

EL VALOR



EL RETO MAS IMPORTANTE

EL PODER DE HACER LAS COSAS

En varias ocasiones nos habremos de preguntar hasta donde podremos seguir creciendo en el ámbito personal y en el profesional.

La respuesta la tiene cada uno de nosotros, según nuestra perspectiva que podemos tener de nosotros mismos a través de la línea del tiempo por donde hemos cruzado ya y por donde habremos de cruzar en el futuro, que es la VISION que tenemos de nosotros mismos.

En todas las Organizaciones Humanas, siempre la cadena de valor será lo que vaya marcando la ruta a seguir y de esta manera ir consiguiendo los objetivos que irremediamente redundarán en la obtención de las metas deseadas.

Y tal como se hace en todos lados, siempre será imprescindible establecer los procesos de evaluación con la finalidad de conocer nuestras Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas, cuyo análisis irremediamente nos llevara a conocer nuestras áreas en donde podremos mejorar.

Y es que la mejora siempre podrá llevarse a cabo a través del deseo de realizar nuestro trabajo con mucha atención que indicará el cariño que tenemos por el mismo, ya que es justo ahí cuando encontramos nuestras oportunidades y está en nosotros el aprovecharlas o no.

Dicen que las oportunidades las pintan calvas porque en realidad cuando se presentan, es en forma franca y directa, de modo tal que podemos identificarlas, aunque para aprovecharlas habrá que trabajar intensamente y conseguir la posición o la meta deseada.

En consecuencia, el trabajo con cariño nos dará la posibilidad de mejora que nos lleve a nuestro estado de Excelencia o Satisfacción al saber que en la generación de valor está nuestra principal Fortaleza.

Trabajemos con mucho profesionalismo, recordando que ello implica querer desarrollar todas las actividades encomendadas con mucha dedicación, aplicando nuestro talento natural para que cada actividad se realice una sola vez, implicando así que el costo de la actividad en general disminuya y sea entonces que se pueda acceder a mejores condiciones de vida.

Ricardo de León

Junio de 2022

PRINCIPIOS Y VALORES DE LATINSA

Responsabilidad
.- Obligación de responder de los actos que alguien ejecuta o que otros hacen.

Honradez. - Rectitud de ánimo e integridad en el obrar.

Honestidad. - Decente, razonable, justo.

Lealtad. - Cumplimiento de los que exigen las leyes de la fidelidad y las del honor y hombría de bien.

Compromiso. - Obligación cotidiana, palabra dada.

OPINIÓN

Competitividad e innovación sin humanismo, igual a fracaso

Cuando en las universidades se formaban personas, la perspectiva del mundo cambia, se les dotaba de herramientas necesarias para triunfar, señala Adolfo Ruiz Guzmán.



Adolfo Ruiz Guzmán

@Adolfo_Ruiz_Guz

lun 20 junio 2022 06:01 AM

¿Qué papel deben jugar las universidades para formar personas íntegras?, ¿qué pasaría si todos hiciéramos más allá de lo que nos corresponde?, ¿cómo sería México si dejáramos las polarizaciones?, plantea Adolfo Ruiz Guzmán. (iStock)

(Expansión) - Hace unos días escuchaba una conferencia que me llamó mucho la atención por la reflexión que me dejó, en México tenemos un serio problema de innovación y competitividad al que yo relaciono con el caduco modelo educativo y con la falta de liderazgo que existe en las instituciones de educación superior en nuestro país, del que doy fe por vivirlo en primera persona y que erradicó el humanismo de las aulas.

A la fecha a las organizaciones y a las personas no les acaba de quedar claro en qué consisten esos conceptos, la innovación busca optimizar la forma en la cual realizamos determinadas actividades, no es hacer las cosas distintas, sino lo que funciona, cómo podemos mejorarlo; cuando no lo entendemos, queremos partir de cero y en vez de avanzar, retrocedemos, olvidamos que para alcanzar el éxito, además de innovadores, debemos incluir la eficiencia.

Por el lado de la competitividad, involucra la calidad y va relacionado con la innovación partiendo de la esencia de la ventaja competitiva que aplica para ambos mundos, para la empresa y para las personas. A veces es muy complicado encontrar ese diferenciador, pero una vez que lo hacemos, lo entendemos y asimilamos, podemos salir a competir para ganar.

