

Reflexiones para
optimizar el triaje quirúrgico



Avifauna en la Universidad
de La Sabana, un viaje por la
diversidad de nuestro campus



Edición 1.742 • Mayo del 2024 • ISSN 2711-2993

Campus

Unisabana



El estrés parental, uno de los factores que motiva el castigo físico

Un estudio realizado por la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento determinó que los padres colombianos han normalizado las prácticas del castigo físico para corregir a sus hijos, incrementando la probabilidad de vivir violencia intrafamiliar y abuso infantil.





Universidad de
La Sabana

Edición 1.742 • Mayo del 2024 • ISSN 2711-2993

Campus periódico hace parte del sistema de medios de comunicación institucional de la Universidad de La Sabana.

Dirección y Edición General

María del Pilar Vélez Robledo
Cristina Macías Echavarría

Coordinación de contenidos

Natalia Alejandra Garzón
Anamaría Monroy Rodríguez

Gestión de contenidos

Gestores de Comunicación de
la Universidad de La Sabana

Revisión de contenidos y corrección de estilo

Cristina Sánchez (Grafoscopio)
María Alejandra Gómez

Fotografía

Exprom studios
María del Carmen Guarín
Dirección de Comunicación Institucional

Contenidos audiovisuales

Laura Pazmiño Ramírez
Gestores de Comunicación de
la Universidad de La Sabana
Grafoscopio

Diseño, ilustración y diagramación

Grafoscopio
Los recursos fotográficos y las ilustraciones de este periódico fueron elaborados por la Universidad de La Sabana para uso exclusivo de esta edición.

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 ©
2024 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.



El compromiso con la sostenibilidad y la conservación de la biodiversidad en La Sabana ha sido evidente a lo largo de los años, lo cual se refleja en el trabajo realizado para mejorar cada hábitat y promover la biodiversidad en todos los espacios del campus. La Universidad se ha convertido en un referente en términos de sostenibilidad y, con este estudio de biodiversidad, también puede servir como un ejemplo de compromiso con la conservación de la biodiversidad en entornos universitarios. ”



Angélica Paola Zapata Pardo, investigadora y autora del libro *Avifauna en la Universidad de La Sabana*.

Sumario

El estrés parental, uno de los factores que motiva el castigo físico



Por: David Felipe Cuesta, gestor de comunicaciones de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento.

4

BePelican, un impulso al turismo de transformación

Por: Laura Camila Nieto Céspedes, practicante de Alumní.

20

Construir paz desde las aulas: un viaje a través de los clásicos griegos y romanos



Por: Valentina Zapata, gestora de comunicaciones de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas y el proyecto Irene.

26

Reflexiones para optimizar el triaje quirúrgico



Por: Mateo Ballén, gestor de comunicaciones de la Facultad de Medicina.

8

Avifauna en la Universidad de La Sabana, un viaje por la diversidad de nuestro campus



Por: Cristina Sánchez, redactora.

15

Yo tenía una amiga que era...



Por: Gabriel Pineda, profesor de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas.

24

Terapia miofascial, una herramienta para combatir las enfermedades reumáticas



Por: María Alejandra Gómez, coordinadora de Comunicación Externa, y Yuri Johana Montaña, gestora de comunicaciones de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.

31

El estrés parental,

uno de los factores que
motiva el castigo físico



“Estoy desesperada. Si no es con una nalgada, ¿cómo logro que mi hijo me haga caso?”

En medio de la crianza y la disciplina, surge una pregunta que resuena en la mente de muchos padres y cuidadores: ¿castigar físicamente a los hijos es la solución? Este interrogante, cargado de reflexión y controversia, encuentra su eco como un tema de vital importancia en un contexto como el colombiano, en donde las creencias parentales, el estrés y el castigo se entrelazan de manera crucial.

Un estudio realizado por las investigadoras de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento, Martha Rocío González y Ángela María Trujillo, indica que, tras determinar que el 77 % de los padres colombianos (de las cuatro principales ciudades del país: Medellín, Barranquilla, Bogotá y Cali) golpea al menos una vez al año a sus hijos, se puede establecer que estas prácticas se han normalizado para corregir, incrementando la probabilidad de vivir violencia intrafamiliar y abuso infantil.

Así mismo, para las expertas, esta frecuencia de utilización del castigo físico también podría tener relación con el conflicto armado del país (de más de 50 años). “No es sorprendente que la violencia que marcó el conflicto armado, en todas sus formas, haya dejado una profunda huella en el comportamiento colectivo de la nación. Los patrones de comportamiento destructivo persisten, afectando incluso la forma en que los padres disciplinan a sus hijos”, explica la doctora González, también decana de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento.

En la investigación, titulada *Examining the Moderating Role of Parental Stress in the Relationship between Parental Beliefs on Corporal Punishment and Its Utilization as a Behavior Correction Strategy among Colombian Parents (Examinando el papel moderador del estrés parental en la relación entre las creencias parentales sobre el castigo corporal y su utilización como estrategia de corrección de conducta entre padres colombianos)*, se destaca la importancia de comprender las creencias en torno al castigo físico y los factores que llevan a que se practique.

El castigo físico, una sumatoria de creencias y factores que desencadenan estrés

Investigaciones previas dejan claro que hay una relación directa entre las creencias que los padres tienen sobre el castigo físico y el uso que hacen de este. Sin embargo, las autoras del estudio buscaron comprender si esa relación cambia cuando los padres presentan un factor de estrés. En relación con este punto, el estudio realizado a una muestra de 853 padres de niños entre 0 y 17 años abordó la creencia que tienen sobre el castigo físico, encontrando que, si los padres tienen más de tres niños, es posible que se sientan abrumados por la cantidad de responsabilidades y demandas que enfrentan a diario. Del mismo modo, la posibilidad de estrés se incrementa si los niños tienen edades cortas, al considerar que sus necesidades requieren atención constante de la madre. Además, si los padres son jóvenes, esto también favorece la presencia de estrés, ya que tienen menos experiencia en la crianza.



Ángela María Trujillo, directora de Profesores e Investigación de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento, y Martha Rocío González, decana de la misma Facultad.

Finalmente, las dificultades socioeconómicas también pueden influir. Por ejemplo, si los padres están pasando por dificultades financieras o enfrentan problemas en su entorno social, es posible que se sientan más presionados, llevándolos a recurrir al castigo físico como una forma de controlar el comportamiento de sus hijos, sin darse cuenta de que existen alternativas más saludables y efectivas.

El estudio identificó tres creencias que los padres colombianos utilizan para justificar el castigo físico. La primera de ellas consiste en creer que modifica el comportamiento del niño. La segunda es la idea de que, si dicho castigo funcionó durante la crianza de ellos, también tendrá el mismo efecto en la crianza de los niños. En tercer lugar, se encuentra la percepción de que entre más estrictos son los padres mejores serán los hijos. Dicha asociación surge porque los padres jóvenes creen que la autoridad está asociada con prácticas punitivas, como el castigo físico, y que ser estricto es necesario para criar. También, los niveles más bajos de educación y estatus socioeconómico de los padres están asociados con la primera y la tercera creencia. Este resultado podría sugerir que, en especial, en los niveles más bajos se da una aceptación del castigo físico como método de crianza.

Por su parte, la creencia de que si el castigo físico funcionó para mí también funcionaría para mi hijo está asociada con niveles más altos de edu-

cación y estatus socioeconómico. Al respecto, la historia personal de interacción con eventos o situaciones es una influencia importante en el desarrollo de creencias disciplinarias. Las personas que fueron castigadas tienden a creer en la idoneidad del castigo como práctica parental.

“Este hallazgo sugiere que el estrés de los padres afecta directamente el uso del castigo físico. Cuando había más factores estresantes presentes, se utilizaba el castigo corporal debido al estrés y no a las creencias de los padres”, anota Rocío González.

Entre la teoría y la vida cotidiana, la investigación revela una verdad profunda: el estrés parental y el uso del castigo físico están entrelazados en un delicado equilibrio. Detrás de cada estadística y correlación, yace una historia como la siguiente:

María y Juan son padres primerizos de un niño de 5 años, llamado Mateo. Su pequeño hogar, en un barrio en el centro de la ciudad, estaba lleno de amor, pero también de la constante presión de no saber si estaban haciendo lo correcto con su hijo. María y Juan eran jóvenes, recién salidos de la adolescencia, y habían crecido en un entorno donde el castigo físico era una norma aceptada, una respuesta automática a cualquier comportamiento que consideraran inaceptable. Sin embargo, desde que Mateo llegó a sus vidas, se enfrentaron a un dilema constante: ¿cómo criar a su hijo sin recurrir a la violencia que habían experimentado ellos mismos?

El estrés aumentaba cada vez que Mateo lloraba sin cesar o se negaba a comer. La falta de recursos económicos y la ausencia de una red de apoyo familiar solo incrementaban su angustia. No tenían acceso ni a información sobre prácticas parentales positivas ni a programas educativos que pudieran ayudarles a manejar su estrés. Se sentían perdidos y solos. En medio de esa tormenta emocional, luchaban por encontrar la calma y la paciencia necesarias para criar a su hijo. A menudo, el estrés los superaba y caían en viejos patrones de conducta, recurriendo a pellizcos, cachetadas e incluso al chancletazo, como una forma desesperada de controlar el comportamiento de Mateo.

