



Campus[®]

Periódico Universidad de La Sabana Empleados

EL DESCANSO, TAN NECESARIO COMO EL TRABAJO

Pág. 2

Crédito de la fotografía: freepik.com

Más vale prevenir que curar y el descanso es una de las mejores medidas de prevención. Equilibrar las obligaciones y la responsabilidad de recuperar las fuerzas necesarias para seguir atendíendolas es un deber de cada uno. El cultivo de aficiones e intereses culturales enriquece la vida familiar, así lo señalan Wenceslao Vial y Carlos Aixelà en su texto *El alma baila: cansancio y descanso*.

Se aproxima nuestra semana de receso y *Campus periódico* trae una lista de opciones para que tu descanso y el de tu familia trasciendan el ocio y se conviertan en diversión y en una excelente oportunidad para renovar fuerzas. No te pierdas este especial.

Te invitamos a leer el texto completo: <https://goo.gl/ZGTFE9>

SER SABANA ES + 2

+ ACADEMIA 6

+ DOCENCIA 10

+ SOSTENIBILIDAD 10

+ FAMILIA 11

+ BIENESTAR 11



MISA EN LA FIESTA DE SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ DE BALAGUER
FECHA: MARTES 26 DE JUNIO
HORA: 12:20 P. M.
CONFESIONES: DESDE LAS 11:20 A. M



INTELIGENCIA EMOCIONAL EN MÁQUINAS: ¿EL SIGUIENTE PASO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL?
 Pág. 6

A trabajar con la pesca responsable

AL AÑO, SE PIERDEN 1.300 MILLONES DE TONELADAS DE ALIMENTOS

Hoy, 18 de junio, por segunda vez, la Organización de las Naciones Unidas celebra el Día Internacional de la Gastronomía Sostenible. La Universidad de La Sabana lleva a cabo proyectos que cubren los frentes de la sostenibilidad.



Hamburguesa de pez león, uno de los proyectos de Gastronomía.
 Pág. 10

¿SABÍAS QUE ESTA SEMANA SE CIERRAN LAS INSCRIPCIONES PARA LAS OLIMPIADAS DE EMPLEADOS 2018-1?



Pág. 13

El descanso, tan neces

¿Ya te programaste para la semana de receso?

¡Te damos algunas ideas!

1 No te pierdas el Mundial

Octavos de final

Sábado 30 de junio: 9:00 a. m. y 1:00 p. m.
 Domingo 1º de julio: 9:00 a. m. y 1:00 p. m.
 Lunes 2 de julio: 9:00 a. m. y 1:00 p. m.
 Martes 3 de julio: 9:00 a. m. y 1:00 p. m.

Cuartos de final

Viernes 6 de julio: 9:00 a. m. y 1:00 p. m.
 Sábado 7 de julio: 9:00 a. m. y 1:00 p. m.



2 Si quieres viajar, hay atractivos turísticos muy cerca de ti

- **Laguna de Guatavita** (Sesquilé): \$12.000.
- **Parque de aventura Guátika** (Tibasosa): \$25.000.
- **Pueblito Boyacense** (Duitama): \$1.000.
- **Bioparque Los Ocarros** (Villavicencio): \$12.000 (menores de 12 años) y \$15.000 (mayores de 12 años).
- **Parque Nacional del Chicamocha** (Santander): \$25.000.
- **Puente de Boyacá** (a 14 km de Tunja): entrada libre.
- **Pantano de Vargas** (Paipa): entrada libre.
- **El Infiernito** (Villa de Leyva): \$5.000.
- **Parque Nacional del Café** (Montenegro, Quindío): desde \$47.000.
- **Jardín Botánico del Quindío y Mariposario**: \$30.000.
- **Parque de aventura Macadamia** (La Mesa): \$41.000.
- **Finkana** (Zipaquirá): \$25.000.
- **Santuario de Flora y Fauna en el páramo de Iguaque**: \$17.000.
- **Jardín Botánico de Tabio**: entrada libre.



3 La historia y la cultura de Bogotá y sus alrededores al alcance de tu mano



- **Museo Interactivo Maloka**: \$25.000.
- **Museo del Oro**: \$3.000. Entrada libre los domingos.
- **Museo Nacional**: entrada libre a las salas de exposición permanente.
- **Museo de Arte Moderno de Bogotá**: \$4.000.
- **Museo de Historia Natural**: \$3.000.
- **Museo Militar de Colombia**: entrada libre.
- **Museo Botero**: entrada libre.
- **Planetario de Bogotá**: \$14.950.
- **Mirador de la Torre Colpatria**: \$5.000.
- **Monserate**: entrada libre a pie. Transporte en funicular o teleférico: \$20.000 (de lunes a sábado) y \$12.000 (domingos).
- **Mina de sal de Zipaquirá**: \$26.000.
- **Mina de sal de Nemocón**: \$26.000.



4 Empezar un "hobby" o emprender una nueva actividad cultural o deportiva es una buena opción

esario como el trabajo

5 Ve al cine



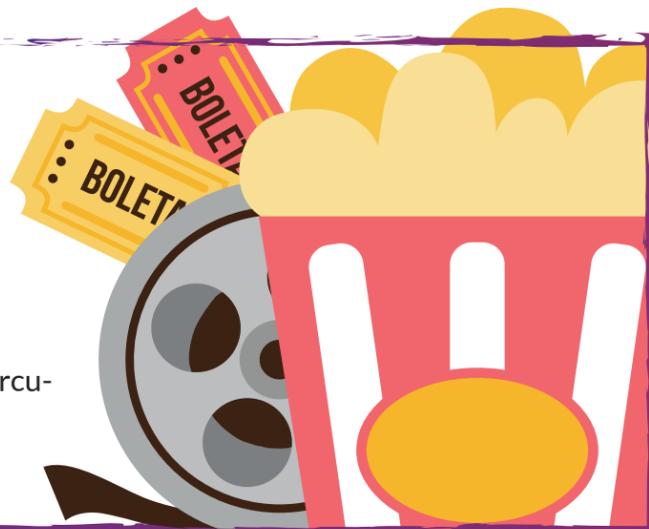
Películas recomendadas:

- "Los Increíbles 2".
- "Jurassic world. El reino caído".
- "El hombre hormiga y la avispa".

Prepárate para los lanzamientos:

"Hotel Transilvania 3", "Misión imposible: repercusión" y "Rascacielos: rescate en las alturas".

Precio promedio del combo por persona: \$18.000.



6 Actividades recreativas con tu familia



Disfruta los beneficios del convenio que tiene la Universidad con la caja de compensación:

- Tiqueteras: natación, gimnasio, turco y sauna.
- Deportes adicionales como básquet, bolos, fútbol y tenis, y parque de juegos para niños.

Más información

Contacto: Janeth Lucila Ortiz,
asesora de Compensar
Celular: 301 217 0346



7 Ve de "camping"

- Embalse del Neusa: \$5.000.
- Parque del Embalse del Sigga: entrada libre.
- Parque en el páramo de Chingaza: \$15.000 (mayores de 25 años) y \$9.500 (menores de 25 años).
- Parque Chicaque (San Antonio del Tequendama a 30 minutos de Bogotá): \$16.500.
- Parque La Chorrera en Choachí: \$4.000.
- El Tabacal en La Vega: \$4.000.



8 Comparte juegos de mesa en familia

- Jenga
- Damas chinas
- Monopolio
- Parqués
- Dominó
- Uno



9 Busca actividades espirituales o pastorales

Comunícate con la Capellanía o con tu parroquia

Carmen Cecilia Hernández
Ext.: 10095
carmen.hernandez@unisabana.edu.co

10 Lee

Consulta las lecturas recomendadas por la Biblioteca para la semana de receso (pág. 4).



Aprovecha los convenios de Fonsabana

- Parque Jaime Duque: \$24.000.
- Cine Colombia: \$7.600 (válido en todos los horarios de funciones 2D).
- Teatro Nacional La Castellana, Casa del Teatro y Teatro Nacional: \$36.000 (entrada general).
- Salitre Mágico: \$24.800 (pasaporte Extremo).
- Divercity: \$18.150.
- Pime Spa: \$68.000 (2 horas) y \$109.000 (3 horas).