Todo lo anterior me da para reflexionar sobre el cambio de paradigmas en la educación superior. Hoy es imperante la necesidad de formar personas, más que alumnos, que deben acreditar determinado número de créditos, tira de materias o requisitos absurdos. Necesitamos seres humanos con criterio, capacidad de

Elementos esenciales a incorporar en planes académicos deben estar sustentados en estos conceptos, competitividad e innovación, el rezago que hoy cuenta nuestro país es que son pocas las personas que saben cómo hacerlo, incluso parece que tenemos miedo de levantar la mano para proponer, imaginar, experimentar y, por qué no, soñar.

Cuando en las universidades se formaban personas, la perspectiva del mundo cambia, se les dotaba de herramientas necesarias para triunfar. Incluso hasta las matemáticas cobraban un sentido al ser interpretadas como un lenguaje, el lenguaje mismo como una capacidad privilegiada para el diálogo que permitiera tender puentes.

Una persona que aprende a discernir comprende la importancia de la rápida toma de decisiones, de asumir la responsabilidad de las mismas y construir acuerdos para multiplicar resultados. Ello se ve reflejado en la actual convivencia en las organizaciones entre las generaciones; por un lado, están los que sentían un especial compromiso y amor a la camiseta y, por otro, están las que, mientras no se aburran o reciban una mejor oferta económica, los haga moverse a “billetazos”, sin generar un arraigo o mística.

No es alabar uno y denostar a la otra, esto es resultado de la contraevolución que ha tenido el sistema de educación superior, donde se ha privilegiado el especializarse en nada al precio de abarcar lo más posible, dejando de lado la parte ética y moral de la persona. Vendiendo la quimera de que el éxito se relaciona con el tener y no en el ser.

Es ahí donde las instituciones de educación superior deberían tomar el liderazgo, pero por desgracia está lejos de ello. En mi experiencia, después de dar tantos años de clase, te das cuenta que ya ni siquiera se puede entablar un diálogo constructivo al interior de las facultades, olvidando el sentido de la universalidad de aquellas donde debiera ser

cuna del conocimiento el debate, la investigación y el desarrollo. Lejos están aquellos días del papel protagónico de las universidades en la arena pública que formaban opinión y marcaban tendencias.

Debemos retomar el camino, ya que sin competitividad e innovación, México está condenado a no alcanzar los niveles de crecimiento que potencialmente tiene. Basta con darle seguimiento a los indicadores de crecimiento, que no superan la barrera del 7% desde 1982, año en que nació.

Me gustaría lanzar unas preguntas para que reflexionemos entre todos, ¿qué pasaría si en verdad nos atreviéramos a soñar en grande?, ¿qué papel deben jugar las universidades para formar personas íntegras?, ¿qué pasaría si todos hiciéramos más allá de lo que nos corresponde?, ¿cómo sería México si dejáramos las polarizaciones y realmente nos pusiéramos la camiseta de país?

Esas interrogantes las dejé a mis alumnos, a los más de los 800 estudiantes que pasaron por mis aulas; me siento orgulloso porque la mayoría son personas de bien e incluso superaron al maestro.

Gracias a ellos, que fueron mi motor para dar clases por tantos años, es lo único que extrañaré ahora que me vi obligado a dejar una actividad a la que con pasión me dediqué durante tantos años por grandes diferencias con la escuela que perdió el rumbo.

Nota del editor: Adolfo Ruiz Guzmán es egresado de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación y del MBA por la Universidad Anáhuac México Campus Sur, cuenta con distintas certificaciones y especialidades, entre ellas, Asesor de Estrategias de Inversión por la AMIB, por el IORTV en España y Harvard Business School; además de ser piloto aviador por la Escuela AIRE. Actualmente se desempeña como Director de Comunicación y Relaciones Públicas de Grupo Financiero Bx+, conferencista nacional e internacional. Tiene una trayectoria de 13 años en comunicación del sector financiero e impulsor de la creación de la cultura financiera en nuestro país. Síguelo en [Twitter](#). Las opiniones publicadas en esta columna pertenecen exclusivamente al autor.

Comencé a laborar dentro de la empresa Latinoamericana de ingeniería civil el 2 de agosto de 2019, un par de meses después de asistir a la entrevista recibí un mensaje por parte de la Dirección General que me presentara a las oficinas. Al quedar contratada y asignar mis actividades me sentí muy satisfecha de lo que había logrado y con una gran responsabilidad y compromiso por las palabras que me había dicho el Director Ing. Ricardo de León.

El reto comenzó, los días trascurrían e iba conociendo nueva información, nuevas experiencias y distintas formas de trabajo. El ambiente laboral se percibía un tanto serio, tranquilo.