Pero un día, después de un episodio particularmente angustiante, María y Juan decidieron buscar ayuda. A través del programa Ser-es de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Universidad de La Sabana, accedieron a entrenamiento en prácticas parentales positivas y manejo del estrés. Poco a poco, comenzaron a comprender que hay herramientas adecuadas para criar a su hijo. Con el tiempo, Mateo creció en un ambiente de afecto y respeto, y María y Juan aprendieron a manejar el estrés de manera saludable. A medida que su hijo crecía, se dieron cuenta de que el verdadero poder de la crianza no es el castigo físico. Y así, en medio de las dificultades de su entorno, construyeron un hogar lleno de esperanza y amor para su familia.

Contacta a nuestras investigadoras

Martha Rocío González, decana (martha.gonzalez@unisabana.edu.co), y Ángela María Trujillo Cano, directora de Profesores e Investigación de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento (angela.trujillo@unisabana.edu.co).

Las soluciones

Historias como las de María y Juan pueden vivirse y presentarse día a día en el contexto colombiano. Es importante comprender que una cultura marcada por la violencia, como la nuestra, tendrá connotaciones en el comportamiento y la crianza de los niños.

La crianza puede ser estresante y poner a prueba la estabilidad emocional de los padres. En momentos de mucha presión, es posible que reaccionen con castigos físicos, lo cual no es beneficioso ni para ellos ni para los hijos. Es importante intervenir y encontrar soluciones a esta situación.

Los académicos destacan la importancia de controlar las emociones y buscar apoyo entre padres y cuidadores para reducir el estrés. Adoptar prácticas de crianza constructivas, como la supervisión cuidadosa y la disciplina inductiva, puede ayudar a aliviar la tensión en el hogar y a crear un ambiente de comprensión y aceptación. “Al enfrentar estos desafíos con estrategias efectivas y compasivas, podemos transformar la dinámica familiar y fortalecer el tejido social de nuestras comunidades, en lugar de debilitarlo”, concluye Ángela María Trujillo. 



Para conocer más sobre el programa *Ser-es* de la Facultad de Psicología y Ciencias del Comportamiento, haz clic aquí.



Consulta aquí el estudio completo y sus conclusiones.



Reflexiones para optimizar el triaje quirúrgico

Una investigación hecha por el Departamento de Cirugía de la Facultad de Medicina revela cómo el triaje de las urgencias en los hospitales es una herramienta crucial en el cuidado médico de los pacientes que requieren cirugías, en contextos de urgencia. Esta estrategia beneficia a todos los actores del sistema de salud, al reducir desenlaces negativos, disminuir complicaciones quirúrgicas, optimizar la atención de los pacientes e incidir favorablemente en eventuales situaciones médico-legales.



Rubén Jiménez tiene un diagnóstico de apendicitis aguda,

está esperando a ser llevado a cirugía, tras un proceso de asignación de un turno quirúrgico.



Su madre reclama airadamente que debe de ser intervenido de forma prioritaria, ante la posibilidad de desarrollar una peritonitis.

El triaje quirúrgico es un proceso necesario, que evalúa la condición del enfermo y establece “un nivel de gravedad de la urgencia”.


Marta Bolaños está en condición de embarazo.

Manifiesta una disminución de los movimientos del futuro bebé.

! Tiene un diagnóstico de sufrimiento fetal agudo y requiere una cesárea de urgencia.


Santiago, de 27 años, tiene un dolor intenso generado por una fractura de su brazo izquierdo.

El ortopedista considera que requiere una cirugía de urgencia.

! Sus padres están angustiados y preocupados. **Están esperando a que se le asigne un turno quirúrgico.**

Entiendo su preocupación, pero necesitamos seguir el protocolo para garantizar la mejor atención posible para todos los pacientes.

En este caso, es crucial determinar quién necesita ser operado primero, con base en la condición médica y el riesgo para la vida y la salud de cada paciente. Las instituciones habilitadas para la prestación de urgencias quirúrgicas disponen habitualmente de un quirófano permanentemente para efectuar, de forma secuencial, la resolución de los casos. No obstante, son frecuentes las situaciones de urgencias simultáneas, como las referidas anteriormente.

Basándonos en la evaluación de las lesiones y el riesgo para cada paciente, hemos establecido un orden de prioridad para las cirugías.

1. Cesárea de emergencia de Martha en el quirófano asignado para urgencias.

2. Atención simultánea de Santiago y Rubén en salas de cirugías alternas.

En medio de la tensión y la incertidumbre, el protocolo de triaje quirúrgico guía las decisiones médicas, ofreciendo esperanza a estos pacientes y sus seres queridos, en momentos de extrema urgencia.

El concepto del triaje hace referencia a un proceso de gestión del riesgo clínico para manejar adecuadamente y con seguridad los flujos de pacientes, cuando la demanda y las necesidades clínicas superan los recursos. Además, es un sistema de clasificación que permite priorizar pacientes de acuerdo con la gravedad de su enfermedad y la condición de salud en el momento de la consulta, basado en algoritmos de manejo y de escalas validadas.

En Colombia, existe una normatividad con respecto al orden de la atención de urgencias generales de los pacientes –proceso de priorización–, explícita en la Resolución 5596 del 24 de diciembre de 2015 del Ministerio de Salud y Protección Social, la cual debe aplicarse una vez los pacientes ingresan a las instituciones. Este triaje constituye una guía en medio del caos habitual de estos servicios y se explica a continuación:

Categorías del triaje de pacientes en urgencias	
Categoría	Definición de la condición del paciente
Triaje I	La condición del paciente representa un riesgo vital inminente.
Triaje II	La condición del paciente puede evolucionar a un deterioro rápido o muerte.
Triaje III	La condición del paciente requiere medidas diagnósticas y terapéuticas de urgencia.
Triaje IV	La condición aguda del paciente ni compromete su estado general ni es un riesgo para la vida.
Triaje V	La condición clínica está relacionada con problemas agudos o crónicos, sin evidencia de deterioro.



El triaje es un sistema de clasificación que permite priorizar pacientes de acuerdo con la gravedad de su enfermedad y la condición de salud en el momento de la consulta, basado en algoritmos de manejo y de escalas validadas.

Las urgencias quirúrgicas hacen parte de la operación normal en las instituciones de salud habilitadas para tal fin. Estas obligan a efectuar consideraciones logísticas en el recurso humano, físico y tecnológico disponible, así como en procesos asistenciales que articulen las necesidades y las acciones en la prestación del servicio. Sin embargo, la estrategia de triaje descrita no establece la prioridad en la resolución de las urgencias quirúrgicas.

Para definir cómo enfrentar este vacío, los doctores Paula Sanabria, residente de Cirugía General; Luis Carlos Domínguez, profesor asociado del Departamento de Cirugía; y Neil Valentín Vega, jefe del Departamento de Cirugía General, plantean un abordaje del problema y establecen un marco conceptual dentro de un proyecto de investigación, titulado **Reflexiones para optimizar el triaje en cirugía**, que permitirá identificar los vacíos y las oportunidades para implementar estrategias de priorización de los pacientes con urgencias quirúrgicas. En Colombia no hay uniformidad en este proceso de atención en salud, y la priorización quirúrgica es un fenómeno complejo y de escasa relevancia en las instituciones del país.

Categorización del triaje quirúrgico: herramientas diseñadas

Existen instrumentos de priorización que se han diseñado para ser de fácil aplicación, se basan en estrategias de colores y permiten ser replicados en los diferentes escenarios de urgencias a nivel mundial.



Neil Valentín Vega Peña, especialista en Cirugía General y jefe del Departamento de Cirugía.



Luis Carlos Domínguez Torres, especialista en Cirugía General, profesor asociado al Departamento de Cirugía.



