

Impacto del intercambio académico: Proceso de crecimiento personal y cultural para avanzar en la carrera profesional

The Impact of Academic Exchange: Personal and Cultural Growth for Professional Development

Luisa Fernanda Hernández López¹ 
Sandra Milena Escobar Rojas² 

Resumen

Este artículo reflexivo presenta la perspectiva de una estudiante de la Licenciatura en Tecnología que se postuló y participó en el programa de movilidad académica ofrecido por la Oficina de Relaciones Interinstitucionales (ORI) de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN). Ella, quien realizó un intercambio en la Universidad Autónoma de Chiapas (UNACH), en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México, comparte su experiencia resaltando los beneficios en la adquisición de habilidades académicas, el crecimiento personal y el fortalecimiento de sus competencias interculturales. Asimismo, expone los retos presentados, como el choque cultural y la adaptación a sistemas educativos distintos. En este sentido, el artículo resalta la importancia de los programas de movilidad académica internacional como una herramienta fundamental para la formación de futuros educadores.

Palabras clave: alfabetización digital; diferencias culturales; intercambio académico; modelos educativos; tecnología educativa

Abstract

This reflective article shares the perspective of a student enrolled in a Bachelor's program in Technology who participated in the academic mobility program offered by the Office of Interinstitutional Relations (ORI) at the National Pedagogical University (UPN). After completing an exchange at the Autonomous University of Chiapas (UNACH) in Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, Mexico, the student discusses the benefits of this experience for academic skill development, personal growth, intercultural competencies, and also addresses challenges such as culture shock and the need for educational adaptation. The article emphasizes the crucial role that international academic mobility programs play in educator training.

Keywords: digital literacy; cultural differences; academic exchange; educational models; educational technology

¹ Estudiante de la Licenciatura en Tecnología, semestre XI. lufhernandezl@upn.edu.co

² Profesional en Fisioterapia, Especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo y Magíster en Educación en Tecnología, Docente de la Licenciatura en Tecnología (UPN). smescobarr@upn.edu.co

Introducción

Con el objetivo de analizar cómo la experiencia del intercambio académico influye en la formación profesional de los estudiantes, en este artículo reflexivo se interioriza sobre los aprendizajes adquiridos, los retos enfrentados y las transformaciones, tanto personales como académicas, vividas durante el proceso. Además, se identifican las áreas de mayor impacto, hablando un poco sobre el fortalecimiento de las habilidades de interacción en contextos culturales diversos, el fortalecimiento de la empatía, y la disposición para integrarse a nuevos contextos sociales y educativos.

La estadía en otro país puede resultar compleja, ya que implica adaptarse a nuevos entornos. Además, existen factores legales, emocionales, experienciales y otros que pueden hacer de la experiencia algo gratificante como desafiante. De acuerdo con Moreno *et al.* (2025), la movilidad académica brinda la oportunidad de que el participante interactúe con nuevos contenidos formativos, docentes y estudiantes de distintos lugares de origen, favoreciendo la adquisición de competencias clave para el ejercicio como profesor más allá del aula.

Conectando aprendizajes desde la internacionalización del currículo: una apuesta desde la ORI

Una movilidad académica incorpora una visión con elementos internacionales al estudiante, lo cual brinda la posibilidad de que estos puedan ser integrados a los planes de estudio, enriqueciendo la formación académica con un enfoque cultural diverso. Esto promueve la innovación, el desarrollo de conocimientos y habilidades aplicables en diferentes contextos educativos. La ORI de la UPN cumple un papel fundamental ya que, a través de la implementación del programa de movilidad académica, brinda a

los estudiantes la oportunidad de vivir una experiencia internacional que complementa el desarrollo académico, personal y cultural.

Descripción del programa de movilidad de la ORI

La movilidad académica brinda a los estudiantes la oportunidad de interactuar con diferentes sistemas educativos, tanto a nivel nacional e internacional, lo que contribuye al desarrollo de competencias académicas y personales. Entre sus objetivos se encuentran: promover espacios de diálogo pedagógicos, desarrollar y fortalecer las habilidades interculturales e interdisciplinarias, así como fomentar la formación transfronteriza. Esto permite que el estudiante logre adquirir y comunicar ideas a través de proyectos de innovación, investigación y publicaciones. Además, les permite proponer soluciones a problemas educativos en un contexto diferente al de la institución de origen (UPN, 2024).

