

“ Me siento orgullosa de pertenecer a una Institución en la que existe el respeto por la persona y por la familia. El afán de promover y reconocer a todo el mundo, el deseo de valorar el trabajo de cada uno y la búsqueda de una organización bien estructurada, hacen de la Universidad el lugar de trabajo que me hace feliz. ”

Rosa Julia Guzmán Rodríguez, directora de la Maestría en Desarrollo Infantil.

Terminator también lleva el sello Sabana

María José Herrera, graduada de Comunicación Audiovisual y Multimedios, habló con *Campus* sobre su experiencia al haber sido coordinadora de producción de los efectos visuales de la película.

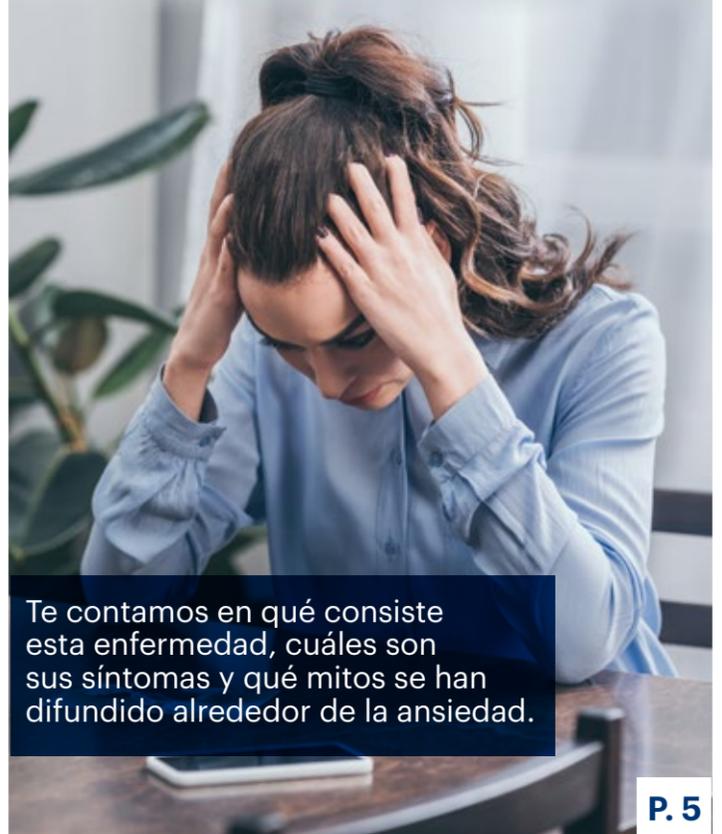
P. 2



P. 4

Cuidados ancestrales y convencionales Intercambiando saberes con las parteras chocoanas

La ansiedad: mitos y verdades



Te contamos en qué consiste esta enfermedad, cuáles son sus síntomas y qué mitos se han difundido alrededor de la ansiedad.

P. 5



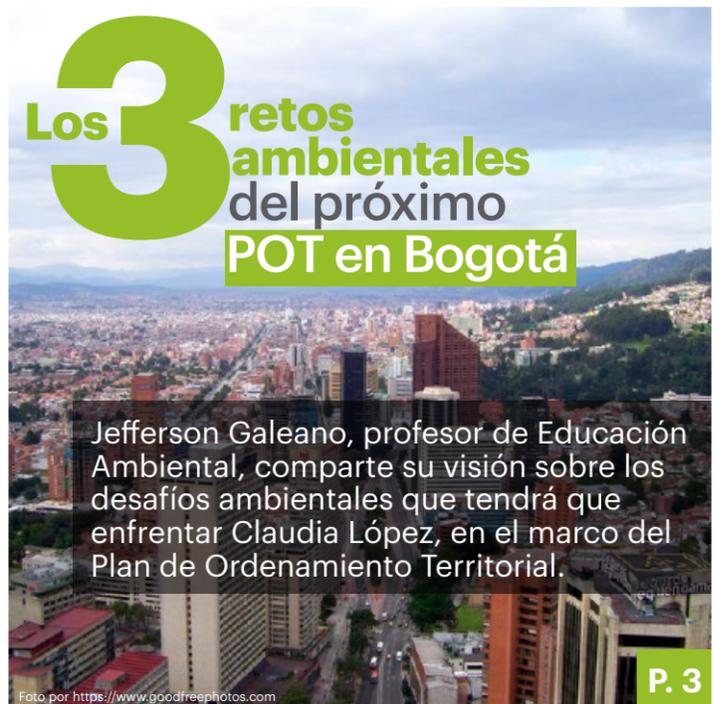
SABANA CENTRO **cómovamos**

Presentación de resultados 4º Informe de Calidad de Vida de Sabana Centro 2018

Jueves, 28 de noviembre de 2019 a 7:30 am
Auditorio David Mejía Velilla
Universidad de La Sabana
Con la participación del director del DANE,
Doctor Juan Daniel Oviedo Arango



Los 3 retos ambientales del próximo POT en Bogotá



Jefferson Galeano, profesor de Educación Ambiental, comparte su visión sobre los desafíos ambientales que tendrá que enfrentar Claudia López, en el marco del Plan de Ordenamiento Territorial.

Foto por <https://www.goodfreephotos.com>

P. 3

Descubre

En esta sección encontrarás información para:

- Estudiantes
- Empleados

María José Herrera estuvo a cargo de los efectos visuales

Terminator también lleva el sello Sabana

La aparición estelar de Natalia Reyes, actriz colombiana, se suma a la participación de María José Herrera, quien contribuyó desde la producción de los efectos visuales. Ella es graduada de Comunicación Audiovisual y Multimedia de la Universidad de La Sabana y estuvo en la realización del largometraje, como VFX (efectos visuales) *production coordinator*.

¿En qué consistía tu cargo?

Mi cargo era coordinadora de Producción para Industrial Light & Magic (ILM), la empresa que hizo la mayor parte de los efectos visuales para *Terminator Dark Fate*. Es un gran rompecabezas. Yo estaba encargada del Equipo de Animación, que es un departamento por el que pasan todas las tomas que requieran movimiento de personajes, vehículos y criaturas en 3D. Conseguí entregar alrededor de 450 tomas, gracias al equipo talentoso de aproximadamente 40 artistas y de la mano de los líderes del departamento.

¿Cómo fue la experiencia de hacer parte de una gran producción de Hollywood?

Fue una experiencia desafiante e inspiradora. En la industria nunca se para de aprender y, hasta ahora, este proyecto me enseñó más que cualquier otro en mi carrera profesional. Hay mucho interés por ser parte de la saga icónica de *Terminator*, por lo cual, para mí, fue una reunión de personas

con talento extraordinario, de muchas partes del mundo, apasionadas por su arte y con grandes habilidades, dispuestas a contribuir a la continuación de la historia.

¿Qué fue lo más retador y cómo lo superaste?

Los grandes desafíos del coordinador son el conectar personas, facilitar el flujo de las notas creativas y asegurarse de entregar material de calidad, a tiempo, para otros departamentos.

Suena parecido a cualquier trabajo de planeación y coordinación en otra industria; sin embargo, hay que agregar a la mezcla el hecho de tener equipos trabajando alrededor del mundo; en mi caso, artistas en Vancouver, Londres, San Francisco y Singapur.

