

Credencial 1. Experiencias óptimas: retos y capacidades

Microcredencial 1. Alcanzar las
experiencias óptimas dentro y fuera
del aula.

Semana 1



Sesión 1, primera parte (magistral)

Tema 1. El placer y el disfrute
Tema 2. ¿Qué son las experiencias óptimas?



Bienvenida y presentación de agenda

Sesión 1, primera parte (duración total de 1 hora, a cargo de experto magistral)

1. Bienvenida y presentación de agenda.
2. Práctica de bienestar.
3. Desarrollo de primeros dos temas de la semana (con la totalidad de aprendedores).

Sesión 1, segunda parte (duración total de 1 hora, a cargo de profesor asignado por grupo de aprendedores)

1. Aplicación de conceptos en contextos reales.
2. Actividad(es).
3. Cierre de temas.



Nombre: Un momento para respirar

Descripción: Aprender a respirar por la nariz y a tranquilizar la mente

Instrucciones:

- Siéntate cómodamente en el lugar en donde estás, procura que esté en silencio.
- Comienza a respirar y a exhalar por la nariz.
- Trata de que tu respiración y exhalación dure el mismo tiempo.
- Centra tu mente en cómo entra y sale el aire de tu cuerpo.

Desarrollo de primeros dos temas de la semana por experto magistral (con la totalidad de aprendedores)



Introducción

**Instituto de ciencias del
bienestar integral
Modelo de bienestar PERMA
Educación positiva**



INSTITUTO DE CIENCIAS DEL BIENESTAR INTEGRAL **TECMILENIO**



Explicación

01

2012

Planeación del Instituto y diseño del primer ecosistema de bienestar.

02

2013

Creación del ICBI
Programas académicos y de extensión.
Consejo consultivo.
Primer foro Internacional Felicidad 360.

03

2014

Certificados para profesores.
Certificado optativo para alumnos.

04

2015

Semana de la felicidad.

05

2016

Maestría en Liderazgo Positivo.



Explicación

06

2017

Maestría en Educación Positiva

Primera Universidad Positiva en el Mundo (IPPA)

07

2018

Sexto Foro Internacional Felicidad 360 con:

Comunidades de trabajo por temas de interés.

08

2019

Primera universidad positiva en el mundo (Global Happiness and Well-Being Policy Report).

09

2020

Foro Wellbeing 360 Virtual (nuevo nombre).

10

2021

Diplomado Creadores (743 docentes).
Distintivo "Factor Wellbeing" (31 organizaciones).

11

2022

10 aniversario Wellbeing 360.
20 aniversario Tecmilenio.
Lanzamiento plataforma Wellbeing360.tv



Explicación



Positividad (Emociones positivas)



Engagement (Involucramiento)



Relaciones Positivas



Meaning (Significado)



Achievement (Logro)



“La Educación Positiva es la aplicación de la ciencia de la Psicología Positiva, y campos relacionados dentro de un entorno educativo, para alentar a los estudiantes, profesores, escuelas, universidades y comunidades a prosperar.”

(IPEN, 2020)





La educación positiva:

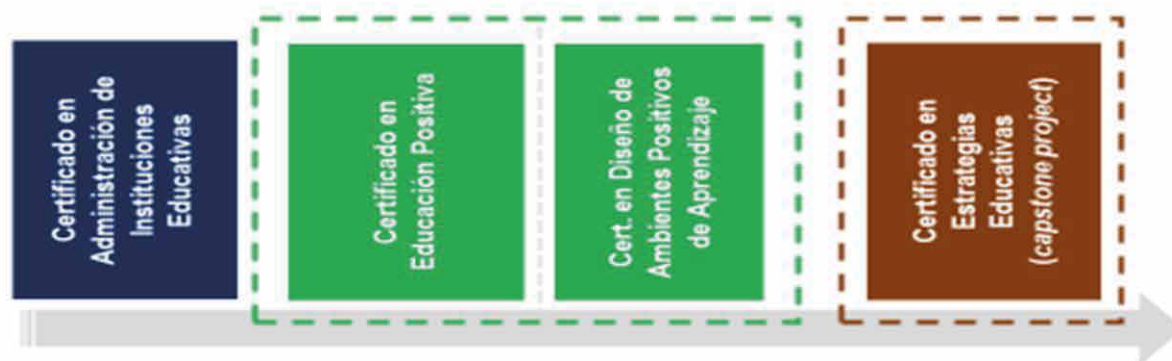
- Incrementa el **bienestar** y mejora el comportamiento de los estudiantes.
- Aumenta su **participación** en el aula.
- Les enseña las herramientas para conseguir sus **objetivos**.
- Mejora su **desempeño académico**.



(Seligman et al., 2009)



Plan de estudios estratificado: *Maestría* en Educación Positiva*



Cada certificado dura 1 trimestre (11 semanas)
1 certificado= 1 trimestre = 11 semanas

¿Cómo se aprenderá?

- ✓ Programa diseñado para que el participante genere **propuestas que potencien los resultados de su comunidad educativa.**
- ✓ Se utilizarán **herramientas tecnológicas de vanguardia** aplicadas a la educación.
- ✓ Se incorpora la **metodología de investigación-acción**.
- ✓ Se incorpora un **modelo didáctico colaborativo basado en proyectos y casos de estudio.**
- ✓ Se maximiza la **experiencia en el desarrollo de competencias.**

La implementación de los proyectos te ayudará a aumentar el bienestar de la comunidad educativa donde laboras.





Perfil de egreso

Al concluir la **Maestría en Educación y Desarrollo con Especialidad en Educación Positiva** de Universidad Tecmilenio, el egresado:

- Identifica elementos de la **psicología positiva** y los **integra** en su práctica educativa.
- **Diseña e implementa** el proceso de enseñanza- aprendizaje en el contexto de la educación positiva.
- Dirige organizaciones con base en las mejores prácticas del **liderazgo positivo**.
- Propone **intervenciones positivas** atendiendo las necesidades educativas de públicos diversos.
- Implementa estrategias educativas para **transformar su entorno y el de su organización**.
- Diseña e implementa prácticas efectivas de **educación positiva** en todos sus entornos.