Proceso de selección

El proceso de selección para participar en el programa de movilidad académica varía según el destino, los requisitos para aplicar son específicos de cada convenio y la convocatoria incluye los siguientes pasos:

- 1. Convocatoria y difusión:** La ORI publica la convocatoria tres meses antes de que termine el semestre académico. En esta se especifican los requisitos, los destinos y las universidades disponibles, así como las fechas clave del proceso.
- 2. Requisitos:** El estudiante interesado debe cumplir con criterios académicos específicos, como un promedio mínimo establecido, haber cursado el 40 % de los créditos del programa y presentar documentación adicional (cartas de motivación, cartas de recomendación por parte de un docente, etc.).
- 3. Selección:** Tras la revisión de las aplicaciones, el estudiante seleccionado es notificado y se le proporciona información adicional sobre los pasos a seguir para formalizar su participación.

Duración

La duración del programa de movilidad propuesto por la ORI equivale a un semestre académico.

Destinos

Los destinos del programa de movilidad son diversos y abarcan instituciones educativas de diferentes regiones del mundo. La oferta de destinos varía cada año, dependiendo de los convenios establecidos por la UPN con universidades internacionales. Algunos destinos comunes incluyen universidades en Brasil, Chile, España, Argentina, México, Perú y Colombia. La selección de destinos está sujeta a la disponibilidad de plazas y los requisitos del convenio (UPN, 2024).

Momentos antes de la experiencia

Luego de que la ORI publica el listado de estudiantes seleccionados para realizar el intercambio académico, se acude a una única reunión en la que se brinda información específica según el país de destino. En este encuentro, se orienta sobre la documentación requerida directamente por la universidad que otorga la beca, requisitos antes de comprar los tickets de ida y regreso, trámites migratorios, así como otros aspectos logísticos importantes para la movilidad académica.

Antes del viaje, se siente mucha incertidumbre: preocupaciones respecto al paso por migración en el aeropuerto, lugar en el que se va a vivir durante seis meses, las personas con las que se va a vivir, el nivel de exigencia académica en la universidad, los gastos adicionales, y el distanciamiento de su familia, mascota, o amigos cercanos. Esta incertidumbre genera emociones intensas como miedo, ansiedad, estrés o duda.

Como seres humanos es posible interpretar ese miedo de dos maneras: como una amenaza que nos paraliza o como un reto que impulsa el

crecimiento personal y académico. De acuerdo con Kolb (2018) en su teoría del aprendizaje experiencial, estos momentos de tensión y desafío no son ajenos al proceso formativo, sino que constituyen oportunidades clave para el aprendizaje profundo y transformador, especialmente cuando el sujeto es capaz de reflexionar críticamente sobre la experiencia vivida.

En esta misma línea, la investigación de Granaños y García (2016) sostiene que el aprendizaje se fortalece cuando el sujeto logra darle sentido a las vivencias, transformando en crecimiento personal y profesional la experiencia.

Para minimizar un poco las dudas, la participante investiga cómo es el clima en la ciudad de destino, cómo funciona el transporte, dónde está ubicada la universidad; llegando a su propia conclusión de que Chiapas es una zona rural, con poca infraestructura e incluso encuentra que Tuxtla Gutiérrez figura entre las peores ciudades para vivir según el estudio *Calidad de vida* (Siete de Chiapas, 2020).

Experiencia de intercambio académico en la Universidad Autónoma de Chiapas

Al llegar a Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, fue de gran sorpresa ver una ciudad con carreteras amplias y modernas, calles limpias e infraestructura urbana bien cuidada que aportaba mucha estética a la ciudad, la abundancia de áreas verdes y la belleza de los atractivos turísticos de los cuales hablaban con orgullo los residentes. A ello se sumaba la calidez humana de sus habitantes, elementos del ambiente que mitigaron aspectos percibidos como negativos. Por ejemplo, la temperatura, que alcanzaba los 42°C, en contraste con los 19°C a los que se acostumbran los habitantes de la ciudad de Bogotá, su ciudad de origen. Esta temperatura era desafiante porque dificultaba la concentración y afectaba la calidad del sueño.