Más información

Contacto: Sonia Pinzón Correa
Teléfono: 861 5555. Exts.: 31955 / 55830

LECTURAS SUGERIDAS PARA LAS VACACIONES



UN LIBRO DE UN LUGAR LEJANO

Título: *Pequeño país*
Autor: Gaël Faye
Código: PL 843.92 F283p

RESEÑA

“Gaël Faye (Burundi, 1982), hijo de padre francés y madre ruandesa, narra la historia de un niño de diez años, mulato como él mismo, que vive en Buyumbura una infancia feliz en compañía de sus padres y su hermana menor”.

Fuente: Troa Librerías



UN LIBRO POR EL MUNDIAL RUSIA 2018

Título: *Tres actos y dos partes*
Autor: Giorgio Faletti
Código: PL 853.91 F187t

RESEÑA

“Silvano Masoero, un viudo de 60 años, es utilero de un equipo de fútbol de segunda división que está a punto de subir a primera, en una ciudad provinciana de la Italia actual. Masoero ha estado en la cárcel por amañar combates para ganar dinero de apuestas”.

Fuente: Aceprensa



UN LIBRO DE OTROS TIEMPOS

Título: *Lágrimas en el mar*
Autora: Ruta Sepetys
Código: PL 813.6 S479l

RESEÑA

“Novela histórica que narra el hundimiento del barco Wilhelm Gustloff en 1945, en el que hubo 9.000 víctimas, así como la Operación Aníbal, que consiguió evacuar a casi dos millones de personas”.

Fuente: Troa Librerías



UN LIBRO LATINOAMERICANO

Título: *La noche de la Usina*
Autor: Eduardo Sacheri
Código: PL A 863.64 S121n

RESEÑA

“Premio Alfaguara de Novela 2016, se inicia en la última noche del año 1999, cuando los habitantes de O'Connor, pequeña localidad de la provincia de Buenos Aires, no encuentran motivos para celebrar el cambio de milenio, debido a la crisis económica que afecta al país”.

Fuente: Troa Librerías



UN LIBRO DE NUESTROS TIEMPOS

Título: *Una voz escondida*
Autora: Parinoush Saniee
Código: PL 891.5534 S227u

RESEÑA

“El protagonista, Shahab, es un niño que no habla, pero desde las primeras páginas algo nos hace entrever que no es mudo: no quiere hablar, porque algo le frena. Solo su madre sabe entenderle aunque no hable”.

Fuente: Troa Librerías



UN LIBRO DE HUMOR

Título: *El perfeccionista en la cocina*
Autor: Julian Barnes
Código: PL 823.914 B261p

RESEÑA

“El autor, perteneciente a la primera generación masculina occidental que se ha adentrado en la cocina de su vivienda para preparar comida con cierta asiduidad, narra su experiencia al respecto”.

Fuente: Troa Librerías



UN THRILLER DE MISTERIO

Título: *Una buena chica*
Autora: Mary Kubica
Código: PL 823.92 K95u

RESEÑA

“La novela arranca con la desaparición de una joven de 24 años, Mia Dennett (...) Investiga el caso el detective Gabe Hoffman (...) Está narrada a tres voces, la del secuestrador, la de la madre de Mia y la del investigador con estilo sencillo”.

Fuente: Troa Librerías



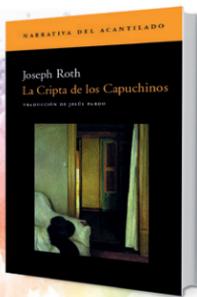
UN LIBRO JUVENIL

Título: *Los archivos secretos de la señora Basil E. Frankweiler*
Autora: E. L. Konigsburg
Código: PL 813.54 K82a

RESEÑA

“Título seleccionado con frecuencia entre los mejores libros infantiles norteamericanos (...) En Nueva York, Claudia Kincaid, de 12 años, y su hermano Jamie, de nueve, se escapan de casa para vivir unos días en el Museo Metropolitano de Arte”.

Fuente: Aceprensa



UN LIBRO CLÁSICO

Título: *La cripta de los capuchinos*
Autor: Joseph Roth
Código: PL 833.912 R845c

RESEÑA

“Novela de fondo histórico en la que el protagonista narra la honda huella que en su vida dejó la Primera Guerra Mundial. Educado en la Viena de Francisco José como un joven rico y ocioso, a su regreso del frente se ve pobre y desorientado”.

Fuente: Troa Librerías



UN LIBRO INFANTIL

Título: *Willy, el soñador*
Autor: Anthony Browne
Código: 823.91408 B882w

RESEÑA

Browne es un famoso ilustrador inglés que presenta en formato de libro-álbum historias sencillas, pero profundas (...) *Willy, el soñador* hace parte de una colección centrada en desarrollar a Willy, un chimpancé tímido, soñador y entretenido.

Fuente: Ángela Suárez, coordinadora de Promoción de Lectura



FIGURAS DEL FÚTBOL

Las más famosas figuras del fútbol ya son conocidas por casi la totalidad de los aficionados a este deporte. Cuando esas dos palabras, figura y fútbol, están cerca una de la otra, la primera evocación apunta a una “persona que destaca en una determinada actividad”¹; en este caso, el fútbol. Sin embargo, algunas de las figuras de las cuales trataremos aquí se refieren a la “forma del discurso que se aparta de la más habitual con fines expresivos o estilísticos” y también hacen parte de esta máquina que pareciera ser la que imaginó el físico Arquímedes, porque esta sí mueve el mundo: el fútbol.

Algunas personas supondrán que muchas de las palabras usadas en el fútbol apenas llevan un significado informal, que desaparece una vez estas dejan de escribirse o pronunciarse en ese contexto. No obstante, debido a la fuerza de esa palanca mundial que hace girar al planeta entero (mejor, a quienes lo habitan), no solo cada cuatro años, sino a diario, hasta en los platos de sopa se reflejan las jugadas que se transmiten por la televisión. Por ello, muchos términos futbolísticos aparecen oficialmente aceptados por la Real Academia Española con el significado propio que han adquirido en el mundo del fútbol.

Uno de estos vocablos es ariete: “Máquina militar que se empleaba antiguamente para batir puertas o murallas,

consistente en una viga larga y muy pesada, uno de cuyos extremos estaba reforzado con una pieza de hierro o bronce...”. Ahora, quizás por esa comparación de romper puertas o entradas también ha sido aceptada otra definición de esta palabra: “En el fútbol, delantero centro”.

A propósito de puerta o portería y de su cuidador, el portero, también los tres términos guardan, cada uno, el sentido que se entiende en los estadios de fútbol y frente a las pantallas de la televisión cuando se transmite este deporte: “En el juego del fútbol y otros semejantes, marco rectangular formado por dos postes y un larguero, por el cual ha de entrar el balón o la pelota para marcar tantos” (portería); y del portero se dice: “Jugador que en algunos deportes defiende de la portería de su bando”.

También el hincha, ese que hincha los balones en el Estadio Nacional de Montevideo, tanto de la selección de Uruguay como del Club Nacional, ya dejó de ser un inflador de esféricos: hincha hoy es “el partidario entusiasta... de un equipo deportivo”, que bien podría estallar si no modera su entusiasmo, sobre todo si atacan a sus admirados ídolos con una plancha, que en ese deporte es una “acción punible que consiste en adelantar la suela de la bota, generalmente en alto, con riesgo de lesionar a un contrario”, y no esa “pieza plana de poco grosor, generalmente de metal”.

La ingeniería también aporta con la palabra túnel: “Acción en la que se sortea a un contrario pasándole el balón entre las piernas”.

Desde otro enfoque y desde hace mucho tiempo, la presencia de la guerra sigue siendo la demostración de la ceguera indefinida de los hombres. Por eso, nada extraño es hallar en este simulacro amistoso, que es el fútbol, tantas palabras tomadas de las acciones bélicas: proyectil, torres, disparar, cañonero, ataque, defensa, misil, remate (“lanzar el balón contra la meta contraria”), rechazar, aplastar o arrasar (cuando hay goleada), muralla, zaguero (“jugador que forma la línea defensiva”), etc. Quizás, sea una manera de evocar una de las acciones ininterrumpidas desde que el ser humano vive en comunidad y de suplirla por un remedo de esta, en apariencia inofensivo: el fútbol.

La ingeniería también ha dado su aporte sin que se la mencione, porque tampoco la “vía subterránea abierta artificialmente para el paso de personas y vehículos” se entiende por estos días

como túnel, sino la “acción en la que se sortea a un contrario pasándole el balón entre las piernas”. Y el derbi ya no es “una famosa carrera de caballos”, sino un “encuentro, por lo común futbolístico, entre dos equipos cuyos seguidores mantienen constante rivalidad, casi siempre por motivos regionales o localistas”.

