

ORBITANDO

Periódico de la Universidad Latina de México

*empezando el año
estrenamos periódico*



EDITORIAL

Hoy, con la publicación del periódico universitario "Orbitando" se fortalece la comunicación entre los miembros de nuestra comunidad. Las letras que en el espacio de nuestro periódico aparecerán, sin lugar a duda servirán para intensificar la comunicación de las tareas y logros de los universitarios.

Esperamos que al promover la comunicación, avancemos en nuestra visión compartida de la realidad universitaria y su entorno, se promueva el desarrollo de los miembros de nuestra comunidad y se procure el acercamiento y la integración de todos y cada uno a un proyecto común que denominamos Universidad Latina de México, y que tiene que ver con el desarrollo personal a través de la aprehensión del conocimiento, la formación como profesionales en la diferentes carreras que han sido elegidas y la formulación de roles conductuales estrechamente relacionados con la responsabilidad consigo mismos, el otro, la sociedad y el entorno.

Desde ahora los invitamos a participar, comunicando a los universitarios las actividades que llevan a cabo, cada uno como estudiantes, como grupo o como parte de un proyecto de formación profesional compartido.

Feliz inicio y buen año.

Ing Q. Ramon Ignacio Lemus Muñoz Ledo
Rector
Age Qvod Agis



Directorio

Rector:
Ing. Q. Ramon I. Lemus Muñoz Ledo
Director Académico:
Dr. Rafael Lemus Muñoz Ledo
Director Administrativo:
Lic. Carlos Lemus Muñoz Ledo
Universidad Latina de México
Av. San José de Torres #100
Col. San José de Torres
tel: (461) 61 3 43 85
www.ulm.edu.mx

Departamento de Comunicación:
MA Carlos Franco Ramírez
Diseño: LDG Jorge Moctezuma
Fotografía: DG Verónica Muñoz

comunicacion@ulm.edu.mx
Celaya Guanajuato / enero 2010 / año I # 1
Orbitando es una publicación mensual de la Universidad Latina de México, bajo la coordinación del Departamento de Comunicación

INDICE

- | | | |
|---|---|---|
| 1.- La Universidad Latina de México recibe al COPLADE | 7.- Se firma convenio con la Dirección General de Desarrollo Económico de Celaya
-Medidas de Prevención contra enfermedades de las vías respiratorias
-Diálogos Universitarios "Diversidad Biológica del Bajío" | 9.- XV Semana Nacional de Información
"Compartiendo Esfuerzos"
-Reciben Conferencia Notarios del Estado |
| 2.-Exposición Infantil en la Biblioteca de la ULM | | |
| 3.- GRADUACIONES 2009 | | |
| 6.-¿Cómo saber si llevo una Dieta Correcta?
-La ULM único lugar en Celaya certificado para la administración del examen iB TOEFL | 8.- Recomendaciones Económicas por parte de los Expertos | |



DEVENIR HISTÓRICO | **MÉXICO**
ciclo de conferencias enero / diciembre 2010
UNIVERSIDAD LATINA DE MÉXICO | **2010**
CELAYA GUANAJUATO

La conmemoración del bicentenario de la independencia de México y el centenario de la Revolución Mexicana, constituye un marco ideal para la reflexión sobre los elementos fundacionales de nuestra Nación, nuestra identidad nacional y del compromiso que como Estado, Región, Ciudad y sociedad tenemos para lograr que los ideales que inspiraron estos movimientos no sólo sean patrimonio de todos, sino una realidad que permita a los mexicanos tener una vida digna.

En este marco, la discusión de las ideas así como el conocimiento de las condiciones políticas, sociales y culturales en las que se desarrollaron los movimientos de Independencia y Revolución resultan un referente muy importante para contribuir al entendimiento de estos movimientos, así como difundir las expresiones de la cultura que contribuyeron al origen de la Nación, a darle identidad y proyección hacia el futuro, y específicamente a la integración de la región que constituye Celaya y los municipios aledaños.

En el ciclo de conferencias y actividades agrupadas bajo la denominación: "Bicentenario: Devenir Histórico" la Universidad Latina de México pretende formalizar un espacio en el que tanto los investigadores, profesionistas estudiosos de los diversos temas, estudiantes universitarios, el público en general, puedan conocer, reflexionar y discutir el entorno en el que se dieron los momentos fundacionales de México, la participación de diferentes grupos y la importancia de Celaya como cruce de caminos, cruce de historias.

Estas actividades se realizarán del mes de enero al mes de diciembre de 2010 y en ella participarán connotados investigadores, especialistas y universitarios. Desde ahora te invitamos a participar y que te sumes a esta iniciativa.



LA UNIVERSIDAD LATINA DE MÉXICO RECIBE AL COPLADEM

Por: Lic. Carlos Franco Ramírez

La Universidad Latina de México recibió el primer foro ciudadano con el que se tiene previsto crear el Plan de Gobierno 2009-2012, con la participación de las diferentes dependencias públicas, grupos intermedios y miembros de la ciudadanía en general, para así concluir la primera fase de la planeación y las acciones que habrán de realizarse durante este presente trienio encabezado por la alcaldesa Rubí Laura López Silva.

Comenzaron a arribar a nuestra institución, integrantes de la sociedad organizada, así como los representantes de diferentes organismos, con la finalidad de agregar nuevas acciones en el plan de trabajo que se estableció por el Consejo de Planeación de Desarrollo Municipal (COPLADEM).



Cabe señalar que dentro de este mismo consejo, se encuentran integrando algunas comisiones, coordinadores y encargados de departamento de nuestra universidad, estrechando los lazos entre nuestra casa de estudios y la actual administración; además de contar con la presencia de connotadas personalidades, tal es el caso del arquitecto Jesús Solorzano, director general de procesos del Instituto de Planeación del Estado de Guanajuato (IPLANEG); en representación del ayuntamiento, el regidor Luis Manuel Cano; el arquitecto Jaime Meza, director general del Instituto Municipal de Planeación Estratégica (IMIPE); la licenciada Verónica Orozco, directora de Desarrollo Social; y el arquitecto Gerardo Corona Cornejo, director del IMIPE; y por supuesto el rector de nuestra universidad, Ing. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo.

La apertura de dicho foro fue realizada por la Lic. Rubí Laura López, quien invitó a los presentes a que participaran en la creación del plan de su gobierno, asimismo aseguró que es de gran importancia contar con el apoyo de la ciudadanía, los representantes sociales de cada una de las comisiones del Copladem, los empresarios, los colegios, las cámaras y clubes.

