



UADY

UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA  
DE YUCATÁN

*"Luz, Ciencia y Verdad"*

PROGRAMA INSTITUCIONAL  
DE TUTORÍA

# Mundo T

*Conectados por la tutoría*



**Boletín electrónico No. 41**  
**Enero 2020**



Programa Institucional de Tutoría UADY

Información de contacto  
Correo electrónico: [tutoria.uady@correo.uady.mx](mailto:tutoria.uady@correo.uady.mx)  
Teléfono: 9300130 Ext. 74326



# Presentación:

El presente boletín electrónico llega a su 41ª edición, con el objetivo de hacer llegar información de interés para la comunidad universitaria. A través de estas publicaciones, el Programa Institucional de Tutoría (PIT) pretende tener un mayor contacto con los estudiantes, profesores, y toda la comunidad de esta casa de estudios.

Te invitamos a consultar y compartir esta información con el fin de contribuir a la difusión y consolidación de la tutoría a nivel institucional.





UADY

UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA  
DE YUCATÁN

*"Luz, Ciencia y Verdad"*

PROGRAMA INSTITUCIONAL  
DE TUTORÍA

# Contenido

*Tema Académico*

*Noticias*

*Tutoexperiencia*

*Tutografía*

*Canalización*

*Tema Libre*

*Tips*

*Tuto-ríe*





# Tema Académico

MES. David de Jesús Santoyo  
Manzanilla  
Académico de la Facultad de  
Economía

## EL IMPACTO DE LAS EMOCIONES EN EL APRENDIZAJE

Tradicionalmente, los educadores han enfatizado la mente como el único medio para la capacidad de los estudiantes para aprender. Estudios más recientes han descubierto que el aprendizaje no es una función de la mente solamente, sino de toda la persona. Daniel Goleman (1995), psicólogo de Harvard, escritor científico para el *New York Times* y autor de la obra maestra "Inteligencia emocional", postuló que "cuando se trata de predecir el éxito de las personas, el poder de la razón medido por pruebas de inteligencia y otras pruebas de rendimiento estandarizadas parecen tener menos importancia que las cualidades mentales que alguna vez se consideraron como caracteres o cualidades emocionales (p. 62).





## Tema Académico

Los profesores de cualquier nivel educativo deben reconocer que los estudiantes aprenden a través de pensamientos y emociones que abarcan ambos hemisferios del cerebro. El hemisferio izquierdo funciona predominantemente en las áreas de lenguaje, lógica, razón, matemáticas y habilidades de escritura. El hemisferio derecho funciona predominantemente en las áreas de emoción, música, artes y creatividad (Myers, 1978).

Durante años, la ciencia creyó que los estímulos sensoriales eran procesados por la corteza cerebral. Ésta determinaría si el peligro era eminente. La amígdala luego enviaría mensajes a la corteza para estimular el sistema nervioso autónomo y responder al suceso.





## Tema Académico

Los estudios de LeDoux indicaron que los estímulos sensoriales alcanzan la amígdala dos o tres veces más rápido que la corteza y respaldan que la cognición y la emoción, aunque interactivas, son sistemas separados en el cerebro (Goode et al., 1991).

La investigación de LeDoux (citado por Gibbs, 1995) permitió comprender que la amígdala es lo suficientemente poderosa como para anular la neocorteza, la parte izquierda del cerebro, que controla el pensamiento racional, la razón y la lógica. Bajo la tensión de la angustia, es más probable que las emociones sean las primeras en estimular el comportamiento. Los significados y respuestas emocionales son almacenados por el sistema de memoria de la amígdala; ¡por lo tanto, las percepciones presentes pueden ser interpretadas por la experiencia pasada!





# Tema Académico

## REFERENCIAS

1. Goleman, Daniel. (1995) Inteligencia emocional . Nueva York: Bantam Books.
2. Goode, Erica, Schrof , Joannie y Burke, Sarah. (1991) "De dónde vienen las emociones". Noticias de los Estados Unidos e Informe Mundial . Junio, 54-62.
3. Gibbs, Nancy. Tiempo "Cuál es tu EQ " . 2 de octubre de 1995.
4. Myers, David. (1987 ) El rompecabezas humano: investigación psicológica y creencias. Nueva York: Harper & Row Publishers.





# Noticia

## Programa Institucional de Tutoría

### **IX encuentro regional de Tutoría**

Del 11 al 13 de noviembre de 2019 se llevó a cabo el IX Encuentro Regional de Tutoría, siendo el primero en la modalidad virtual.