Cuando los ataques de los delanteros para marcar un gol en la portería del equipo de nuestras preferencias causan temor y mucha tensión, entonces la palabra cancerbero, que en la mitología griega aludía al perro de tres cabezas que guardaba la puerta de los infiernos, parece conservar alguna relación (por el terror) con otra de sus definiciones: “Portero (jugador que defiende la portería)”.

Así, de la historia, la mitología, la ingeniería, la guerra y hasta de la gastronomía (sobre todo cuando se comen un gol, porque lo tenían servido), procede una gran cantidad de vocablos que se han inscrito con un sentido preciso en estas ensoñaciones del balompié. Es muy posible que a esos millones de fanáticos les importen poco los significados de otros tiempos y, en general, de otros contextos. Por estos días, las adoraciones milenarias y las tradiciones remotas han quedado relegadas en los cinco continentes para que la invasión del proceder humano se someta a los dictámenes del fútbol. ¡Qué goleada!

Con vuestro permiso.

¹ Todas las definiciones incluidas aquí entre comillas han sido tomadas de la 23.ª edición del Diccionario de la Lengua Española (2018).

Porque cuando te gradúas sigues **siendo Sabana.**

Conéctate a **www.alumnisabana.com** e intégrate a tu propia red.

Postúlate a vacantes

Entérate

Haz networking

Infórmate

Comparte

Reencuétrate

Alumni Sabana
Siempre en Contacto

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN MÁQUINAS: ¿EL SIGUIENTE PASO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL?

Desde el 2013, algunas investigaciones plantean que en el futuro un celular, un electrodoméstico e, incluso, un robot podrán reconocer las emociones de su dueño y, con base en eso, reaccionar de forma coherente para otorgar un servicio o transmitir emocionalidad. ¿Qué avances hay hasta el momento en el reconocimiento facial y emocional, y cómo impacta esto en el mercadeo, la política y la seguridad?

Rana el Kaliouby, *chief science officer* y cofundadora de Affectiva, una iniciativa científica del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT), es una de las primeras investigadoras en hablar de inteligencia emocional en máquinas. Ha conseguido medir las tendencias expresivas de la población mundial a través de algoritmos de reconocimiento facial. La investigación ha identificado 12 mil millones de puntos de información emocional en el rostro humano en 2,9 millones de videos con voluntarios de 75 países.

Entre los resultados, se ha encontrado que en el Reino Unido las mujeres y los hombres son igualmente expresivos, mientras que en países como Estados Unidos y Francia las mujeres tienden a ser un 40% y un 25% más expresivas que los hombres, respectivamente.

Según la investigadora, busca implementarse este mismo algoritmo incluso en electrodomésticos y, actualmente, está siendo utilizado por más de 100 empresas globales para refinar su comprensión del consumidor en los procedimientos de mercadeo: “Esto es posible, ya que, dependiendo del estado de ánimo de las personas, sabemos cómo dirigir la publicidad y en qué momento”, asegura Andrés Venegas, profesor del área de *marketing* de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA).



Existen modelos de predicción electoral que rastrean palabras en línea, las clasifican como positivas, negativas o neutras y las asocian con emociones e intenciones de voto.

No obstante, ante la posibilidad de proyectos como este —que permiten concentrar datos y realimentaciones emocionales en tiempo real de experiencias y contenidos—, el profesor Venegas explica que es necesario, en primer lugar, una ética sólida, tanto en el gobierno como en las empresas, de tal manera que haya un buen

manejo de la información; en segundo lugar, que las políticas de privacidad sigan evolucionando en todo el mundo, como ha sucedido en Estados Unidos y en Europa, y como, por ejemplo, ya sucedió con los drones en Colombia.

De hecho, en el campo político, Venegas explica que ya existen modelos de

predicción electoral que rastrean palabras en línea, las clasifican como positivas, negativas o neutras y las asocian con emociones e intenciones de voto. Así mismo, en el campo de la seguridad, la iniciativa *big data* de Xinjiang, China, concentra datos de la población para identificar a individuos potencialmente criminales y ha diseñado gafas para los policías que permiten el reconocimiento facial de sospechosos e indocumentados en tiempo real.

Hoy, las compañías pioneras en algoritmos de reconocimiento facial, como Affectiva o Emotion Research Lab, calculan que este es el siguiente paso de la inteligencia artificial: implementar inteligencia emocional en máquinas.

“¿Te imaginas que tu refrigerador pudiera reconocer cuándo estás ansioso y se cerrara automáticamente para que no engordaras?”. Rana el Kaliouby, Ph. D. en Ciencias de la Computación.

“SEMINARIO PERMANENTE DE INGENIERÍA Y BIOCENCIAS”

La Facultad de Ingeniería invita a la comunidad universitaria a la charla “Simheuristics for production and distribution optimization problems”, dirigida por Jairo Rafael Montoya, doctor en Ingeniería Industrial por la Escuela Nacional Superior de Minas de Saint-Etienne (Francia), quien cuenta con un diploma posdoctoral de habilitación para dirigir investigaciones en logística e investigación operativa, otorgado por la Universidad Claude Bernard de Lyon y el INSA de Lyon (Francia). Además, es magister en Ingeniería Industrial y Administración del Instituto Politécnico de Grenoble (Francia) e ingeniero industrial de la Universidad del Norte (Barranquilla). También es profesor titular de la Universidad de La Sabana desde el 2013 y dirige el Doctorado en Logística y Gestión de Cadenas de Suministros.



Fecha: viernes 22 de junio
Hora: 11:00 a. m. - 12:00 m.
Lugar: Edificio A, salón 105

El “Seminario Permanente de Ingeniería y Biociencias” es un evento abierto para toda la comunidad universitaria.



El profesor Jairo Rafael Montoya dirige el Doctorado en Logística y Gestión de Cadenas de Suministros.

Dos proyectos con sello Sabana

EL TALENTO DE LA EICEA, PRESENTE EN LOS “CLADEA AWARDS 2018”

El 27 de agosto se llevarán a cabo los “Cladea Awards 2018”, una de las iniciativas de la presidencia del Consejo Latinoamericano de Escuelas de Administración (Cladea) para premiar los proyectos de innovación, emprendimiento y sostenibilidad de las instituciones pertenecientes a la organización.

La Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA) hace parte de los nominados con dos proyectos:

Proyecto: Happy Bags

Categoría: estudiantes-emprendimiento

Fruto de la asignatura Proyecto Empresarial y ganador de la “Expo Empresarial 2017-2”, *Happy Bags* es una organización productora y comercializadora de elementos que no son fabricados con plástico, sino “compostables”, comestibles y biodegradables en 100 días. Los estudiantes encargados de esta iniciativa son Carlos Augusto Brunal Milanés, Camila Eugenia Henao Alfonso, Natalia Martínez Morales, María

Mónica Rodríguez Amaya y Juan José Herrera, del programa de Administración de Empresas.

Proyecto: Metodología para integrar y mejorar la eficiencia productiva y ambiental en las organizaciones

Categoría: estudiantes-sostenibilidad

Este es el proyecto de tesis que adelanta el profesor Andrés Muñoz Villamizar, quien cursa el Doctorado en Ingeniería Aplicada en la Universidad de Navarra (España). Integra metodologías en *lean manufacturing* con enfoques *green* y herramientas de la industria 4.0, como la “sensorización” y monitorización. Propone una metodología para medir, controlar y mejorar simultáneamente la productividad y el desempeño ambiental de las empresas.



La Universidad de La Sabana estará presente en los “Cladea Awards 2018” con dos proyectos de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas.

¿TIENES UNA OFERTA LABORAL PARA UN ALUMNI SABANA?

Alumni Sabana
Siempre en Contacto

¿Sabías que el desempeño de la actividad de gestión y colocación de empleo sin previa autorización del Ministerio del Trabajo, ya sea como persona natural o jurídica, tiene como consecuencia una multa equivalente al monto de uno a cinco mil salarios mínimos legales vigentes? Esta podría ser una de las consecuencias que tendrías si no acudes a una bolsa de empleo suscrita al Servicio Público de Empleo.

Por medio de la Ley 1636 de 2013, se creó el Servicio Público de Empleo, una iniciativa del gobierno nacional, cuya función es organizar mejor el mercado laboral, facilitando el encuentro entre la oferta y la demanda.

Esta herramienta busca “garantizar el derecho al trabajo que tienen todos los colombianos, permitiéndoles acceder a las oportunidades laborales que hay en su ciudad y país”, explicó Miguel Camargo, contratista de la Subdirección de Promoción del Servicio Público de Empleo a Alumni Sabana en una entrevista por correo electrónico.