Por otro lado Jesús Solorzano presentó la dinámica que seguiría el evento y al mismo tiempo invitó a cada uno de los actores ciudadanos, a

que participen en este proyecto y aporten las propuestas y acciones que consideren importantes añadir en el documento "in sumo" realizado por la junta de gobierno y que servirá para dar forma completa al Plan de Gobierno 2009 - 2012, y así crear en conjunto una estrategia a seguir. El arquitecto Gerardo Corona, aseguró que con este foro ciudadano se concluye la primera fase de la planeación de gobierno, por lo que dio a conocer la metodología a seguir a partir de ese momento; la cual consistirá en diagnosticar a cada una de las dependencias públicas con las nuevas propuestas hechas por los organismos, y así, crear un plan operativo que se agendará y el cual se validará mas adelante.

Dentro de las comisiones en las cuales se encuentran nuestro cuerpo académico son: Educación, Seguridad Pública y Protección Civil, Salud y Asistencia Social, Desarrollo Económico y Comercial, Ecología y Medio Ambiente, Servicios e Infraestructura básica, Cultura, Deporte y Recreación, la Comisión Urbana y la Comisión Rural.

Al finalizar el protocolo inicial de dicho evento, se llevo a cabo la discusión, y análisis de cada una de las propuestas del documento "in sumo", en cada una de las mesas de trabajo, para así poder agregar las nuevas propuestas hechas por la ciudadanía, las cuales pasaron a formar parte de dicho documento, que posteriormente se analizará por el Ayuntamiento.

Fue a lo largo de más de dos horas y media, en las que los participantes, y los miembros de nuestra comunidad universitaria, aportaron ideas, discutieron, analizaron y aprobaron nuevas acciones que podrán formar parte del plan de gobierno 2009 - 2012.



Exposición
Pictórica
Jorge
Moctezuma

28 enero-26 febrero
Biblioteca
ULM

TACTO
&
COLOR

SE TITULA COMO PSICÓLOGO

El Viernes 4 de Diciembre se llevó a cabo la ceremonia protocolaria de entrega de título para José Galindo Reyes, quién se hizo merecedor a dicho documento por medio de la opción de excelencia académica.

El acto académico, fue encabezado por el Rector Ing. O. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo, al igual que la Coordinadora de la Facultad de Psicología,

TF, Verónica Garibay Laurent, las catedráticas, Lic. Blanca Magaña, y la Lic. Antonieta Bejar Jiménez. Previo a la entrega de su título, se dio paso a firmar el libro de testimonios de nuevos titulados, como parte del protocolo. Fue que de manos del Jefe de la comunidad universitaria, el Rector Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo, le hizo entrega de su título, bañado de los aplausos de los asistentes, deseándole el éxito, al igual que su alma mater, la cual como siempre, estará orgullosa de ello.



EXPOSICIÓN INFANTIL EN LA BIBLIOTECA DE LA ULM

Por: Lic. Carlos Franco Ramírez

El pasado 3 e Octubre, la Federación de Escuelas Particulares de Celaya, lanzó la convocatoria para la 9a Muestra Plástica, en diferentes categorías, con el tema " Los Juguetes de los Niños en Dos Siglos De Independencia", a llevarse a cabo el día 15 de Diciembre en la biblioteca de la ULM.

Niños de las escuelas:

Centro de Educación Integral de Celaya
 Centro Educativo María Enriqueta
 Colegio México
 Instituto Celayense
 Instituto Educativo Rosa González de Carmona
 Instituto Oxford
 Jardín de Niños Alameda
 Jardín de Niños Centro de Desarrollo Infantil
 Jean Piaget

Participaron realizando sus trabajos con diferentes técnicas, mismos que fueron enviados a la Casa de la Cultura Municipal donde el Prof. José de Jesús Landín Mendoza, Jefe del Área de Artes Visuales del Sistema Municipal de Arte y Cultura; la Maestra Virginia Hernández Crisanto y el Prof. Miguel Mendoza Galindo, maestros de la Casa de la Cultura Municipal realizaron una selección de un trabajo por categoría por escuela. A estos trabajos se les otorgó un reconocimiento especial. Posteriormente un comité seleccionador del Instituto Celayense continuó con esta difícil misión seleccionando otros trabajos que también recibieron un reconocimiento.

Con todos estos trabajos seleccionados, se montó la exposición en la biblioteca de la ULM. El 15 de Diciembre a las 17:30 se dio puntual inicio al acto inaugural de esta 9a Muestra Plástica con la asistencia de un nutrido número de padres de familia y alumnos de las diferentes escuelas y de las siguientes personalidades.

Ing. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo
 Presidente de la Federación de Escuelas Particulares de Celaya y Rector de la Universidad Latina de México

Lic. Beatriz Acevedo
 Representante del Sistema Municipal de Arte y Cultura
 Maestra Hilda Araiza Granda
 Directora de la Escuela Normal Justo Sierra
 Profa. Silvia Araiza Granda
 Directora del Jardín de Niños Centro de Desarrollo Infantil Jean Piaget
 Lic. Beatriz Ramírez Valenzuela
 Directora de Jardín de Niños Alameda
 Lic. Lourdes Ramírez Valenzuela
 Coordinadora Jardín de Niños Alameda
 Lic. Lorenia Tovar
 Coordinadora Preescolar Colegio México
 Profa. Rosalía Lemus Muñoz Ledo
 Directora del Instituto Celayense

El Presidente de la Federación de Escuelas Particulares de Celaya, el Ing. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo dirigió unas palabras a los asistentes y posteriormente el Coro del Insituto Celayense, bajo la dirección del Mtro. Alberto Flores Gutiérrez, ofreció a todos, un regalo de Navidad al interpretar algunas de las canciones de su repertorio.

Más tarde el Ing. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo, Presidente de la Federación de Escuelas Particulares de Celaya, Rector de la Universidad Latina de México, al igual de demás personalidades, hicieron entrega de los diplomas a los niños cuyo trabajo fue merecedor de un reconocimiento especial a los maestros del Sistema Municipal de Arte y Cultura, a Directores de las Instituciones.

Se hizo reconocimiento a los trabajos seleccionados por el comité interno del Instituto Celayense, acto seguido, se realizó el corte del listón, en donde los asistentes disfrutaron de la exposición, dando paso al recuerdo de aquellos juguetes a partir del inicio de nuestra Independencia y hasta nuestros días.