La socialización dentro y fuera de la facultad también fue un desafío ya que había personas de otros países, de otras ciudades y de diferentes zonas rurales, entre ellos jóvenes indígenas y no indígenas de Chiapas. El solo hecho de hablar español y comunicarse con otra persona que también lo hable no significa que exista una interpretación correcta del mensaje que se quiere transmitir y esto sucede por la gran variedad lingüística que existe en la sociedad. Sin embargo, muchas personas mostraban gran interés por conocer la cultura colombiana, lo que favoreció el espacio de intercambio cultural.

En el ámbito educativo, se observó que los compañeros de clase enfrentaban dificultades para acceder a herramientas digitales debido a la inestabilidad de la red de telefonía, los frecuentes cortes prolongados de energía eléctrica y algunos docentes que preferían no usar la tecnología como medio para presentar trabajos. Esta situación obligaba a entregar los trabajos de manera escrita, limitando el uso de herramientas digitales para realizar presentaciones u organizar datos, programas y aplicaciones que permiten desarrollar habilidades para gestionar información en internet y el uso de motores de búsqueda.

De acuerdo con un artículo publicado por Eje Central (2025) y los datos presentados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2024), la brecha digital en Chiapas presenta un índice significativo con menos del 60 % de hogares conectados y esto es debido a la falta de infraestructura, desconocimiento tecnológico, carencia de dispositivos adecuados y costos del servicio. Por otro lado, los enfoques utilizados por los docentes se centraban en la teoría y en evaluaciones basadas en la memorización, convirtiendo a los estudiantes en receptores pasivos de la información.

No obstante, en algunas clases la flexibilidad pedagógica observada permitía adaptar el aprendizaje a la autonomía de los estudiantes,

quienes se formaban sin una estructura de escritura en el diseño y creación de documentos de investigación. Este aspecto contrastaba con el enfoque más estructurado de la UPN, en el que la investigación y la claridad en el uso de normas APA y derechos de autor son evaluados. Esta diferencia generó cuestionamientos sobre cómo las metodologías educativas pueden variar no solo por el contexto cultural, sino también por la autonomía otorgada a los estudiantes.

El semestre cursado en la Universidad Autónoma de Chiapas (UNACH) consistió en ver un mínimo de tres materias relacionadas con las asignaturas del programa Licenciatura en Tecnología, las cuales fueron homologadas por la universidad de origen, la Universidad Pedagógica Nacional (UPN).

Desde el primer día, la estudiante se sintió motivada por la calidez en el recibimiento de las personas, su arrendataria, y otros estudiantes que también participaban en el programa de intercambio, con quienes además compartiría su estadía y quienes mostraron un gran interés por conocer aspectos culturales, turísticos y pedagógicos del país.

Al llegar a la universidad, ella se sorprendió al descubrir que la Ciudad Universitaria UNACH abarcaba aproximadamente 290 hectáreas y al notar que en cada rincón se respiraba aire fresco gracias a la abundante vegetación en sus instalaciones educativas, deportivas, culturales y administrativas.

Sin embargo, al iniciar las clases se enfrentó a desafíos con la adaptación a un nuevo entorno cultural, ya que muchos de los compañeros eran foráneos, así llamados por los tuxtleños, lo que refiere a estudiantes que realizaban sus estudios lejos de su ciudad o zona rural de origen. Según Quijano (2015), solo el 10 % de los estudiantes foráneos logran concluir sus estudios debido a las dificultades de adaptación al entorno universitario, al ambiente físico y social. Estos desafíos limitaban la comunicación fluida, convirtiendo el espacio de clase

en un entorno donde el estudiante solo era un receptor de información y no se lograba tener una participación activa en las clases.

El entorno pedagógico era diferente, ya que en la facultad de destino los maestros no utilizaban la tecnología como herramienta principal, y las metodologías de enseñanza eran pasivas y tradicionales. El uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el sistema educativo fue un aspecto que ella observó de manera constante.