La publicación de vacantes a título personal o como empleador de la Universidad de La Sabana, a beneficio de esta, deberá efectuarse con base en lo siguiente:

Acudir a los prestadores autorizados del Servicio Público de Empleo para publicar las vacantes disponibles en la empresa, en este caso, la Bolsa de Empleo de la Universidad de La Sabana, a la cual puedes ingresar a través de la página web en la



El Servicio Público del Empleo, iniciativa del gobierno nacional, facilita el encuentro entre la oferta y la demanda.

El desempeño de la actividad de gestión y colocación de empleo sin previa autorización del Ministerio del Trabajo tiene como consecuencia una multa equivalente al monto de uno a cinco mil salarios mínimos legales vigentes.

sección “Alumni” o comunicándote al correo desarrolloprofesional@unisabana.edu.co

Redactar de forma adecuada la información referente a las vacantes: incluir los lineamientos, la reglamentación y el contenido mínimo previsto. Evitar incurrir en casos de discriminación.

Dar cumplimiento a la información publicada en el Servicio Público de Empleo: salario, tipo de contrato, experiencia y funciones del cargo.

El Servicio Público de Empleo autoriza la divulgación de vacantes únicamente por las bolsas de empleo, porque permiten orientar mejor la formación para el trabajo y las políticas públicas de educación. Por eso, como parte de la comunidad universitaria debe hacer uso de la Bolsa de Empleo de La Sabana.

Como empleado de La Sabana o persona natural, si quieres postular una vacante, recuerda que el único medio autorizado y que evitará consecuencias legales es la Bolsa de Empleo de la Universidad, suscrita al Servicio Público de Empleo. Así, tanto los graduados como otros profesionales, tendrán mayores oportunidades para acceder al mercado laboral en Colombia y podrán encontrar un trabajo, como asegura el Servicio Público de Empleo, sujeto a los principios de eficiencia, universalidad, igualdad, integralidad, confiabilidad, enfoque diferencial, con calidad y de libre escogencia.

LANZAMIENTO DE LA RED DE RECTORES, DIRECTIVOS, DOCENTES, COORDINADORES E INVESTIGADORES

El miércoles 6 de junio se realizó el lanzamiento de la Red de Rectores, Directivos, Docentes, Coordinadores e Investigadores, organizado por la Maestría en Dirección y Gestión de Instituciones Educativas en el Auditorio K1. Cerca de 50 coordinadores de la Secretaría de Educación de Bogotá y el Sindicato de Docentes Directivos de Colombia asistieron al evento.

La red es un proyecto respaldado por la Secretaría de Educación de Bogotá. El lanzamiento tuvo como objetivo dar a conocer tres propuestas sobre la red y los trabajos de investigación que hacen referencia a los nodos de la organización. “El propósito de la red es consolidarse como una comunidad práctica que proponga proyectos de innovación e investigación en pedagogía, desde la mirada del papel que caracteriza al coordinador para mejorar la calidad educativa”, afirmó Marisol Cajamarca, coordinadora de la Secretaría de Educación de Bogotá, quien pertenece al equipo dinamizador de la red.

La red está compuesta por cinco nodos que lidera un equipo dinamizador. Allí, se desenvuelven cuatro ejes principales que conectan los nodos: gestión del conocimiento; gestión de la interacción y la comunidad; gestión de la comunicación externa e interredes; y gestión administrativa.



Integrantes e invitados especiales de la Red de Rectores, Directivos, Docentes, Coordinadores e Investigadores durante el lanzamiento.

Estos ejes unirán y unificarán los cinco nodos de la red: Gestión de Comunidad y el Entorno; Dirección y Liderazgo Escolar; Gestión Pedagógica; Gestión del Conflicto Escolar; y *Ethos* del Directivo Docente Coordinador.

“El propósito de la red es consolidarse como una comunidad práctica que proponga proyectos de innovación e investigación en pedagogía”.

COLUMNA Columnista invitado

Por Gustavo Adolfo Riveros SÁCHICA, profesor del Instituto Forum

EL AMBIENTE COMPETITIVO ACTUAL EXIGE ESTRATEGIAS DE CLASE MUNDIAL

Por tradición, los emprendedores con habilidades técnicas asociadas al producto a ofrecer o al servicio a vender han dirigido las empresas colombianas. A ellos les tomó tiempo hacerse empresarios. Gracias a las condiciones de un mercado protegido y cerrado, desde mediados del siglo pasado hasta los años 90, consolidaron empresas que en la segunda década del siglo XXI poseen un espacio representativo en la economía nacional.

Como resultado de una fuerte corriente de globalización, que se inició en el mundo en la década de los años 70 del siglo XX y en Colombia se hizo realidad en la de los 90, en ese tiempo algunas empresas, otrora exitosas, fueron cerrando sus puertas: Ibérica, Cardenal, Telecom, Almacenes Ley, solo por mencionar unas pocas. A pesar de haber sido exitosas durante muchos años, les fue imposible competir en unas condiciones que, a todas luces, habían cambiado por múltiples circunstancias



Credito de la fotografía: freepik.com

“Colombia requiere contar con líderes y estrategias que puedan intervenir en la realidad del mercado de forma apropiada”.

La Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas dicta la Especialización en Gerencia Estratégica.

que confluyeron en el mercado y que impidieron su permanencia.

Para formar a algunos líderes actuales y futuros, son múltiples las preguntas que hoy debemos resolver: ¿qué competencias deben desarrollar los gerentes responsables de guiar a las empresas colombianas en un ambiente de complejidad creciente?, ¿cómo pueden comprender los líderes y directivos

empresariales del futuro, de manera apropiada y útil, el contexto en el que se desempeñan sus empresas y tomar las decisiones que aseguren la perdurabilidad?, ¿cuáles son las herramientas que requerirán para entender un contexto cada vez más competitivo? Sabemos que el pasado cada vez explica menos el futuro.

Estas y otras preguntas se constituyen en la fuente de investigación que desde la academia debemos seguir respondiendo. Debemos seguir construyendo técnicas, incorporando al saber gerencial conocimientos que desde otras disciplinas y saberes nos faciliten el desarrollo de un pensamiento estratégico. Colombia, país con una posición geoestratégica privilegiada, requiere contar con líderes y estrategias que puedan intervenir en la realidad del mercado de forma apropiada y diseñar e implementar estrategias y tácticas efectivas que aseguren márgenes de competitividad altos. Como consecuencia de ello, deben permitir la construcción de una base empresarial fuerte, perdurable y competitiva: esa ha sido, es y será nuestra misión como profesores y facilitadores en los próximos años.

Para profundizar en la gerencia estratégica puedes ingresar a: <https://bit.ly/2sB7kHE>

CAJICÁ, CHÍA, TABIO Y TOCANCIPÁ, JUNTOS EN EL ENCUENTRO DE LA RED DE LIDERAZGO JUVENIL

El viernes primero de junio, la Red de Liderazgo Juvenil celebró su último encuentro del 2018-1, en el que participaron todos los nodos de Sabana Centro: Cajicá, Chía, Tabio y Tocancipá, con el objetivo de realizar una jornada de integración con cerca de 300 estudiantes de colegios oficiales de los municipios.

Durante la jornada, los estudiantes aprendieron sobre resiliencia, asertividad, alegría, liderazgo, respeto, entre otros, lo cual les permitió establecer e identificar sus características individuales como líderes. Además, mediante obras de teatro, bailes y diversas actividades, promovieron el respeto y la igualdad.

Todos los nodos interactuaron con integrantes de otros colegios y compartieron sus experiencias en los encuentros de

la Red de Liderazgo Juvenil. Finalmente, los estudiantes se reunieron con sus tutores para agradecerles los esfuerzos y la dedicación en sus colegios y en las tareas asignadas. Resaltaron los lazos de amistad que han creado dentro de cada grupo.

Los estudiantes aprendieron sobre resiliencia, asertividad, alegría, liderazgo y respeto.



Integrantes de la Red de Liderazgo Juvenil durante el último encuentro del primer semestre del 2018.

¿QUIERES CREAR UNA *STARTUP*?

El término *startup* es una constante en el entorno empresarial, puesto que está relacionado con negocios emergentes e innovadores que son escalables rápida y fácilmente, gracias a la tecnología (Dorantes, 2017). En ese sentido, la temporalidad, la escalabilidad y el crecimiento son características de este tipo de empresas, las cuales suscitan un amplio interés en inversionistas y aceleradoras.