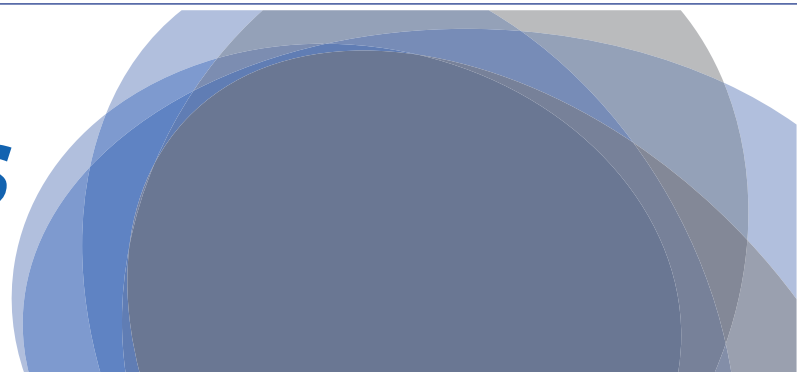


Se presentó en la biblioteca de la Universidad Latina de México la muestra plástica "Los Juguetes de los Niños en Dos Siglos de Independencia"

Diplomado de Juicios Orales

(INACIPE – ULM)

19 de febrero duración 120 hrs



XLVII CEREMONIA DE GRADUACIÓN

El 19 de Diciembre pasado, la Universidad Latina de México, se vistió de gala para llevar a cabo la *XLVII Ceremonia de Graduación de los alumnos que cursaron la Maestría en Terapia Familiar, la Especialidad en Ortodoncia y Ortopedia Maxilar, la Licenciatura en Comercio Internacional, la Licenciatura de Psicología y la Licenciatura de Cirujano Dentista.*

XLVII CEREMONIA DE GRADUACIÓN



El 19 de Diciembre pasado, el Campus de la Universidad Latina de México, se vistió de gala para llevar a cabo la XLVII Ceremonia de Graduación con la que se dio término a los estudios de los alumnos que cursaron la Maestría en Terapia Familiar, la Especialidad en Ortodoncia y Ortopedia Maxilar, la Licenciatura en Comercio Internacional, la Licenciatura de Psicología y la Licenciatura de Cirujano Dentista.

Una vez que con júbilo y ánimo festivo posaron para la fotografía del recuerdo, la Ceremonia dió inicio con la Celebración Eucarística de Acción de Gracias presidida por el Padre Carlos Sandoval, Párroco de la Iglesia del Sagrado Corazón, y de Pastoral de la Cultura de la Diócesis de Celaya, ante la presencia de hijos, padres de familia, maestros, familiares y amigos, los graduandos se aprestaron a dar gracias al Creador por el momento que celebran y la vida que les ha permitido vivir, solicitando su gracia, inteligencia, salud y sabiduría para los años por venir.

A continuación se llevó a cabo el evento protocolario de entrega de cartas de pasantes y diplomas. Dicha ceremonia dio inicio al rendir honores a nuestro lábaro patrio y entonar nuestro glorioso himno nacional.

Conformaron el presidium: la licenciada Rubí Laura López Silva, Presidente Municipal de Celaya; la Señora María Guadalupe Muñoz Ledo de Lemus, Presidenta del Honoraria del Patronato de la Universidad Latina de México, el Ingeniero Químico, Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo, Rector de la ULM, así como los Coordinadores de las Facultades y Escuelas de nuestra Universidad: el Dr. Rafael Lemus Muñoz Ledo, Director Académico; T.F. Verónica Garibay Laurent, Coordinadora de la Facultad de Psicología y de la Maestría en Terapia Familiar; Dra. Aide Terán Alcocer, Coordinadora de la Especialidad en Ortodoncia y Ortopedia Maxilar; Dr. Ángel Medina Recillas, Coordinador de la Facultad de Odontología; Mtro. J.J.G. Gregory Bernimont, Coordinador de la Escuela de Negocios.

Al iniciar su alocución el Rector citó a Juan Pablo II "El bien es la determinación firme y perseverante de empeñarse por el bien común, es decir, el bien de todos y cada uno para que todos seamos realmente responsables de todos", para a continuación motivar a los egresados invitándolos a que finquen su vida en principios y valores sólidos que son heredados por sus padres y que algún día heredaran a sus hijos, mismos que no serán negociables nunca, realizar su quehacer de vida con rectitud, moralidad, honradez y actuación ética, recalcando la integridad como la mejor carta de presentación, en segundo el amor al trabajo y solidaridad con el otro, con el prójimo, con su comunidad.



En diferentes momentos al término de entrega de documentos para cada carrera, escuchamos la participación emotiva de quienes a nombre de sus compañeros nos brindaron sus palabras tal fué el caso de Juan Alfonso Méndez Zavala, egresado de Psicología quien citó en Náhuatl:

"Cuahu timo nemiliz ipan ohtli in tlamachtilia, Ompa ca moyollo ipan ohtli in tlamachtli, Amo onca tlahuilli zan timo ilnamiqui Quen timo nequi."

"Para ir por el camino del saber, uno tiene que poner el corazón y la imaginación. En el camino

del conocimiento nada tiene luz para agradarnos como nosotros quisiéramos".

Con tan emotivo mensaje, cerró la entrega de documentos, dando paso a uno de los momentos de mayor emoción al brindar reconocimiento a los alumnos que se hicieron acreedores al Diploma de Excelencia Académica, siendo distinguidos:

En Comercio Internacional:

Alejandra Gamiño Ramírez

Claudia Elizabeth Tamayo Aguilar

En Odontología:

Roxana Dora Donadío Groeting

Diplomado en Psicología de Adultos Mayores

12 de Febrero 2010

Duración de 120 hrs

CENTRO PARA EL DESARROLLO ESTRATEGICO

CEDE



En Psicología

Área Clínica:

José Guzmán Díaz

Área Educativa:

María del Pilar Ortega Rodríguez

María del Carmen Olvera Mota

Karla Lorena Gallardo Uranga

Área Laboral:

Beatriz García Hernández

Para cerrar con el acto protocolario, tomó la palabra la Lic. Rubi Laura López Silva, presidente municipal y orador principal de esta Ceremonia, quien con voz emocionada invitó a los egresados a dar lo mejor de sí, impulsando el progreso de nuestra ciudad y nuestra región, al igual de felicitarlos por el paso importante en su trascender en la vida, avanzando en su realización personal y deseándoles el mayor de los éxitos como profesionistas.

Al término de la Ceremonia, al ritmo del festivo fondo musical, cada uno de los egresados recibió cálidas felicitaciones y los mejores augurios de parte de sus hijos, mamás y papás, maestros, familiares y amigos.