La habilidad de ser flexible, reinventar estrategias, mantener la buena energía en mi equipo y pensar con cabeza fría, sin desesperar, fueron claves para superar todos los obstáculos.

En esta película, ¿qué rol tuvieron los efectos visuales?

La historia sería casi imposible de contar sin los efectos visuales. *Terminator Dark Fate* sigue la tradición de plantear viajes en el tiempo, robots que quieren destruir la humanidad con habilidades futuristas y escenas de acción intensa. Los efectos visuales o

VFX ayudan a vender, de forma realista, esos elementos que serían difíciles o imposibles de grabar con accesorios o actores en un set.

Nosotros nos encargamos de traer a la vida al villano principal en su versión robot, hacer todos los efectos de sus transformaciones, las destrucciones de aviones, helicópteros, y sets enteros como el de la batalla final, en el que el 70% fue creado de forma digital.

¿Qué aprendizajes te llevas de esta experiencia?

Aprendí mucho de mis propias estrategias, algunas que repetiría y otras que haría diferente. Aprendí cómo funcionan estos proyectos en una escala masiva; hay tanto por hacer, que los espectadores no se alcanzan a imaginar lo que se requiere para lograr una película como esta. Terminé siendo una mejor persona y líder. Solo espero seguir mejorando en los próximos proyectos que haga.

¿Cómo llegaste a trabajar en Terminator?

Después de graduarme del programa de Comunicación Audiovisual y Multimedia en La Sabana, vine a Vancouver con mi esposo hace tres años, a estudiar una maestría en medios digitales. Tuve la oportunidad de empezar a trabajar en ILM, la empresa principal de efectos visuales de Lucasfilm y Disney. Esto se dio gracias a las conexiones que hice durante la maestría, a mis mentores y a mi perfil competitivo.

¿Cómo te ayudó el haber estudiado en La Sabana a estar donde estás ahora?

Mi tiempo en La Sabana me ayudó a fortalecer muchas habilidades de liderazgo y trabajo en equipo, las cuales ejerzo en mi trabajo cada día. La importancia que tuvo el inglés durante la carrera, la oportunidad de hacer un intercambio, la práctica profesional en el exterior, el programa PAT, muchas materias teóricas y prácticas y, por supuesto, los profesores son experiencias de la Universidad que no puedo dejar de agradecer.



Maestría en Informática Educativa

Una app móvil para practicar técnica de vóleybol



Juan Camilo Sosa, estudiante de la Maestría en Informática Educativa del Centro de Tecnologías para la Academia (CTA), ha dedicado su vida a la enseñanza del vóleybol a nivel nacional e internacional, y aprovechó sus aprendizajes en el posgrado para ofrecer una solución digital enfocada en este deporte. “Decidí crear un material educativo digital llamado Volleytec, con el objetivo de enseñar la técnica específica de pase con antebrazos, donde el usuario puede tomar como referencia su propia postura”, aseguró el estudiante.

La herramienta tecnológica está compuesta por contenidos informativos, como imágenes y videos sobre la realización de la técnica. Además, ofrece la posibilidad de tomar como referencia las recomendaciones de expertos, para lograr una postura óptima.

“Esta aplicación se convierte en un puente que conecta al aprendiz y al experto, de manera que un estudiante de ciencias del deporte pueda utilizar la aplicación en cualquier momento y lugar, para que su posición de músculos y huesos sea evaluada, lo que brinda una oportunidad gigante de recibir retroalimentación clara, rápida y veraz, en un corto tiempo”, aseguró Sosa.

La Coordinación de Materiales Educativos Digitales (CMED)

del CTA estuvo a cargo del diseño de la aplicación, y contó con el trabajo de programadores informáticos y adecuadores pedagógicos durante tres meses. Aunque Volleytec está dirigida especialmente a estudiantes, también podrá ser usada por profesores del deporte como Juan Camilo, interesados en mejorar los estándares de realización de la técnica.

Aunque Volleytec se implementará en 2020 con estudiantes universitarios de ciencias del deporte, así funcionará:

- El usuario **crea una cuenta** y asigna una **contraseña**.
- A través del celular, **toma una foto o video** haciendo la técnica y lo sube a la aplicación.
- El usuario podrá **consultar videos e imágenes**, en los que se explica el paso a paso de la **realización correcta de la técnica**.
- Un experto recibe el contenido del usuario y **brinda su retroalimentación**, con base en los estándares de la Liga Internacional de Voleibol.

La app ofrece la posibilidad de tomar como referencia las recomendaciones de expertos, para lograr una postura óptima.

Los 3 retos ambientales del próximo POT en Bogotá

Jefferson Galeano, profesor de Educación Ambiental de la Facultad de Educación, habla sobre los principales desafíos ambientales que tendrán que enfrentar Claudia López y la Comisión de Empalme, en el marco del Plan de Ordenamiento Territorial (POT).

Claudia López, alcaldesa electa de Bogotá, promete que en diciembre de 2020, la ciudad tendrá un nuevo Plan de Ordenamiento Territorial. Según la Ley 388 de 1997, el POT es el instrumento que utilizan los municipios y distritos del país para planificar el ordenamiento del territorio y la

utilización o usos del suelo. Su importancia radica en que define el diseño y ubicación de las nuevas vías, parques, zonas de reserva ambiental, suelo para desarrollar nuevas viviendas, entre otros; los cuales tienen un impacto en la vida económica, social y cultural de los ciudadanos.

Uno de los aspectos más importantes que debe atender el nuevo POT de Bogotá es la dimensión socioambiental. Para el profesor Jefferson Galeano la nueva propuesta debe partir de una sola tesis: "Promover, desde toda perspectiva, una relación armónica y equitativa de los ciudadanos capitalinos con los componentes naturales del territorio bogotano", comentó.

De acuerdo con Galeano, "Si hoy realizamos una encuesta, gran parte de los capitalinos

desconocen que Bogotá tiene en su territorio uno de los páramos más grandes del mundo, el Sumapaz; tampoco contemplan el parque longitudinal más grande del mundo, el Entrenubes. La desconexión que existe entre el bogotano promedio, que diariamente disfruta de la ciudad, con su territorio, es muy amplia. Y, para colmo, las personas no comprenden y tampoco se interesan por estos temas", afirmó.

Para el profesor, gran parte de la responsabilidad de esta desconexión la tienen las administraciones distritales, ya que los procesos de ordenamiento territorial han estado viciados por intereses particulares. Por eso, los retos de la nueva alcaldesa deben concentrarse en:

Realizar una revisión responsable de los POT existentes,

para conformar una mesa de trabajo con personas con gran trayectoria profesional, ética y moral, que realicen una labor rigurosa para identificar el bien común de los capitalinos, sin caer en intereses particulares y realizando un verdadero trabajo de planeación a 50 años como mínimo, sin descuidar el detalle de las condiciones actuales y las necesidades que exigen atención inmediata.

Dotar al POT con un componente pedagógico

importante. En medida en que la población comprenda realmente qué se propone, se evite la polarización y se garantice una participación loable, asertiva y constructiva.