Sin embargo, el éxito de una *startup* no depende únicamente de lo original que esta sea. Existen recomendaciones para tener en cuenta a la hora de poner en marcha este tipo de negocios:

1. **Desarrollar un modelo de negocio efectivo:** deben desarrollarse estrategias comerciales que sirvan como base de los objetivos propuestos.
2. **Conocimiento básico de desarrollo web:** los conocimientos tecnológicos básicos son importantes para familiarizarse con los lenguajes de desarrollo web como HTML o CSS.
3. **Contabilidad:** saber hacer seguimiento al dinero de la empresa es importante para manejar la nómina, el rastreo de ventas, la conciliación de pagos, el análisis de rentabilidad, entre otros.
4. **Pensamiento crítico:** saber tomar decisiones es uno de los aspectos más relevantes a la hora de crear empresa.
5. **Liderazgo y habilidades de gestión para mantener motivado al equipo de trabajo:** la comunicación asertiva y saber delegar funciones son importantes para el buen funcionamiento del negocio.



La temporalidad, la escalabilidad y el crecimiento son características de las *startups*.

Diego Peñuela, CTO de BackStartUp —compañía que se encarga de manejar la contabilidad y los asuntos legales de nuevos negocios—, quien fue invitado a la “V Semana de Innovación y Emprendimiento” de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas

(EICEA), afirmó que una de las oportunidades para el éxito de una *startup* es la metodología *customer development*, que basa todo su potencial en descubrir el verdadero mercado para la empresa y el producto, apostando por descubrir y aprender de los propios clientes, a lo largo de su desarrollo

“Todo cliente tiene un problema y todo problema tiene una solución”.

(Sánchez, 2016). Esta herramienta consiste en cuatro fases:

1. *Customer discovery:* averiguar si hay potenciales clientes para el producto que se tiene en mente.
2. *Customer validation:* encontrar un grupo de personas o empresas que quiera comprar el producto o servicio. Se crea un mapa de ruta de ventas repetible para los departamentos de *marketing* y ventas.
3. *Customer creation:* crear demanda del usuario e impulsarla hacia el canal de ventas de la empresa. Las estrategias dependerán del mercado y del tipo de negocio.
4. *Company building:* es la transición entre la empresa informal y orientada al cliente a la empresa estructurada por departamentos.

Actualmente, el apoyo a estas iniciativas empresariales es cada vez más notorio. Bancos, aceleradoras, sociedades financieras, entre otros tipos de inversionistas, ven en estos emprendimientos una oportunidad de crecimiento económico, puesto que, como afirma Peñuela: “Todo cliente tiene un problema y todo problema tiene una solución”.

Referencias

- Dorantes, R. (2017). ¿Qué es una *startup*? Recuperado de <https://goo.gl/tb3b14>
- Mashable Deals. (2018). *Master these 5 skills if you want to launch your own startup*. Recuperado de <https://goo.gl/CvFqGX>
- Sánchez, X. (2016). *Aprende a crear tu negocio con customer development*. Recuperado de <https://goo.gl/Q7ZmYa>

John Elliot, invitado de la Maestría en Pedagogía

“EL PROFESOR DEBE SER NEUTRAL EN EL SALÓN DE CLASE”

Del 5 al 9 de junio, el doctor John Elliott, profesor emérito de educación y aprendizaje permanente de la Universidad East Anglia (Reino Unido), fue el profesor visitante internacional de la Maestría en Pedagogía, espacio en el que realizó jornadas de trabajo con docentes y estudiantes del programa.

La importancia de la interacción entre el profesor y el estudiante fue el eje central de varias de las intervenciones del doctor Elliott. Destacó que para permitir que el estudiante se interese por el saber del profesor y no se limite a escuchar lo que este expone es fundamental crear espacios en los que las ideas se confronten y se cree conocimiento. “Las personas tienen derecho a no estar de acuerdo dentro de una sociedad liberal democrática; entonces, el profesor debe ser neutral en el salón de clase. No debe usar el aula como una plataforma para hablar de sus opiniones”, aseguró.

El papel que cumple el profesor en el aula es muy importante. Por eso, el doctor Elliott aconseja que debe ser neutro para explicar todos los puntos de vista que puede obtener de una sola idea: “El profesor debería explicar los puntos de vista. Su autoridad no le impide dar al

estudiante un punto de vista despojado de emociones. Tiene la responsabilidad con los estándares de la educación para soportar la opinión del estudiante; pero no tiene que dar una opinión, sino pedirle al estudiante que soporte con evidencias su punto de vista”.

La conferencia final, que se realizó el sábado 9 de junio en el Auditorio K1, contó con la asistencia de cerca de 200 estudiantes de la Maestría en Pedagogía. Además, se transmitió por *streaming* para los estudiantes del programa en extensión en La Guajira.



De izquierda a derecha: Gabriela Atehortúa, profesora de la Facultad de Educación; el doctor John Elliott, profesor emérito de educación y aprendizaje permanente; Jhon Alba, director de la Maestría en Pedagogía; y Yady González, profesora de la Facultad de Educación.

LA SABANA PRESENTE

Del 3 al 6 de junio, Carlos Manuel Jiménez, profesor del Departamento de Negociación y Comercio Internacional de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA), fue ponente en la “Regional Studies Association Annual Conference”, en Lugano (Suiza), en la cual se abordó el tema *A world of flows: labour mobility, capital and knowledge in an age of global reversal and regional revival*. La ponencia del profesor fue *Territorial association: public or private a provincial comparative analysis of Bogota’s metropolitan area governance*.



El profesor Carlos Jiménez estuvo en Lugano (Suiza) para participar en la “Regional Studies Association Annual Conference”.



El primero de junio, Elyn Solano, directora de Profesores e Investigación de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA), participó en el encuentro regional “Cuarta revolución industrial: retos de la ingeniería industrial”, organizado por la Universidad del Valle, sede Zarzal (Valle del Cauca). Su ponencia se tituló *De las industrias 4.0 a la logística 4.0: oportunidades y retos*.

La doctora Elyn Solano, directora de Profesores e Investigación de la EICEA, fue ponente en el encuentro regional “Cuarta revolución industrial: retos de la ingeniería industrial”.

A trabajar con la pesca responsable

AL AÑO, SE PIERDEN 1.300 MILLONES DE TONELADAS DE ALIMENTOS

Hoy, 18 de junio, por segunda vez, la Organización de las Naciones Unidas celebra el Día Internacional de la Gastronomía Sostenible, cuyo propósito es promover hábitos de producción, preparación y consumo de alimentos más inofensivos con el medio ambiente y con las tradiciones locales, de tal manera que se reduzca el desperdicio de recursos, trabajo y capital.

En cuanto a los desperdicios en el mundo, la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) reporta que al año se pierden, aproximadamente, 1.300 millones de toneladas de alimentos para el consumo humano. Además, en su grupo *commodity*, del 100% que se produce, las raíces, los tubérculos, las frutas y los vegetales son los productos que más se pierden.

Para atender esta y otras problemáticas, el programa de Gastronomía de la Universidad de La Sabana lleva a cabo proyectos que cubren los frentes de la sostenibilidad. En cuanto al proyecto de currículo, Daniel Prada, director de programa, explica: “La sostenibilidad no puede estar desligada de los elementos formativos de la

gastronomía. Por ello, el enfoque del programa incluye los componentes ecológico y económico dentro de las competencias que se imparten en los campos gastronómico y administrativo, desde cómo se obtiene la materia prima hasta cómo debe manejarse lo financiero”.

El programa cuenta con el apoyo de MarViva, una organización no gubernamental dedicada a trabajar por la pesca responsable. Su director dice: “Con MarViva estamos avanzando en un proyecto para certificar a restaurantes en pesca responsable; además, estimulamos el conocimiento de los ciclos reproductivos de las especies marinas: nos apoyamos en nuestros maestros, en los talleres realizados con MarViva y en su *app* de pesca responsable, la cual

sirve como ‘semáforo’ de la situación ecológica de cada especie”.

En esta misma línea, la investigadora Annamaria Filomena Ambrosio, profesora del área de Ciencia y Cultura de la Alimentación de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA), trabaja, junto con otros profesores y estudiantes, en la creación de preparaciones que hagan atractivo, rentable y saludable el consumo de la carne del pez león, una especie invasora que no tiene depredador en el mar Caribe colombiano.