Terminaron sus estudios:

DE CIRUJANO DENTISTA

María Guadalupe Canchola Hernández

Diego de Jesús Cervantes Ortiz

Bruno Joel Conejo Escalón

Karla Yamile Del Río Salgado

Roxana Dora Donadio Groeting

Karina Mercedes Enríquez Rodríguez

Gabriela Ferrusquía Guillermo

Ariana Guadalupe Florencio Vázquez

Ma. Guadalupe Flores Martínez

Nelly García Patiño

María Fernanda Hernández Martínez

Roberto Carlos Hernández Paredes

María Teresa Huerta Peralta

Karla Ibeth Jaime Jiménez

Rosa Alejandra Labrada Bustamante

Liliana León Betancourt

Eduardo López Velázquez

María de Jesús Marquez Mosqueda

Lisuly Vianney Martínez Calixto

Liliana Martínez Martínez

Juan Francisco Martínez Medina

Elizabeth Morales Vera

María Guadalupe Mosqueda Ramblas

Paulina Muñoz Mújica

María Juana Negrete Ramírez

Aida Palomares Karrum

Leslie Paredes Fernández

Gloria Patiño Maldonado

Cristian Karina Peña Díaz

Nadia Guadalupe Rodríguez Guapo

Diana Lissett Rodríguez Rodríguez

Francisco Rojas Zamora

Gisela Guadalupe Ruiz Domínguez

Ariana Soria Camacho

Alma Selene Tinajero Morales

Daniel Torres Ruiz

Carmen Cecilia Velázquez Torres

Gabriela Denisse Vera Martínez

María Guadalupe Xoconoxtle Aldama

Blanca Celina Uribe Mendoza

EN LA LICENCIATURA DE COMERCIO INTERNACIONAL

Neyde Adriana Chávez Ruíz

Alejandra Gamiño Ramírez

Rafael Bernardo Lara Riquelme

Ramón Pizano Olvera

Claudia Elizabeth Tamayo Aguilar

DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

En el Área Clínica

Alejandra Camarillo Sánchez

José Guzmán Díaz

Montserrat Marlem Pérez Camacho

Gustavo Adolfo Prado Hernández

Berenice Sámano Flores

En el Área Educativa

Carolina Anaya Zavala

Rodrigo Barajas Valencia

Rogelio Samuel Fuentes Navarrete

Karla Lorena Gallardo Uranga

Samantha Gabriela Gómez Zavala

María José González Eguiluz

María Teresa Maldonado Cantú

Juan Alfonso Méndez Zavala

María del Carmen Olvera Mota

María del Pilar Ortega Rodríguez

Ana Paulina Patiño Ochoa

Fabián Saucedo Urbina

En el Área Laboral

Verónica Aguilera Zamarroni

Norma Cecilia Cázares Ferreira

Josefina Alejandra Enríquez Morín

Brenda García Hernández

Mariana García López

Ana Gabriela González García

Karen Sherel Lara Patiño

Vania Guadalupe Mancera Montoya

Jessica Mendoza Jauregui

Paulina Merino Trujillo

Romina Yunuen Ortiz Monroy

Magaly Perales Navarro

DE LA MAESTRÍA EN TERAPIA FAMILIAR

Daniela Centeno Mancera

Edgar García González

EN LA ESPECIALIDAD DE ORTODONCIA Y

ORTOPEDIA MAXILAR

María de la Luz Eugenia Avendaño Meléndez

Jesús Javier Colmenares Pastrana

Rafael García Terrones

Maricela Hernández

Annie Verónica León Quintero

Xochitl Mosqueda González

Pedro Rafael Oporta Conrado

Octavio Peña Arredondo

Israel Pérez Esquivel

Mónica Janet Ramírez Cadena

Victor Manuel Robles Velázquez

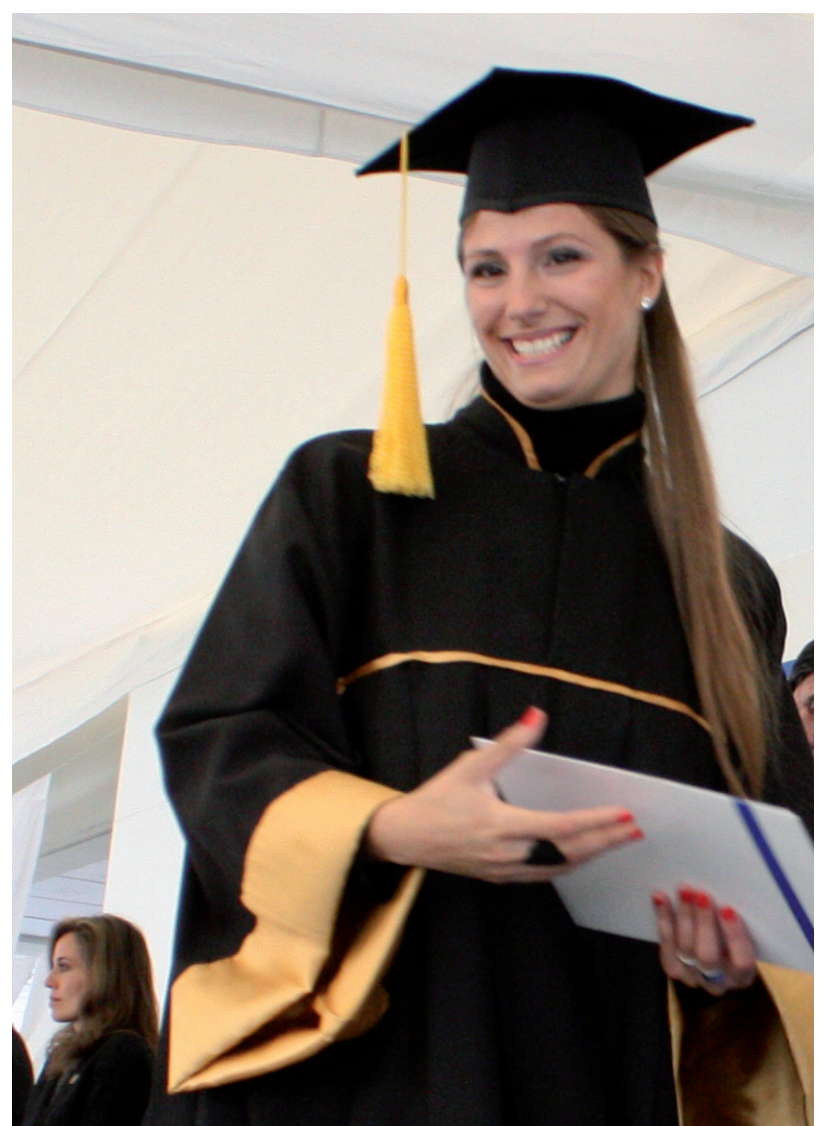
Yareli Hermelinda Sainz Hernández

Zuzuky del Rocio Sandoval Robles

María del Rosario Soto Carranza

Blanca Lucía Urbietta Soria

Con gran júbilo y enorme satisfacción felicitamos a nuestros egresados y les deseamos su realización plena como personas y éxito como profesionistas. Su "Alma Mater" deja abiertas sus puertas y su corazón. Hasta siempre.



ORBITANDO

El Lunes 7 de Diciembre, se llevó a cabo el primer evento protocolario de entrega de título de la Escuela de Diseño Gráfico de la Universidad Latina de México por medio del cual, los ahora Licenciados María Fernanda Bailón Ramírez y José Carlos Téllez Chávez, son ahora Licenciados en Diseño Gráfico.

Padres de familia y amigos de los titulados, fueron testigos de dicho acto formal, el cual encabezó en la mesa de honor, el Ing. Ramón I. Lemus Muñoz Ledo, Rector de la Universidad Latina de México; al igual de que la Licenciada en Diseño Gráfico María Michel Gómez Flores, Coordinadora de la Escuela de Diseño Gráfico; las catedráticas Ana Isabel Meave García y María Cecilia Escobar García.