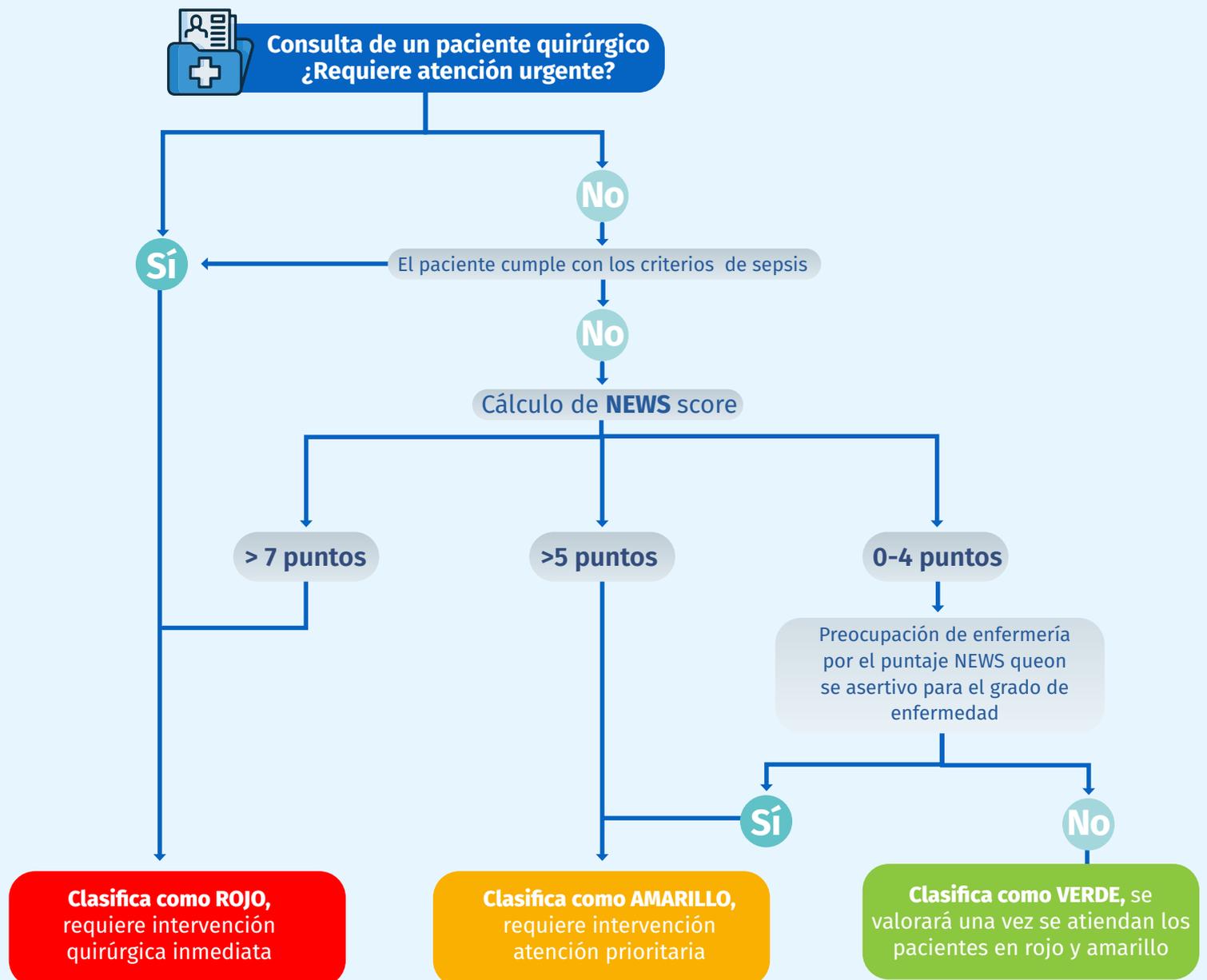
Paula Andrea Sanabria Torres, residente de Cirugía General de la Facultad de Medicina.

1. La Sociedad Mundial de Cirugía de Emergencia (WSES, por sus siglas en inglés) diseñó una escala para los casos quirúrgicos urgentes, basada en una estrategia de colores que se denominó *Timing of Acute Care Surgery (TACS)*.

Significado de la escala de colores para la clasificación del *Timing of Acute Care Surgery (TACS)*

Color	Tiempo considerado para la intervención	Condiciones clínicas asociadas a cada categoría
	Requiere atención quirúrgica inmediata.	Asociado a sangrado.
	Permite la intervención hasta una hora después del diagnóstico.	Compromiso vascular, perforación de víscera hueca, infección necrosante de tejidos blandos. - Permite maniobras de reanimación, previas a la intervención.
	Se puede diferir la intervención hasta seis horas después del diagnóstico.	Infecciones localizadas que pueden progresar a una condición más seria. - Requiere manejo médico previo.
	Intervención diferible hasta por 12 horas después del diagnóstico.	Condiciones clínicas que no generan deterioro clínico, si se difiere la cirugía.
	Permite la realización de intervenciones entre 24 a 48 horas después del diagnóstico.	Requiere intervención y, en caso de no realizarla, empeora la morbilidad de la cirugía y la condición.

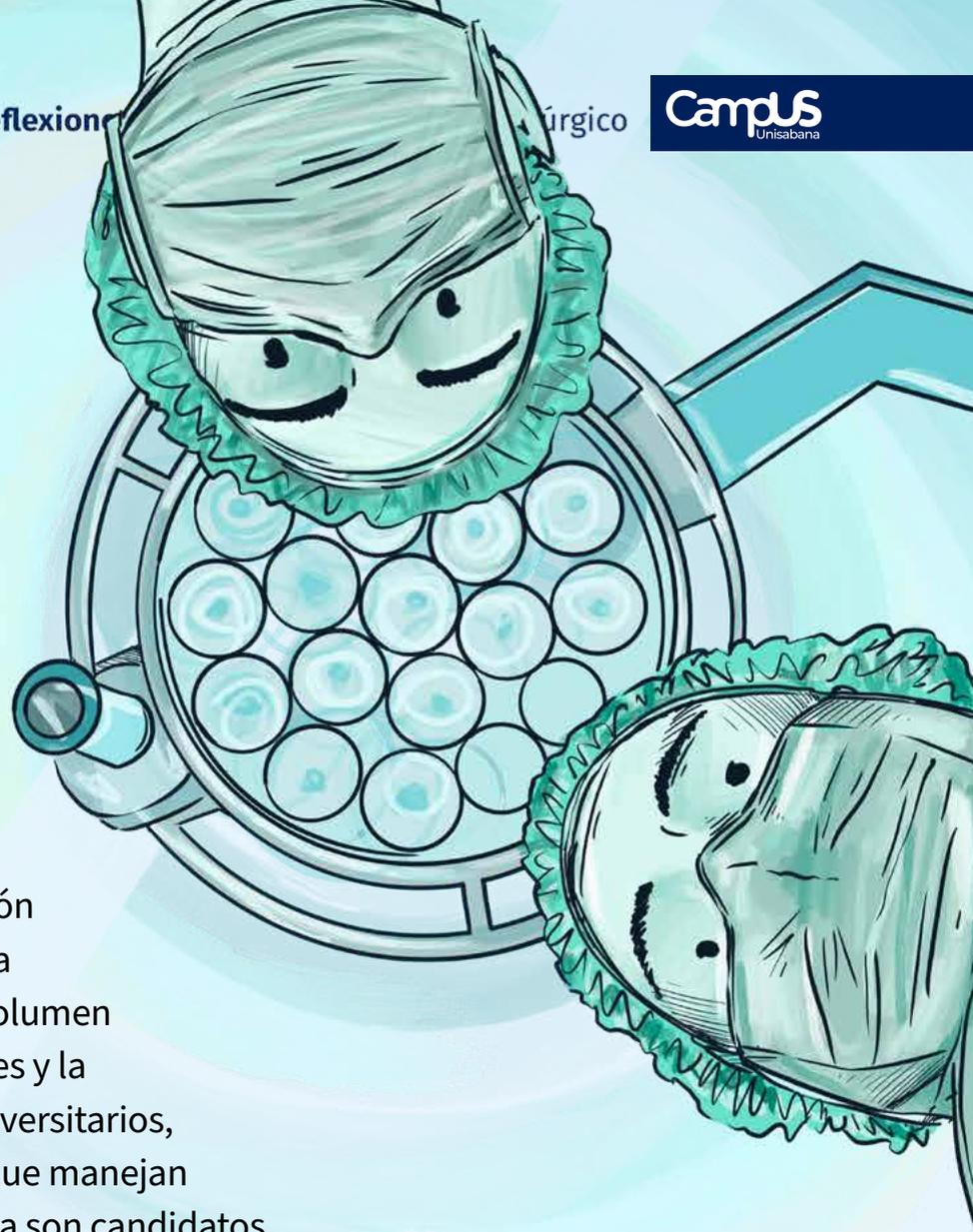
2. Flujograma de clasificación de pacientes según el Musgrove Acute Surgical Score (MASS). Creado e implementado inicialmente en el Musgrove Park Hospital (Somerset, Reino Unido), desde el 2018.



Priorización de las urgencias quirúrgicas: una metodología de implementación

A través de este trabajo investigativo, los investigadores de la Facultad de Medicina organizaron los factores relevantes en el proceso de priorización, así como sus enfoques y limitaciones. Estos elementos pueden aplicarse de manera secuencial o simultánea, dependiendo de la situación.

La necesidad de una estrategia de priorización surge del entendimiento de la epidemiología quirúrgica de la institución, incluyendo su volumen operatorio, los recursos humanos disponibles y la complejidad de los casos. Los hospitales universitarios, las instituciones de segundo a cuarto nivel que manejan urgencias quirúrgicas y los centros de trauma son candidatos ideales para implementar estas estrategias.



Elementos de la priorización	Estrategia de abordaje
Evaluación objetiva de la condición del paciente (riesgo quirúrgico y gravedad)	Uso de escalas validadas (RTS – APACHE – Hinchey – Balthazar – NSQIP -CFS, etc.). Consenso con respecto a la utilización por parte de los involucrados.
Toma de decisiones	Identificar pacientes críticos o casos problema para la priorización. Utilizar de instrumentos de clasificación confiables y previamente validados. Llegar a un consenso de acuerdo con el riesgo objetivo, la condición del paciente y el algoritmo de manejo.
Logística de las instituciones	Definir políticas de priorización quirúrgica para los casos de urgencias (tiempos, participantes del consenso, mecanismos para dirimir conflictos, etc.). Documentar explícitamente la gravedad del paciente, el riesgo quirúrgico y el proceso de priorización quirúrgica.
Apoyo administrativo	Facilitar las autorizaciones por parte de los aseguradores. Socializar, monitorear y retroalimentar de las políticas de priorización quirúrgica. Ser responsable en la ejecución de la política de priorización.

Tomado de: Sanabria-Torres PA, Vega-Peña NV, Domínguez-Torres LC. Reflexiones para optimizar el triaje en cirugía. Rev Colomb Cir. 2023;39:28-37. <https://doi.org/10.30944/20117582.2335>.