Hasta el momento, han creado hamburguesas *gourmet* y *dips*, y han implementado un método con tecnología de ultrasonido que permite ahorrar un tercio de la cantidad

de agua que normalmente se gasta en los procedimientos de lavado común de la carne de este pez.

Según el Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible, por cada pez león que se consume, se salvan 34.164 peces y 6.132 crustáceos. Junto a Colombia, otros 30 países luchan contra la multiplicación de esta especie.

Como complemento de estos logros, según Daniel Prada, el programa de Gastronomía realizará, como de costumbre, el concurso “Colombia cocina su historia” durante el segundo semestre de este año. Con este, se busca estimular a los estudiantes del programa a proponer iniciativas sostenibles e innovadoras para la cultura gastronómica nacional.





LOS DESAFÍOS DE LA FAMILIA EN LA ERA DIGITAL

Uno de los grandes retos que afrontamos los padres de familia es la urgente necesidad de educar a los infantes para el uso seguro, responsable y constructivo de los entornos digitales. No es una tarea sencilla, mucho menos cuando a nosotros mismos nos cuesta su manejo. Existe una brecha digital y creemos que los menores de edad vienen con un “chip tecnológico” que los hace especiales. Por ello, vale la pena recordar el papel educativo de la familia, la realidad de los “huérfanos digitales” y algunos aspectos favorables y desfavorables del entorno digital:

La familia, educadora natural

Recordemos siempre que la familia es la educadora natural y primaria de la persona humana. Los padres son los responsables de llevar a cabo ese deber. Está claro que no sabemos todo, pero tenemos la obligación de formarnos, aprender, buscar ayuda, apoyarnos en el colegio —cuyo proyecto educativo institucional debe ser afín al proyecto educativo familiar— y estar atentos a las necesidades no solo materiales, sino también emocionales de nuestros hijos. Si no educamos a nuestros hijos, otros lo harán. Y los riesgos son muy altos.

De nativos a huérfanos digitales

“Las nuevas generaciones son denominadas nativos digitales, *net-generation* o generación *net*. Pero de todas formas requieren guía” (Díaz-Bohórquez, 2018). Por tanto, debemos tener en cuenta que no por nacer y desarrollarse dentro de un entorno digital los infantes son competentes para el uso seguro, responsable y constructivo de todo ese nuevo tecnosistema. Como mencionan Gardner y Davis (2013), hoy son más dependientes que competentes para el uso de la tecnología y esto viene alterando la identidad, intimidad y creatividad de los infantes y adolescentes.

Sin embargo, muchos padres de familia les hemos delegado la función educativa a las “niñeras digitales” (pantallas, contenidos, redes, consolas, móviles), con lo cual se crían huérfanos digitales y generan muchos vacíos emocionales y psicológicos. Cuando los descubrimos, no somos capaces de reconocerlos como omisiones de nuestra parte, sino que de inmediato satanizamos la tecnología.

Beneficios y riesgos del universo digital

No podemos desconocer los grandes beneficios que han traído la web, las nuevas plataformas y las redes sociales. Información, interacción, comunicación

y participación son solo algunas de las ventajas que nos ofrecen. Sin embargo, también debemos conocer que existen riesgos: pornografía infantil en línea (un negocio muy lucrativo), *grooming* (actividad en la cual un adulto se hace pasar por un menor de edad para engañar a un infante y obtener material y favores sexuales), *sexting* (práctica en la cual dos personas intercambian mensajes de texto, imágenes eróticas o sexuales), ciberacoso, entre otros, que han prendido las alarmas de padres de familia, educadores y autoridades.

En el caso de los videojuegos, aunque su realismo facilita el desarrollo de estrategias, la superación de desafíos y la sana competencia, la ausencia de normas (tipo de videojuegos, horarios, prioridades) ha llevado a que muchos adolescentes sufran de obesidad, inactividad social, pérdida de rendimiento académico, entre otros efectos que pueden prevenirse con atención.

Por otra parte, los celulares, los cuales nos facilitan la vida, también se han convertido en objetos de deseo y estatus. Hoy, los menores de edad son quienes más piden uno y muchos padres de familia no saben qué hacer. Antes de comprarle un celular a su hijo, debe estar claro para qué lo necesita, el nivel de

responsabilidad y el tipo de celular que es pertinente.

Planes de acción

Para no ser testigos del desarrollo de una generación de “huérfanos digitales”, es necesario seguir pautas generales para enfrentar los desafíos de la familia en esta era (Díaz-Bohórquez, 2018):

- La familia debe formarse para cumplir su fin educativo y dar ejemplo.
- Debemos ser críticos de lo que se ve, oye, navega y juega.
- Es mejor enseñar que prohibir.
- Hay que vivir grandes tiempos de familia. La tecnología no debe ser un escondite por falta de afecto.
- Las pantallas no son las “niñeras digitales”.
- Deben formarse personalidades fuertes y consistentes.

Finalmente, recordemos que la tecnología jamás reemplazará al otro, a la sensibilidad por las necesidades de los demás, al amor por la naturaleza, a los sentimientos ni al amor. Que eso prevalezca siempre.

Referencias

- Díaz-Bohórquez, J. C. (2018). *Los desafíos de la familia en la era digital*. Chía: Universidad de La Sabana.
- Gardner, H., y Davis, K. (2013). *La generación APP*. Madrid: Paidós.



RUBÉN DARIÓ MELLIZO CORTÉS CONDUCTOR DEL RECTOR SERVISABANA 30 AÑOS DE SERVICIOS PRESTADOS

“Quiero comenzar dando infinitas gracias a Dios y a la Virgen Santísima por la oportunidad y fortuna que tuve al vincularme con la Universidad. Son para mí 30 cortos años, porque cuando se trabaja con amor, compromiso y dedicación, el tiempo

pasa muy rápido; 30 años en los que aprendí a servir con responsabilidad y cariño, a valorar y tener un mejor trato con cada una de las personas con las que comparto esta maravillosa experiencia laboral.

Vienen a mi memoria muchos momentos importantes del inicio de la Universidad hasta lo que es hoy nuestro campus. Recuerdo a doña Nina y a su hijo Guillermo, quienes vivían en la Casa del Lago; a don Luis Lozano y su familia, en la Casa del Bosque, encargados del cuidado y las labores de lo que en su época se conocía como la Finca Bella Colombia. Recuerdo que algunas veces traje al doctor Octavio Arizmendi Posada, rector de la época (1988), cuando estaba en la búsqueda y negociación de este lugar. A él le gustaba remar por el lago en una lanchita.

Meses más tarde, vi cómo empezaba a ser realidad el sueño de trasladar la Universidad de la sede de Quinta Camacho a este bello campus, iniciando con las facultades de Comunicación y Derecho y Ciencias Políticas. Recuerdo los patos y gansos que andaban por el campus y hasta al burrito Parmenio, que remolcaba la carreta en la que se hacían

los traslados internos y la recolección de pastos y de basura.

Vi armar el Puente Rojo y, luego, el Puente de Madera. También vi la remodelación de la Casa de Gobierno, El Mesón y los vestíbulos, y cada una de las adecuaciones que se hicieron y hacen para lograr que la Universidad día tras día sea un lugar excelente para todos. Son muchos los recuerdos que llevo, incluida la construcción del nuevo Edificio Ad Portas, nunca imaginado por mí.

Recuerdo que la mañana del 25 de abril del 2011 pasaba por el Puente de Madera y fui testigo impotente de cómo se rompía el jarillón y empezaba a meterse silencioso el río Bogotá. Dos horas más tarde, vimos con mucha tristeza cómo se inundaba nuestra Universidad. Fue muy duro y triste, pero, gracias a Dios y al gran número de personas generosas y comprometidas lideradas por el doctor Obdulio Velásquez Posada y don Helberth Tarazona, en muy poco tiempo estábamos de regreso a la Universidad.

Después de este recuento de lo que ha sido mi vida en La Sabana y debido a que se acerca mi tiempo de pensión, quiero

expresar mis agradecimientos al doctor Obdulio Velásquez Posada y a los miembros del Consejo Superior por la confianza que depositaron en mí durante estos años; a los doctores Álvaro Mendoza, Javier Mojica, Rafael González, Ismael Cuéllar y Laura Elvira Posada; a mis jefes inmediatos: don Helberth Tarazona, Rafael Leuro y Mauricio Pérez, y a sus colaboradores. A todos ellos, gracias por el apoyo incondicional que siempre me brindaron.