Tema1

El placer y el disfrute



Introducción

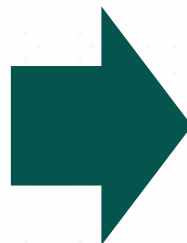
Existen ocasiones en las que sentimos una especie de regocijo profundo por algo que habíamos deseado durante un largo tiempo, a esto se le llama **experiencia óptima.**



Csikszentmihalyi (2000)



Experiencias
óptimas



Estado de
flujo



Las personas en estado de flujo reportan:

- Alto nivel de concentración
- Absorción total en la actividad
- Disfrute
- Control de la situación
- Retroalimentación continua
- Claridad en las metas a las que querían llegar
- Refuerzo intrínseco.

(Vázquez y Hervás, 2009)



Flow:

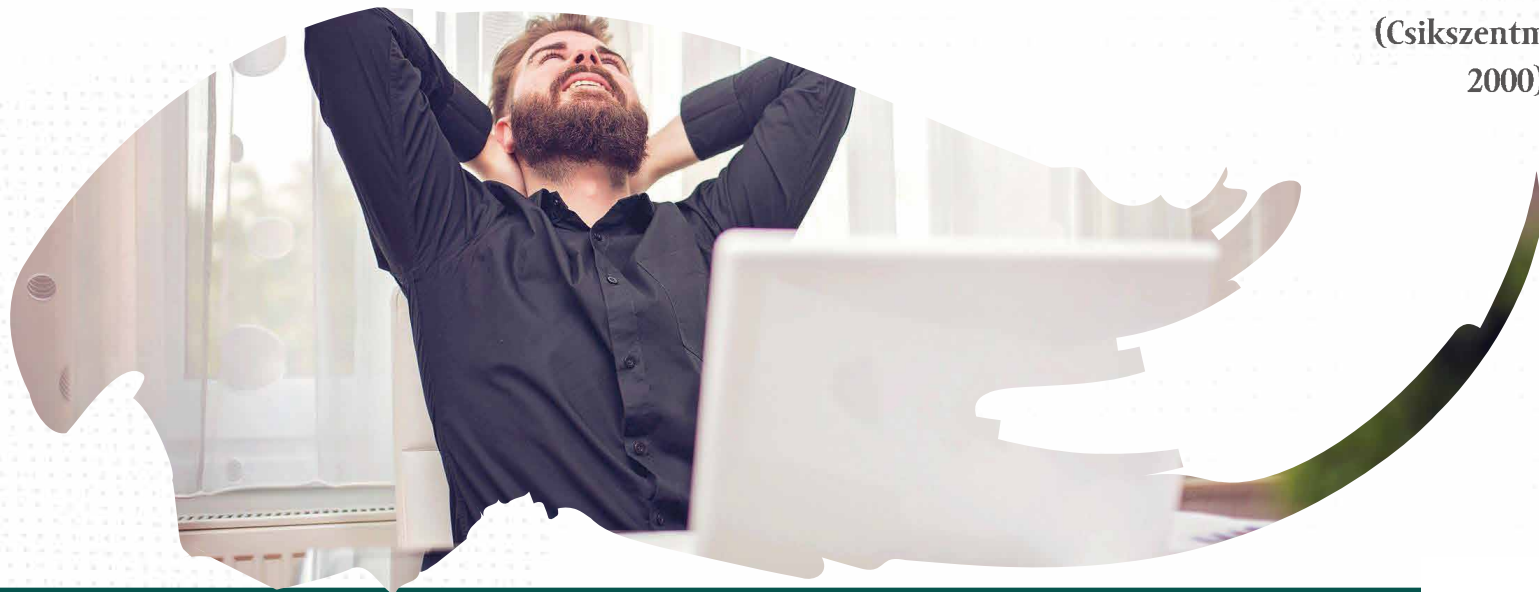
“

Expresa el sentimiento de fluidez y la continuidad en la concentración y la acción.”

(Vázquez y Hervás,
2009).



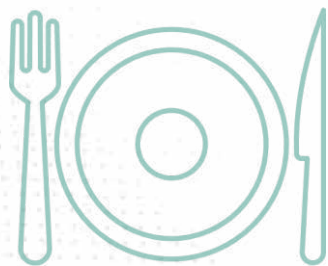
Es muy común que las personas dediquen la mayor parte de su tiempo a trabajar y a relacionarse con otros, por lo que es importante aprender a transformar el ambiente en actividades que generen flujo para lograr momentos de **flow**.



(Csikszentmihalyi,
2000)



El **placer** es la satisfacción que se logra cuando la conciencia nos afirma que hemos cumplido con una expectativa programada, ya sea por nuestra **naturaleza biológica** o por **patrones sociales establecidos**.





El **disfrute** ocurre no sólo cuando logramos satisfacer nuestros deseos o necesidades, sino cuando logramos algo más, ya que genera un sentimiento de novedad o de realización



“

Para mejorar la vida hay que mejorar la calidad de
las experiencias

”

(Csikszentmihalyi , 2013)



Referencias bibliográficas

- Csíkszentmihályi, M. (2000). *Fluir: Una psicología de la felicidad*. España: Editorial Kairós.
- Csíkszentmihályi, M. (2013). *Fluir: Una psicología de la felicidad*. España: Editorial Kairós.
- IPEN (2020). Recuperado de <https://www.ipen-network.com/about-us>
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., y Linkins, M. (2009). Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3). Recuperado de <https://doi.org/10.1080/03054980902934563>
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2009). *La Ciencia del Bienestar: Fundamentos de una psicología positiva*. España: Alianza.