Herdoiza *et al.* (2024), en su investigación, destacan el uso de las TIC en los procesos de enseñanza y aprendizaje, la integración de tecnologías, herramientas y competencias digitales, mencionando cómo transforman en el aula las metodologías docentes, la motivación y el interés de los estudiantes, favoreciendo al aprendizaje significativo. Estas herramientas permiten una enseñanza más dinámica centrada en el estudiante y fomentan la autonomía y el aprendizaje colaborativo. No obstante, en la UNACH, la participante interiorizó que, aunque las TIC tienen el potencial de mejorar la calidad educativa, su implementación no siempre es efectiva debido a la brecha digital existente, lo cual limita el desarrollo de competencias digitales durante el aprendizaje.

Durante su estancia, tuvo la oportunidad de participar en festividades religiosas y culturales del estado, como la Fiesta Grande de Chiapa de Corzo, el Carnaval Zoque, el Día de la Candelaria. También en eventos académicos como el Día del Ingeniero y la muestra cultural internacional con expositores de Argentina, Perú, Colombia, México, Ciudad de México y Sinaloa. Además, realizó un trabajo colaborativo en producción de contenido audiovisual junto a estudiantes de la Facultad de Comunicación de la UNACH. Estas experiencias fueron gratificantes, ya que no solo permitieron expandir su conocimiento sobre las culturas de los estudiantes provenientes de otros países, sino también dar a conocer la cultura colombiana, disfrutando de la gastronomía nacional e internacional.

Durante el intercambio en la UNACH, la estudiante cursó materias en la Facultad de Ingeniería que ampliaron sus conocimientos y moldearon su enfoque profesional de manera significativa.

Gráficos y dibujo asistido por computadora en AutoCAD

Esta asignatura fue de gran importancia para ella, ya que durante su práctica docente en los colegios de Colombia había tenido la oportunidad de enseñar modelado de piezas en este programa. Esta materia aportó a su aprendizaje reforzando sus habilidades en el uso de software AutoCAD, profundizando su conocimiento en áreas como arquitectura, ingeniería y diseño, aprendiendo a crear modelos 2D y 3D.

La estrategia de enseñanza en esta clase fue tradicional, centrada en la exposición magistral, donde el estudiante no se involucraba en el proceso de enseñanza durante la clase. La metodología era basada en la memorización y la repetición, proporcionando al estudiante una estructura clara y organizada. Desde su perspectiva, la adquisición de conocimientos paso a paso asegura que el estudiante se familiarice y comprenda la función de cada una de las herramientas del software.

En contraste, en la UPN el uso del software es industrial, orientado en el diseño de piezas mecánicas, herramientas y componentes para máquinas. Se emplean programas más avanzados como: SolidWorks y SketchU, bajo un enfoque constructivista en el que el estudiante se centra en desarrollar competencias tecnológicas siendo responsable de su propio aprendizaje a través de la investigación, el trabajo autónomo y el aula invertida. El docente orienta si hay dudas y es el estudiante quien busca cómo entender y usar el software. No obstante, este modelo puede representar un desafío para aquellos estudiantes que necesitan más orientación, lo que podría generar frustración o confusión en algunos casos.

Tecnologías Aplicadas al Diseño Sustentable

Esta asignatura optativa disciplinar, enfocada al área de ingeniería aplicada, busca la integración de propuestas innovadoras basadas en contribuir a superar los retos del ambiente global como reducir la contaminación y el impacto ambiental, mediante la tecnología, aplicando la conciencia ambiental, social y económica (Comité de Desarrollo Curricular, 2024).

Para lograr los criterios de desempeño o aprendizaje esperado, la materia se desarrolló bajo las metodologías de Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) y el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP). Estos enfoques llevaron a la estudiante a construir un documento para exponer junto a otros compañeros.

El proyecto se tituló *“Ecotecnologías para mejorar la eficiencia energética y ambiental de viviendas rurales”*. En este trabajo se diseñaron, crearon e integraron ecotecnologías adaptadas a las problemáticas de las comunidades rurales de Nuevo Monte Líbano, con el objetivo de mitigar el riesgo de agotamiento de los recursos naturales de la zona. Con el proyecto se evidenció cómo la tecnología puede contribuir a la sostenibilidad en comunidades vulnerables, reduciendo costos, mejorando la rentabilidad y aumentando la implementación de proyectos eco-tecnológicos.

Esta experiencia en la UNACH enriquece la formación académica de un Licenciado en Tecnología ya que ayuda a comprender cómo la tecnología puede usarse como medio para mejorar la sostenibilidad. Además, permite desarrollar competencias clave como: la investigación, la innovación y la gestión de proyectos, habilidades fundamentales para integrar la tecnología como solución a problemas presentados en los diferentes contextos.