Dando con ello el inicio se dio la bienvenida, seguido por el juramento pronunciado por el Rector, y a su vez protestado por los ahora Licenciados, continuando con la firma de testimonios de egresados, dando pie a la entrega de títulos por parte del Rector.

La Universidad Latina de México los felicita, esperando que los frutos de este gran paso, sea algo de lo mucho que les espera en su vida como unos profesionales de la materia que son.



¿CÓMO SABER SI LLEVO UNA DIETA CORRECTA?

Por: LNCA Alicia Gómez Morales, NC
Coordinadora de la Escuela de Nutrición

Llega el año nuevo y junto con él, una lista enorme de propósitos que pretendemos cumplir durante el nuevo periodo. Es común que en esa lista aparezca, "hacer ejercicio", "bajar de peso", etc. Sin embargo los días pasan y no se comienza a hacer nada para lograr lo que te propusiste.

Para poder cumplir con el propósito de año nuevo, en específico "el control de peso", es importante entender que un plan de alimentación o dieta correcta es aquel que el individuo suele realizar cotidianamente y que le permite la preservación de la salud; por lo tanto existen dietas correctas e incorrectas.

¿Cómo saber si llevo una dieta correcta?

En ocasiones hay falta de información y no sabemos lo básico para llevar una buena alimentación. Por otro lado tenemos un exceso de información sobre lo que se debe o no hacer, pero no sabemos como llevar a cabo las cosas y lograr nuestros objetivos.

Para esto es importante conocer las características que debe tener nuestra dieta:

- **Completa:** que incluya todos los grupos de alimentos del "Plato del bien comer"
- **Equilibrada:** debe haber un balance entre la energía y los nutrientes (hidratos de carbono, proteína y lípidos).
- **Suficiente:** que cubra las necesidades energéticas de cada persona.
- **Adecuada:** para cada persona es distinto. Hay que tomar en cuenta la edad, peso actividad, horarios, cultura, etc.
- **Variada:** incluir distintos tipos de alimentos de cada grupo de alimentos.
- **Inocua:** que su consumo habitual no implique riesgos a la salud.

Para poder corregir la dieta que actualmente llevas, el primer paso es tomar conciencia del problema de salud que puedes tener o que ya tienes (sobrepeso, obesidad, diabetes, etc.)

Luego se puede comenzar por cambiar poco a poco los hábitos alimentarios que son incorrectos, transformando también la actitud hacia el problema y utilizando distintos tipos de motivación.

Es importante que para poder lograr eficazmente tu objetivo te ayudes de expertos en el tema de la alimentación como lo son los Nutriólogos.

En la actualidad somos víctimas de carencias o excesos nutricionales importantes que se manifiestan en un sistema inmune pobre, envejecimiento celular prematuro, descontrol de peso y sus consecuencias como diabetes, hipertensión, dislipidemias entre otras enfermedades. Esto se debe al tipo de trabajo, falta de tiempo para preparar los alimentos y de comerlos, las comidas rápidas, los hábitos alimentarios inadecuados, poca actividad física, etc.

A continuación se enumera una serie de recomendaciones que pueden ayudarte de principio a corregir la dieta que actualmente llevas:

- Incluye diariamente verduras y frutas, en cada comida.
- Prefiere los cereales y panes integrales por su alto contenido de fibra.
- Cambia la leche y/o yogurts enteros por descremados (light, bajos en grasa)
- Evita el consumo alimentos como la carne de cerdo, chorizo, tocino, chicharrón, vísceras, birria, menudo, frituras, antojitos, crema, mantequilla, manteca, etc. pues su contenido de grasas es muy elevado.



- Disminuye o mejor, evita alimentos altos en azúcares como los pasteles, pan dulce, postres, helados dulces, chocolates.
- Limita la ingesta de alcohol y evita los refrescos. Recuerda que estos tienen alto aporte energético.
- Aumenta tu consumo de agua a 8 - 10 (1.5-2 L) vasos de agua diarios.
- Evita preparaciones como el frito, el capeado o el empanizado; prefiere métodos de preparación como el cocido, el hervido, el horneado, el asado, a la parrilla.
- Mínimo realiza 3 comidas diarias y procura un horario fijo
- Evita las comidas fuera de casa, ya que suelen ser alimentos con gran cantidad de grasas y azúcares además de que no suelen ser inocuas.

Haz el ejercicio parte de tu rutina diaria. Es muy útil tener un programa de ejercicio físico que se pueda realizar; para cada persona es distinto. La caminata tiene efectos muy positivos por lo que se recomienda caminar de 30 a 45 minutos por lo menos 4 veces por semana.

Recuerda ... Lo más importante para el control de peso es modificar los hábitos alimentarios y el estilo de vida que llevas.



LA ULM, ÚNICO LUGAR EN CELAYA CERTIFICADO PARA LA ADMINISTRACIÓN DEL EXAMEN IB TOEFL

Por: Mtra. Cynthia Leal Cokery
Coordinadora Enseñanza de Idiomas



EL EXAMEN TOEFL (Test of English as a Foreign Language) que en sus orígenes fue un instrumento para determinar si los estudiantes extranjeros que solicitaban admisión a las universidades estadounidenses poseían el nivel de dominio del inglés suficiente como para tener éxito en sus estudios, es ahora, en su versión iBT (Internet Based TOEFL), un examen sin precedentes en su género, ya que se aplica y evalúa vía internet.

Desde el inicio de su implementación en nuestro país, un año después de su inicio en los Estados Unidos, la Universidad Latina de México, a través de la Coordinación de Enseñanza de Idiomas, llevo a cabo el proceso de certificación siendo el séptimo sitio en el país al que le fue otorgado dicha certificación en febrero del 2006.

Actualmente es el único Sitio Certificado de Administración de este examen en la ciudad. A la fecha, se han llevado a cabo 31 aplicaciones del mismo a un total de 564 personas procedentes de distintas partes del país como Monterrey, Guadalajara, San Luis Potosí, Querétaro, Guanajuato, la Ciudad y el Estado de México entre otras.

Los candidatos han sido en su mayoría ex alumnos de instituciones tanto públicas como privadas, tales como el ITESM, Universidad de la Américas, Universidad del Valle de México, Universidad La Salle, así como diversos Institutos Tecnológicos y universidades públicas del país. La mayor parte de ellos realizan el examen como parte del proceso de admisión para estudios de posgrado en los Estados Unidos.

Es ésta, una manifestación más de cómo nuestra universidad se mantiene a la vanguardia.