Mi agradecimiento también va a los doctores Octavio Arizmendi Posada (q. e. p. d.) y Jaime Puerta (q. e. p. d.), a los Padres Ignacio Gómez, Mario Villa, Germán Arbeláez (q. e. p. d.) por sus consejos y apoyo espiritual; a los decanos, directores y secretarías de todas las facultades e institutos por su amabilidad y gratitud; a los directivos y al personal de Inalde, de la Clínica, la sede calle 80, Fonsabana, a mis compañeros del diario vivir, a directivos y guardas de seguridad de la empresa Sovip y a las personas de Servicios Generales. Sigamos con dedicación y compromiso con la Institución por el bien ser y el bien estar. A todos, un fuerte abrazo. Les digo con total convicción que Ser Sabana vale la pena”.



**MARÍA JUDITH MELO CEPEDA
GESTOR DE SERVICIOS
CONTACT CENTER
30 AÑOS DE SERVICIOS PRESTADOS**

“Doy gracias a Dios por mi vida, salud, familia y trabajo. Han pasado 30 años y, a lo largo de este camino, he tenido emociones que han llenado mi vida de satisfacciones y otras que me han dejado una enseñanza, entre ellas, que la foto de mi padre forme parte del libro de los 20 años de la Universidad; esto es para mí motivo de orgullo. Pero también viví la impotencia ante los desastres de la naturaleza cuando tuve que ingresar al campus en lancha; ese sentimiento de dolor dejó huella.

Hoy, mirando adelante, doy gracias a Dios por las personas que me han

acompañado en este tiempo, entre ellas, mi esposo, mis hijos, mis nietas y la doctora Martha Izquierdo, quien fue mi primera jefa y a quien recuerdo con mucho aprecio y respeto. También doy un agradecimiento a los directivos de la Facultad de Medicina, profesores y compañeras, con quienes compartí casi 20 años, porque de todos ellos aprendí. Con su ejemplo y exigencia, me apoyaron para desarrollar mis tareas con amor y entrega.

Por otra parte, la experiencia en el proyecto SIGA no la olvidaré jamás, porque aprendí mucho y descubrí que tengo

capacidades y habilidades en tareas que nunca imaginé llegar a realizar. Por los momentos que vivimos en esa etapa con el grupo, fue un trabajo recio, pero quedamos con la satisfacción de que hicimos las cosas bien; esto seguramente me servirá para mi vida profesional. Me siento orgullosa de pertenecer a esta Institución y le pido a Dios que me conceda la oportunidad de continuar caminando por el campus con la frente en alto y la satisfacción del deber cumplido, pensando siempre que Ser Sabana vale la pena”.

CONOCE LA COMPATIBILIDAD DE TU GRUPO SANGUÍNEO



¿Sabes cómo se identifica el grupo sanguíneo y qué sucede cuando recibes sangre que no corresponde con la tuya? El Comité de Transfusiones de la Clínica Universidad de La Sabana te brinda esta información: la sangre está compuesta por glóbulos rojos, plasma y plaquetas, y puede clasificarse según el grupo sanguíneo, el cual se determina a través de las moléculas ubicadas en las membranas de los glóbulos rojos. Dependiendo del tipo de molécula que expresa este es A, B o AB. Cuando no se expresa ningún tipo, se conoce como O.

El Rh es una proteína ubicada en la superficie de los glóbulos rojos. Una persona con Rh positivo puede recibir glóbulos rojos con Rh positivo y negativo. En cambio, una persona con Rh negativo solo puede recibir negativo.

Cuando se transfunde a una persona un tipo de sangre que no es compatible, los anticuerpos presentes en el plasma activarán una respuesta inmune contra los glóbulos rojos, ocasionando que estos se rompan (hemólisis), lo cual puede causar fallas renales o, incluso, la muerte. El único tipo de sangre que no genera incompatibilidad es el O negativo (cuando se transfunden glóbulos rojos), ya que no se crean anticuerpos contra este grupo sanguíneo. Solo 6% de la población posee este tipo de sangre; por tanto, es muy escaso en los bancos de sangre. La Clínica Universidad de La Sabana te invita a donar y contribuir a salvar a cientos de personas que cada día requieren una transfusión.

COMPATIBILIDAD SANGUÍNEA		
Tipo	Dona a...	Recibe de...
A+	A+, AB+	O+, O-, A+, A-
A-	A+, A-, AB+, AB-	A-, O-
B+	B+, AB+	B+, B-, O+, O-
B-	B+, B-, AB+, AB-	B-, O-
AB+	AB+	Todos
AB-	AB+, AB-	A-, B-, AB-, O-
O+	A+, B+, AB+, O+	O+, O-
O-	Todos	O-



APROVECHA LOS DESCUENTOS DEL PROGRAMA PERSONA MAYOR



Compensar recuerda a sus afiliados mayores de 60 años que cuentan con programas de recreación y pueden acceder a estos con el 50% de descuento. Los programas son:

- Activa tu vida (sede de la autopista Sur).
- Dinamiza tu mente (sedes Suba con carrera 90 y Passus).
- Estilo vital (sedes Chía y Cajicá).

Consulta las condiciones: www.compensar.com/culturayrecreacion

Más información

Contacto: Janeth Lucila Ortiz, asesora de Compensar • **Celular:** 301 217 0346



Credito de la fotografia: freepik.com

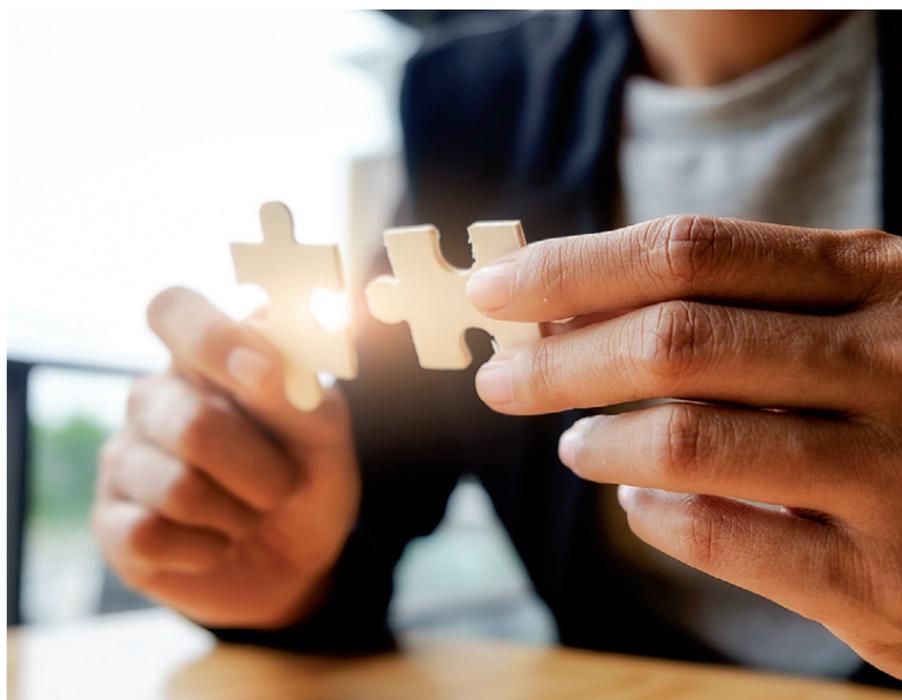
¿QUÉ ESTÁS HACIENDO PARA EVITAR UNA DEMENCIA EN EDADES AVANZADAS?

Desde el manejo de tus emociones hasta lo que comes y bebes son factores que influyen en la prevención de demencias. No obstante, dentro de los varios tipos de demencias, entre ellos el Alzheimer frontotemporal y las asociadas a la enfermedad de Parkinson, las que con mayor probabilidad un individuo puede prevenir son las vasculares, es decir, aquellas que se dan por obstrucción en la irrigación sanguínea del cerebro.

“Los primeros signos de trastornos neurocognitivos (demencias) pueden ser difíciles de detectar; sin embargo, pueden estar relacionados con dificultades en el lenguaje, pérdidas significativas de la memoria reciente, desorientación del tiempo y de espacio, dificultad en la toma de decisiones, desmotivación, alteraciones del sueño y descuido en la higiene”, dice la enfermera Paola Sarmiento, profesora del área de Salud Mental de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.

Según la neuróloga Cheryl Eneyda Jiménez, de la Clínica Universidad de La Sabana, cuando consumimos en exceso alimentos de alto valor energético, como grasas y azúcares, aumentamos el riesgo de sufrir enfermedades vasculares como la hipertensión arterial, la diabetes y la dislipidemia, que pueden favorecer la aparición de lesiones neurovasculares y, luego, el desarrollo de una demencia.