Reformular el POT para que aproxime al ciudadano bogotano a las estructuras ecológicas

de la ciudad. Es importante que el desarrollo de la ciudad empiece a mirar hacia los cerros, hacia el río Bogotá y se empiecen a reconocer los parches ecológicos que todavía sobreviven en la ciudad, como los humedales y algunos parques.



Ilustración por Freepik



Universidad de La Sabana

Campus periódico hace parte del sistema de medios de Comunicación Institucional de la Universidad de La Sabana.

Dirección y edición

Adriana Patricia Guzmán de Reyes
Cristina Macías Echavarría

Coordinación de contenidos

Natalia Alejandra Garzón
Felipe Bernal Castilla

Gestión de contenidos

Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana
Felipe Bernal Castilla

Corrección de estilo

Jairo Valderrama Valderrama
Cristina Sánchez (Grafoscopia)

Fotografía

Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana
María del Carmen Guarán
Exprom Estudios

Diseño y diagramación

Grafoscopia

Impresión

Imagen Editorial

Campus, periódico de la Universidad de La Sabana. Campus del Puente del Común, km 7, Autopista Norte de Bogotá, Chía, Cundinamarca, Colombia. Teléfonos: 861 5555 - 861 6666

CAMPUS COPYRIGHT © 2019 UNIVERSIDAD DE LA SABANA

Prohibida su reproducción total o parcial, así como su traducción a cualquier idioma sin autorización escrita de su titular. Todos los derechos reservados.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

Herramientas clave

Para lo anterior, Galeano señala que la nueva alcaldesa tiene dos herramientas que resultan clave para la ciudad: "La gestión territorial participativa de alta gerencia, acompañada de procesos de educación ambiental, que sean asertivos con las problemáticas socioambientales del territorio".

Trastorno del sueño

Cuidado, los niños con rinitis alérgica pueden presentar apnea obstructiva del sueño



Karen Perdomo, Jorge Luis Córdoba, María Escamilla, Miguel Suárez, Natalia Gévez y David Gozal, residentes de Pediatría, realizaron su trabajo de grado, dirigido por el doctor Luis Fernando Giraldo, profesor de Medicina y la doctora Elida Dueñas, neumóloga pediatra de la Fundación Neumológica Colombiana, en el que establecieron la relación entre la rinitis alérgica y la apnea obstructiva del sueño, en niños entre los 4 y 15 años, que viven en entornos de gran altitud. Este hallazgo fue determinado a través de evaluaciones clínicas y estudios de sueño, efectuados en la Fundación Neumológica Colombiana.

El trabajo, publicado por la revista *Chest*, indexada en ISI Q1 y una de las más reconocidas en el área de las enfermedades respiratorias, estableció que los pacientes con rinitis alérgica moderada a severa persistente, que viven en Bogotá, son 10 veces más propensos a presentar apnea obstructiva del sueño. La rinitis fue identificada como un factor de riesgo en trastornos respiratorios del sueño, pues contribuye a la generación de síntomas, como dificultad para respirar y episodios obstructivos, lo cual puede llegar a ocasionar bajo rendimiento escolar.

La apnea-hipopnea obstructiva del sueño (SAHOS) se presenta con un colapso parcial o completo de las vías respiratorias altas durante el sueño, impidiendo transferir oxígeno a los distintos órganos del cuerpo, incluido el cerebro. En los niños puede provocar síndrome de hiperactividad, déficit de atención y problemas de aprendizaje. A futuro se derivan otras complicaciones de tipo cardiovascular, como hipertensión arterial, obesidad, resistencia a la insulina, entre otros.

Esta investigación tuvo una duración de un año y contó con una serie de procedimientos que se llevaron a cabo en el siguiente orden:

- Validación de cuestionarios e instrumentos internacionales estandarizados**, para medir la rinitis y su severidad.
- Estudio de sueño de noche completa** (polisomnografía basal) para identificar la apnea del sueño, realizado por el Laboratorio del Sueño de la Fundación Neumológica Colombiana, de acuerdo con las guías de la Academia Americana de Sueño.

- Pruebas estadísticas multivariadas** para ajustar por posibles factores de confusión.
- Evaluación y tratamiento por parte de especialistas** como pediatría y neumología, mediante la formulación de antihistamínicos y antiinflamatorios para controlar el factor de riesgo.
- La investigación contó con la participación en asesoría y revisión del proyecto del doctor David Gozal, experto en sueño, profesor de Medicina de la Universidad de Misuri y expresidente de la American Thoracic Society.

La importancia de esta investigación radica en que no se habían realizado estudios que evaluaran tal asociación en entornos de gran altitud, ni con el patrón de oro para estudiar el sueño, que es el polisomnograma de noche completa, lo cual abre paso a estudiar más a fondo la necesidad de tratamientos más vigorosos para la rinitis en niños, con el fin de prevenir la aparición de la apnea del sueño y sus complicaciones, afirma el doctor Luis Fernando Giraldo.



Cuidados ancestrales y convencionales

Intercambiando saberes con las parteras chocoanas

Con el ánimo de fortalecer los procesos de formación y capacitación, la Asociación de la Red Interétnica de Parteros y Parteras del Chocó (Asorediparchocó) invitó al Programa de Enfermería de la Universidad de La Sabana a participar como equipo formador en el “Primer Congreso Internacional de Partería y XII Encuentro de Parteras y Parteros del Departamento del Chocó”. Evento que contó con más de 250 asistentes entre parteros y parteras indígenas, afrodescendientes y urbanos.

La partería chocoana se ha mostrado como ícono de la ancestralidad en nuestro país, por ello, Manuela Mosquera, quien recibió el legado de la partería, se formó como enfermera, en la Universidad del Chocó, con el único fin de mejorar las prácticas de cuidado y atención a la mujer durante el parto, dando respuesta a la problemática regional que cada vez incrementaba los indicadores de morbi-mortalidad de la gestante, causados por factores geográficos y la falta de formación de las parteras en la detección oportuna de factores de riesgo. Manuela comenzó a interactuar

con diferentes grupos étnicos y formó Asorediparchocó.

En el encuentro se vivieron verdaderos espacios de diálogos de los dos saberes: ancestral y convencional. La profesora Sonia Cárdenas y los estudiantes de Enfermería de la Universidad Felipe Salamanca Becerra, Joseph Gómez Guauque, Betty Silva Morales, Marianella Noriega y Cristian Sánchez Sarabia los orientaron en temas como: control prenatal en la comunidad, identificación oportuna de signos de alarma materno fetales, atención segura del parto, el alumbramiento y el procedimiento de control de tensión arterial como oportunidad de cuidado. Por su parte, las parteras compartieron su saber ancestral y la manera en la que cada comunidad cuida a la mujer, especialmente en el período de gestación y parto. “Muchas veces uno cree que va a enseñar, pero no, aprendimos muchísimo, pues hay mujeres con más de 20 años de experiencia y más de 2.000 y 7.000 partos atendidos”, menciona Cristian.

Es importante resaltar que, en el 2016, la partería fue declarada Patrimonio Cultural e Inmaterial de la Nación. Para la profesora

Cárdenas, este es un reconocimiento a los hombres y mujeres que se dedican a este oficio, pues son dadores de vida. “No tienen un sueldo, el único sustento que tienen es la gratitud de la mujer y el niño, quien, al crecer, la reconoce como su segunda madre. El saber ancestral les ha permitido apropiarse del cuidado de la mujer en estado de gestación, parto y posparto. Si no fuera por ellos, los índices de morbilidad serían superiores a los que tenemos ahora en el país”, menciona.