Beneficios del intercambio: aprendizajes y lecciones adquiridas

El intercambio le permitió a la estudiante aprender a través de diversas metodologías pedagógicas, detallando cómo los factores culturales, sociales, tecnológicos y académicos influyen en el sistema educativo. En la UNACH se observaron metodologías tradicionales, centradas en la memorización y repetición, mientras que en la UPN predomina un enfoque constructivista que fomenta el “Aprender Haciendo”, que incluye la autonomía y la investigación. Esta vivencia reforzó la importancia de adaptar la enseñanza a los avances tecnológicos y sociales, promoviendo un aprendizaje contextualizado.

Durante la experiencia, desarrolló la capacidad de comunicarse, comprender y expresar emociones, documentando sus vivencias y mostrándolas a través de redes sociales buscando la manera de superar inseguridades. Cada una de las preguntas que le hacían sobre su país y lo que ella conoció de Chiapas la llevaron a valorar tanto la riqueza cultural propia como la ajena.

Desde una perspectiva profesional, es importante resaltar que la UPN y la Licenciatura en Tecnología da la oportunidad a sus estudiantes de realizar prácticas desde el primer semestre.

De manera remota, la estudiante realizó su práctica docente con la fundación ECEI, y durante el desarrollo de sus actividades, la investigación, el diseño de syllabus para crear cursos y contenido educativo, conoció el término de “Competencias Digitales”, entendido como un conjunto de habilidades esenciales que permiten recuperar, evaluar, almacenar, producir, presentar e intercambiar información que realmente es útil y se encuentra en internet.

Estas habilidades potencian la integración de herramientas tecnológicas en el aula y prepa-

ran a los futuros educadores para guiar a sus estudiantes en el uso crítico y creativo de las TIC, respondiendo a las demandas de una sociedad globalizada y tecnológicamente avanzada.

Como señalan Gambi *et al.* (2025), la enseñanza basada en competencias digitales no solo equipa al docente con herramientas innovadoras, sino que también le permite enfrentar retos educativos actuales, garantizando su capacidad para generar un cambio en el aprendizaje que permita al estudiante adaptarse a los avances tecnológicos, metodológicos y culturales, asegurando que todos, independientemente de sus habilidades, condiciones sociales, culturales o económicas, tengan acceso equitativo a las herramientas tecnológicas en la educación.

Conclusiones

La experiencia del intercambio académico en Chiapas, México fue transformadora para la estudiante. Prácticamente es un viaje en el que se debe iniciar una vida desde cero, que además combina el crecimiento personal, cultural y académico.

Enfrentar un entorno nuevo implica no solo adaptarse a diferentes metodologías educativas y realidades sociales, sino que también desarrolla habilidades fundamentales para la formación docente, como mejorar la autoestima, la empatía, la alfabetización digital, la comunicación asertiva y la comprensión intercultural.

Si se comparan los planes de estudio y la ejecución de los programas, se evidencian algunas diferencias en el enfoque formativo. Mientras en la UPN el aprendizaje se centra en el uso de tecnologías aplicadas a la enseñanza, haciendo un énfasis en la didáctica, la práctica docente y la investigación, en la UNACH se adopta un enfoque técnico y aplicado, centrado en la ingeniería y enfatizando a metodologías más prácticas y físicas.

La UPN promueve el pensamiento crítico y la autonomía desde el aprender haciendo, la UNACH prioriza el dominio de temas y herramientas para llevar a cabo su aplicación de conocimientos en contextos reales. Esta comparación permite evidenciar cómo ambas propuestas son complementarias, lo cual enriquece la experiencia del intercambio académico al permitir la articulación de saberes para fomentar un aprendizaje más integral.

Que ambas propuestas sean complementarias comprende que, aunque las herramientas tecnológicas hacen interesante el proceso formativo y significativa la información que se quiere transmitir, no se debe perder de vista la importancia de los métodos tradicionales. Las metodologías tradicionales permiten destacar a los estudiantes de la UNACH por su disposición y esfuerzo para interiorizar cada uno de los contenidos temáticos, enriqueciendo su pensamiento lógico, su pensamiento crítico y, de esta manera, establecer una visión sobre cómo llevar lo aprendido a la vida real.

