

Campus[®]

Periódico Universidad de La Sabana Empleados

UNA "FOTOGRAFÍA" DE LA FAMILIA EN EL CARIBE COLOMBIANO



1.059 personas, 716 mujeres y 343 hombres, participaron en la "Encuesta del Termómetro de la Familia en el Caribe Colombiano". El Instituto de La Familia dio a conocer los resultados.

Pág. 8

SER SABANA ES +	2
+ ACADEMIA	2
+ DOCENCIA	6
+ SOSTENIBILIDAD	7
+ FAMILIA	8
+ BIENESTAR	9

SIMULACRO GENERAL DE EVACUACIÓN POR SISMO

11 de septiembre del 2018
10:00 a. m.

LA HORA DE LA INTERNACIONALIZACIÓN EMPRESARIAL

Los días 5 y 6 de septiembre se vivió la XI versión del "Latin American Management Seminar (LAMS)" en las instalaciones de Inalde Business School y la Universidad de La Sabana.

Pág. 2



EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD DOCENTE

ES TIEMPO DE EVALUAR

PERÍODO 2018-2

Hasta el 28 de octubre los profesores de hora-cátedra y los evaluadores de la actividad docente pueden realizar el proceso.

Pág. 6

INCLUSIÓN

PROGRAMACIÓN

1:30 p. m. - 2:20 p. m.

REGISTRO - Espacio de conexión 1

2:20 p. m. - 4:30 p. m.

1.º bloque de speakers

4:30 p. m. - 5:00 p. m.

Espacio de conexión 2

5:00 p. m. - 6:00 p. m.

2.º bloque de speakers

¡LISTOS PARA LA



EN LA SABANA!

DESDE HOY HASTA EL 14 DE SEPTIEMBRE

Pág. 3

TE INVITAMOS AL EVENTO...

INCLUSIÓN

MIÉRCOLES 12 DE SEPTIEMBRE DEL 2018

Campus de la Universidad de La Sabana,
Edificio K, Auditorio K1
Desde la 1:30 p. m. hasta las 6:00 p. m.



Creando Puentes
NO COMUNES

... busca difundir ideas
que generen reflexión
en torno a la inclusión.

118 GRADUADOS APRENDIERON TÉCNICAS PARA AFRONTAR LAS ENTREVISTAS LABORALES

Con la asistencia de 118 graduados, se llevó a cabo un taller en el que los Alumni aprendieron, de la mano de expertos en selección, cómo afrontar las entrevistas laborales.

Como es habitual, Alumni Sabana busca espacios para el desarrollo profesional y personal de los graduados, por lo que el 29 de agosto organizó un espacio con el objetivo de ayudarlos a fortalecer sus habilidades para la entrevista personal, fase relevante durante el proceso de selección en las empresas.

Juan Camilo Escovar y Johana Mantilla, de la firma Head Hunters International, fueron los encargados de dictar la conferencia en la que les dieron consejos a los graduados acerca de qué debe hacerse y qué evitarse en la entrevista laboral.

Los conferencistas empezaron la jornada con algunas recomendaciones previas a la entrevista: como primera medida, es importante llevar la hoja de vida y leerla varias veces para tener claro su contenido. En segundo lugar, informarse sobre la empresa a la cual se está aplicando; esto es muy importante para no llegar desprevenido ni dar una mala impresión. Por último, es relevante vestirse de manera formal y llegar puntual a la cita: entre cinco y diez minutos antes.



Los graduados asistentes al taller "Hoja de vida" en el Hotel Hilton.

De igual manera, los expertos expusieron datos útiles sobre la entrevista, como, por ejemplo, que diez minutos es el tiempo que existe para causar la primera impresión y lograr que sea acertada. Los aspectos que deben tenerse en cuenta son: 55% lo visual (el entrevistador evalúa el vestuario, la actitud y la comunicación no verbal); el 38% el tono de voz del entrevistado; y el 7% sus respuestas.

Otras recomendaciones: ser claro y conciso en las intervenciones, concentrarse en cada pregunta, ser coherente con el contenido de la exposición en la hoja de vida, tener claros los logros y los talentos, y cuidar la comunicación no verbal (gestos, postura, contacto visual). Por otra parte, debe evitarse mirar el celular, extenderse con sus fracasos o momentos críticos, cuestionar la propia capacidad, responder únicamente

con un "sí" o un "no", o precipitarse en responder.