La institución que tubo bajo su responsabilidad la organización fue la Universidad Autónoma de Chiapas UNACH. En el marco del encuentro se tuvo las palabras de bienvenida a cargo del Rector de la Universidad, Dr. Carlos F. Natarén Nandayapa; Se presentaron dos conferencias magistrales, la primera denominada "Retos que enfrenta una tutoría para ser innovadora, dictada por la Mtra. Alejandra Margarita Romo López y la segunda "Inclusión Educativa y Responsabilidad Social en la Tutoría", a cargo de la Mtra. Esther Labrada Martínez. Se presentaron trabajos en formato ponencia organizados en cuatro ejes temáticos.





# Noticia

Los cuatro ejes abordados fueron:

1. Acciones tutoriales para la permanencia
2. El papel del tutor
3. Evaluación de los Programas Institucionales de Tutoría e Inclusión
4. Educativa y responsabilidad social.

En el encuentro participaron más de 19 Instituciones educativas entre las que también se encuentra nuestra Universidad la cual contó con cuatro ponencias.

La Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior, el Consejo Regional Sur-Sureste, la Red Regional de Tutorías y la Universidad Autónoma de Chiapas  
**CONVOCAN**  
A tutores, docentes, estudiantes, autoridades educativas e investigadores en el tema de la tutoría en general a participar en el

**Encuentro Regional**  
Primer Foro Virtual de la Red Regional de Tutoría de la Región Sur Sureste. Modalidad virtual  
*"Retos para la innovación en la tutoría"*  
Del 11 al 13 de noviembre de 2019  
Espacio de encuentro virtual



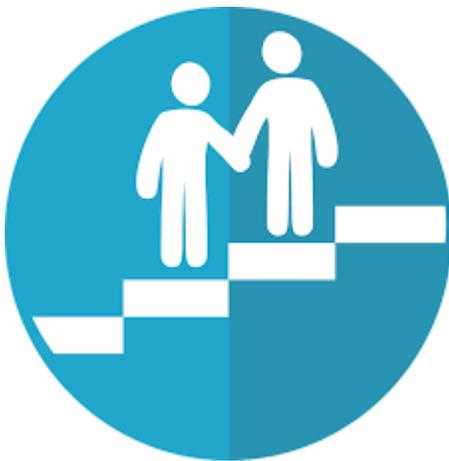


## Tutoexperiencia

Autor

**Br. Bryan Zárate Quezada**  
Alumno de 6° semestre de la  
Facultad de Educación

Desde una perspectiva personal, el profesor tutor es un elemento de vital importancia en el proceso formativo de los alumnos, ya que es la persona encargada de dar un seguimiento puntual a la trayectoria escolar de los tutorados, brindar atención personalizada, esclarecer cualquier duda concerniente al ámbito escolar y canalizarlos con el personal indicado, en caso de que necesiten algún tipo de atención más especializada.



Otro aspecto que me gustaría mencionar se centra en la relación académica que he logrado construir con mi tutora dentro de las horas de tutoría individual



## Tutoexperiencia

Gracias al seguimiento de mi trayectoria escolar y a la apertura otorgada, tuve la oportunidad de contarle mi situación personal cuando ingresé a la licenciatura, debido a que sentía un cierto temor de tener que interrumpir mis estudios.



Afortunadamente me brindó información acerca de las distintas becas económicas disponibles y me canalizó con el personal para realizar los trámites correspondientes. Asimismo, me habló acerca de la estructura del plan de estudios y todos los requisitos que debo cumplir para no incurrir en una situación de rezago.