En palabras del doctor Vega, “Las urgencias quirúrgicas representan un desafío en la atención médica debido a su imprevisibilidad, así como en la variabilidad de la complejidad de los casos. La necesidad de este enfoque se hace aún más evidente ante el riesgo de presentar complicaciones y eventos adversos, debido a posibles demoras en la atención. Existen vacíos en este campo que ofrecen oportunidades para la investigación”.

Para abordar este fenómeno, frecuente en las salas de cirugía de los hospitales, la investigación sugiere la adopción de políticas de atención que incluyan la participación de los grupos quirúrgicos y, asimismo, unos procesos de mejoramiento continuo. El desarrollo de la segunda fase —ya en proceso de elaboración— evaluará el problema en contextos reales, y permitirá la construcción de una estrategia local o una adaptación de las existentes en otros contextos.

Las urgencias quirúrgicas son un problema para la atención en salud, en razón a su impredecibilidad y complejidad. La necesidad de abordar esta problemática se incrementa ante la posibilidad de presentar complicaciones y eventos adversos, derivados de las potenciales demoras en la atención.

Existen vacíos en el tema, que incluyen la ausencia de clasificaciones validadas de triaje quirúrgico y una subutilización de los modelos matemáticos, como parte del estudio y la solución del problema.

Las características particulares de las instituciones, inmersas en un modelo de aseguramiento diferencial (público o privado y las combinaciones de ambos), ilustran las dificultades para las estrategias de priorización.

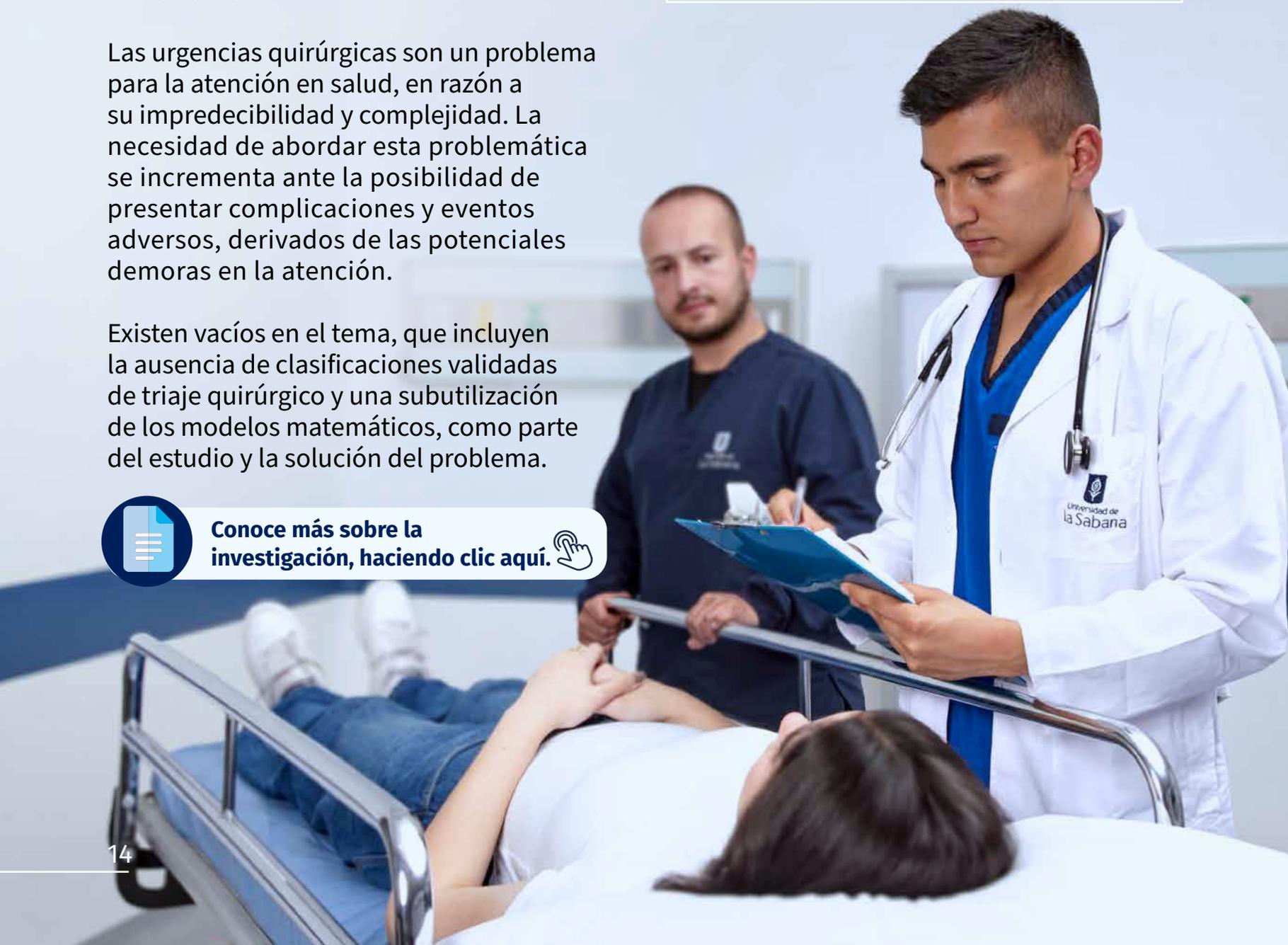
“La investigación sugiere que las gestiones administrativas de los hospitales, clínicas o las instituciones de salud deben diseñar e implementar estrategias de triaje de sus urgencias quirúrgicas, sugeridas en este documento e ilustradas, con políticas que incluyan la participación de los grupos quirúrgicos y procesos de mejoramiento continuo, con el fin de tomar buenas decisiones a la hora de enfrentarse a una urgencia de este tipo”, concluye el doctor Vega. 

Contacta a nuestros investigadores

Neil Valentín Vega Peña, especialista en Cirugía General y jefe del Departamento de Cirugía (neil.valentin@unisabana.edu.co); Luis Carlos Domínguez Torres, especialista en Cirugía General y profesor asociado al Departamento de Cirugía (carlos.dominguez@unisabana.edu.co); y Paula Andrea Sanabria Torres, residente de Cirugía General de la Facultad de Medicina (paulasato@unisabana.edu.co).



Conoce más sobre la investigación, haciendo clic aquí. 



Avifauna en la Universidad de La Sabana, un viaje
por la diversidad de nuestro campus

Campus
Unisabana

AVI

fauna

*en la Universidad
de La Sabana,*

**un viaje por la diversidad
de nuestro campus**





En el marco de la Filbo 2024, la Universidad de La Sabana estuvo presente con diversos lanzamientos editoriales. Entre estos, se destaca el libro *Avifauna en la Universidad de La Sabana*, una publicación que recoge más de 80 especies de aves detalladas que habitan en nuestro campus.

Hablamos con Angélica Paola Zapata Pardo, investigadora y autora del libro, quien compartió con *Campus periódico* sus experiencias, percepciones y aspiraciones con esta publicación.

Campus: ¿Qué fue lo que inicialmente inspiró la idea de crear el libro *Avifauna en la Universidad de La Sabana* y cómo se desarrolló el proceso para llevarlo a cabo?

Angélica Zapata: La idea de crear el libro *Avifauna en la Universidad de La Sabana* surgió inicialmente en agosto de 2014, cuando llegué como investigadora social a la Universidad. Gracias al apoyo de la Facultad de Educación y el profesor Jefferson Galeano Martínez, licenciado en Biología, se empezó a gestar este proyecto. En ese entonces, era un sueño conocer la avifauna y materializar el proyecto del libro.

En 2023, María José Molano Valencia asumió la Dirección de Publicaciones y, durante una reunión sobre la Filbo 2024, se interesó en los estudios de biodiversidad realizados en la Universidad. Esto nos llevó a colaborar en el proyecto del libro. Rápidamente nos organizamos y armamos un equipo de trabajo maravilloso para cumplir con el exigente plazo de cuatro

meses para completar la publicación. A pesar de los desafíos y el intenso trabajo, logramos construir una obra hermosa que refleja la pasión y el compromiso de todos los involucrados. Estoy agradecida por el equipo excepcional que formamos y orgullosa de compartir el resultado final.

C: El libro presenta una amplia variedad de especies de aves que habitan y visitan el campus universitario. ¿Podría compartir con nosotros algunas de las especies más importantes y representativas que se encuentran en el área y cuál es su relación con el entorno natural de la sabana de Bogotá?

A. Z.: Bueno, primero quiero decir que todas las especies que habitan en determinado lugar son igual de importantes. Cada especie tiene un aporte y una función en cada ecosistema y cada hábitat. Sin embargo, por supuesto que hay unas que se destacan. El libro recalca varias especies de aves que habitan y visitan el campus universitario, muchas de las cuales son endémicas y tienen una relación especial con el entorno natural de la sabana de Bogotá. Algunas



de estas especies incluyen al pato turrio y la tingua moteada, que se encuentran en el río Bogotá; el búho sabanero y el chamicero cundiboyacense, que habitan en el campus sur; el picocono rufo, la ranita sabanera, la serpiente sabanera y el curí de la sabana. Estas especies son particularmente importantes debido a su grado de endemismo y su estado de conservación, ya que solo se encuentran en el altiplano cundiboyacense y la sabana norte de Bogotá, lo que las hace más vulnerables.

C: ¿Cómo cree que la publicación de este libro puede contribuir a la sensibilización y concientización sobre la importancia de la conservación de la biodiversidad, especialmente en un contexto urbano como el de Bogotá y sus alrededores?