Andrés González, graduado de Ingeniería Industrial y asistente al evento señaló a Alumni tres consejos que se llevó de la conferencia: "El primero, el factor de la seguridad: cómo debo expresarme en las entrevistas. El segundo, las fortalezas y debilidades: tema que debe tenerse claro, sobre todo las debilidades; debo preguntarme cómo me he desempeñado con el tiempo y decir cómo he trabajado para superar esas debilidades. Tercero, la hoja de vida: tener muy claro lo que expuse ahí, porque es algo sobre lo que me pueden preguntar".

De igual manera, Rocío Luque, graduada de la Especialización en Gerencia Estratégica, manifestó su opinión con un llamado a todos los Alumni: "Estoy contenta por participar en este taller, porque fue enriquecedor aprender detalles interesantes sobre el proceso de selección. Pienso aplicar muchas cosas de las que aprendí hoy en mi día a día laboral. Me encanta asistir siempre a las actividades de Alumni Sabana. Invito a los graduados a que vengan a estos espacios, porque son muy útiles para la vida laboral".

+ ACADEMIA

LAMS, REFLEXIÓN SOBRE LA INTERNACIONALIZACIÓN EMPRESARIAL

Inalde Business School organizó la XI versión del "Latin American Management Seminar (LAMS)", los días 5 y 6 de septiembre en las instalaciones de esa escuela de negocios y la Universidad de La Sabana. Este encuentro internacional de presidentes y directores generales fue creado para compartir experiencias y conocimientos sobre temas que impactan el futuro de las organizaciones del país.

Para la versión del 2018, el tema principal fue: oportunidades y beneficios de la internacionalización para el empresariado colombiano. Se invitó a profesores de Harvard Business School y empresarios. El evento, además, contó con el apoyo del diario *La República*, que trasladó su redacción el 5 de septiembre a las instalaciones de Inalde.

El primer día, el profesor Rohit Deshpande, Ph. D. de Harvard Business School, presentó el caso de Tequila Patrón para la conferencia sobre *marketing* global. Luego, Richard Viator, también Ph. D. de Harvard Business School, desarrolló el tema: "Lectura complementaria: renegociando el NAFTA".

La jornada continuó con las experiencias de oportunidades comerciales de Colombia en la Alianza del Pacífico, a cargo de Juliana Villegas, vicepresidenta de Procolombia. Finalmente, el empresario Mario Hernández, presidente de Marroquinería S. A., comentó su experiencia de internacionalización.

El 6 de septiembre, en el Edificio Ad Portas, se realizó el foro "Estrategias del nuevo gobierno para impulsar la internacionalización de las empresas colombianas", organizado por Foros *La República* en alianza con Inalde.

En la apertura del evento habló Martha Lucía Ramírez, vicepresidenta de Colombia, quien, a través de un video que se proyectó a los asistentes, hizo un resumen sobre por qué es importante que el Gobierno apoye la internacionalización de las empresas en el país. "Colombia debe diversificar sus exportaciones y mercados", dijo Ramírez. Además, hizo énfasis en hacer cambios para mejorar la competitividad y productividad de la nación.

En el foro participaron: Gloria Amparo Alonso, directora del Departamento



Para la versión del 2018, el tema principal fue: oportunidades y beneficios de la internacionalización para el empresariado colombiano.

Nacional de Planeación; Saúl Pineda Hoyos, viceministro de Desarrollo Empresarial; Roberto Vélez Vallejo, presidente de la Federación Nacional de Cafeteros; María Claudia Lacouture, directora de la Cámara Colombo Americana; y Luis Guillermo Vélez, director de la Agencia Nacional de Defensa Jurídica del Estado. Ellos, durante toda la mañana, se refirieron a los retos que hoy enfrenta Colombia en materia de

empresa, emprendimiento, desarrollo, entre otros temas.