## Tips

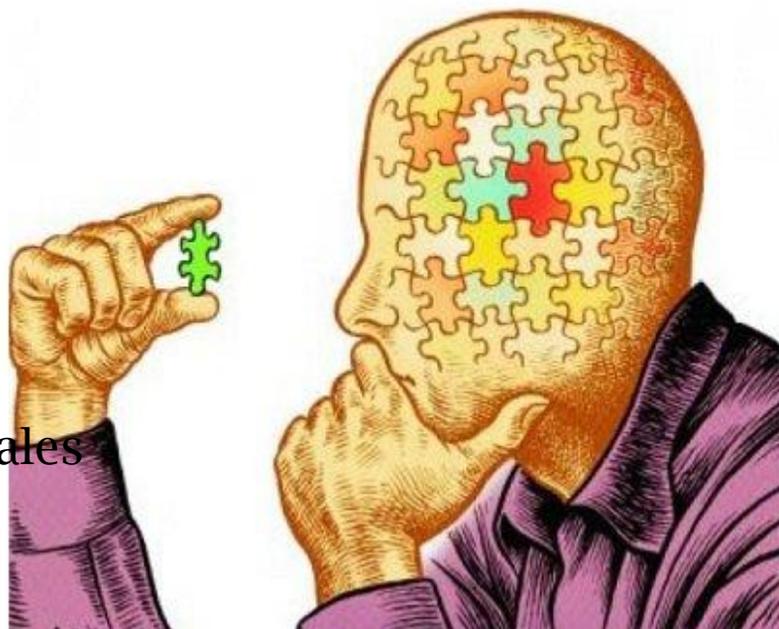
Autora  
Mtra. Nidia Morales Estrella  
Responsable del Programa  
Institucional de Tutoría

## *Habilidades para la vida*

Las habilidades para la vida son el conjunto de destrezas psicosociales necesarias para un comportamiento adecuado, que permiten enfrentar eficazmente las exigencias y retos para la vida (OMS, 1993).

¿Cuáles son?

- Autoconocimiento
- Empatía
- Comunicación asertiva
- Relaciones interpersonales
- Toma de decisiones





## Tips

Autora

Mtra. Nidia Morales Estrella  
Responsable del Programa  
Institucional de Tutoría

- Manejo de problemas y conflictos
- Pensamiento creativo
- Pensamiento crítico
- Gestión de emociones y sentimientos
- Manejo de tensiones y estrés



Todas ellas nos permiten lograr un control adecuado de la vida, pudiendo ser desarrolladas adaptadas a nuestra vida.

Para lo anterior es necesario el conocimiento de ellas y una práctica para que se considere que se están desarrollando y sumarle un reforzamiento para que haya un cambio de actitud, valores y comportamientos.





## Tema Libre

### Autores

Pérez Padilla Elsy<sup>1</sup>, Nayeli Hijuelos  
García<sup>1</sup>, Salgado Burgos Humberto<sup>2</sup>

1. Facultad de Medicina.

2. Centro de Investigaciones "Dr. Hideyo  
Noguchi"

## El estrés en estudiantes de nuevo ingreso

Comenzar con una carrera universitaria para algunos puede resultar una experiencia positiva y agradable, sin embargo, para otros puede ser una experiencia difícil, frustrante y/o estresante, ya que el inicio de esta nueva etapa produce una serie de cambios conductuales en la forma de vida de los estudiantes (Álvarez, 1998).

El estrés se puede considerar como una reacción emocional, cuya intensidad sobre el estudiante se vincula con diversos factores psicosociales, que se presentan ante un fenómeno estresante. Éste puede ser definido como aquel ante el cual el sujeto es vulnerable y que posee la capacidad de provocarle la respuesta de estrés (Córdova y Hecht, 1996). Todo lo anterior puede desencadenar nerviosismo, tensión, cansancio, agobio, inquietud y otras sensaciones similares.





## Tema Libre

Todos estos factores disminuyen el rendimiento y estabilidad emocional de los estudiantes, esto puede dejar como consecuencia en el alumno la falta de ánimo para continuar en la carrera y, en otras situaciones, desencadenar sintomatología depresiva y, en casos extremos, adicciones, problemas psicológicos o hasta el suicidio. Es importante detectar el nivel de estrés y brindar a los estudiantes adecuadas estrategias para su manejo que pueden ir desde técnicas de organización del tiempo, técnicas de relajación, apoyo psicológico hasta terapia psicológica grupal o individual.





# UADY

UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA  
DE YUCATÁN

*"Luz, Ciencia y Verdad"*

PROGRAMA INSTITUCIONAL  
DE TUTORÍA

## Tema Libre

### Referencias Bibliográficas

Álvarez M.A. (1998). Estrés. Un enfoque integral. La Habana, Cuba: Editorial Científico-Técnica.

Arrieta K., Díaz S., González F. (2013). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de odontología: prevalencia y factores relacionados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(2): 173-181.

Berrío N., Mazo R. (2011) Estrés Académico. *Universidad Colombia*, 3(2), 65-82.

Castillo C., Chacón T., Díaz G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Inv Ed Mex*, 5(20), 230-237.