ORBITANDO

SE FIRMA CONVENIO CON LA DIRECCIÓN GENERAL DE DESARROLLO ECONÓMICO DE CELAYA

Por: Jorge M. Hernández

La Universidad Latina de México y la Dirección de Desarrollo Económico de Celaya, firmaron un convenio de colaboración y vinculación para llevar a los miembros de la Comunidad Universitaria la oferta de trabajo que emiten las empresas de la región.

El rector de nuestra Institución, el Ing. Q. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo, señaló que este *"es un convenio para ganar-ganar"*, por un lado, el municipio da este espacio a los alumnos para que puedan realizar su trabajo con la posibilidad de practicar los conocimientos obtenidos en el aula y a su vez que puedan aprender los quehaceres cotidianos de las empresas.

Comentó que alrededor de doscientos alumnos se verán beneficiados con este programa, pero de entrada participarán treinta alumnos de



algunas de las carreras que oferta la Universidad, como Derecho, Odontología y Comercio Internacional.

La coordinación del convenio será a través de el Departamento de Desarrollo y Vinculación y el Centro de Desarrollo Estratégico y Empresarial de la ULM, a lo cual el Rector añadió que este es el primer convenio de este tipo que se ha firmado con el municipio, ya que se tienen algunos directamente con empresas a nivel estatal.

Por su parte, el director de Desarrollo Económico, Yon de Luisa, manifestó que el objetivo es potencializar el hecho de que alumnos y egresados de las universidades de este municipio, tengan la posibilidad de entrar al campo laboral de las empresas de la zona.

Dijo también que esta es una primera etapa y el fin es generar mejores resultados para aumentar esta vinculación entre empresas y escuelas, *"Desarrollo Económico será el mediador para que haya mayor respuesta"*, indicó. De igual manera, añadió que en la administración pasada, esta dependencia ya ha firmado convenios con otras instituciones como la Universidad de Celaya, por lo que reiteró que la intención es hacer crecer este programa.

Señaló que existen estos sistemas de vinculación a través de la bolsa de trabajo, en el que las empresas llaman a Desarrollo Económico para la búsqueda de los técnicos o practicantes.

Entre las principales actividades que se desarrollarán a través del convenio destacan el establecimiento de acuerdos para la realización de proyectos de interés para ambas partes; brindar un intercambio de información referente a la vinculación de prácticas profesionales y emprendedores; otorgar las facilidades para que los docentes y alumnos de esta Institución participen en los foros y eventos de capacitación y emprendedurismo; la vinculación de los alumnos egresados de nuestra universidad en los distintos sectores empresariales, entre otras varias actividades.

El convenio fue firmado por el Rector de la Universidad, Ing. Q. Ramón Ignacio Lemus Muñoz Ledo, y el Director de Desarrollo Económico, Yon de Luisa Saseta, ante sus respectivos equipos de trabajo en sus diferentes áreas en las instalaciones de la Biblioteca del Campus de la Universidad Latina de México.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN CONTRA ENFERMEDADES DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS

Las siguientes son ciertas recomendaciones que nos hace la Dra Irma Guadalupe Jiménez Montoya, Coordinadora de la Escuela de Medicina, para lograr evitar el contagio de la Influenza A H1N1 y otras enfermedades respiratorias, cuya frecuencia aumenta en la presencia del clima frío de esta época del año.

- 1.- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón (al llegar de la calle, periódicamente durante el día, después de tocar áreas de uso común, después de ir al baño y antes de comer).
- 2.- Cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo al toser o estornudar.
- 3.- Si es necesario escupir, hacerlo en un pañuelo desechable, tirarlo a la basura y lavarse las manos. Nunca escupir en el suelo.
- 4.- Lavar frecuentemente corbatas, sacos, bufandas, abrigos, etc., de preferencia después de cada uso.
- 5.- Mantener la higiene adecuada de los entornos (casas, oficinas, centros de reunión), ventilarlos y permitir la entrada del sol.
- 6.- Limpiar superficies y objetos de uso común.
- 7.- No tocarse la cara sobre todo nariz, boca y ojos con las manos sucias.
- 8.- Quedarse en casa cuando se tienen padecimientos respiratorios y acudir al médico, de esta manera evitan contagiar a los demás y recuperarse más rápido.

¿Cómo cuidar en casa a un familiar que presente los síntomas de la influenza?

En tu casa tienes que permanecer atento si algún miembro de tu familia presenta los siguientes síntomas:

-Si presentas fiebre superior a 38°, tos y dolor de cabeza, acompañado de cualquiera de los siguientes síntomas: dolor muscular y de arti-



culaciones, decaimiento (cuando no te puedes levantar); congestión nasal; dolor al tragar, dolor de pecho, dolor de estómago o diarrea.

¿Cuáles son los cuidados que se le deben brindar a un familiar que presenta estos síntomas?

- Manténlo en reposo.
- Aléjalo de los demás miembros de la familia.
- Ayúdalo para que se le lave las manos frecuentemente, en caso de que no pueda, lávaselas tu con alcohol en gel.
- Dale diariamente verduras y frutas y por lo menos ocho vasos de agua potable.
- Separa su alimentos, bebidas, platos, vasos y cubiertos.
- El enfermo debe utilizar cubreboca.

¿En qué momento es indispensable llevar a su familiar al Hospital?

Si se presentan los siguientes signos de alarma:
Dificultad para respirar
Dolor de pecho
Flemas con sangre
Confusión o somnolencia

DIÁLOGOS UNIVERSITARIOS "DIVERSIDAD BIOLÓGICA DEL BAJÍO"

Por: Jorge Moctezuma

Actualmente, la sociedad se encuentra en su mayoría absorbida por el auge tecnológico, esto repercute de varias maneras negativas para con el medio ambiente en que nos desarrollamos, es por esto que, preocupados por la concientización ecologista de los jóvenes y su educación integral, la coordinación de Extensión Universitaria organizó el pasado viernes 22 de enero, una interesante conferencia que abordó temas referentes a este problema.

De esta forma, como parte de la serie de conferencias "Diálogos Universitarios" en punto de las 9:00 de la mañana, en el Aula número 2 de esta, la Universidad Latina de México, comenzó la plática titulada: Diversidad Biológica del Bajío, el Biólogo Leobardo Cornejo, se dirigió ante un repleto auditorio.

Abordando temas que iban desde la riqueza cultural del país, hasta la mención de áreas protegi-



das en México y la región, el Biólogo, fue hilando su conferencia, mencionando en todo momento la importancia del conocimiento y cuidado del medio ambiente en el que vivimos y de su riqueza. Mencionó entre otras cosas como México se destaca en los primeros lugares en cuanto a número de especies de mamíferos, reptiles y en especies botánicas.

Con esta Conferencia se abrió de manera positiva el ciclo "Diálogos Universitarios" que se llevan a cabo todos los viernes a las 9:00 hrs. en las instalaciones del Campus Universitario.