Sobre la actividad, Alejandro Moreno Salamanca, director de Inalde, en entrevista con *La República* dijo: "LAMS está enfocado en altos directivos de empresas, quienes van a encontrar una audiencia de pares que tienen preocupaciones comunes (...) Siempre traemos los temas de tendencia que encontramos más relevantes para un directivo".

¡LISTOS PARA LA

XV SEMANA DE INGENIERÍA
SOSTENIBILIDAD E INNOVACIÓN

EN LA SABANA!

Desde hoy hasta el 14 de septiembre, la Facultad de Ingeniería celebra la “XV Semana de Ingeniería”, cuyo tema central es “Sostenibilidad e innovación”. Este año, la programación ofrece actividades y conferencias con invitados internacionales sobre temas de actualidad, como la Revolución Industrial 4.0, el cuidado del agua, las becas para los profesionales, los casos de análisis sobre la logística en diferentes sectores y las prácticas de innovación. Además, se desarrollarán charlas tipo TED y se presentarán proyectos de ciencias elaborados por estudiantes de la Facultad.

También se realizarán el “Encuentro con Graduados” y la “3.ª Regata Universitaria”, la cual convoca a profesores, estudiantes de pregrado y posgrado, graduados, administrativos de La Sabana y estudiantes de colegios para que pongan a prueba botes construidos con diferentes materiales en el lago de la Universidad.

¡ABRE ESPACIO EN TU AGENDA Y PARTICIPA EN LAS ACTIVIDADES!

MÁS INFORMACIÓN
Sitio web: <https://goo.gl/3jfsZb>

PROGRAMACIÓN

10 AL 14 DE SEPTIEMBRE

2018

LUNES 10 de septiembre
Concurso ABET
11:00 a. m. a 2:00 p. m.
Fab Lab
Becas para profesionales en Ingeniería: cómo ganárselas y qué hacer desde el pregrado.
Federico Duarte: creador del blog masoportunidades.org
11:00 a. m. a 12:00 m.
Sala de modelado Fab Lab
Almuerzo Facultad de Ingeniería
12:00 m. a 2:00 p. m.
Fab Lab
Concurso manos a la obra-Ingeniería Civil
2:30 p. m. a 4:30 p. m.
Fab Lab

MARTES 11 de septiembre
4ta Revolución Industrial e Industria 4.0 Prof. Hwang:
Universidad Nacional de Seúl
10:45 a. m. - 12:00 m.
Auditorio David Mejía Velilla
Innovation at Bayer.
Stephanie Rinkel: chief financial officer para Bayer
Región Andina
11:00 a. m. - 1:00 p. m.
Vestibulo Norte
Aplicación del concepto de zonas seguras para la localización de infraestructura logística de ayuda humanitaria. Análisis de caso: sismo Ciudad de México 2017. Leonardo José González
2:00 p. m. - 3:00 p. m.
Vestibulo Norte

Encuentro con los graduados de Ingeniería
6:00 p. m. - 7:00 p. m.
JW Marriott Hotel
Salón evento académico: Real 1
(Calle 73 N° 8-60, Bogotá)

MIÉRCOLES 12 de septiembre
Sustainability in chemical engineering
Retos de Colombia en implementación de energías sustentables.
Mónica Gasca: Ser Colombia
8:00 a. m. - 9:30 a. m.
Auditorio David Mejía Velilla
Energía y desarrollo: cómo construir un futuro más sostenible.
María Fernanda Gómez: jefe del Departamento de Procesos Químicos, Universidad de La Sabana
9:30 a. m. - 10:00 a. m.
Auditorio David Mejía Velilla
Política pública colombiana para la logística.
Ing. Sebastián Talero: consultor en Logística para el Ministerio de Transporte
10:00 a. m. - 11:00 a. m.
Vestibulo Norte

Taller de ética para ingenieros químicos.
Darly Miranda: secretaria ejecutiva del Consejo Profesional de Ingeniería Química
11:00 a. m. - 12:30 p. m.
Vestibulo Sur

Análisis de la logística en redes de asistencia social: caso Bienestarina Colombia.
Ing. Feizar Javier Rueda
11:00 a. m. - 12:00 m.
Vestibulo Norte