En este sentido, es importante que un intercambio académico sea considerado esencial para la vida, así como se da por hecho que se debe estudiar, tener una carrera, tener un hijo, tener una familia, trabajar y todo aquello que como seres humanos consideramos fundamental o obligatorio, ya que el intercambio académico permite tener un bienestar emocional, conocerse a sí mismo, experimentar, aprender y convertirse en una persona visionaria porque las metodologías diversas son herramientas valiosas para un docente en formación.

Esto no solo enriquece el perfil académico, también fomenta un sistema educativo más inclusivo, permitiendo enfrentar los retos de un mundo globalizado con una perspectiva social, académica, cultural y lingüística más amplia. Asimismo, se sugiere a los estudiantes que se preparen para desarrollar su autonomía y adaptabilidad al cambio académico y cultural, enfrentando el desafío de ser embajadores de

su propia cultura conociendo la visibilidad que tiene su país desde otros contextos, manteniendo una mente abierta y una comunicación asertiva desde el respeto; así como aprender constantemente y aprovechar al máximo todas las oportunidades que se presentan para conocer o experimentar en un nuevo entorno.

Referencias

- Comité de Desarrollo Curricular. (2024). *Universidad Autónoma de Chiapas*. <https://ingenieria.unach.mx/>
- Eje Central. (2025, junio 7). *¿Por qué Chiapas aún no se conecta? Brecha digital en México explicada con datos*. <https://www.ejecentral.com.mx/nuestro-eje/por-que-chiapas-aun-no-se-conecta-brecha-digital-en-mexico-explicada-con-datos>
- Gambi, G., Forero, T., Gamberini, C. y Park, K. (2025, agosto 12). *¿Cómo están nuestros docentes en competencias digitales? Un diagnóstico clave para mejorar*. Enfoque Educación. Banco Interamericano de Desarrollo. <https://blogs.iadb.org/educacion/es/como-estan-nuestros-docentes-en-competencias-digitales-un-diagnostico-clave-para-mejorar>
- Granados, H. y García, C. L. (2016). El modelo de aprendizaje experiencial como alternativa para mejorar el proceso de aprendizaje en el aula. *Ánfora*, 23(41), 37–54. Universidad Autónoma de Manizales. <https://www.redalyc.org/pdf/3578/357848839002.pdf>
- Guilindro, J. A., Goyes, D. E., Villavicencio, N. A., Díaz, R. J. y Lombeida, L. R. (2025). La movilidad estudiantil y su impacto en la formación académica y cultural. *Revista Ciencia Latina*, 9(1), 12–29. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1.16471
- Herdoiza, D. J., Valladares, M. G., Calderón, J. P. y Faggioni, P. S. (2024). Transformación educativa: integración de enfoques pedagógicos innovadores y tecnologías emergentes en los procesos de enseñanza-aprendizaje. *Reincisol*, 3(6), 6001–6024. [https://doi.org/10.59282/reincisol.V3\(6\)6001-6024](https://doi.org/10.59282/reincisol.V3(6)6001-6024)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2024, junio 13). *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2023* [Boletín de prensa No. 372/24]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/ENDUTIH/ENDUTIH_23.pdf
- Kolb, A. y Kolb, D. (2018). Eight important things to know about the experiential learning cycle. *Australian Educational Leader*, 40(3), 8–14. Experience Based Learning Systems.
- Quijano, M. del C. (2015). *El estudiante foráneo y su desempeño académico, en la Licenciatura en Trabajo Social, de la Universidad de Colima, en el periodo de Enero-Junio del 2015*. Universidad de Colima. <https://eventos.ucol.mx/content/micrositios/241/file/memoria/pdf/70.pdf>
- Siete de Chiapas. (2020, enero 16). *Tuxtla es la peor ciudad para vivir, revela estudio*. <https://www.sie7edechiapas.com/post/2020/01/16/tuxtla-es-la-peor-ciudad-para-vivir-revela-estudio>
- Universidad Pedagógica Nacional. (2024). *Convocatoria de movilidad académica estudiantil presencial 2025-1*. Oficina de Relaciones Interinstitucionales (ORI). <https://ori.pedagogica.edu.co/oportunidades-academicas/>