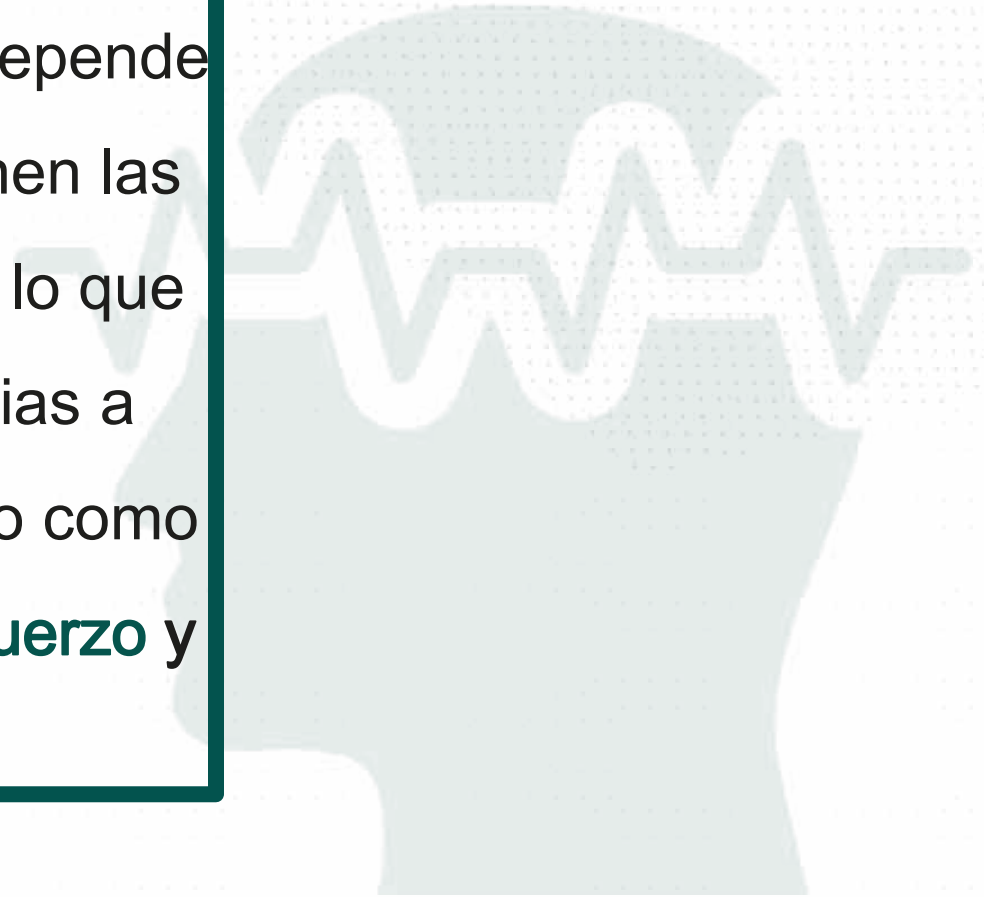


Tema 2

¿Qué son las experiencias óptimas?



La **experiencia óptima** depende de la capacidad que tienen las personas para controlar lo que sucede en sus conciencias a cada momento, tomando como referencia su propio **esfuerzo** y **creatividad**.





Explicación

Actividades que pueden generar las condiciones para que algunas personas estén en estado de flujo:

Leer un libro



Jugar al ajedrez



Hacer acertijos



Componer música



Csikszentmihalyi (2000)



Explicación



(Vázquez y Hervás, 2009)



El flow en diferentes contextos:

EDUCATIVO



Se da en algunos estudiantes cuando experimentan niveles de desafío y entusiasmo superiores en algunas actividades.

LABORAL



Cuando hay más probabilidades de que la atención se centre en el desarrollo propio y no solo en los resultados, lo que proporciona situaciones gratificantes.

FAMILIAR



Para que exista flow en una familia deben existir metas, las metas positivas son necesarias.



Actividades retadoras

La percepción de retos y oportunidades que se llegan a tener de las actividades cotidianas está fuertemente relacionada con las creencias de autoeficacia.

Autoeficacia

Se refiere a la confianza en la propia capacidad para lograr los resultados que se pretenden.

(Vázquez y Hervás, 2009)

La **experiencia óptima** o de **flow** se caracteriza por la concentración y la implicación. No existen las preocupaciones acerca de los resultados o evaluaciones externas.

- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Fluir: Una psicología de la felicidad* (8ª ed.). España: Editorial Kairós.
- Dweck, C. (2010). Mind-sets and equitable education. *Principal Leadership*, 10(5). Recuperado de <https://0-search-proquest-com.biblioteca-ils.tec.mx/trade-journals/mind-sets-equitable-education/docview/216292274/se-2?accountid=11643>
- Mesurado, B. (2010). La experiencia de Flow o Experiencia Óptima en el ámbito educativo. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80515381001.pdf>
- Salanova, M., Martínez, I., Cifre, E., y Schaufeli, W. (2005). ¿SE PUEDEN VIVIR EXPERIENCIAS ÓPTIMAS EN EL TRABAJO? ANALIZANDO EL FLOW EN CONTEXTOS LABORALES. *Revista de Psicología General y Aplicaciones*, 58(1).
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2009). *La Ciencia del Bienestar: Fundamentos de una psicología positiva*. España: Alianza.

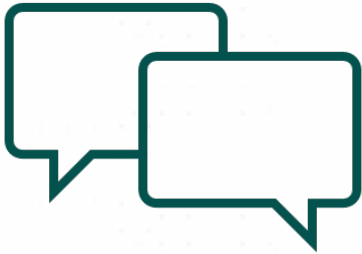
Sesión 1, segunda parte (en grupos pequeños)

Tema 1. El placer y el disfrute
Tema 2. ¿Qué son las experiencias óptimas?



Aplicación de conceptos en contextos reales

Duración total: 10 minutos



1. Reflexiona sobre alguna actividad, ya sea en lo personal o profesional, en la que se hicieron presentes los elementos que conforman el estado de Flow.

2. Busca una imagen en Internet que represente dicha actividad y cópiala a un documento Word.

3. En el mismo documento escribe máximo 5 características que deberían tener las actividades en clase de la materia que impartes o has impartido que posibiliten experiencias de Flow **en los estudiantes.**



Actividad(es)

Duración total: 30 minutos

Objetivo: Compartir la experiencia de flow en el equipo.

Instrucciones:

1. Comparte con tu grupo:

- ¿Qué experiencia de Flow tuviste?
- ¿Cuál fue tu reto?
- ¿Te sentías capaz de lograrlo?

Acompaña tu explicación compartiendo la imagen que elegiste en el ejercicio anterior.