A. Z.: Primero, a través de la educación, proporciona información detallada sobre las especies de aves que se encuentran en los hábitats de la Universidad, lo que ayuda a los estudiantes y la comunidad a comprender mejor la diversidad de vida silvestre en su entorno cotidiano. Segundo, promueve la conciencia ambiental, al destacar la importancia de las aves en el ecosistema, lo que lleva a una mayor apreciación de la fragilidad de la biodiversidad y la necesidad de protegerla en espacios intervenidos por el ser humano. Tercero, fomenta prácticas sostenibles, al inspirar a los lectores a tomar medidas concretas para proteger y conservar las aves, como la creación de hábitats naturales y la participación en programas de monitoreo de aves. Y cuarto, promociona el avistamiento de aves como una actividad recreativa que también puede aumentar el interés por la naturaleza y su conservación.

C: ¿Podría describir alguno de los momentos más memorables que vivió durante este proceso de investigación?



Angélica Paola Zapata, autora del libro *Avifauna en la Universidad de La Sabana*.

A. Z.: A pesar de los desafíos, cada día en campo era memorable. Descubrir especies que nunca antes había visto en la Universidad, observar bandadas de aves sobrevolando el campus o presenciar eventos de anidación y cuidado parental son experiencias que quedaron en mi memoria. La ternura de ver a las aves enseñar a sus crías a volar, alimentarse y protegerse era realmente maravillosa. Todos estos recuerdos quedarán grabados en mi mente como momentos especiales de este proceso de investigación.

C: ¿Puede compartirnos cómo era un día de campo, a qué horas empezaba, cómo era la contemplación?

A. Z.: Un día típico de campo comenzaba muy temprano, con el despertar a las 3 de la mañana para poder estar en el lugar de estudio a las 6 a. m. La tarea principal era realizar actividades de monitoreo y evaluación de la biodiversidad, lo que implicaba estar activo y observador desde las primeras horas de la





mañana hasta la tarde. Me equipaba con libretas de campo, cámaras fotográficas y binoculares; la jornada se extendía hasta aproximadamente las 10:30 u 11 de la mañana, momento en el que las aves se retiraban para descansar y alimentarse.

Después del mediodía, alrededor de las 2:30 o 3 de la tarde, las aves volvían a estar activas, ofreciendo otra oportunidad para la observación. Esta actividad continuaba hasta las 5:30 o 6 de la tarde, momento en el que la visibilidad disminuía con la caída del sol. Sin embargo, como soy muy gomosa en mi área, quise también empezar a hacer monitoreos nocturnos para ver qué detectábamos. Esta experiencia era genial porque me habilitaban una oficina de la Casa del Lago y ese era mi hotel, esa era mi casita para quedarme en la Universidad en la noche y poder realizar esta actividad.

Los monitoreos nocturnos comenzaban alrededor de las 10 de la noche, equipada con linterna y cámaras, y continuaban hasta altas horas de la madrugada, a veces hasta las 2 o 3 de la mañana. Durante estos monitoreos, se buscaban diferentes especies animales, aprovechando las oportunidades que ofrecía la noche para la observación.

A pesar de las largas jornadas y el poco descanso, cada día de campo era una aventura emocionante y una oportunidad para disfrutar de la naturaleza y observar la vida silvestre en acción.

C: Además de las aves, el libro también aborda otras especies de fauna que han sido registradas en los terrenos de la Universidad, como anfibios, reptiles y mamíferos. ¿Podría compartir algunas observaciones interesantes sobre estas especies y su relación con el ecosistema del campus?

A. Z.: Mi estudio se centró en las aves, pero aproveché cada oportunidad para observar y documentar otras especies de fauna presentes en el campus universitario. A lo largo de los años, he tenido la suerte de registrar diversas especies, como anfibios, reptiles y mamíferos. Entre las observaciones más interesantes se encuentran las ranitas que habitan en los charquitos de la Universidad, así como la presencia de zarigüeyas, comadreja, curís y, recientemente, incluso la observación de un zorrito. Aunque personalmente no tuve la oportunidad de ver todas estas especies, el trabajo en equipo con los vigilantes de la Universidad permitió enriquecer el estudio, ya que ellos contribuyeron con observaciones valiosas.

Además de los mamíferos, también he documentado polinizadores, como mariposas, abejas, abejorros y otros insectos, que desempeñan un papel crucial en el ecosistema. La diversidad de especies de polinizadores que he observado en los pastizales del río Bogotá y en el jarillón ha sido sorprendente y hermosa.

C: La Universidad de La Sabana se encuentra en un entorno geográfico privilegiado, con una ubicación estratégica en la sabana de Bogotá. ¿Cómo cree que esto influye en la diversidad de especies que se encuentran en el campus y en la importancia de preservar este ecosistema único?

A. Z.: La complejidad estructural del paisaje en el que se ubica la Universidad determina la biodiversidad asociada a los hábitats presentes en ella. Cada campus de La Sabana ofrece condiciones de hábitat diferentes, que influyen en la composición de especies presentes. Además, sirve como un lugar de paso para muchas especies migratorias, así como para aquellas que descienden de los cerros orientales hacia la sabana y el valle



aluvial del río Bogotá, lo que contribuye a la conectividad ecológica en el paisaje.

La Universidad ofrece refugio y recursos para muchas especies, incluidas aves migratorias boreales que visitan el país durante la temporada invernal. El conocimiento de las especies presentes en el campus ha sido fundamental para comprender sus requerimientos de hábitat y trabajar en la mejora de estos espacios, desde una perspectiva ecológica del paisaje.

El compromiso con la sostenibilidad y la conservación de la biodiversidad en La Sabana ha sido evidente a lo largo de los años, lo cual se refleja en el trabajo realizado para mejorar cada hábitat y promover la biodiversidad en todos los espacios del campus. La Universidad se ha convertido en un referente en términos de sostenibilidad y, con este estudio de biodiversidad, también puede servir como un ejemplo de compromiso con la conservación de la biodiversidad en entornos universitarios.

C: ¿Cuál es su visión para el futuro de la relación entre la comunidad universitaria y la biodiversidad del campus? ¿Hay planes adicionales para continuar documentando y conservando la avifauna y otras formas de vida en el área?

A. Z.: Mi visión para el futuro de la relación entre la comunidad universitaria y la biodiversidad del campus de la Universidad es que se fortalezca y profundice a través de iniciativas continuas de documentación, investigación, monitoreo biológico y planes de conservación y educación ambiental. Para ello, considero importante implementar planes adicionales para continuar documentando y conservando la avifauna y otras formas de vida en el área del campus que nos

hace falta profundizar, como los peces, los polinizadores, las mariposas, las abejas y los abejorros.

Además, establecer programas de educación ambiental dirigidos a la comunidad universitaria ayudaría a concientizar sobre la importancia de la biodiversidad y promover prácticas sostenibles en el campus. Creo firmemente que la Universidad puede ser un espacio de aprendizaje no solo académico, sino también ambiental, donde se fomente el respeto y el cuidado por la naturaleza.

C: ¿Cómo cree que la publicación del libro puede fomentar una ciudadanía inspiradora?

A. Z.: Creo que la publicación del libro puede fomentar una ciudadanía inspiradora al educar a los lectores sobre la importancia de conservar y proteger la diversidad de especies en entornos intervenidos por el ser humano. A través de las historias y los datos presentados en el libro, las personas pueden sensibilizarse sobre cómo sus acciones diarias pueden impactar de manera positiva o negativa en el ambiente y la biodiversidad local. Además, al mostrar ejemplos exitosos y personas comprometidas con la conservación, puede motivar a otros a unirse a estas causas y a trabajar juntos para crear ciudades y ambientes más sostenibles y respetuosos con la naturaleza. En definitiva, la publicación del libro puede ser una herramienta poderosa para inspirar a la ciudadanía a ser más comprometida con la conservación de la biodiversidad. 🌱



Adquiere el libro, haciendo clic aquí.



BePelican,

un impulso al turismo de transformación





Para Diana, entender que vivimos en medio de privilegios, valorar más y agradecer fue lo que le dejó como enseñanza su experiencia en La Guajira.

Diana Bejarano, graduada del programa de Comunicación Social y Periodismo, es Chief Operating Officer de la plataforma digital BePelican, la cual promueve el turismo comunitario para generar impacto y trabajar en pro de la sociedad.

BePelican es una plataforma digital que busca visibilizar emprendimientos sociales a través del turismo, se encarga de conectar a comunidades vulnerables con turistas que tienen el anhelo de conocer y explorar dichas zonas del país. En un intercambio de conocimientos, experiencias y emprendimientos, tanto turistas como habitantes locales logran hacer una experiencia de viaje inolvidable. Así, nace el “turismo de transformación”, al cual denominaron así debido a que no solo transforma a la persona que vive la experiencia, sino que impacta a quienes lo necesitan, tal como expresó Diana: “El turismo se ha convertido en esa arma de transformación y, para nosotros, es nuestro escudo; no solamente son paisajes, también son historias y personas”.

Diana menciona cómo el concepto del pelícano se conecta con la esencia de la plataforma: “El pelícano es el ave capaz de transformar

el agua salada en agua dulce, y eso es lo que buscamos hacer, transformar esos problemas de las comunidades en oportunidades”. Los pelícanos siempre se movilizan en bandada y, en el caso de las comunidades, se refiere a tener un propósito que las una y las lleve a buscar soluciones a sus necesidades, con el apoyo de BePelican.