Casuso-Holgado M.J. (2011). Estudio del estrés, engagement y rendimiento académico en estudiantes universitarios de ciencias de la salud (Tesis Doctoral). Universidad de Málaga, Facultad de enfermería, fisioterapia, podología y terapia ocupacional; Málaga, España.

Córdova A., Hecht K. (1996). El problema del estrés en la medicina. La Habana, Cuba: Editorial Científico-Técnica.

Del Toro A. Y., Gorguet P. M., Pérez Y., Ramos D. A. (2011). Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. *MEDISAN*, 15(1):18.





## Canalización

Autora  
Psic. Annie Delia Herrera Perera  
Facultad de Derecho

## Depto. de Orientación, Consejería y Tutoría



La Facultad de Derecho, en su compromiso con el Modelo Educativo de Formación Integral, ha dispuesto este espacio se brinda acompañamiento emocional emergente, orientado a situaciones de vida que pudieran o estén teniendo repercusión en su desempeño educativo

Las y los Maestros de la facultad, sensibilizados con la comprensión del desarrollo humano, una vez detectada la situación, canalizan y/o invitan al estudiantado a acercarse al departamento en pro de buscar alternativas de atención, para su salud mental y emocional.

El acompañamiento emocional emergente, orienta y aconseja, dejando claro de antemano que para situaciones que requieran un trabajo interno más profundo (un acompañamiento en proceso terapéutico)



se tiene a disposición al CAE, Centro de Atención al Estudiante y se realizará la canalización vía oficio, de igual forma para los casos donde se detecta una necesidad de acompañamiento psiquiátrico.

El departamento de Orientación, Consejería y Tutoría, se encuentra disponible **de 9:00 a 13:00 de lunes a viernes**. De igual forma se pueden dirigir al correo: [annie.delia@correo.uady.mx](mailto:annie.delia@correo.uady.mx)

con la Psicóloga Annie Herrera y concertar un encuentro. Elige ser feliz, construir tú futuro con la gente que amas y que te respeta!



"Sin  
Mi  
No Soy NADA"  
-Frida K





## Tutografía

Autor

Br. Esthefanía Góngora Soberanis  
Facultad de Ciencias Antropológicas

# Nuevos jaguares

La Facultad de Ciencias Antropológicas, con el fin de informar sobre los servicios de la universidad llevó a cabo un curso de inducción estudiantes que ingresaron al ciclo escolar 2019-2020.



Fotografía: Rodrigo Vences Nava



Fotografía: Rodrigo Vences Nava

En el cual se les proporcionó información sobre el Programa de Tutoría, la asignación y áreas de atención.





## Tuto-ríe

Autora

Psic. María Elena Argáez Castilla  
Atención Psicológica- CAE CCBA

- Señor abogado ¿Cuántas cuentas tiene su acusado?
- Bueno señor Juez, me ha dicho que abrió varias cuentas, Facebook, gmail, Hotmail, twitter, tal vez alguna en las Caimán.

Ja ja ja



-Doctor, todo se me olvida, creo que tengo Alzheimer

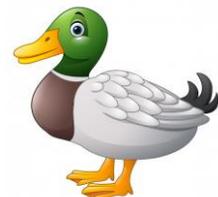
-¿Hace cuanto tiempo que se dio cuenta le sucede esto?

-¿Qué?...



Un mono y un pato nacen el mismo día, un año después ¿Quién es mas mayor?

R= El pato porque tiene un año y pico





# Créditos

**MOCE. Nidia Gpe. Morales Estrella**  
**Responsable del Programa**  
**Institucional de Tutoría**

**Pérez Padilla Elsy<sup>1</sup>, Nayeli**  
**Hijuelos García<sup>1</sup>, Salgado**  
**Burgos Humberto<sup>2</sup>**

**1. Facultad de Medicina.**  
**2. Centro de Investigaciones**  
**"Dr. Hideyo Noguchi"**

**Br. Bryan Zárate Quezada**  
**Facultad de Educación**

**Br. Esthefanía Góngora**  
**Soberanis**  
**Facultad de Ciencias**  
**Antropológicas**

**Psic. Annie Delia Herrera**  
**Perera**  
**Facultad de Derecho**

**Mtro. David Santoyo**  
**Manzanilla**  
**Facultad de Economía**

**LE. Alba Cecilia Bonilla Basto**  
**Programa Institucional de**  
**Tutoría**

**Psic. María Elena Argaez**  
**Castilla**  
**Atención Psicológica**  
**CAE CCBA**



**Agradecemos su**  
**colaboración**