RECOMENDACIONES ECONÓMICAS POR PARTE DE LOS EXPERTOS

Mediante buenos deseos o voluntarismos, no se pueden cambiar los indicadores, estos apuntan que vamos a recuperarnos, se dice que habría que ver que tan reales son los números, detectar que el ingreso personal disponible se mide en función del poder adquisitivo, los jóvenes lo perciben si su calidad de vida ha tenido una mejoría o por el contrario se ha venido deteriorando.

Generalmente lo hacen comparando los satisfactores y cuál de ellos ha incrementado, o cuál se canceló, sus actividades, cuánto gastaban en ir al cine, al café, al antro. Al no ser cabeza de familia, sus gastos son de consumo inmediato, por ejemplo, el ir a lugares de esparcimiento como anteriormente se dijo.

La reforma fiscal. El profesor comenta que la crisis, es aquella que reactiva la economía, pero según la teoría económica, esto parece contrario, ya que la misma premisa versa que haciendo que la gente tenga dinero, tendrá mas poder adquisitivo, por ello, hoy en día todo esto no se realiza, ya que se consume menos, haciendo que los niveles de producción bajen, hasta llegar al desempleo.

Se cree, que la repuesta es aumentar el numero de contribuyentes, la base gravable, con algunos de los momentos, como formalizar el comercio informal, evitar la evasión fiscal, mas que nada en las grandes empresas, 12 millones de mexicanos, pagan demasiados impuestos, como el ISR del 28 al 30%

La cuestión de los ingresos no es lo único, sino los gastos, cualquier ama de casa sabe que cuando no hay dinero, echa mano de disminuir el gasto, ella se fija sobre los gastos superfluos, como el cable, el internet, las salidas, lo cual disminuye para lo esencial.

En los jóvenes, cada vez es mas notorio, darse cuenta de ello, en lo cual muestra signos de que nuestro status comienza a descender, y que cuando se toma consciencia, el muchacho, exige y no presiona, lo cual hace que al-

gunos de ellos, dejan estudios y comienzan a trabajar, comenta, que en su grupo son 16 alumnos, ahora son 9, no lo son por razones de cuestiones económicas, pero si en factores económicos, o de vocación, o de poder ingresar a carreras o diversos centros educativos.

Ingreso, es consumo o ahorro, poco se tiene el ahorro, si falta educación o información en temas financieros, no solo de alternativas de ingreso, sino también de mecanismos de ahorro, porque hay cosas como falta la cultura emprendedora, lo que no da el espíritu de competencia, esperando que células sociales como la familia impulse, y no proteja.

Es importante que en las escuelas de negocios, los jóvenes, se busque en problemas reales, y en los cuales busquen seguir con sus mismos problemas de consumo, y los que están presentes que los empleos escasean, para los que no se desarrollan, y de ahí puedan salir adelante.

Ver esta crisis no como algo que derrota en el ánimo sino que fortalezca nuestras capacidades de saber que somos superiores a cualquier problema económico que se nos presente, cero espíritu derrotista, desarrollar la idea de que la crisis es una oportunidad, que nos permite replantear nuestra vida, y en los universitarios es el capital humano que es dado por sus conocimientos y su determinación, lo cual pueda darse en la visión, porque es el patrimonio mas grande, que es la formación, y la misma que pueden acrecentar al

talento, sumado la juventud, que les da el permiso de volver a intentarlo cuantas veces quieran, y no ver las cosas oscuras, no ser pesimistas, y generando espacios.

Buscar generar riquezas no solo de materia monetaria, en el mundo global, la cual los pone en mejores condiciones, mismas que puede salir adelante. Darse a la tarea de enviar su CV, a portales, donde se inicia los portales de negocio sin disponibilidad monetaria,

La recuperación del presidente es animatoria, de estimularla salida, una cosa es la economía real, y otra es la normativa se puede tener la capacidad de crear un buen país es cada uno mismo, sintiendo como se puede ser mejor, es poder hacer grandes, conforme a lo grande que son sueños y el como construirlos.

Las universidades hablan de los apoyos, como los centros de negocios, en los jóvenes son la generación de reemplazos de incoacion y de cambio y que de ellos depende ue se transforme, y todo tiene que ver la cultura de emplear y no ser empleado, como los nichos existentes o invertirlos. Recomendación

Esta en la actitud de cambio, nos permite innovar lo que no esta funcionando, checar el abanico de posibilidades, y quienes están evocados a abrir las oportunidades son los jóvenes, la cuestión es ver a la familia y buscar alternativas

ORBITANDO

Crecieron juntos, estudiaron juntos, han logrado metas juntos, hoy se alcanza una nueva de las andanzas, la de tomar el paso al profesionalismo juntos. Andrea Marisela Jamaica Balderas; José Cuauhtémoc González Martínez y Pamela Ivette Estrada Acosta, por medio de la vía examen CENEVAL; es como ellos han realizado sus metas, verse como una realidad.

Se realizó el protocolo, por parte del Rector de la Universidad Latina de México, Ing. Ramón I. Lemus Muñoz Ledo, así como el Director Académico, Dr. Rafael Lemus Muñoz Ledo, y el Coordinador de la Facultad de Odontología, el Dr. Ángel Medina Recillas, además de los catedráticos, el C.D. Miguel López González y la C.D. Eileen Gómez Rosique.

Partiendo de ahí, al unisono, los egresados, realizaron su juramento solemne, del cual estarán dispuestos a fungir con orgullo su profesión, siempre teniendo presente, la institución que los vio salir adelante como estudiantes, y hoy como profesionistas. Hoy en día los felicitamos, su entrega y dedicación, se verán recompensados, con los mejores méritos; será su tarea llevar y emprender esa otra parte del profesionista, la del ser el mejor, ya tienen las armas, ahora es futuro es de estos nuevos profesionistas.

9 / Enero 2010

RECIBEN TÍTULO COMO CIRUJANOS DENTISTAS



XV SEMANA NACIONAL DE INFORMACIÓN, COMPARTIENDO ESFUERZOS

Por: Lic. Carlos Franco Ramírez

El día 18 de Enero se realizó la ceremonia de inauguración de la XV Semana nacional de información, "Compartiendo Esfuerzos", realizado en el campus de la Universidad Latina de México, por la honorable agrupación, Alcohólicos Anónimos.

Este evento estuvo engalanado por importantes personalidades, como la Alcaldesa de Celaya, Rubí Laura López Silva, así como el jefe de la Jurisdicción Sanitaria III, doctor Juan Jesús Martínez García; el subdirector del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), el doctor Gerardo Aguilar; el Delegado de Educación de la Región V Este, José Laguna Laguna; así como la Coordinadora de la Facultad de Psicología, TF Verónica Garibay Laurent, entre otras personalidades, explicaron las principales causas del consumo de alcohol así como sus consecuencias en la salud.