2. Muestra las 5 características que anotaste en el documento Word y responde:

- ¿Por qué considero que las actividades en clase deberían tener estas características para incentivar las experiencias Flow en los estudiantes?

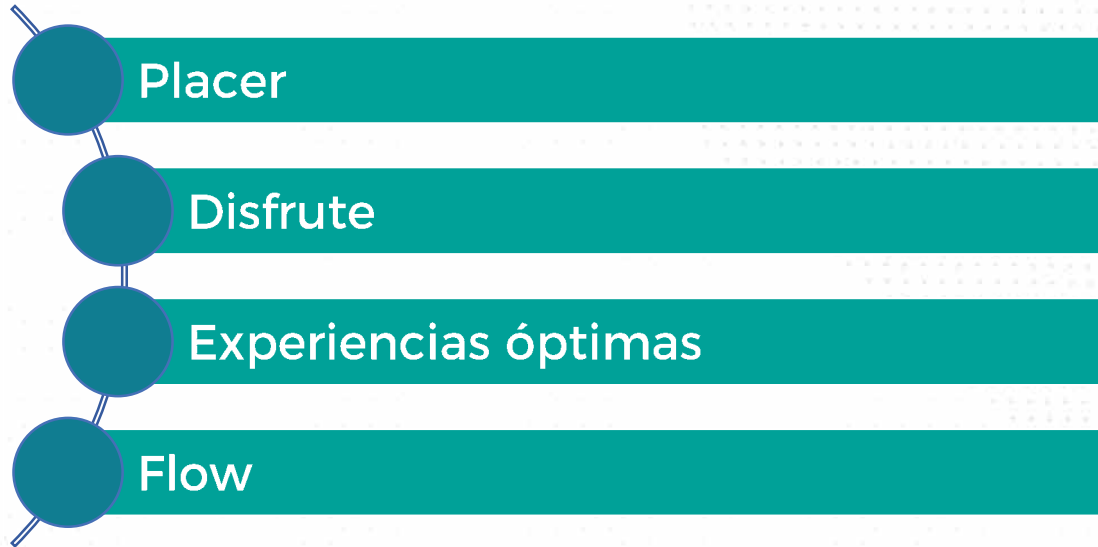
3. Mientras comparten tus compañeros, toma anotaciones propias de ideas que puedas utilizar en tu labor docente.

Nota: Para compartir tu pantalla de Word, da clic en la opción **Compartir** del menú inferior y selecciona **Pantalla**, por último da clic al botón **Compartir**.



Duración total: 5 minutos

Sobre los siguientes temas:



Ingresa a la liga <https://www.menti.com/alkksbkhqm6x> o a través del QR y contesta lo siguiente:

- 3** cosas que aprendiste en esta sesión.
- 2** cosas sobre las que te gustaría saber más.
- 1** cosa en la que aún tienes dudas.





Duración total: 15 minutos

Comparte ante el grupo lo siguiente:

1. Expresa la duda que planteaste a través de Menti, tu profesor podrá responderla e incluso tus compañeros también. ¡Conviertan su grupo en una comunidad de aprendizaje!
2. ¿En qué materia te gustaría diseñar y aplicar una actividad en clases, que posibilite el estado de flow en tus alumnos? ¿Por qué?
3. Comparte tu idea inicial para llevarla a cabo.



Sesión 2, primera parte (magistral)

Tema 3. Las condiciones de las experiencias óptimas
Tema 4. Canal del flujo



Bienvenida y presentación de agenda

Sesión 2, primera parte (duración total de 1 hora, a cargo de experto magistral)

1. Bienvenida y presentación de agenda.
2. Práctica de bienestar.
3. Desarrollo de últimos dos temas de la semana (con la totalidad de aprendedores).

Sesión 2, segunda parte (duración total de 1 hora, a cargo de profesor asignado por grupo de aprendedores)

1. Aplicación de conceptos en contextos reales.
2. Actividad(es).
3. Cierre de temas.



Nombre: Un momento para respirar

Descripción: Aprender a respirar por la nariz y a tranquilizar la mente

Instrucciones:

- Siéntate cómodamente en el lugar en donde estás, procura que esté en silencio.
- Comienza a respirar y a exhalar por la nariz.
- Trata de que tu respiración y exhalación dure el mismo tiempo.
- Centra tu mente en cómo entra y sale el aire de tu cuerpo.



Introducción

Fortalezas de carácter

- Ser bueno para algo:
desempeño
- Sentirse bien de hacerlo:
energizante
- Elegir hacerlo: de alto
USO



(Linley, et al., 2010)
Waters (2019) en (Mayo, 2020)



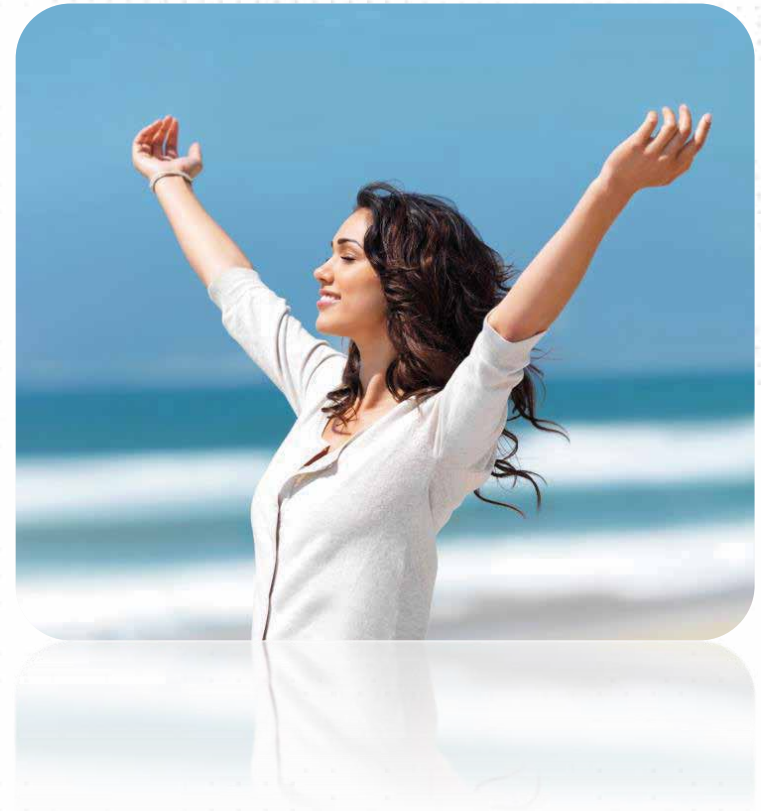
Fortalezas de carácter:

- Cualidades deseables
- Valoradas en diferentes culturas
- Se pueden desarrollar.