Los estudiantes resaltaron diversas prácticas que consideran que pueden ser aplicadas en la atención o cuidado tradicional y darían más comodidad, salud y bienestar a la madre y al bebé. Por ejemplo, el parto natural de niños que vienen de pies, pelvis o clínicamente conocidos como distócicos, que generalmente son llevados a cesárea. Los estudiantes de sexto semestre realizaron una cartilla titulada *Un diálogo de saberes por la resignificación del parto humanizado*, la cual explica, paso a paso, lo que las parteras deben tener en cuenta para ejercer de mejor manera su labor.



Agradecemos a Asorediparchocó por permitirle al programa de Enfermería participar en este intercambio de conocimiento internacional.



La toma de tensión arterial fue fundamental y guiada por nuestros estudiantes.



Los estudiantes de la clase Cuidado de Enfermería a la Madre y el Neonato realizaron una cartilla para los 250 parteros y parteras asistentes, sobre el parto humanizado.



Estudiantes de Enfermería con la partera Susanne Houd, de Dinamarca.

Diferencias entre los cuidados ancestrales y convencionales

Prácticas de cuidado ancestral

La formación de las parteras es un legado ancestral, que se transmite de generación en generación.

El parto transcurre de manera natural, en casa de la mujer o en los nichos de las parteras. En algunos casos, puede tomarse varias horas.

Los efectos fisiológicos se logran haciendo uso del saber ancestral de las plantas con las que hacen infusiones, emplastos, bebidas y demás.

El desprendimiento de la placenta es completamente natural y puede esperar hasta una hora.

Se le da a la mujer la posibilidad de moverse, tener a su bebé de forma vertical o de la manera que más le favorezca.

Porcentaje alto de conocimiento del estado de la mujer, por medio de la observación. A través de sus ojos, su comportamiento y/o su cabello se puede saber cómo va el proceso.

Generalmente, la remuneración es el reconocimiento de su comunidad.

Prácticas de cuidado convencional

La formación académica del cuidador proviene del saber científico, metodológicamente comprobado y actualizado con estándares internacionales.

El parto ocurre de manera natural cuando las condiciones lo permiten, siempre en una institución hospitalaria habilitada para este servicio. Muchos son inducidos farmacológicamente.

Los efectos fisiológicos se logran con el uso de fármacos.

El desprendimiento natural de la placenta tiene un tiempo de espera máximo de 20 minutos; posterior a este tiempo, se procede a la extracción manual.

Normalmente, la mujer está acostada en la camilla ginecológica.

Su conocimiento requiere el apoyo paraclínico para el diagnóstico oportuno.

Es un trabajo remunerado económicamente.



Partero del Chocó practicando con el simulador de La Sabana, luego de la orientación recibida.



Los estudiantes les explicaron a las parteras y parteros la cartilla y la información que encontrarán en ella.

Parteros y parteras del Departamento del Chocó participando de manera activa en las capacitaciones de los estudiantes de La Sabana.



Infórmate

En esta sección encontrarás información para:

-  **Estudiantes**
-  **Empleados**



La ansiedad: mitos y verdades

Dentro de la ENSM se evidenció que el **52.9%** de los colombianos, entre los 18 y 44 años, tiene uno o más síntomas de ansiedad.

Cada mes se realizan cerca de 22.200 búsquedas sobre la ansiedad en Google, relacionadas con qué es bueno para prevenirla, cuáles son sus causas y qué es un ataque de ansiedad. Los departamentos que más indagan sobre el tema son: Norte de Santander, Quindío y Risaralda.

De acuerdo con Carolina Méndez, jefe del Centro de Servicios de Psicología de la Universidad de La Sabana, "La ansiedad es un sistema de alerta que se activa en previsión de un peligro o amenaza futuros. Esta puede ser adaptativa frente a un miedo real, que le permite al hombre movilizarse. Sin embargo, cuando los niveles son muy altos, puede ser desadaptativa, ocasionado interrupciones en la vida de la persona que la tiene".

Para los colombianos, la salud mental, de acuerdo con la última Encuesta Nacional de Salud Mental (ENSM), se ha relacionado con necesidades básicas, tales como dormir bien, comer, tener actividades de ocio, entre otras. No obstante, y como lo explica Ángela Trujillo, doctora en psicología clínica y de la salud, y profesora de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Sabana, esta "Es un estado de ejecución exitosa de la función mental que resulta en actividades productivas, relaciones significativas con otros y la habilidad para adaptarse al cambio y afrontar la adversidad".

La salud mental es indispensable para tener bienestar y normalmente incluye: lo emocional, el afecto y los sentimientos; cogniciones, percepción, pensamiento y razonamiento; funcionamiento social, relación con los otros y la sociedad; y coherencia, sentido de significado y propósito en la vida".

Dentro de la ENSM se incluyeron los 32 departamentos de Colombia y el distrito de Bogotá, y se evidenció que el 52.9% de las personas entre 18 a 44 años tiene uno o más síntomas de ansiedad; una de las condiciones de salud mental sobre la que más hablan los colombianos, incluso sin conocer los síntomas o basados en información disponible en internet.

¿En internet encuentro la respuesta para la ansiedad?

Acorde con la psicóloga Méndez, "En internet se presentan diversos métodos, que pueden ser efectivos, pero son generalizados y básicos. A pesar de que la ansiedad puede tener sintomatología similar, cada ser humano es diferente y, por lo mismo, las causas

que la generan y los aspectos del contexto que la hacen estar presente también son diferentes. Por ende, no es igual el tratamiento o las recomendaciones que se pueden encontrar en internet".

El equipo del Centro de Servicios de Psicología revela algunos mitos y verdades alrededor del tema.

✕

Mitos y verdades

✓

<p>Mito 1: "Son pocas las personas que sufren de ansiedad".</p> 	<p>Verdad 1: la ansiedad es un proceso emocional, normal y común a todos los seres humanos. Es un proceso diseñado para dar respuestas de preparación ante un estímulo percibido como amenazante. La interferencia con la funcionalidad de un individuo implica una significancia clínica o la presencia de un posible trastorno ansioso. La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que el trastorno de ansiedad generalizada tiene una prevalencia anual entre el 3% y el 5%, y las fobias específicas entre el 9% y el 13%, siendo estas cifras una considerable proporción.</p>
<p>Mito 2: "Es mejor evitar la situación que produce ansiedad, ¡no es para tanto".</p> 	<p>Verdad 2: la investigación clínica ha demostrado que la evitación o escape del malestar emocional (ansiedad) o de las situaciones que la antecedan o producen, incrementa a largo plazo la intensidad y favorece el mantenimiento. Parte del tratamiento psicoterapéutico va encaminado a la reducción de las conductas dirigidas a la evitación y escape, y a favorecer de manera gradual la exposición a los eventos o situaciones temidas.</p>
<p>Mito 3: "La ansiedad es un invento".</p> 	<p>Verdad 3: existen circuitos neuronales desde estructuras subcorticales como la amígdala y el tálamo que, en conexión con estructuras corticales, favorecen la activación a través de la actividad electroquímica del cerebro, del sistema simpático, diseñado para dar respuesta a estímulos amenazantes. Cuando se padece de síntomas ansiosos, esta activación es prolongada y persiste aun en ausencia del estímulo temido.</p> <p>El tratamiento psicológico plantea como estrategia el desarrollo de técnicas que favorezcan la activación parasimpática, que permitan la regulación de estas respuestas. Así que existe una alteración biológica clara.</p>

¿Cuándo debo acudir a un especialista?