Los primeros meses me desconcertó la falta de tiempo para “el nuevo departamento” probablemente muchas de las empresas no están al tanto de la importancia de tener un profesional de la información dentro de su organización ya que la información bien clasificada es la clave para el buen funcionamiento de la empresa, reconociendo al Ing. Ricardo por esta gran decisión de tener todo su acervo documental en orden.

En el 2020 con la situación vivida, fue un poco más difícil de instruir al personal sobre el uso y manejo del archivo, no perdiendo la esperanza de que poco a poco todos nos íbamos a informar sobre las actividades de un bibliotecólogo.

Dentro de estos dos años y nueve meses, Latinsa me ha regalado una muy grata experiencia laboral, donde conocí nuevas capacidades en mí, así también defectos a modificar, y un crecimiento profesional enorme; la inspiración de todos los días trabajar para ser mejor personal y profesionalmente, siendo la empatía, comunicación, paciencia, iniciativa y lealtad los elementos indispensables para hacer funcionar la metodología de trabajo y convivencia con mis compañeros.

Mi vivencia colaborando para la empresa es muy satisfactoria, mis virtudes y confianza como profesional han aumentado todavía más, ya que, siendo un reto muy grande el que tengo en mis manos, la responsabilidad de organizar, conservar, resguardar y respaldar un repertorio de más de veinticinco años no es tarea fácil, pero sí muy interesante encontrarme con una extensa diversidad de documentos y en incomparable estado (hongos, humedad, deterioro), de la fotografía ni hablar, un mundo de conocimiento sobre el trabajo realizado y aventuras que han tenido los auxiliares de anteriores años, la aportación que me dan es muy gratificante.

Respecto a la relación que he tenido con el personal es buena, siempre he pensado que los compañeros de trabajo son como otra familia por el tiempo compartido todos los días, por ello es necesario llevarnos bien y construir un ambiente laboral sano, claro, como en todo no faltan ciertas dificultades o inconformidades que se generan

por las distintas personalidades, al contrario estar para apoyar, para crecer y resolver las cosas que se presenten. En lo que a mi concierne, prefiero mantener una buena relación con todos, poniendo límites sin mezclar la vida laboral y personal, y siempre respetando la forma de ser del otro, dando lo que deseo recibir. Realmente nunca he tenido algún conflicto fuerte con nadie. Actualmente me siento muy a gusto y feliz haciendo lo que me apasiona, compartiendo con mis compañeros el tiempo dentro de la oficina haciendo que éste se vuelva más ameno y se disfrute más realizar nuestras actividades.

En general, mi estancia es muy enriquecedora en todos los sentidos, estoy muy agradecida por la oportunidad y la confianza que se pone en mi persona como representante del gremio archivístico, esperando que mi colaboración sea igual de positiva y fructífera para la empresa.

Si puedo aportar algo para el mejor desempeño de todos como organización sería comunicación y empatía, ya que es importante no desconocer información de las áreas correspondientes y claras, que nos competen. Seguir con el aliento de tener un mejor control de la información generada, valorar el desempeño de cada elemento, y motivando el desarrollo de todos los que integramos el equipo de trabajo. Siguiendo los cimientos y conocimientos de quien nos lidera, si uno sube, los demás también.



L.B. SANDRA FABIOLA MORENO SANTILLAN

FATIGA LABORAL

1. Come saludable y haz ejercicio

Esto implica una alimentación balanceada y rica en nutrientes que te brinden toda la energía que necesitas para cumplir con tus tareas diarias, así como también, hacer ejercicio al menos 30 minutos al día; y tomar al menos 6 vasos de agua al día. Procura no saltarte ninguna comida, y preparar almuerzos y meriendas saludables.

2. Planifica periodos de descanso

Es importante que duermas al menos 7 horas al día para tener un buen rendimiento y planificar 10 o 15 minutos de descanso entre periodos de alta concentración para estirar, caminar y despejarte dentro de la jornada laboral. Esto te ayudará a prevenir la fatiga mental y a padecer de dolores musculares.

3. Mantén una buena postura al trabajar

Al iniciar tus labores del trabajo, bien sea en tu oficina u hogar, procura sentarte derecho/a con tu dorso pegado al espaldar. La computadora debe estar a la altura de tus ojos para que no tengas que forzar la vista, ni doblar el cuello. Procure tener las piernas flexionadas correctamente y los pies pegados al suelo.

4. Construye un ambiente de trabajo amigable

Para prevenir la fatiga laboral en tu oficina, comienza a relacionarte más con tu equipo de trabajo. Establece temas de conversación interesantes que te permitan relajarte y despejar un poco tu mente.