El estudio de las fortalezas de carácter, empezó en 1999.

Elaboración del cuestionario VIA

(Park, Peterson y Seligman, 2004)



VIRTUD:

CONOCIMIENTO Y SABIDURÍA

- ▶ Creatividad
- ▶ Curiosidad
- ▶ Juicio
- ▶ Amor por el aprendizaje
- ▶ Perspectiva

VIRTUD:

VALOR

- ▶ Valentía
- ▶ Perseverancia
- ▶ Honestidad
- ▶ Entusiasmo

VIRTUD:

AMOR Y HUMANIDAD

- ▶ Amor
- ▶ Bondad y Amabilidad
- ▶ Inteligencia Social

FORTALEZAS DE CARÁCTER BÁSICAS

Seligman (2011)

UNIVERSIDAD TECMILENIO



VIRTUD:

JUSTICIA

- ▶ Trabajo en equipo
- ▶ Ecuanimidad
- ▶ Liderazgo

VIRTUD:

TEMPLANZA

- ▶ Perdón
- ▶ Humildad
- ▶ Prudencia
- ▶ Auto-regulación

VIRTUD:

TRASCENDENCIA

- ▶ Apreciación por la belleza y la excelencia.
- ▶ Gratitud
- ▶ Esperanza
- ▶ Humor
- ▶ Espiritualidad



Una fortaleza de carácter tiene las siguientes características:

Un sentido de pertenencia.

Fuente de emociones positivas.

Sentirse experto en esa fortaleza.

(Niemic, 2019)



“ Más allá de los enfoques clásicos dirigidos a mejorar lo que está mal, la investigación indica que conocer y, sobre todo, utilizar nuestras fortalezas de diferentes maneras en la escuela y en nuestras relaciones personales contribuye a nuestro bienestar, incrementa nuestra motivación en el trabajo, e incluso, mejora nuestra salud física. ”

Niemiec (2019)



Explicación



{where the world finds strength™}

<https://www.viacharacter.org/survey/surveys/takesurvey>

Desarrollo de últimos dos temas de la semana por experto magistral (con la totalidad de aprendedores)

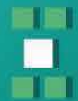


Tema 3

Las condiciones de las experiencias óptimas



La **concentración** juega un papel importante en el estado de **flow** al permitirnos dejar de lado todo aquello que pasa por nuestra mente para centrarse en la actividad detonadora de este estado.

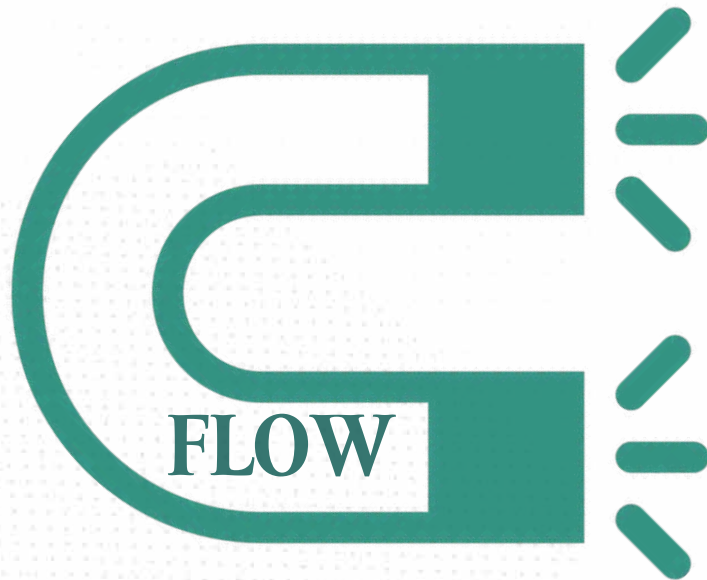


Las actividades que propician el flujo de manera más fácil son aquellas en las cuales se genera:

- 1 Aprendizaje de habilidades
- 2 Definición de metas
- 3 Retroalimentación
- 4 Sensación de control



Las experiencias de flujo o flow permiten transformar la personalidad haciéndola más compleja.