Carolina Méndez comenta que "Es clave que las personas que sientan este miedo intenso y que tienen una afectación directa con su funcionalidad asistan a un profesional de salud mental, debido a que cada ser humano tiene una historia y un contexto diferentes, que hará diferencial su tratamiento".



¿Cuáles son las señales de alerta?

Dificultad para controlar las preocupaciones.

Problemas para concentrarse o para pensar en otra cosa que no sea la preocupación actual.

Necesidad de evitar las situaciones que generan ansiedad.

Sensación de peligro inminente, pánico o catástrofe.

Padecer problemas gastrointestinales (GI).

Sensación de nerviosismo, agitación o tensión.

Sensación de debilidad o cansancio.

Respiración acelerada (hiperventilación).

Dificultad conciliar el sueño.

Aumento del ritmo cardíaco.

Sudoración.

Temblores.

Recuerda que La Sabana está para ti.

HABLAR

puede ayudar a cambiar la perspectiva



Para pedir ayuda, puedes acudir a:

En la Universidad

- Centro Médico Edificio F
- Tu Línea Amiga Edificio F 312 323 3333
- Director de Estudiantes de tu facultad
- Dirección Central de Estudiantes Edificio A
- Tu asesor académico. Un profesor cercano.
- Capellanía
- Instituto de La Familia
- Centro de Servicios de Psicología Calle 10 # 9 - 23 Chía

Si quieres hablar y estás fuera de la U, puedes ponerte en contacto con las siguientes líneas

- Línea 106 300 754 8933
- Línea 123 Emergencias
- Línea Púrpura 300 755 1846 - 01 8000 112137



Universidad de La Sabana



Profesor de Comunicación, jurado en concurso de oratoria en Panamá



Jairo Valderrama V., Adriana Giraldo, Rosalía Arteaga, Meryen González (ganadora del concurso), Yasmín de Cortizo (primera dama de la nación en Panamá), Antonio Hernando, Milagros Ramos y Susana Nothstein.

“Este Concurso de Oratoria en Panamá constituye un gran ejemplo para que otras naciones recuerden que el pensamiento y el lenguaje, juntos, son la base del dinamismo social.”

El pasado 11 de noviembre, se realizó el "Concurso Nacional de Oratoria 2019" en Panamá, en el cual participó como jurado el profesor Jairo Valderrama Valderrama, de la Facultad de Comunicación, quien compartió esta experiencia con Rosalía Arteaga Serrano, expresidente del Ecuador; Adriana Giraldo, periodista colombiana de Caracol Radio; Antonio Hernando, abogado y diputado español; Milagros Ramos, viceministra de Desarrollo Social de Panamá y Susana Nothstein, investigadora y docente de la Universidad de Buenos Aires. El concurso fue transmitido en directo por el canal internacional NTN 24 y tuvo

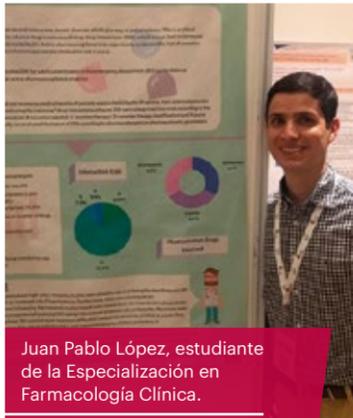
cobertura nacional por televisión. En Panamá, donde el profesor Valderrama ya había participado como jurado en 2016, este concurso se lleva a cabo de manera ininterrumpida desde hace 15 años, con la participación de estudiantes de educación secundaria provenientes de todos los colegios de ese país, en un proceso de selección gradual que toma todo el año y a cuya final solo llegan 15 de ellos. Con cobertura en América Latina, Estados Unidos y algunos países de Europa, esta versión del concurso, organizada por la empresa privada y el Ministerio de Educación panameño en el

Teatro Anayansi del Centro de Convenciones Atlap, tuvo como tema central "Educación y ciudadanía responsable: bases para la justicia y el desarrollo", y dejó como ganadora a la estudiante Meryen González, de 17 años, quien representó a la zona Panamá Centro. "Es una gran satisfacción apreciar cómo los estudiantes, desde los años de colegio, verifican el poder inmenso de la palabra. Este Concurso de Oratoria en Panamá constituye un gran ejemplo para que otras naciones recuerden que el pensamiento y el lenguaje, juntos, son la base del dinamismo social", señaló el profesor Valderrama.



Congreso Internacional de Farmacología

La Sabana participó con éxito en el evento global de farmacovigilancia



Juan Pablo López, estudiante de la Especialización en Farmacología Clínica.



Sara Arias, estudiante de la Especialización en Farmacología Clínica.

El Grupo de Investigación Evidencia Terapéutica obtuvo el segundo lugar al mejor póster, elaborado por la egresada del posgrado de Farmacología Clínica, Tatiana Pacheco, en la versión 19.º del Congreso Anual de la International Society of Pharmacovigilance (ISOP), “Nuevas oportunidades para nuevas generaciones”, que se llevó a cabo del 26 al 29 de octubre en el hotel Grand Hyatt (Bogotá). Es la tercera vez que este evento se realiza en la región y la primera vez que Colombia es país sede.

Durante el encuentro se presentaron cinco pósteres realizados por los internos Daniela Forero y Santiago Álvarez; la doctora Cecile Conte, investigadora francesa; Sara Arias, Juan Pablo López, María Paula Ávila, Sergio Amaya, Mauricio Bernal y Milton Arias, estudiantes de la Especialización; Tatiana Pacheco, graduada de la Especialización en Farmacología Clínica. La realización de estos trabajos contó con el apoyo de los doctores Jorge Cárdenas, Camilo Currea y Ana María Cótamo, y con la asesoría de los doctores Wilson Briceño y Rosa Helena Bustos.

Los pósteres presentados fueron:

Primer póster: revisión del sistema de farmacovigilancia en Colombia. Por medio de una línea de tiempo, se evidenció su desarrollo en nuestro país, la trayectoria desde la regulación y comparación con el sistema de Francia.

Segundo póster: reacciones adversas cutáneas en un hospital de tercer nivel y su programa de farmacovigilancia.

Tercer póster: interacción de fármacos en el servicio de urgencias.

Cuarto póster: estudio farmacoepidemiológico, realizado por la doctora Tatiana Pacheco durante su rotación de la especialidad en Francia, donde se evidencia la relación que existe entre

los fármacos gabapentinoides, utilizados para el tratamiento de problemas neurológicos, con la enfermedad de Parkinson. Esta investigación obtuvo el segundo lugar al mejor trabajo, frente a 146 pósteres.