Diana inició la travesía del turismo comunitario cuando, en enero de 2023, viajó a La Guajira como parte de su trabajo en BePelican e identificó que la desnutrición era una problemática evidente en esta región. Enfrentarse a combatir las necesidades de esta región marcaría un antes y un después en su vida, ya que se topó con una realidad desconocida. Según el Instituto Nacional de Salud, La Guajira es la región con más casos de muertes por desnutrición infantil del país, con 39 casos en 2023.

Un sentimiento bastante fuerte fue vivir de cerca la desnutrición, “Cuando ves la cara de un niño y cómo se refleja en sus ojos el dolor o cuando sabes que es altamente probable que tenga desnutrición severa es lo más duro que he vivido”, añade Diana.

Estando en la zona central de Riohacha, tuvo que afrontar retos: viajó por zonas alejadas, se enfrentó a la ausencia de servicios básicos, como la energía o el agua potable, y también se encontró con la barrera del idioma de algunas comunidades indígenas.

El trabajo social le ha inspirado a transformar y cambiar vidas, así fue como logró con Rebeca Rabillo, directora del Banco de Alimentos, desarrollar la iniciativa “Programa rutas”. Se hizo el lanzamiento oficial y el resultado se vio reflejado en la creación de paquetes para vivir experiencias, como: tejer mochilas, conocer culturas, la molienda, el baile de la yonna, el significado de pintarse el rostro o el *wayuunaiki*, “Cada comunidad ofrecerá algo diferente, es como una montaña rusa que te lleva de lo alto a lo bajo y te vuelve a subir”, expresa la graduada.

En la actualidad, BePelican está trabajando en diferentes proyectos en zonas de Bogotá, como La Candelaria, La Perseverancia y Las Cruces; esta ciudad está proyectada a reactivar el turismo de esos barrios populares que han sido marginados. En Boyacá, se encuentra activo un proyecto para convertir a esta ciudad en una potencia de turismo e impulsar su economía. Y, en La Guajira, ha logrado visibilizar y comercializar valiosas iniciativas. Asimismo, ha logrado apoyar a más de 12 comunidades en la actualidad, brindando bienestar, educación y donaciones de alimentos.

Como meta a corto plazo, Diana espera llegar a más emprendedores y construir un gran tejido social en Colombia. A mediano plazo, desea ir a Perú y conocer este lugar que es un referente muy fuerte en temas de turismo comunitario, descubrir iniciativas y no dejar de aprender. De cara al futuro, aspira a que BePelican pueda ser un emprendimiento alusivo al cambio y a una verdadera transformación en la vida de las personas que han sido vulneradas.

Con optimismo y mucha energía, Diana afirma que gracias a la Universidad de La Sabana cuenta hoy en día con las bases necesarias para cumplir con una de sus principales satisfacciones: aportar para que las comunidades tengan una mejor calidad de vida.

“La Universidad nunca termina de formarte para el camino que es la vida, pero La Sabana me dio las bases necesarias para llegar a donde estoy hoy”, afirma Diana con convicción. Gracias a su proyecto, ha obtenido la aprobación para llevar a cabo una práctica social y, ahora, lidera a seis practicantes universitarios, a quienes les imparte conocimientos aplicables en su vida profesional y personal.

“Trabajar con comunidades es un sueño y lo estoy viviendo. Siempre digo que las personas que nos dedicamos a esto estábamos en la misma tela y fuimos cortadas con la misma tijera”, concluye Diana Bejarano. 



Yo tenía una amiga que era...

A puesto a que más de una vez hemos sido corregidos –por otros o por nosotros mismos–, tras una conversación como esta:

- (1)
- –Profe, ¡buenos días!
- –Buenos días.
- –Disculpe, es que quería preguntarle...
- **–¿Querías preguntarme o me vas a preguntar?**

También sucede en conversaciones como la siguiente:

- (2)
- –Ayer hicimos una marialuisa.
- –¿Sí? ¿Y qué tal les quedó?
- –¡Deliciosa!
- –Verás, yo antes vivía con una amiga que era pastelera y cada sábado en la tarde...
- **–¿Ya no es pastelera? ¿Qué le pasó?**
- –¿Cómo así?
- **–Dijiste que era pastelera...**
- –Bueno, todavía debe ser...

En este momento te puedes estar preguntando: ¿hay una manera correcta de abordar estas conversaciones? Aunque muchas veces comentamos –y nos reímos– sobre esta aparente inadecuación gramatical, las expresiones sugeridas

producirían una inadecuación aún mayor en la conversación:

- (1.1)
- –Profe, ¡buenos días!
- –Buenos días.
- –Disculpe, es que voy a **preguntarle** (¿algo, lo siguiente?)...
- (1.2)
- –Ayer hicimos una marialuisa.
- –¿Sí? ¿Y qué tal les quedó?
- –¡Deliciosa!
- –Verás, yo antes vivía con una amiga que **todavía debe ser pastelera** y cada sábado en la tarde...
- –¿Todavía debe ser? ¿Cómo así?
- –Pues es que hace mucho no hablo con ella y no quise decir: que era pastelera, porque, ya sabes, no se ha muerto...

¿Por qué nos produce extrañamiento usar una frase como "yo tenía una amiga que era pastelera", pero nos resulta más extraño corregirla? La respuesta parece estar en la hipercorrección. En algún momento, se nos metió en la



Por Gabriel Pineda,
profesor de la Facultad de
Filosofía y Ciencias Humanas.



En algún momento, se nos metió en la cabeza que usar el tiempo pasado borraba automáticamente de la existencia a la persona a quien nos referíamos. Sin embargo, el tiempo verbal no solo nos refiere al pasado, el presente y el futuro, sino que, en muchas ocasiones, tiene valores discursivos, de cortesía o de percepción.

cabeza que usar el tiempo pasado borraba automáticamente de la existencia a la persona a quien nos referíamos. Sin embargo, el tiempo verbal no solo nos refiere al pasado, el presente y el futuro, sino que, en muchas ocasiones, tiene valores discursivos, de cortesía o de percepción. En el caso del diálogo (1), el tiempo pasado tiene un valor citativo. Es una estrategia para

conectar el pasado (en el que quería preguntar algo) con el presente (en el que efectivamente hago la pregunta). Crear este enlace hace que la conversación sea más cortés porque la encadena en el tiempo; un tiempo en el que posiblemente se realizó un acuerdo formal o tácito entre las dos personas, para tener el derecho o el acceso a preguntarse algo. Por el contrario, la alternativa de (1.1), en la que no hay conexión con el pasado, da a entender que quien pregunta está ofendido o enojado con el profesor.

En el segundo caso, el valor citativo se usa para traer el recuerdo de una escena vivida en el pasado. La gramática cognitiva lo explica bajo el concepto de imagen lingüística. Usar el tiempo imperfecto es una manera de traer una imagen vivida, de la memoria a la conversación presente, y sentirse aún parte de ella. Para explicarlo en términos simples, digamos que no significa que las personas que vivieron aquella escena hayan dejado de existir, sino que la escena ha dejado de producirse. Por esta razón, es que es normal querer decir y terminar diciendo cosas como:

Yo tenía un amigo que era reinteligente.
(Aunque ese amigo siga viviendo).

El profesor siempre decía que debemos usar el lenguaje de manera precisa, concreta y, sobre todo, adecuada.
(Aunque el profesor lo siga diciendo).

¿Cómo era que se llamaba la chica que se sentaba al lado tuyo en la clase de cálculo?
(Aunque la chica siga existiendo, en otro salón, sentada al lado de otra persona, tomando una clase diferente).

Así, en últimas, lo que trato de decir es que no vale la pena seguir interrumpiendo las conversaciones para dar paso a conjeturas existenciales, sino tomar consciencia del valor citativo del lenguaje. 🌱



Construir paz desde las aulas: un viaje a través de los clásicos griegos y romanos

“Que cada uno de los ciudadanos,
para mantener la comunidad
en paz, busque la radiante luz
de la enaltecida tranquilidad,
sacando de su mente la rebelión
vengativa, que produce pobreza y
cría jóvenes hostiles”.

(Píndaro, fr. 109)



La Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas, junto a un grupo de académicos, desarrolló el proyecto educativo *Irene*, acompañado de estrategias que buscan la construcción de la paz y la resolución de conflictos a través de la literatura clásica.

En la actualidad, la construcción de paz se ha convertido en un propósito vital para millones de personas, debido al incremento de conflictos armados alrededor del mundo. En el caso colombiano, varios gobiernos han tratado de solucionar los distintos conflictos que se han originado desde su conformación como nación y, aunque en los últimos años se han logrado avances significativos, el camino hacia la paz enfrenta múltiples desafíos. Por ello, resulta esencial desarrollar continuamente nuevas iniciativas que contribuyan al fomento de la paz. Siguiendo la idea de Píndaro, poeta griego del siglo V a. C., todos los colombianos deberíamos estar involucrados en este proceso y tener presente que, si no se llega a una resolución de los conflictos, perpetuaremos el ciclo de violencia por medio de nuestros jóvenes.

Ronald Forero, profesor de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas, considera que la educación es una de las principales herramientas para terminar con el ciclo de violencia. Desde las aulas, se pueden formar ciudadanos capaces de abordar y resolver conflictos de manera pacífica. “Identificar la causa de un conflicto es el primer paso hacia su resolución. Comprender las raíces de un problema nos lleva a menudo a soluciones que antes parecían inalcanzables”, señala.