Por otra parte, se ha demostrado que el tabaquismo, la obesidad y el consumo de alcohol o de sustancias psicoactivas están directamente asociados al riesgo de sufrir demencia. “El consumo de alcohol en exceso daña las neuronas, afecta sus



Enfermedades mentales como la depresión, la ansiedad, el trastorno bipolar y la esquizofrenia podrían aumentar el riesgo de padecer una demencia.

“El consumo de alcohol en exceso daña las neuronas, afecta sus conexiones y deteriora la función cerebral”.

conexiones y deteriora la función cerebral”, explica la neuróloga; esto se asocia también a una reducción en el tamaño del cerebro (atrofia cerebral), daños en la velocidad de procesamiento de la información y hemorragia intracraneana.

Cuando el consumo de alcohol afecta la función hepática, que filtra sustancias tóxicas (amonio), estas pueden llegar al cerebro causando encefalopatía, “que es una de las condiciones neurológicas más delicadas”, asegura la doctora Cheryl.

Así mismo, se ha encontrado que enfermedades mentales como la depresión, la ansiedad, el trastorno bipolar y la esquizofrenia podrían aumentar el riesgo de padecer una demencia. “De allí que, además del control de factores de riesgo vasculares o físicos, cada día sea más importante prestar atención a la salud mental”, expone la doctora.

Para mantener la salud mental a lo largo del tiempo, el psiquiatra Álvaro Romero Tapia, decano de la Facultad de Medicina, recomienda llevar un estilo de vida equilibrado que incluya ejercicio físico, dieta saludable (baja en grasas saturadas, azúcares refinadas y sodio, y rica en verduras, vitaminas y ácidos grasos insaturados), actividad intelectual permanente, desarrollo de la dimensión trascendente y, de acuerdo con varios estudios, un relacionamiento social y familiar muy activo.

La doctora Cheryl menciona que las “grasas buenas”, que son las insaturadas —por ejemplo, omega 3, salmón, frutos secos, coco, aguacate, aceites de semillas de girasol o soya—, en cantidades moderadas ejercen un factor protector. Según la experta, estos alimentos pueden mejorar las capacidades antioxidantes neuronales y promover la producción de mielina, capa que recubre las neuronas.

La doctora indica que el ejercicio no solo debe ser físico, sino también intelectual, porque esto mejora las redes neuronales e incluso puede crearlas, lo cual disminuye el riesgo de demencia. “Lo que no se usa, se oxida: debemos ver qué tanto estudiamos y aprendemos (no solo académicamente), y qué tanto leemos”, dice.

¿SABÍAS QUE ESTA SEMANA SE CIERRAN LAS INSCRIPCIONES PARA LAS OLIMPIADAS DE EMPLEADOS 2018-1?

Cierre de inscripciones: **jueves 21 de junio** • Recepción de inscripciones: **Bienestar Universitario, Edificio 0**



DEPORTES

- **Fútbol-tenis masculino**
Equipo de dos personas / \$22.000
- **Fútbol 7 masculino y femenino**
Equipo de 10 personas / \$39.000
- **Futsal masculino**
Equipo de 8 personas / \$39.000
- **Tenis de mesa masculino y femenino**
\$12.000 por persona
- **Minitejo masculino y femenino**
Equipo de 3 personas / \$22.000
- **Tenis de campo masculino y femenino**
\$12.000 por persona
- **Voleibol mixto**
Equipo de 9 personas / \$39.000
- **Ajedrez mixto**
\$12.000 por persona
- **Natación masculina y femenina**
\$12.000 por persona
- **Baloncesto mixto**
Equipo de 8 personas / \$39.000
- **Rana femenina**
Equipo de 2 personas / \$22.000
- **Canotaje masculino**
\$12.000 por persona
- **Karts mixtos**
Equipo de 4 personas / \$39.000
- **Bolos mixtos**
Equipo de 4 personas / \$39.000
- **Karts mixtos**
14 de julio. Cupo limitado (20 equipos)
- **Bolos mixtos**
28 de julio. Cupo limitado (24 equipos)

REALIZACIÓN:
DEL 10 DE JULIO
AL 4 DE AGOSTO

Proceso de inscripción

1. Reclamar la plantilla de inscripción y el formato de pago en Bienestar Universitario.
2. Realizar el pago de la inscripción en Tesorería, presentando el formato de pago.
3. Entregar la planilla de inscripción diligenciada en Bienestar Universitario con el recibo de pago entregado por Tesorería.

Más información

Correos electrónicos:
jorge.ruge@unisabana.edu.co - gustavo.ramirez@unisabana.edu.co

Organiza:

Bienestar Universitario | Jefatura de Desarrollo Deportivo



AGENDA

MARTES 19 DE JUNIO

ACTÍVATE POR TU SALUD: ZUMBA
DE 6:00 P. M. A 7:00 P. M.
CAMPUS, SALÓN A 105



JUEVES 21 DE JUNIO

ACTÍVATE POR TU SALUD: PILATES
DE 6:00 P. M. A 7:00 P. M.
CAMPUS, SALÓN A 105



Cumpleaños

18 de junio

Andrea Milena García Becerra
 Jefe de Departamento
 Facultad de Psicología

Alba Lucía Cortés González
 Analista de Cuentas Médicas
 Clínica Universidad de La Sabana

19 de junio

Sonia Isabel Noreña González
 Director
 Dirección de Registro Académico

María Inés Maldonado Arango
 Jefe de Departamento
 Facultad de Medicina

Viviana Alexandra Hernández Monroy
 Técnico de Gestión Colecciones
 Dirección de Biblioteca

Bryan Motivar
 Analista de Investigación de Mercados
 Dirección de Admisiones

Holmans Gerardo Vela Bocanegra
 Auxiliar
 Contact Center

Lina Yurany Grande Zabala
 Enfermera Jefe
 Clínica Universidad de La Sabana

Yeniffer Lorena Forero Gómez
 Terapeuta Respiratorio
 Clínica Universidad de La Sabana

20 de junio

Nicolás Carrillo Santarelli
 Profesor
 Facultad de Derecho y Ciencias Políticas

José Jonathan Grajales Salazar
 Auxiliar de Almacén
 Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas

María Alejandra Fernández Castiblanco
 Nutricionista
 Clínica Universidad de La Sabana

21 de junio

María Amalia Quevedo Jaramillo
 Profesor
 Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas

Andrea Milena Espinosa López
 Docente Planta
 Facultad de Enfermería y Rehabilitación

Diego Alejandro Martínez Núñez
 Técnico de Servicios
 Dirección de Biblioteca

Sonia Cristina Vera Rojas
 Director Administrativo y Financiero
 Clínica Universidad de La Sabana

22 de junio

Edward Francisco Goyeneche Gómez
 Jefe de Departamento
 Facultad de Comunicación

Erwin Hernando Hernández Rincón
 Profesor
 Facultad de Medicina

Manuel Pareja Ortiz
 Profesor
 Facultad de Comunicación

Lorena Silvana Reyes Rubiano
 Profesor
 Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas

Hercein Ardila Herrera
 Auxiliar de Ayudas Audiovisuales
 Dirección de Sistemas y Tecnologías de Información

Harold Sebastián Tibaquirá Ayala
 Mesero
 Alimentos y Bebidas

Leydi Viviana Penagos Zea
 Analista de Tesorería Júnior
 Clínica Universidad de La Sabana

23 de junio

Diana Alejandra González Penagos
 Jefe de Cooperación Internacional y Visibilidad
 Dirección de Relaciones Internacionales

Luis Felipe González Colmenares
 Agente de Servicios Tecnológicos
 Dirección de Sistemas y Tecnologías de Información

Paula Carolina Rubiano Valderrama
 Estudiante en Práctica
 Clínica Universidad de La Sabana

24 de junio

Sergio Iván Agudelo Pérez
 Jefe de Departamento
 Facultad de Medicina

José Augusto Ventín Sánchez
 Profesor
 Facultad de Comunicación

Ángela Cristina Sotelo Cruz
 Auxiliar del PAT
 Dirección de Bienestar Universitario

Sergio Iván Agudelo Pérez
 Jefe Integrado Pediatría
 Clínica Universidad de La Sabana

Hélver Hernando Cárdenas Holguín
 Médico Familiar
 Clínica Universidad de La Sabana