Los trabajos ganadores serán publicados en la revista oficial de (ISOP), llamada *Drug Safety Journal*.

Quinto póster: estudio de reacciones adversas cardiovasculares de medicamentos utilizados en leucemia linfocítica crónica.

Los ejes temáticos que se trataron durante esta edición fueron: errores de medicación, comunicación del riesgo, educación en farmacovigilancia, impacto de las redes en farmacovigilancia, entre otros. Al encuentro asistieron profesionales del área de la salud y de la industria farmacéutica, integrantes de las unidades de farmacovigilancia, cámaras, asociaciones y todos los involucrados con el uso de medicamentos.

“La importancia que tiene la farmacovigilancia es que se encarga de la detección, evaluación, entendimiento y prevención de los efectos adversos de los medicamentos. El éxito de un tratamiento se debe a factores como la información suministrada, entendimiento de los riesgos y seguimiento a reacciones adversas, con el fin de estudiarlas más a fondo y hacer medicina personalizada”, asegura Rosa Helena Bustos, directora del Grupo de Investigación.

Igualmente, agrega que el programa de Farmacología Clínica empodera al médico para que ejerza labores de farmacovigilancia en diferentes entidades de salud. La Sabana es la única Universidad que ofrece esta especialidad en Colombia y cuenta con la línea de uso seguro del medicamento, desarrollando trabajos en la Clínica Universidad de La Sabana. Se tiene previsto fortalecer alianzas con investigadores franceses para realizar proyectos en conjunto.



Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas

Sostenibilidad y economía circular, comprometidos con el medio ambiente

La contaminación y el cambio climático son algunas de las problemáticas que más preocupan a la humanidad. Cada vez son más necesarios modelos económicos que propendan por la sostenibilidad y el correcto aprovechamiento de los recursos, con el fin de mitigar el impacto negativo en el planeta.

El cambio climático, la contaminación atmosférica, la sobreexplotación de los recursos naturales, la extinción de especies y pérdida de biodiversidad, los altos índices de generación de residuos y desechos, entre otras problemáticas ambientales, llevaron a la Organización de las Naciones Unidas (ONU) a planear, en el 2015, los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), con el fin de proteger el planeta, erradicar la pobreza y asegurar que todas las personas puedan gozar de paz y prosperidad para el 2030. Aunque estos objetivos son diversos y abarcan temáticas sociales, culturales, de prosperidad, educación e igualdad, su principal foco es la sostenibilidad del medio ambiente.

Aunque existen diversas alternativas orientadas al cumplimiento de los ODS, la economía circular (EC) es una de las más reconocidas actualmente. En términos generales, “La EC es un nuevo modelo que propone mantener la utilidad y el valor de los recursos -incluyendo productos- en todo momento, a través del reciclaje, la reutilización y la reducción”, explican Carmen Jaca, Marta Ormazábal, Vanessa Prieto, Javier Santos y Elisabeth Viles en su libro *Economía Circular, guía para Pymes*. Así, la EC propone pasar de la economía lineal (modelo actual), donde se extraen recursos, producen bienes para el consumo y al final de su vida útil se desechan, a un modelo donde los materiales y productos sean diseñados de tal forma que puedan volver a entrar a la biósfera, a través de ciclos biológicos; o puedan circular nuevamente dentro de la economía, a través de ciclos técnicos en los que se estos se recuperan o restauran.

Si bien alrededor del mundo se ha implementado el concepto de economía circular para la protección y conservación del medio ambiente, Colombia es el primer país en Latinoamérica en presentar la Estrategia Nacional de Economía Circular, la cual busca construir un modelo de crecimiento de los ingresos, utilizando menos recursos y generando valor agregado. Así, desde el Gobierno se implementan estrategias de liderazgo empresarial y ambiental en los profesionales del país, adquiriendo y generando mayor productividad, transformación y

competitividad en la economía colombiana.

Con el fin de fortalecer los conocimientos económicos y ambientales para contribuir con la sostenibilidad y ampliar la perspectiva académica de los estudiantes, la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas decidió implementar un *minor* en Sostenibilidad y Economía Circular, el cual estará disponible a partir del 2020-1. Este consta de 12 créditos y estará dirigido a estudiantes y profesionales de Administración, Gastronomía, Ingeniería y demás profesiones, interesados en diseñar estrategias para el desarrollo sostenible empresarial y ambiental, generando valor en los productos, los materiales y los recursos naturales, reduciendo la generación de residuos y fomentando el consumo responsable.

Con los conocimientos adquiridos en las diferentes materias propuestas, “Los estudiantes podrán obtener herramientas de gestión en torno a las actividades empresariales, con el fin de generar un cambio, enfocado a los grupos de interés de una empresa”, cuenta Carolina Velásquez, directora de programa de Administración de Negocios Internacionales, al equipo de Campus.

En general, el *minor* en Sostenibilidad y Economía Circular “Busca generar una reflexión sobre sostenibilidad, responsabilidad social corporativa para la perdurabilidad de una empresa, y el rol de estas y de los consumidores, para el contexto global y sus problemáticas, en los estudiantes que decidan cursarla”, asegura Luz Elba Guerra, profesora del departamento de Economía de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas.

Datos curiosos de la economía circular

Década de los años 60: se dieron los primeros movimientos ambientalistas que cuestionaban la explotación de recursos.

Economía lineal: modelo económico basado en extraer, transformar, usar y tirar.

Boulding, un reconocido economista inglés, estableció la relación entre economía y medio ambiente.

En 1990 fue la primera vez que se formuló el concepto de economía circular.

5.500 millones de euros de los Fondos Estructurales y de Inversión Europeas han sido destinados para financiar la investigación para la economía circular.

Reciclar, reutilizar y reducir son los tres pilares en los que se basa la economía circular.

Macro, meso y micro son los niveles de integración de la economía circular. El nivel macro se refiere al desarrollo de ecopropiedades o ecopropiedades.

El nivel meso está conformado por grupos de empresas que desarrollan relaciones entre ellas.

El nivel micro se compone de las empresas que se centran en sus propios procesos.

Son cinco los campos de actuación de la economía circular: tomar/ extraer, transformar, distribuir, usar/ consumir y reintroducir/enriquecer.

La simbiosis industrial es un campo de actuación transversal a la economía circular.

Metodología para implementar la economía circular: diagnóstico, análisis de oportunidades, plan de implementación y evaluación/ retroalimentación.

La innovación ecológica es una propuesta para la implementación de economía circular en las empresas.

Friburgo (Alemania) es la ciudad más ecológica del mundo: todas sus edificaciones tienen paneles solares.

Colombia es el primer país de América Latina en presentar la Estrategia Nacional de Economía Circular.

2010: la política de compras públicas verdes contribuyó a la conceptualización de economía circular en Colombia.





Oda a la ingeniería



Por Augusto Rafael Garrido Arévalo, profesor de la Facultad de Ingeniería.

Según el Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas (DANE), en Colombia hay más de 3.6 millones de personas sin servicio de agua potable y 5.6 millones que no cuentan con alcantarillado. Es alarmante que la cobertura de estos dos servicios básicos no supere el 75% en las zonas rurales. Colombia necesita ingenieros.