Estas premisas motivaron a un grupo de académicos a formular el proyecto educativo para secundaria, titulado *Irene: un libro de trabajo basado en la literatura clásica para la resolución de conflictos*.



El equipo está compuesto por dos profesores de secundaria, Deisy Vásquez Guerrero y Juan Santamaría Pérez; dos especialistas, uno en paz y seguridad, Rafael Uribe Neira, y otro en escritura creativa, Lucio Forero Álvarez; y tres profesores universitarios, Martín Dinter, del área de estudios clásicos, Jesús David Girado Sierra, filósofo, y Ronald Forero, filólogo clásico. Dicho proyecto se centra en una adaptación del método socrático, una manera de buscar la verdad por medio del diálogo, concebida hace unos 2.400 años por el filósofo Sócrates.

Los clásicos griegos y romanos, con sus experiencias positivas y negativas, funcionan como guías para enseñar los valores necesarios en nuestra sociedad: “La educación para la paz, más que nunca, debe ser vista como una misión transformadora que comienza en las aulas; qué mejor manera de abordarla que a través del diálogo crítico y reflexivo que ofrecen los clásicos. Inspirados por la sabiduría atemporal de los antiguos, estamos sembrando en los estudiantes de hoy la capacidad de resolver conflictos, por medio de la comprensión y el diálogo”, resalta el doctor Ronald Forero.

“El enfoque socrático implica una serie de preguntas y respuestas destinada a examinar las opiniones y creencias de los involucrados. En la adaptación para los grados 10.º y 11.º, los participantes aprenden a cuestionar constructivamente no solo a los demás,

sino también a sí mismos, lo que resulta esencial para alcanzar consensos, cuando surgen disputas en el aula”, explica el doctor Ronald Forero. Siguiendo el modelo socrático, el profesor o facilitador guía a los estudiantes a formular preguntas y construir las respuestas, en lugar de transmitir el conocimiento de manera pasiva. Este proceso fomenta el pensamiento crítico y mejora la comprensión y la capacidad de análisis de los estudiantes.

“**Identificar la causa de un conflicto es el primer paso hacia su resolución. Comprender las raíces de un problema nos lleva a menudo a soluciones que antes parecían inalcanzables.**”





El futuro de la educación para la paz: adaptación y expansión

El proyecto *Irene* no es solo una propuesta teórica; ya se ha probado en colegios de Tunja y Bogotá con resultados prometedores. Cerca de 200 estudiantes han comprobado su efectividad, puesto que el método socrático trasciende el tradicional debate que determina quién tiene la razón, para lograr consensos mediante la validación y refutación respetuosa de opiniones. Además, esta metodología promueve la escucha activa, las capacidades de análisis y el pensamiento crítico, el respeto y la apertura hacia el otro y sus opiniones, la comunicación efectiva y la autorreflexión; todas estas son herramientas eficaces para la resolución de conflictos de manera pacífica y constructiva.

Paula Ximena Galvis, una de las estudiantes participantes del Colegio Gustavo Rojas Pinilla de Tunja, comenta a propósito de su experiencia en el aula: “Estas actividades son muy gratificantes porque nos permiten salir de la rutina diaria de estar sentados, anotar o responder, y nos lleva a cuestionarnos. Siento que este método nos sirve a nivel personal para pensar, para tener más en cuenta qué hacer, qué somos como personas y cómo podemos aplicar fuera del aula todos los aprendizajes que nos enseñan en el colegio”.



Ronald Forero, profesor, y Jesús David Girado Sierra, decano de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas.

El proyecto cuenta con financiación del King's College London y la Universidad de La Sabana, lo cual refleja el compromiso de las instituciones con la educación para la paz. El doctor Ronald Forero Álvarez, líder de este proyecto, llevará la iniciativa a Brasil a la Universidad del Estado del Amazonas, para realizar una adaptación al contexto local, gracias a una estancia de investigación posdoctoral que realizará en el segundo semestre de 2024. Este compromiso destaca la universalidad y aplicabilidad de los métodos propuestos.



Un proyecto con un origen internacional

En 2017, el evento “VIII Jornadas Filológicas. La Paz: Perspectivas Antiguas sobre un Tema Actual”,





organizado por profesores de la Universidad de La Sabana, la Universidad Nacional de Colombia y la Universidad de los Andes, contribuyó al estudio de las humanidades en Colombia, al centrarse en la reevaluación de cómo las disciplinas humanísticas pueden contribuir a la construcción de paz en el país.

El libro *La paz: perspectivas antiguas sobre un tema actual* recopila las discusiones del evento. Fue editado por académicos de la Universidad de La Sabana, la Universidad Nacional de Colombia y la Universidad de los Andes: Ronald Forero Álvarez, Gemma Bernadó Ferrer, Juan Felipe González Calderón y Laura Almandós Mora. La obra se distingue por su enfoque interdisciplinar, integrando la sabiduría de historiadores, filósofos y poetas antiguos con análisis de investigadores contemporáneos, para abordar los conflictos modernos y fomentar la paz, especialmente en contextos conflictivos, como el colombiano. Al combinar perspectivas antiguas con situaciones actuales, el libro ofrece una visión profunda de la paz desde múltiples disciplinas, como la filología clásica, la literatura, la filosofía y la historia, y subraya la relevancia continua de estas ideas para entender y resolver los desafíos actuales de la paz.

El impacto del libro trascendió fronteras y llevó a que varios investigadores colombianos fueran invitados a participar en el proyecto *Conflict Resolution through Classical Literature*, del King's College London. Financiado por el AHRC Research Networking, este proyecto organizó talleres en Bogotá, Londres y Manaos, los cuales sembraron las semillas para el desarrollo del proyecto *Irene* en la Universidad

de La Sabana. El objetivo principal consiste en contribuir a implementar la Cátedra de la Paz en las escuelas, mediante un plan curricular y un libro de trabajo centrado en la resolución de conflictos y la literatura clásica.



La perdurabilidad de la sabiduría clásica en la era moderna

La adaptación de estos clásicos al contexto colombiano, como lo demuestra el proyecto *Irene*, no solo promueve la valoración de una herencia cultural, sino que brinda herramientas prácticas para abordar los desafíos contemporáneos. La capacidad de extrapolar los valores fundamentales de la paz, el diálogo y la resolución de conflictos de las obras clásicas a la realidad colombiana es un recordatorio de la atemporalidad de la sabiduría contenida en estas obras maestras.

La trascendencia de la historia y la literatura, como faros en nuestro presente, encuentra una expresión única a través de los clásicos griegos y romanos en el contexto colombiano. Estas antiguas narrativas han demostrado ser más que simples relatos del pasado; son espejos que reflejan los dilemas humanos universales. La adaptabilidad de las lecciones de los clásicos a la realidad contemporánea de Colombia se convierte en un testimonio de la relevancia perdurable de estas obras. Los clásicos no solo proporcionan respuestas, sino que plantean preguntas esenciales sobre la condición humana, sirviendo como cimiento para la construcción de un tejido social más fuerte y armonioso. 

Contacta a nuestros investigadores

Los representantes de La Sabana en el proyecto *Irene* son: Ronald Forero, profesor (ronald.forero@unisabana.edu.co), y Jesús David Girado Sierra, decano de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas (jesus.girado@unisabana.edu.co).



Conoce más del proyecto *Irene*, haciendo clic aquí.

Terapia miofascial, una herramienta para combatir las enfermedades reumáticas





María Alejandra Sánchez, Margareth Alfonso y Adriana Castellanos, profesoras de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.

La Facultad de Enfermería y Rehabilitación, en un trabajo interdisciplinar con las facultades de Medicina e Ingeniería, realizó dos investigaciones que demuestran la eficacia de la inducción miofascial para la mejora de diferentes afectaciones, como las enfermedades reumáticas.

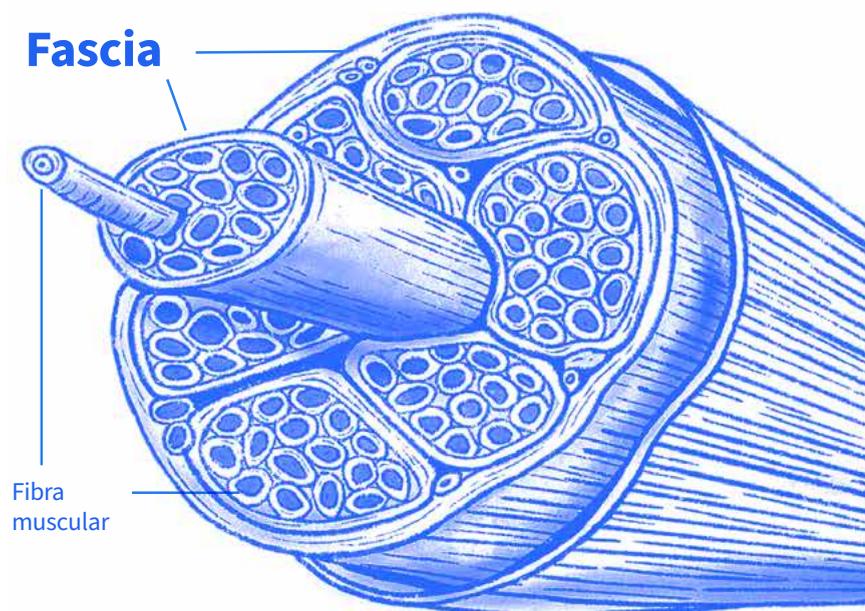
Hasta hace unos años, la fascia era considerada una clase de envoltura en la que los órganos y otras partes importantes del cuerpo se hallaban. Sin embargo, a lo largo del tiempo, se ha comprendido su importancia en sus relaciones estructurales, funcionales y hasta sociales, al punto en el que se advierte que cuidarla contribuye positivamente a los procesos relacionados con la salud física, emocional y social.