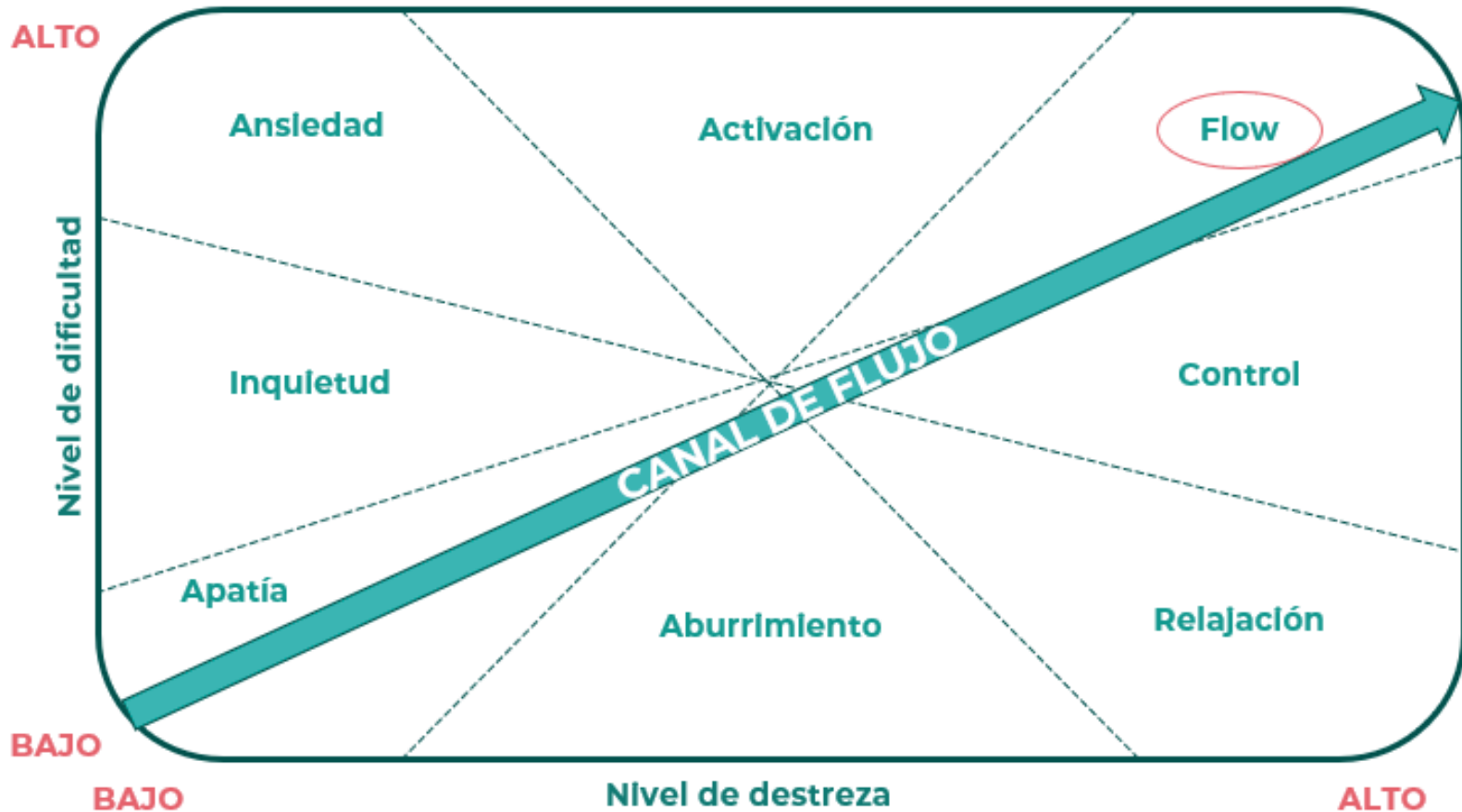
(Csikszentmihaly, 2013)

APRENDIZAJE

NUEVOS RETOS



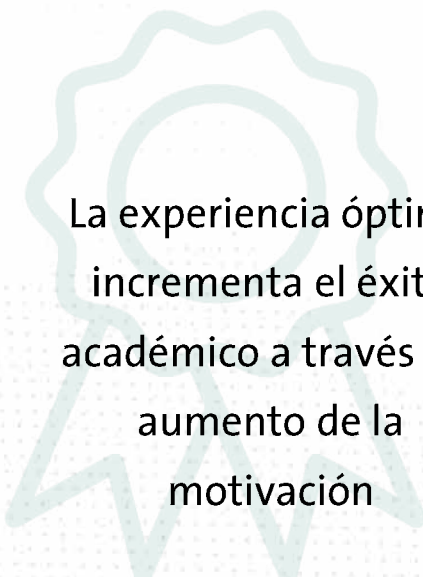
Explicación



Fuente: Csikszentmihalyi, M. (2000b). Anxiety, Boredom and Flow. Estados Unidos: Jossey-Bass

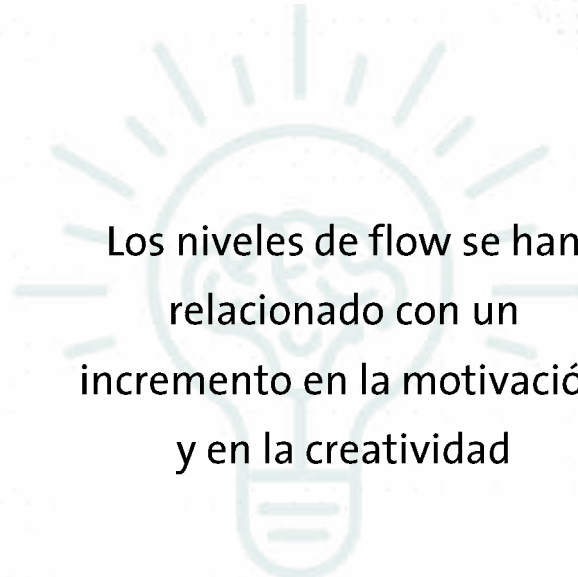


Sobre el flow:



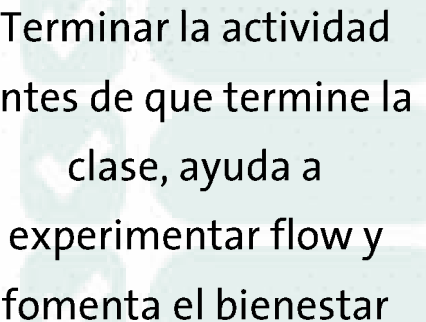
La experiencia óptima incrementa el éxito académico a través del aumento de la motivación

(Özhan y Kocadere, 2019)



Los niveles de flow se han relacionado con un incremento en la motivación y en la creatividad

(Csikszentmihalyi y LeFevre, 1989)



Terminar la actividad antes de que termine la clase, ayuda a experimentar flow y fomenta el bienestar

(Peifer et al., 2020)



Los estudiantes experimentan mayores niveles de **concentración** cuando:

- ✓ El reto y sus habilidades son altas y se encuentran en equilibrio
- ✓ La instrucción fue relevante y clara
- ✓ El medio ambiente del aprendizaje estuvo bajo su control
- ✓ Durante el trabajo individual o en el de equipo (en lugar de al escuchar alguna clase, ver videos o presentar un examen)

(Schernoff, 2014)



En el primer tema se explicó que todas las experiencias óptimas son parte del estado de flujo (flow) pero **no** todos lo que realizan alguna actividad en la que se espera que experimenten el estado de flow obtienen esa experiencia óptima.

CONSCIENCIA

Requisito para experimentar una experiencia óptima



El experimentar experiencias óptimas aumenta la capacidad emocional y cognitiva.