En promedio para Colombia, el tiempo de desconexión del servicio eléctrico está en 39.6 horas al año, según el Ministerio de Minas y Energía, mientras que, en Alemania, es de solo 18 minutos al año. La cifra se torna más escandalosa si se mira el promedio de los departamentos de la costa Caribe, donde la desconexión eléctrica en promedio alcanza las 116 horas al año. Colombia necesita ingenieros.

El país ocupa el puesto 87 de un total de 137 en el pilar de infraestructura del índice Global de Competitividad del Foro Económico Mundial 2017-2018. Recordemos que la Vía al Llano completa varios meses cerrada, situación que no solo afecta al departamento del Meta, sino también a los departamentos de Vichada, Vaupés y Guaviare. Colombia necesita ingenieros.

Bogotá ocupó la segunda posición de los territorios con mayor congestión vehicular en el mundo, de acuerdo con el Índice de Tráfico TomTom 2018. El estudio señala que los trayectos pueden tardar hasta 102% más de lo normal por la congestión vehicular. Colombia necesita ingenieros.

Mientras que en Europa el 60% del transporte de carga se hace a través de sistemas intermodales, en nuestro país, según la Cámara Colombiana de la Infraestructura, la cifra ronda el 1.5%, desaprovechando nuestras ventajas geográficas. Colombia necesita ingenieros.

En el 2018, según Cormagdalena, se movieron 3.13 millones de toneladas de carga entre hidrocarburos y carga seca por el río Magdalena. Sin embargo, el potencial de este río, como vía de comunicación, es mayor y el país está en mora de ejecutar un gran proyecto para explotarlo. Colombia necesita ingenieros.

De acuerdo con un informe de la Asociación Nacional de Empresarios de Colombia (ANDI) y de la Federación Nacional de Comerciantes (Fenalco), el 90% de la carga en Colombia se mueve por carretera, a pesar de las ventajas competitivas que ofrecería un sistema de transporte ferroviario. El país debe mirar en esta dirección, buscando la reactivación del transporte ferroviario de carga. Colombia necesita ingenieros.

Según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal), el Fenómeno de La Niña 2010-2011 dejó pérdidas económicas superiores a USD 6.500 millones, equivalentes a un 5.7% de los ingresos del país durante esa época. Muchos de estos daños se podrían mitigar o desaparecer por completo con obras de infraestructura mejor planificadas. Colombia necesita ingenieros.

La lista de necesidades podría ampliarse mucho más, pero, por ahora, basta así para extender una invitación a todos los jóvenes que están en ese momento crucial de la vida, en el que se decide la profesión y en el que es más fácil seguir grandes ideales, que dar un vistazo a la realidad del país y responder en concordancia a esta necesidad apremiante de buenos ingenieros, que sean capaces de producir una verdadera revolución del desarrollo. Colombia necesita estos ingenieros.



La paz es un acto de fe



Por David Ramírez Pabón, estudiante e integrante de la Línea de Paz y Justicia Transicional. Clínica Jurídica de Derechos Humanos e Interés Público, Universidad de La Sabana.

El viernes 8 de noviembre, La Sabana acogió un evento desacomunado a nivel académico. Para su preparación, los miembros de la Clínica Jurídica de la Universidad se preguntaron fundamentalmente: ¿qué tienen en común un excombatiente de las FARC y la persona que más tiempo duró secuestrada por dicho grupo?, ¿qué relación mantienen los medios de comunicación, el Gobierno y las personas mencionadas en la pregunta anterior? La respuesta inicial podría haber sido alentadora, mas no por ello completa. Una primera aproximación nos habría indicado que todos convergen en su humanidad; sin embargo, hasta este valor tan alto se ha trastocado a lo largo del conflicto colombiano y en la polarización del denominado posconflicto.

Por lo tanto, con el apoyo de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas, la Clínica Jurídica organizó el foro "Trazando rutas para la reconciliación". Su lista de participantes representó los polos que, en la lógica de muchos, resultaban irreconciliables: el sargento César Lasso, quien duró más de 13 años secuestrado tras la toma de Mitú por parte de las FARC; Julián Cortés, excombatiente voluntario de las FARC; Javier Osuna, periodista experto en el conflicto armado colombiano y en representación del Estado;

Diana Consuelo Alvarado, experta en reincorporación de excombatientes e integrante de la Agencia para la Reincorporación y la Normalización.

Fue gratificante y, honestamente, esperanzador ver cómo los participantes coincidían más de lo esperado (tanto en críticas como en propuestas). Todos sus relatos resaltaron la necesidad de eliminar la estigmatización y no al "otro", propendiendo por abandonar las etiquetas que, aun coloquialmente, se usan en Colombia: ¿por qué tenemos que dividirnos en "ricos" vs. "pobres", "comunistas" vs. "derechistas" o peor aún "castrochavistas" vs. "paracos" y "fachos"?

Se ha dejado de ver al "otro" como enteramente digno de respeto y se ha llegado al extremo de negársele su humanidad, muchas veces por el simple hecho de opinar.

Así mismo, arribaron a un mismo diagnóstico: Colombia es, tristemente, una sociedad enferma. Se ha dejado de ver al "otro" como enteramente digno de respeto; luego, se le ha visto como enemigo y, finalmente, se ha llegado al extremo de negársele su humanidad, muchas veces por el simple hecho de opinar. Según Javier Osuna, incluso amplios sectores de la sociedad continúan pensando que la justicia se materializará al "infligir el mismo nivel de sufrimiento del que se fue víctima". Estas

razones, enfatizaron los representantes, son graves amenazas para el proceso de paz, pues obstaculizan la reconciliación. De ahí que muchos excombatientes hayan sido víctimas de actos violentos y delitos en su contra (por razones vengativas), al tiempo que tienen poco acceso a educación y fuentes de ingresos económicos.

Empero, el diagnóstico no es sinónimo de condena, ni siquiera si se comunica al unísono por cuatro especialistas sobre la materia; por el contrario, se orienta a un único fin: la cura. Por ello, se preguntó a los panelistas si creían que existiría un remedio para la sociedad colombiana, frente a lo cual todos respondieron afirmativamente, con un tímido y maltratado aire de esperanza que fue retomado y fortalecido por las palabras del sargento Lasso. Él comentó de qué manera mantuvo cada día, cada semana, cada mes y año; incluso tras una década en cautiverio y por un trienio más, la fe en que algún día se reuniría con sus seres amados. Por ello, valiéndose de su propia experiencia, así como de la vida y obra de Viktor Frankl, reiteró que mientras se mantenga la esperanza en una Colombia pacífica y justa existirá la probabilidad de lograrla, por lo que nos instó a no abandonar nuestra fe.

En cierto punto, los prejuicios de más de 60 años de guerra, condensados en la sangre de los cuatro voceros, se hicieron sentir y la tensión fue inevitable. Sin embargo, tras los muros invisibles denotados en los momentos iniciales del discurso se escondían profundos sufrimientos. En últimas, más allá de la humanidad, inconscientemente todos demostraron tener en común el haber sido víctimas de la violencia y del odio. La brecha entre "buenos" y "malos" desapareció. Vimos al sargento Lasso abrazado con un excombatiente de las FARC, mientras este último le pedía nuevamente perdón a nombre suyo y de su antiguo grupo armado.