¿Qué es en realidad la fascia? “En el año 2017, la Sociedad de Investigación de la Fascia (Fascia Research Society) definió el sistema fascial como un *continuum* tridimensional de tejidos conectivos laxo y fibroso denso, ambos blandos que contienen colágeno, que se extiende por todo el cuerpo”, menciona María Alejandra Ángel Laguna, profesora de la Especialización en Terapia Manual Ortopédica de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.

Algunos elementos que incorpora la fascia son: tejido adiposo, ligamentos, membranas,

meninges, tendones, fascias viscerales y todos los tejidos conectivos intermusculares e intramusculares.

Desde el año 2012, la Facultad de Enfermería y Rehabilitación trabaja en la investigación e implementación de la terapia de manos cruzadas, un método creado por el profesor Andrzej Pilat y que se expone en el libro *Inducción Miofascial™: un abordaje anatómico al tratamiento de la disfunción fascial* (2023), en el cual arroja resultados esperanzadores con relación a las ciencias del dolor, la funcionalidad, la calidad de vida, la movilidad visceral, la restauración



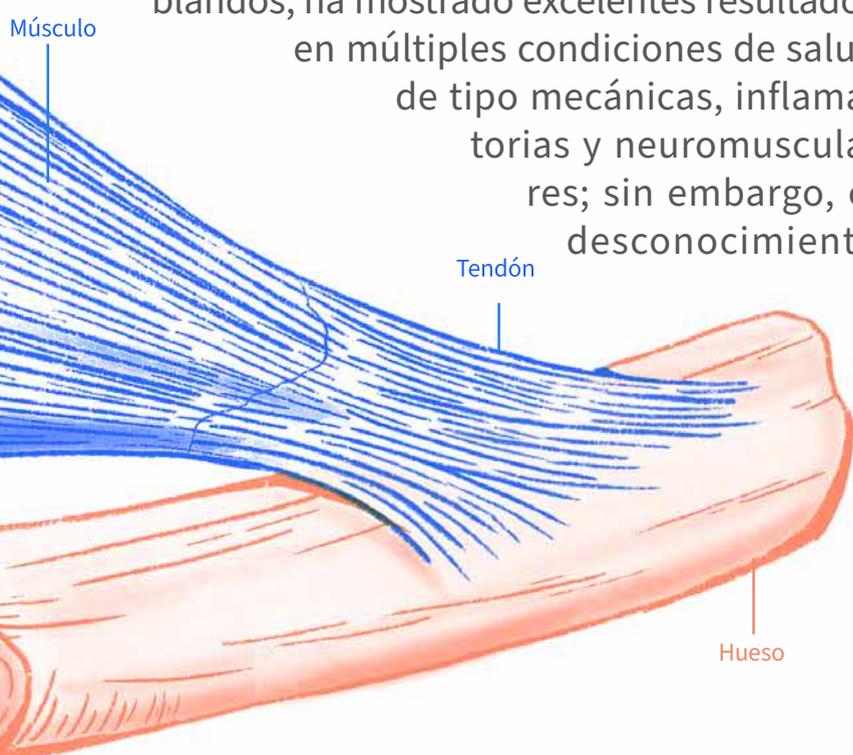


Luis Alfredo Paipa y Mauricio Agudelo Otálora, profesores de la Facultad de Ingeniería.

de patrones de movimiento, los estados inflamatorios y la gestión emocional.

La técnica aplicada por los expertos de la Universidad de La Sabana consiste en una terapia en la cual, a partir de presiones lentas, graduales y sostenidas, se buscan liberar las restricciones, los atrapamientos y entrecruzamientos del tejido miofascial. Los investigadores de La Sabana buscan que esta técnica se estandarice para que se aplique igual en todos los pacientes.

La profesora de Fisioterapia, María Alejandra Sánchez, explica por qué el estandarizar técnicas como esta mejoraría los índices de efectividad en el ejercicio del fisioterapeuta manual: "El método de inducción miofascial, como estrategia de manejo en los tejidos blandos, ha mostrado excelentes resultados en múltiples condiciones de salud de tipo mecánicas, inflamatorias y neuromusculares; sin embargo, el desconocimiento



de los parámetros exactos de aplicación ha limitado su reproducibilidad y aplicabilidad de una forma sistemática. Al optimizar estos procesos, cualquier fisioterapeuta con el entrenamiento adecuado podrá aplicar y prescribir esta técnica, minimizando el error de aplicación y potenciando la eficacia clínica del método".

Como parte de estas investigaciones, se publicó el artículo *Correlación entre la flexión de miembros superiores y la fuerza aplicada en la técnica manos cruzadas del método inducción miofascial*, con el objetivo de conocer cómo esta técnica es practicada por diferentes fisioterapeutas. "Se encontró que entre todos los fisioterapeutas hay una alta variabilidad en la aplicación de la técnica. También, hay variables más influyentes en los cambios del tejido, como la presión, la tracción y la temperatura. Cuando logremos estandarizar la técnica, se facilitará su aplicación", explica María Alejandra Sánchez.

Asimismo, se publicó el artículo *Efficacy of myofascial induction compared with its simulation on joint amplitude in people with axial spondylarthritis: Protocol of a randomized controlled clinical trial*, en el cual se ha demostrado la efectividad de las técnicas para el tratamiento de enfermedades reumáticas y, principalmente, de la espondiloartritis axial. Esta es una enfermedad inflamatoria reumá-

tica crónica que afecta al esqueleto axial, se caracteriza por la inflamación de distintas articulaciones y causa un dolor intenso, rigidez y fatiga; afecta principalmente a la columna vertebral y las articulaciones.

Al respecto, la profesora María Alejandra Sánchez, coautora del anterior estudio, explica por qué la fascia es un tejido fundamental en la rehabilitación de dichas enfermedades: "La fascia, como un sistema complejo, es protagonista de muchas de las condiciones de salud de tipo inflamatorio; afortunadamente, desde la fisioterapia estamos interesándonos más en este tejido".

Hoy sabemos, por ejemplo, que el sistema miofascial de la columna es un centro regulador de fuerzas y presiones que transmite eficientemente la carga del tronco a las extremidades y, cuando se presentan enfermedades como la espondiloartritis axial, la rigidez, el deslizamiento y el grosor fascial cambian, lo cual lleva a una alteración biomecánica de la columna, acentúa la sintomatología dolorosa y limita la contracción muscular eficiente.

Aunque la espondiloartritis no es una de las enfermedades reumáticas con mayor prevalencia en Colombia, es la que puede generar mayores limitaciones físicas y discapacidad; además, la terapia farmacológica es el tratamiento básico y la terapia física es un complemento indispensable. Para medir la efectividad de esta terapia, se realizó un ensayo clínico con 84 personas con diagnóstico de espondiloartritis axial, las cuales fueron asignadas aleatoriamente a grupos: el grupo

experimental o el grupo de control. El grupo experimental recibió inducción miofascial y el grupo de control se sometió a una simulación de la técnica. Ambos grupos tuvieron una sesión de examen y seis sesiones de intervención dos veces por semana, durante tres semanas. Se realizó un seguimiento inmediatamente después de la intervención y cuatro semanas después del tratamiento.

Los resultados demostraron que, a través de la inducción miofascial, se mejora la calidad de vida, se fomenta la independencia en las actividades de la vida diaria y se optimiza la movilidad de la columna vertebral. El grupo que recibió la técnica de inducción miofascial tuvo una mejoría sustancial en los desenlaces clínicos estudiados, sobre todo después de la intervención.

Las anteriores investigaciones no solo han logrado resultados clínicos, sino que han abierto un camino en la investigación no farmacológica de la enfermedad reumática, así como su relación con el tejido fascial. La fascia antes parecía ser un sistema invisible y hoy es considerado como un conector clave para el movimiento corporal, la salud y el bienestar en todas sus dimensiones.

Los investigadores del proyecto financiado por la Universidad fueron: Mauricio Agudelo Otálora y Luis Alfredo Paipa, de la Facultad de Ingeniería; Diego Alejandro Jaimes, de la Facultad de Medicina; María Alejandra Sánchez, Margareth Alfonso y Adriana Castellanos, de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación. 

Contacta a nuestros investigadores

Mauricio Agudelo Otálora (mauricio.agudelo@unisabana.edu.co) y Luis Alfredo Paipa (luis.paipa@unisabana.edu.co), de la Facultad de Ingeniería; María Alejandra Sánchez (maria.sanchez2@unisabana.edu.co), Margareth Alfonso (margareth.alfonso@unisabana.edu.co) y Adriana Castellanos (adriana.castellanos@unisabana.edu.co), de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.



Accede al artículo *Correlación entre la flexión de miembros superiores y la fuerza aplicada en la técnica manos cruzadas del método Inducción Miofascial.*



Accede al artículo *Efficacy of myofascial induction compared with its simulation on joint amplitude in people with axial spondylarthritis: Protocol of a randomized controlled clinical trial.*



Campus

Unisabana



Descarga la versión en PDF