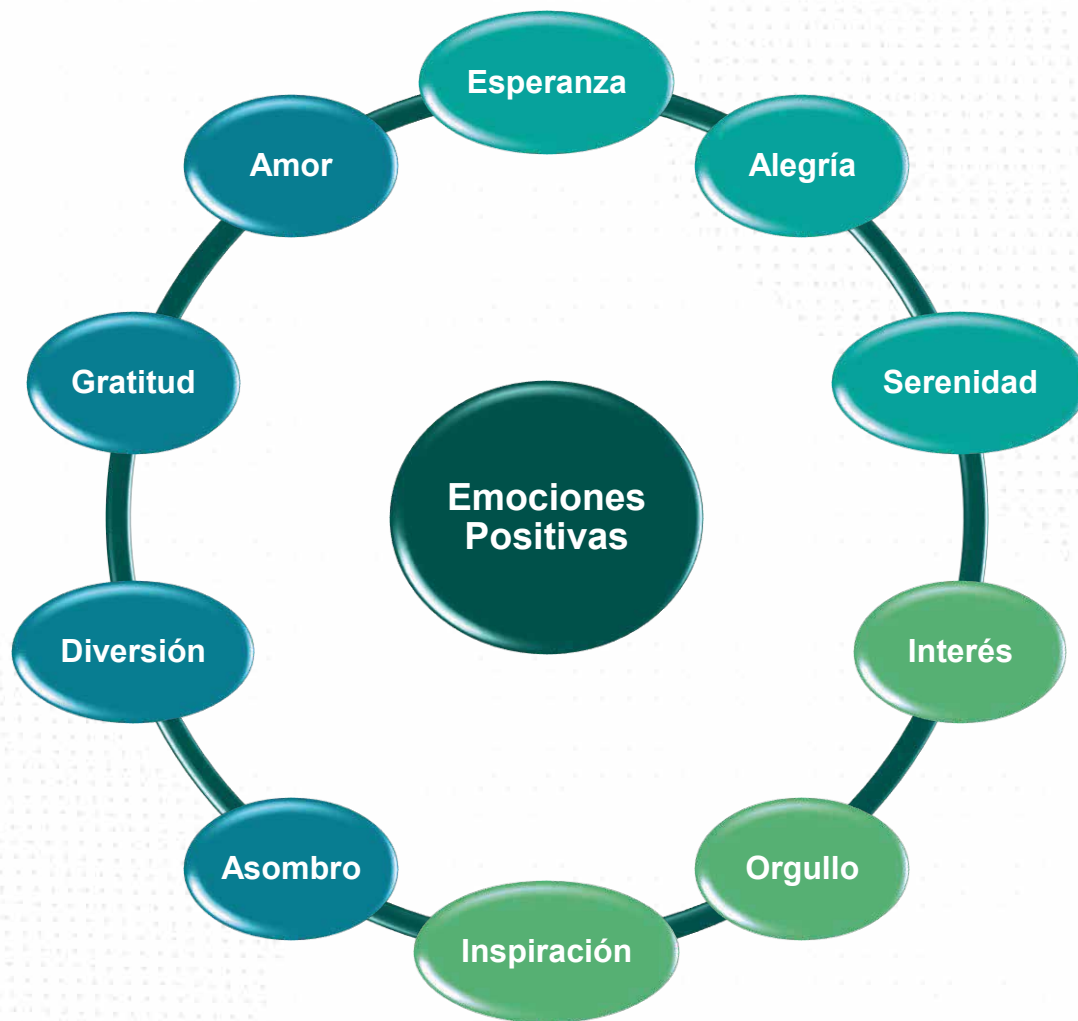




Tipos de emociones:

POSITIVAS

Negativas o adaptativas



(Fredrickson, 2009)

Cierre: recomendaciones para fluir



Diseñar actividades que les resulten interesantes a sus alumnos.



Observar el proceso.




Evitar las distracciones



OBJECTIVES

Definir objetivos claros y alcanzables



Actividades adecuadas para su nivel de habilidad



Referencias bibliográficas

- Csikszentmihalyi, M. (2000a). *Anxiety, Boredom and Flow*. Estados Unidos: Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (2000b). *Fluir: Una psicología de la felicidad* (8ª ed.). España: Editorial Kairós.
- Csikszentmihalyi, M. (2013). *Fluir: Una psicología de la felicidad*. España: Editorial Kairós.
- Csikszentmihalyi, M., y LeFevre, J. (1989). Optimal experience in work and leisure. *Journal of personality and social psychology*, 56(5).
- Fredrickson B. (2009). *Positivity: Top-notch research reveals the 3-to-1 ratio that will change your life*. Harmony.
- Özhan, Ş., y Kocadere, S. (2019). The Effects of Flow, Emotional Engagement, and Motivation on Success in a Gamified Online Learning Environment. *Journal of Educational Computing Research*, 57(8). Recuperado de <https://doi.org/10.1177/0735633118823159>.



Referencias bibliográficas

- Linley, A., Willars, J., Stairs, M., Garcea, N., and Biswas-Diener, R. (2010). *The Strengths Book: Be Confident, be Successful and Enjoy Better Relationships by Realizing the Best of You*. Coventry, UK: CAPP Press.
- Mayo, I. C. (2020). *Educar en las fortalezas*. *Educatio Siglo XXI*, 38(1). Recuperado de <https://o-search-proquest-com.biblioteca-ils.tec.mx/scholarly-journals/educar-en-las-fortalezas/docview/2388932458/se-2?accountid=11643>
- Niemiec, R. (2019). *Fortalezas de carácter. Guía de intervención*. México: El Manual Moderno.
- Park, N., Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Strengths of character and well-being*. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5).
- Peifer, C., Syrek, C., Ostwald, V. Schuh, E., y Antoni, C. (2020). Thieves of Flow: How Unfinished Tasks at Work are Related to Flow Experience and Wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 21. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00149-z>
- Csikszentmihalyi, M. (2014). *Applications of Flow in Human Development and Education*. Recuperado de https://doi.org/10.1007/978-94-017-9094-9_24
- Seligman, M., Steen, T., Park, N., y Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60(5)



Tema 4

Canal de flujo



Introducción



Las características que experimentan las personas en las actividades de **flow** no cambian, no importa el país de origen, edad, cultura y la actividad que estén haciendo.