5. Define metas y objetivos

Con jornadas laborales sin metas, objetivos e incentivos, es más probable que pierdas la motivación. Para ello, te recomendamos crear metas semanales, quincenales o mensuales que te mantengan enfocado en el trabajo y te brinden satisfacción personal cuando las cumplas.

También, te recomendamos usar herramientas que te permitan organizar tus labores como listas de tareas, agendas y calendarios. De este modo, evitas esfuerzos innecesarios por recordar asignaciones y el estrés que te genera haberlas olvidado.

Consejos para prevenir la

fatiga laboral:



Come saludable y haz ejercicio



Planifica periodos de descanso



Mantén una buena postura en tu espacio de trabajo



Construye un ambiente de trabajo amigable



Define metas y objetivos

<https://branch.com.co/marketing-digital/fatiga-laboral-5-consejos-para-prevenir-la/>

Mi Estancia en LATINSA

Estimados amigos:

Les cuento que hoy 22 de junio de 2022 cumpla 17 años laborando en esta Empresa. Cuando yo ingrese fue para cubrir la incapacidad de la Sra. Mercedes Posadas Williams Q.E.P.D. y regresando de la incapacidad el Ing. Jesús Ricardo De León Zavala me dio la oportunidad de quedarme a laborar en su distinguida Empresa, de la cual me siento honrada de pertenecer.

Durante estos años he tenido muchos aprendizajes tanto laborales como personales, por parte de la empresa he recibido cursos que me han permitido adquirir mayores conocimientos para realizar con facilidad mis funciones laborales. En el 2013 tomé un curso de Microsoft Office y acredité como técnica en Informática en el año 2014.

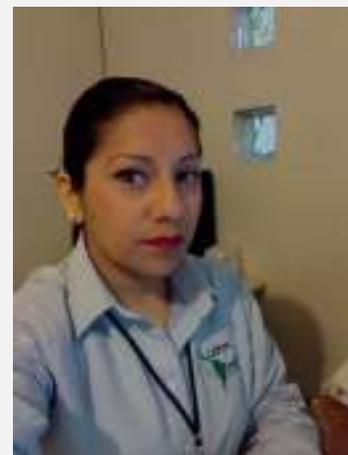
Como todos los seres humanos he tenido varios tropiezos, perdidas familiares y problemas, pero con la ayuda de Dios, mi familia y mis compañeros que me han apoyado, he salido adelante.

Me gusta mi trabajo, que es lo mas importante hacer lo que a uno le apasiona, y estar en un lugar donde uno se sienta motivado, y seguro de sí mismo. En LATINSA nos brindan las herramientas para ampliar nuestros conocimientos y seguir mejorando profesionalmente.

Agradezco a la empresa LATINSA por la confianza y por los años que me ha permitido ser parte de su equipo.

Atentamente,

Trinidad Martínez Urbieto
Secretaria LATINSA

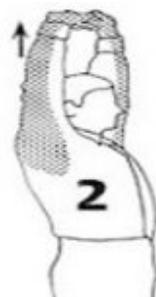


EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO EN LA OFICINA

El estiramiento es una buena opción para prevenir posibles lesiones a la hora de hacer ejercicio en la oficina. Una programación diaria, sobre todo en zonas típicas (alta espalda, cuello, lumbar), puede ser una buena opción para prevenir el dolor, liberar tensiones y relajar los músculos.



10-20 segundos
2 veces



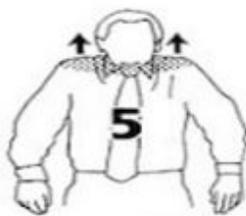
10-15 segundos



8-10 segundos
cada lado



15-20 segundos
cada lado



3-5 segundos
3 veces



10-12 segundos
cada brazo



10 segundos



10 segundos



8-10 segundos
cada lado



8-10 segundos
cada lado



10-15 segundos
2 veces



sacude tus manos
8-10 segundos



Feliz cumpleaños



Floricela Gómez Flores

02 de Junio

Omar Osvaldo Campos

02 de Junio

Israel Serrato Grimaldo

04 de Junio

Eloy Antonio Flores

12 de Junio



1 junio



**Día de la
Marina
Nacional**

EFEMERIDES DE JUNIO 2022



5 junio



**Día
mundial del
medio
ambiente**

7 junio



**Día de la
Libertad de
Expresión
en México**

8 junio



**Día
mundial de
los océanos**

11 junio



**Día
Mundial
de la
Población**

12 junio



**Día mundo
contra el
trabajo
infantil**

19 junio



**Día del
Padre (3er.
Domingo)**

Estimado lector:



¡Comenzare mi relato de la empresa Latinsa! Diciendo que corría el año del 2017 entre septiembre y noviembre para ese entonces tenía la edad de 43 años y mi nombre es... Isabel Cristina Contreras Reti... quien trabajaba para una empresa llamada Prolimsa dedicada al mantenimiento y limpieza de oficinas yo estaba contratada como carta fuerte de la empresa... porque cuando alguna empresa quería desistir del servicio me mandaban para rescatar el lugar y así fue que me llevaron a la Empresa Latinsa porque ya quería desistir de de Prolimsa, siendo yo la experta como me decía mi supervisor el Sr. Samuel de Prolimsa apostó todo por mí y puso su confianza... así que no podía defraudarlos y llegue no muy bien vista ni aceptada en la oficina que me recibieron estaba una señorita que se llamaba Verónica y la Señorita Deniss Fabiola la cual era de recursos humanos y que sería mi jefa inmediata en la Empresa Latinsa la verdad... no era tan amigable y me recibió como ratera y sucia y pues era comprensible mis compañeras de trabajo y a quienes mandaban al lugar...

Se habían dedicado a dejar mal parada a la Empresa Prolimsa así que me puse a trabajar y a dar el mejor de mis servicios lo hacía primero por mí porque yo era la mejor pagada en ese momento y después por mi empresa a la que me debía así que no tardó mucho tiempo y la señorita Licenciada Deniss Fabiola de Recursos Humanos en ese momento estaba ya contenta y convencida del servicio

Pero repentino desistieron de la Empresa y tuve que irme fue por Asuntos Económicos El Ing. Ricardo De León Zavala dueño de la empresa Latinsa estaba pasando por un momento Financiero muy fuerte así que sin más dijimos Adiós...

Pasó solo como un mes y recibí una llamada de la Señorita Deniss de Recursos Humanos me entrevistó con ella y me dijo que la empresa Latinsa quería contratarme directamente así que negocié con ella y le dije que yo que ganaría cambiándome y me dijo que dijera que era lo que yo requería para poder trabajar con Latinsa... así que le dije yo para empezar con ustedes necesito las mismas prestaciones el sueldo y me modifiquen el horario aunque siempre tengo mucha necesidad del trabajo también quería más tiempo por lo de estar con mis hijos atendiéndolos.

Así que como mi trabajo habla por mí y siempre procuro que sea mi carta de recomendación... y bueno tampoco quiero escucharme demasiado soberbia...

Pues bueno llego el momento de presentarme con el sr. Dueño de la empresa Latinsa el Sr. Ing. Jesús Ricardo De León Zavala... me pareció... muy interesante más que nada muy inteligente eso llama mucho la atención... serio, agradable y común cierto toque de picardía bueno así lo vi hasta ese entonces y me contrato dijo que como en un mes o dos podrían darme la prestación del seguro pero espere y no fue así yo estaba decidida a renunciar y se lo hice saber a la señora contadora Lourdes quien después sería mi jefa inmediata. se terminaba la primera quincena de enero del 2018 y con ello yo estaba por terminada mi estancia ahí y se lo hice saber le dije que me iría por no contar con que me afiliaran al seguro...

Pero llamo al jefe y dijo no me fuera que dieran de baja a Deniss y me ingresaran a mi así que seguí trabajando y para no aburrir con el relato se ha ido mucha gente que estaba cuando yo ingrese y ha llegado mucha gente nueva yo en lo personal sigo igual dando lo mejor en el trabajo y también en lo personal.

Ahora mi jefa directa es Eva... perdón la señorita Ingeniera Eva y en lo general me llevo bien con todos y puyes no se si ellos tengan alguna diferencia conmigo, pero no ellos no me han hecho saber así que igual y se lo llevan a la tumba... digo algún comentario.

Pues no sé si sea poco o mucho, pero a grandes rasgos eso es lo que tengo que comentar de mi estancia en la Empresa... sin antes agradecer que el trato es excelente hasta con un cierto plus diría yo...

Me despido muy agradecida por leerme y darme la oportunidad de exprésame en estas líneas.

Muy Atentamente

Isabel Cristina Contreras Reti

Su servidora

19 de Junio 2022

Felicitaciones a todos los papás, deseándoles que junto a su familia tengan un feliz día del padre...