Por parte del Doctor Juan Jesús Martínez, explicó que los efectos o resultados adversos que se obtienen por el consumo de alcohol son múltiples, y destacó que estos impiden a las personas desarrollarse de manera sana en un ambiente familiar laboral, social, en su ponencia con el tema "Alcoholismo primera adicción en México, colaboremos para salvar vidas", en el cual invitó a la gente a que se sume a prevenir esta enfermedad.

"Alcoholismo y sus consecuencias", fue el tema con el cual participó el subdirector del IMSS, doctor Gerardo Aguilar, en el que aseveró que esta enfermedad debe ser combatida con la educación, informando sobre las principales consecuencias en el consumo excesivo del alcohol, con el cual sostuvo que la mayoría de los accidentes en los jóvenes son a causa de la ingesta de bebidas alcohólicas.

A su vez, el Delegado de Educación de la Región V Este, José Laguna Laguna, comentó que el problema de alcoholismo entre los estudiantes es "muy grave", por lo que a través del Sector Educativo se trabaja en líneas de acción relacionadas a mantener a los jóvenes para que construyan su propio plan de vida, con el trabajo conjunto entre la sociedad y padres de familia.

Acto seguido mediante las emotivas palabras acerca de la unión de las familias, así como estrechar los lazos de familia para la transmisión de valores, entre ellos incluir la educación sobre aquellas cosas que puedan afectar su vida y desarrollo; dio por inaugurado, la semana nacional, misma que tendrá su clausura el próximo 22 de Enero en el Jardín Municipal, a partir de las 10:00 hrs.



CONFERENCIA DEL COLEGIO DE NOTARIOS Y COLEGIO DE ABOGADOS

Por: Lic. Carlos Franco Ramírez

El 15 de Enero se realizó dentro del Aula Magna 3 de la Universidad Latina de México, la conferencia sobre las "Reformas Fiscales 2010", para los integrantes del Colegio de Notarios del estado, así como invitados reconocidos, miembros del Colegio de Abogados, con su representante el Lic. Alejandro Lara. En el transcurso de la conferencia, se dieron a la vista puntos muy importantes que posteriormente fueron comentados y cuestionados por los asistentes.

El Contador Público, Marcelo de los Santos, fue el encargado de impartir esta plática, revisando puntos clave que deben ser tomados en cuenta desde la visión jurídica, para establecer, modos de trabajo por medio de los cuales puedan ejercerse un curso de acción. El Licenciado Alejandro Lara, recién designado como Presidente del Colegio de Abogados, comentó sentirse satisfecho de la exposición llevada a cabo por el Contador de los Santos, compartiendo su análisis del tema e información actualizada con los Notarios y Abogados presentes.

Por su parte el Contador de los Santos, comentó que es necesario estar informado, tener conocimiento y realizar un análisis sobre este tema, que en tiempos recientes, se ha vuelto tema de debate nacional, pues las disposiciones fiscales -por cierto, cambiantes- afectan a todos los sectores productivos y a las personas físicas, originando la disminución en el padrón de contribuyentes, pues tanto personas físicas como morales optan por eludir o evadir obligaciones, propiciando el incremento de la informalidad en la actividad comercial y productiva.

CALENDARIO DEPORTIVO ENE-FEB

14 Enero 17:00 hrs	Basquetbol Varonil	ITESBA vs ULM
21 Enero 16:00 hrs	Basquetbol Varonil	MARISTA vs ULM
28 Enero 17:00 hrs	Futbol Soccer Varonil	ULM vs ITESM León
29 Enero 17:00 hrs	Basquetbol Varonil	ITESM Irapuato vs ULM
30 Enero 17:00 hrs	Basquetbol Femenil	ITESM Puebla vs ULM
3 Febrero 16:00 hrs	Futbol Soccer Varonil	ITESM Irapuato vs ULM
5 Febrero 16:00 hrs	Futbol Soccer Varonil	IBERO León vs ULM
5 Febrero 17:00 hrs	Basquetbol Varonil	ITESM León vs ULM
5 Febrero 18:00 hrs	Basquetbol Femenil	ULM vs UIC
6 Febrero 13:00 hrs	Basquetbol Femenil	ULM vs UIC
12 Febrero 16:00 hrs	Futbol Soccer Varonil	ITESBA vs ULM
15 Febrero 16:00 hrs	Futbol Soccer Varonil	UdeC vs ULM
15 Febrero 19:00 hrs	Basquetbol Femenil	ITESM Qro. vs ULM
19 Febrero	Basquetbol Femenil	UG vs ULM
20 Febrero 12:00 hrs	Basquetbol Varonil	UCA vs ULM
20 Febrero 12:15 hrs	Basquetbol Femenil	UDI SFR vs ULM
20 Febrero 17:15 hrs	Basquetbol Femenil	UDI vs ULM
21 Febrero 12:00 hrs	Basquetbol Femenil	ULM vs CEU Mty
23 Febrero 20:00 hrs	Basquetbol Femenil	ITESM Qro. vs ULM

BICENTENARIO DEVENIR HISTÓRICO CICLO DE CONFERENCIAS

Viernes 5 Febrero 09:00 hrs

Nuestras Constituciones
Lic. Jesús Antonio Zavala Villavicencio

Viernes 12 Febrero 09:00 hrs

Celaya, cruce de dos caminos y cruce de la Historia
Mtro. Herminio Martínez

DIÁLOGOS UNIVERSITARIOS

Viernes 29 Enero 09:00 hrs

Los Retos del Profesionista en el Siglo XXI
Dr. Ramon Olvera Mejia

Viernes 19 Febrero 09:00 hrs

El Origen del Universo
Dr. Juan Pablo Torres Papaqui

Viernes 26 Febrero 09:00 hrs

La Visión de la Cruz Roja
Dr. Carlos Vázquez Acevedo



HAITÍ NECESITA AYUDA

Agua embotellada
Alimentos Enlatados
y no perecederos
Cobijas
Artículos desechables
-Pañales para niño
-Pañales para adulto
-Toallas Sanitarias
Lámparas de baterías
Artículos de Higiene Personal

Medicamentos que no
requieran refrigeración:

ANALGÉSICOS

-Paracetamol
-Metamizol Sódico
-Naproxeno

ANTIBIÓTICOS

-Ampicilina
-Dicloxacilina
-Eritromicina
-Clindamicina

Suero (Envase Plástico)
Vendas 10 cm de ancho
Gasas 10 cm de ancho
Jeringas desechables 10 ml

ANTISÉPTICOS

-Isodine
-Alcohol

ANTIDEPRESIVOS

-Clonazepam
-Paroxetina
-Fluoxetina

donaciones

ANTIMICÓTICOS TÓPICOS

-Miconazol
-Isoconazol

ANTHIPERTENSIVOS

-Captopril
-Nifedipino
-Metoprolol

HIPOGLUCEMIANTES

-Metformina
-Glibenclamida

*El centro de Acopio
se ubicará en la oficina de
Desarrollo Estudiantil*