Agéndate

En esta sección encontrarás información para:

-  **Estudiantes**
-  **Empleados**

iPrográmate y actívalte por tu salud!

Rumba
 Martes 26 de noviembre | De 6:00 p. m. a 7:00 p. m. | Edificio Ad Portas, piso 0

Pilates
 Jueves 28 de noviembre | De 6:00 p. m. a 7:00 p. m. | Edificio Ad Portas, piso 0

Más información: bienestar.empleados@unisabana.edu.co 861 5555. Ext.: 53051

Almuerzo literario para empleados
Sentados a la mesa por las fiestas

Cuento para discutir: *El festín de Babette* de Isak Dinesen

Fecha: jueves, 28 de noviembre.
Hora: de 1:00 p. m. a 2:00 p. m.
Lugar: Sala de Juntas de la Biblioteca.

Confirma tu asistencia al correo bienestar.empleados@unisabana.edu.co

Invitan la Biblioteca, Bienestar Empleados y Tu Línea @miga.

Ten en cuenta

En esta sección encontrarás información para:

-  **Estudiantes**
-  **Empleados**

Unisabana  Facultad de Comunicación

Unisabana Radio, ahora en plataformas digitales

Estés donde estés, puedes escuchar los *podcasts* de Unisabana Radio. Episodios con temas de actualidad, opinión, salud y asuntos legales ya están disponibles en Spotify, Deezer y iTunes.

Conoce más en: unisabanamedios.com/sonidos



Consulta la estantería electrónica

- *Estadística aplicada a los negocios y la economía*
<http://bit.ly/2WiiiIX>
- *Química*
<http://bit.ly/2WVUrG0>
- *Administración y mejora continua en enfermería*
<http://bit.ly/36NHXVf>
- *Manual de gestión y administración educativa: cómo crear, gestionar, legalizar, liderar y administrar una institución educativa*
<http://bit.ly/36LFue6>
- *Teaching languages to young learners*
<http://bit.ly/34M5CDP>
- *Calidad y servicio. Conceptos y herramientas*
<http://bit.ly/32tVcXN>
- *Instrumentation Science & Technology*
<http://bit.ly/2WZZJQX>

No dejes que se acabe el año sin solicitar tu crédito

Recuerda que recibiremos solicitudes de crédito hasta el viernes 29 de noviembre.

Tienes tiempo, no lo dejes pasar.

iComunícate y pide tu crédito!

Más información:
contacto@fonsabana.com.co
ana.diaz@fonsabana.com.co
 861 5555, ext. 31972 - 311 254 6053



En noviembre, en los hoteles Lagomar y Lagosol, planear más es ahorrar más.

Reserva ya tus vacaciones de **enero a marzo del 2020**, hasta con el **40%** de descuento.

¡Inscríbete ya!

*No aplica para festivos, ni temporadas altas. Aplican términos y condiciones.

compensar

¡Vive un mes de película con Cine Colombia!

Adquiere en los puntos de atención de nuestras sedes tus bonos Cineco (boletería desde **\$7.700** y confitería desde **\$6.900**). Así podrás disfrutar tus películas favoritas en pantalla grande.

Conoce más en:
www.compensar.com/convenios-alianzas

Válido para localidad general de Cine Colombia en Bogotá. No aplica para sala Onix, ni Megasala. Aplican términos y condiciones.



¿Sabías qué?

El **martes 26 de noviembre** empezarán las vacaciones recreativas para los hijos de los empleados, **entre los 4 y los 17 años**. Los niños y jóvenes podrán disfrutar de diferentes actividades, llenas de alegría y diversión.

Aplican términos y condiciones

Más información:
bienestar.empleados@unisabana.edu.co - ext. 53051.

Y a la Biblioteca... ¿qué libros han llegado?



El aprendizaje de la paz

Autor: Álvaro Rendón Merino.

Ubicación: libro electrónico-Magisterio.

Disponible en: <https://bit.ly/32GwFPj>



Competencias ciudadanas: de los estándares al aula

Autores compiladores: Enrique Chau, Juanita Lleras y Ana María Velásquez.

Ubicación: tercer piso.

Código: 372.19 C737.

Disponible en: <https://bit.ly/370JFmk>



El amor que hizo el sol y las estrellas. Fundamentos de vida cristiana

Autor: José Miguel Ibáñez Langlois.

Ubicación: segundo piso.

Código: 238.2 I12a.

Disponible en: <https://bit.ly/32GGXiD>

Nuestro sello

En esta sección encontrarás información para:

-  **Estudiantes**
-  **Empleados**

Reconocimientos por servicios prestados



Rosa Julia Guzmán Rodríguez

Directora de la Maestría en Desarrollo Infantil
Facultad de Educación
15 años de servicios prestados

“He disfrutado tanto estos años, que se me hace un poco difícil recordar el año en el que llegué, aunque sé muy bien que fue un 31 de agosto. El día a día siempre ha sido muy valioso. Cuando empecé a trabajar en la Universidad de La Sabana, pude sentir que había regresado a mi casa, ya que soy graduada de la Universidad como psicóloga educativa. Me recibieron con los brazos abiertos y, desde el principio, me he sentido muy bien.

Durante mi trayectoria en la Universidad, he podido desarrollar proyectos educativos muy interesantes, como la apertura de las maestrías en Pedagogía y en Desarrollo Infantil de la Facultad de Educación. La Universidad ha contribuido a mi crecimiento profesional.

Agradezco haber tenido la oportunidad de hacer aportes a la Guajira, por medio de las dos maestrías que he dirigido en La Universidad, para trabajar en una nueva sede educativa de extensión. Esta experiencia ha sido un gran reto, pero los resultados han sido valiosos y muy significativos.

Me siento orgullosa de pertenecer a una Institución en la que existe el respeto por la persona y por la familia, lo que difícilmente se encuentra en otras instituciones. El afán de promover y reconocer a todo el mundo, el deseo de valorar el trabajo de cada uno y la búsqueda de una organización bien estructurada, hacen de la Universidad el lugar de trabajo que me hace feliz.

Siento un profundo agradecimiento hacia la Universidad porque me ha abierto sus puertas y he podido proponer proyectos que han tomado curso, gracias a su apoyo.

He tenido el privilegio de trabajar con equipos de alta calidad profesional y humana, que me han enriquecido en muchos aspectos de mi vida. Además de encontrar colegas que trabajan con rigor,

mucho compromiso y seriedad, he encontrado en ellos una cercanía humana que valoro mucho y que considero realmente importante. La vida es para estar cerca de las personas, dejarse impactar y tratar de poner un granito de arena en todo lo que uno hace.

Siento un profundo agradecimiento hacia la Universidad porque me ha abierto sus puertas y he podido proponer proyectos que han tomado curso gracias a su apoyo. Siento mucha gratitud, porque La Sabana nunca ha dejado mis ideas sin desarrollar y siempre ha demostrado un gran respeto, tanto por mí como por mi trabajo.

Cuento con mucho ánimo para llevar a cabo nuevos planes. Tengo en mente muchos proyectos que se irán desarrollando paso a paso. Se irán abriendo unos y cerrando otros; considero que siempre hay que tener sueños y proyectarse para que las cosas pasen. 🙌