vieron pasar el tiempo, en ese momento estábamos meditando, el hemisferio izquierdo racional, matemático, siempre mete pensamientos intrusivos, medita es setear la atención del hemisferio izquierdo, en un objeto focal, cuando eso sucede y mi hemisferio izquierdo se concentra, mi hemisferio derecho que no tiene reloj, entra en una situación de éxtasis, que se denomina meditación, donde bajan las sustancias tóxicas en sangre, y esto científicamente está medido, ¿cuál puede ser este objeto? Una vela, el fuego, puede ser una rueda ceremonial tibetana, pero el hecho de una repetición hace que el hemisferio izquierdo, se concentre en ese punto y el derecho trabaje libremente, eso se denomina meditar, y es sumamente beneficioso, los voy a invitar a hacer una sublingual, como si fuera un ansiolítico sublingual de meditación, si es que tienen ganas, nos va a llevar un minuto pónganse cómodos, apoyen los pies sobre el piso, lo más cómodo posible, cierren los ojos por un instante, y vayan siguiendo mentalmente, mi voz, respiren lentamente por la nariz, no usen la boca, respiren profundamente, llevando el aire a una respiración abdominal, la respiración del bebé, hinchando la panza, el aire ingresa y el aire sale, cada uno lo hace a su ritmo, a su tiempo, lo disfruta y se concentra en ese proceso respiratorio, imagina con su mente en forma profunda y ávida, cómo ingresa esa columna de aire, que pasa por la nariz, por la garganta, por la tráquea, va a los pulmones y expande las bases pulmonares oxigenando vitalmente nuestro cuerpo, exhalan el aire, la inspiración puede llevar, puede llevar uno, dos, tres, cuatro y la expiración un poco más larga y lo volvemos hacer una vez, lo volvemos hacer otra vez, y en la medida que nuestra





mente, este concentrada en ese proceso respiratorio, de inspiración y expedición, nuestro cerebro, el hemisferio izquierdo se estará centrando en él, permitiendo paz, serenidad y armonía. Ahora a nuestro propio tiempo deseo y voluntad vamos a volver muy lentamente al aquí y al ahora, cuando lo crean conveniente pueden ir abriendo los ojos y se conectan con este momento, esto es meditar y esto da paz, serenidad y da calma. La verdad es que la meditación, es un proceso biológico concreto que entre otras cosas permite tratar el síndrome del estrés, es un excelente medicamento, no tiene efectos adversos y no se compra en farmacias.

Se comparte en pantalla la liga: <https://www.youtube.com/watch?v=Vg5sfCX8B8I> para que la puedan consultar.

La Lic. Itzhel Briseida Rebolledo Hernández, cede la palabra a nuestro Rector el Dr. Marco Antonio Ocadiz Cruz, quien nos comparte su mensaje de cierre de esta Sesión Virtual Plenaria de Seguimiento y Evaluación del Consejo Técnico Escolar de Educación Superior (CTES) de la Universidad Tecnológica del Valle del Mezquital (UTVM).

Menciona dos puntos en específico 1. Salud, el 99% de la Comunidad Universitaria ya fue vacunada incluyendo el personal de limpieza y policía industrial bancaria, sensibiliza al foro a seguirse cuidando, evitar el contacto inclusive con nuestros núcleos familiares, ya que algunos familiares no se encuentran vacunados y no pertenecen al sector educativo y 2. Regreso laboral presencial el 15 de julio en la UTVM, hay que ir cambiando las rutinas, hay que contemplar soluciones antes del regreso con respecto a las madres de familia que tienen niños pequeños.

Agradece a la observadora y enlace de CTES, Lic. Erika Rosario López Flores y a los Consejeros la participación colaborativa en la sesión.

Finaliza la sesión recordando que los niños y jóvenes no hay sido vacunados y no son exentos de contraer COVID-19, aconseja cuidarlos, agradece el apoyo a todo el personal de la UTVM por su esfuerzo y resultados del mismo y al personal docente por su enorme compromiso académico.

Abrazos, que Dios los bendiga, mi pensamiento para el Mtro. José Eduardo Flores Ortega.

Se da por concluida la reunión siendo las 10:53Hrs. del día viernes 21 de mayo de 2021, firmando al pie y al calce los que en ella intervinieron.

CONSEJO TÉCNICO ESCOLAR DE EDUCACIÓN SUPERIOR (CTES) DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL VALLE DEL MEZQUITAL		
Nombre	Cargo	Firmas
Dr. Marco Antonio Ocadiz Cruz	Rector de la UTVM	

<p>Dra. Yashared Saldaña Tapia</p>	<p>Secretaria Académica</p>	
<p>Dra. Gloria Martínez Martín</p>	<p>Directora de los Programas Educativos TSU. en Tecnologías de la Información (Área Desarrollo de Software Multiplataforma) Ing. en Tecnologías de la Información y Comunicación</p>	
<p>Mtra. Esther Botho Clemente</p>	<p>Directora de los Programas Educativos TSU. en Turismo (Área Hotelería) TSU. en Turismo (Área Desarrollo de Productos Alternativos) TSU. en Gastronomía Lic. en Desarrollo Turístico Sustentable Lic. Gastronomía Lic. en Gestión y Desarrollo Turístico</p>	
<p>Mtro. Oliver García Ramírez</p>	<p>Director de los Programas Educativos T.S.U. en Administración (Área de Formulación y Evaluación de Proyectos) Lic. en Gestión de Negocios y Proyectos Ing. en Desarrollo Empresarial de Proyectos Sustentables</p>	
<p>Mtro. Aldrin Trejo Montufar</p>	<p>Director de los Programas Educativos TSU. en Mecatrónica (Área Automatización) TSU. en Mecatrónica (Área Instalaciones Eléctricas Eficientes) TSU. en Energías Renovables (Área Calidad y Ahorro de Energía) Ing. en Mecatrónica Ing. en Energías Renovables</p>	
<p>Mtro. Gildardo García Acosta</p>	<p>Director de los Programas Educativos TSU. en Mecánica (Área Industrial) Ing. en Metalmeccánica</p>	

M. C. Luis Salazar Cervantes	Director de los Programas Educativos TSU. en Procesos Alimentarios Ing. en Procesos Bioalimentarios Especialidad en Ingeniería Técnica en Seguridad e Inocuidad Alimentaria	
M.D.C. Rubisel Téllez Reyes	Director de Vinculación y Extensión Universitaria	
Mtro. Javier Daniel Flores Vergara	Director de Administración y Finanzas	
Mtro. Román Bravo Cadena	Subdirector de la Unidad Académica de Tezontepec de Aldama	
Lic. Cruz Juan José Pérez Hernández	Subdirector de Planeación y Evaluación	
Mtra. Mónica Flores López	Jefa del Departamento de Idiomas	