Explicación



DISFRUTE





Exponerse de forma natural a eventos retadores puede influir de forma positiva en la calidad de la experiencia asociada a las actividades cotidianas



EXPERIENCIA CUMBRE

(Vázquez y Hervás, 2009)



AUTOEFICACIA

Nos permite enfrentar diversos retos al saber que contamos con los conocimientos y habilidades necesarias para alcanzar la metas.



“

La principal ventaja del estado de **flow**, es sin duda, hacer mucho más placenteras las diferentes actividades que hacemos en la vida.

”

(Cherry, 2021)



Sesión 2, segunda parte (en grupos pequeños)

Tema 3. Las condiciones de las experiencias óptimas
Tema 4. Canal del flujo

Duración total: 10 minutos

1. Observa detenidamente la imagen en la siguiente diapositiva y selecciona 5 fortalezas de carácter que consideres que son las que mejor te representan.
2. Toma nota de cuáles son estas fortalezas y por qué las elegiste.



VIRTUD:

CONOCIMIENTO Y SABIDURÍA

- ▶ Creatividad
- ▶ Curiosidad
- ▶ Juicio
- ▶ Amor por el aprendizaje
- ▶ Perspectiva

VIRTUD:

VALOR

- ▶ Valentía
- ▶ Perseverancia
- ▶ Honestidad
- ▶ Entusiasmo

VIRTUD:

AMOR Y HUMANIDAD

- ▶ Amor
- ▶ Bondad y Amabilidad
- ▶ Inteligencia Social

FORTALEZAS DE CARÁCTER BÁSICAS

Seligman (2011)

UNIVERSIDAD TECMILENIO



VIRTUD:

JUSTICIA

- ▶ Trabajo en equipo
- ▶ Ecuanimidad
- ▶ Liderazgo

VIRTUD:

TEMPLANZA

- ▶ Perdón
- ▶ Humildad
- ▶ Prudencia
- ▶ Auto-regulación

VIRTUD:

TRASCENDENCIA

- ▶ Apreciación por la belleza y la excelencia.
- ▶ Gratitud
- ▶ Esperanza
- ▶ Humor
- ▶ Espiritualidad



Aplicación de conceptos en contextos reales

Duración total: 30 minutos

Objetivo: Mostrar tus fortalezas de carácter y sus usos en tu vida diaria.

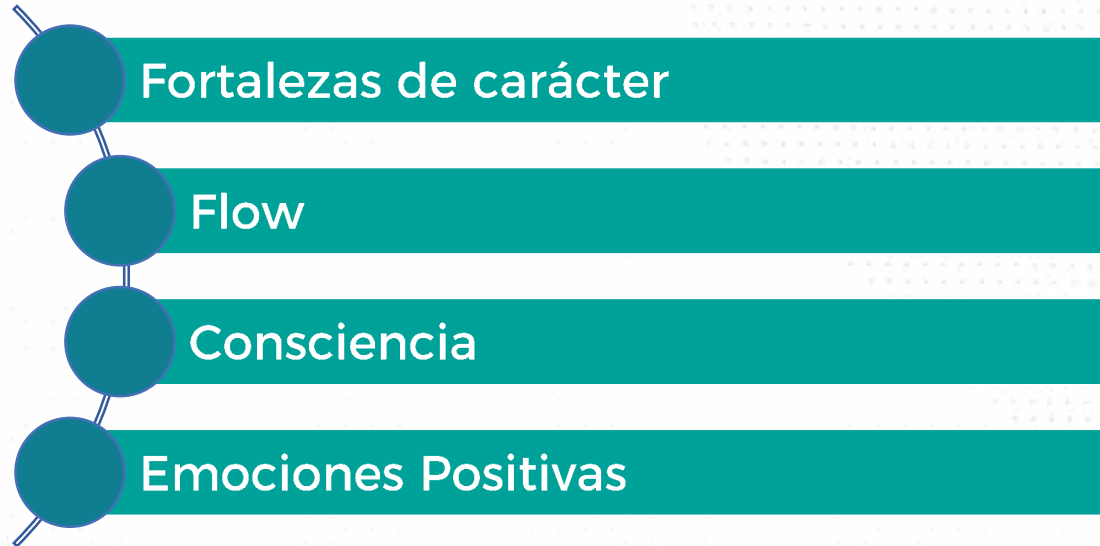
Instrucciones:

- Escribe tus cinco fortalezas seleccionadas en un post-it en la pizarra de Zoom.
- Comparte con tus compañeros tu razonamiento para escoger estas fortalezas, acompaña tu explicación con una experiencia o historia que demuestre cómo usas estas fortalezas en la vida diaria.
- Incluye un dibujo en la pizarra que ilustre cómo te sentiste durante esa experiencia.



Duración total: 5 minutos

Sobre los siguientes temas:



Ingresa a la liga <https://www.menti.com/al5zcykc87ew> y contesta lo siguiente:

- 3** cosas que aprendiste en esta sesión
- 2** cosas sobre las que te gustaría saber más
- 1** cosa en la que aún tienes dudas





Duración total: 15 minutos

Comparte ante el grupo lo siguiente:

1. Expresa la duda que planteaste a través de Menti, tu profesor podrá responderla e incluso tus compañeros también. ¡Conviertan su grupo en una comunidad de aprendizaje!
2. ¿En qué materia te gustaría diseñar y aplicar una actividad en clases, que posibilite que en el grupo identifiquen la fortaleza insignia de cada alumno/a?
3. Comparte tu idea inicial respecto a cómo te imaginas que pudieras llevar a cabo esa actividad.



Cierre de temas

Tecmilenio no guarda relación alguna con las marcas mencionadas como ejemplo. Las marcas son propiedad de sus titulares conforme a la legislación aplicable, estas se utilizan con fines académicos y didácticos, por lo que no existen fines de lucro, relación publicitaria o de patrocinio.

Todos los derechos reservados @ Universidad Tecmilenio

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor. El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO. Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.