Bio-based and biodegradable plastics: past, present and future.
Dr. Camilo Suárez Méndez: Universidad Nacional de Colombia, sede Medellín
11:00 a. m. - 12:00 m.
Auditorio David Mejía Velilla

Sustainable use of water resources.
Ing. Julien Chenet: advisor water and environmental solutions UNESCO IHE
12:00 m. - 1:00 p. m.
Auditorio David Mejía Velilla

Un café con Thu Nguyen: Cultural and academic exchange experiences (Vietnam-Finland Colombia). estudiante de intercambio internacional
2:00 p. m. - 3:00 p. m.
Vestibulo Sur

Tratamientos fisicoquímicos para el reúso de agua residual industrial.
Miguel Ángel Rojas: gerente Regional Centro, EXRO S.A.S.
2:30 p. m. - 3:30 p. m.
Auditorio David Mejía Velilla

Taller de ética para ingenieros químicos.
Darly Miranda: secretaria ejecutiva del Consejo Profesional de Ingeniería Química
3:00 p. m. - 4:30 p. m.
Vestibulo Sur

Ecología y potencial biotecnológico de consorcios microbianos lignocelulolíticos.
Dr. Diego Javier Jiménez: Universidad de los Andes
3:30 p. m. - 4:30 p. m.
Auditorio David Mejía Velilla

Celebración de los 8 años de la Acreditación Ingeniería Química
4:30 p. m. - 5:30 p. m.
Lobby Ad Portas

JUEVES 13 de septiembre
5.º ENCUENTRO DE INGENIO E INNOVACIÓN
Charlas tipo TED
8:00 a. m. - 12:00 m.
Auditorio Ad Portas
Concurso de Proyectos de Ciencias
8:00 a. m. - 12:00 m.
Lobby Ad Portas
Concurso de Proyectos de Ingeniería
10:00 a. m. - 12:00 m.
Lobby Ad Portas
Ceremonia de Alumno Distinguido
3:00 p. m. - 5:00 p. m.
Auditorio David Mejía Velilla

VIERNES 14 de septiembre
Regata Universitaria
Lago Universidad de La Sabana



¿CÓMO ENSEÑARLE A UNA GENERACIÓN QUE TIENE LA INFORMACIÓN EN LA PALMA DE LA MANO?

La educación no es ajena a la evolución tecnológica de la sociedad actual. Internet nos permite estar unidos, intercambiar ideas, consultar información en tiempo real; además, nos ofrece posibilidades ilimitadas de aprender. Esto representa para los profesores y las instituciones educativas un reto grande al tratar de enseñar a una generación que tiene toda la información del mundo en la palma de sus manos.

El 29 de agosto se llevó a cabo la conferencia “Hacia dónde van la universidad y la educación en Iberoamérica”, impartida por el doctor Ricardo Rivero, rector de la Universidad de Salamanca (España).

Fue un espacio organizado por la Facultad de Educación y la Dirección de Currículo que reunió a más de 50 asistentes en el Auditorio K2.

Rivero explicó la necesidad inminente de renovación que experimentan los sistemas educativos. Romper fronteras, unificar contenidos y facilitar a los estudiantes experimentar la educación en contextos diferentes a su ciudad natal son algunos de los desafíos que afrontarán las instituciones educativas en los próximos años. Sin embargo, el mayor desafío es mantener presente la figura del profesor.

En este sentido, es necesario que los profesores sean personas que todos los



días adquieran conocimiento, sean curiosos y nunca paren de investigar y aprender para que “logremos ser capaces de formar a nuestros estudiantes con capacidades que los preparen para los futuros desempeños laborales, porque la sociedad actual no demanda títulos, necesita personas decentes capaces de entrar a la vida laboral y, en esta premisa, un buen docente es fundamental”, afirmó Rivero.

Doctor Ricardo Rivero, rector de la Universidad de Salamanca (España), durante su intervención.

“Es importante expandir el pensamiento”

LA FACULTAD DE FILOSOFÍA Y CIENCIAS HUMANAS, PRESENTE EN EL “VII CONGRESO COLOMBIANO DE FILOSOFÍA”

La relevancia de la filosofía en el siglo XXI fue el tema del “VII Congreso Colombiano de Filosofía”, un evento académico de carácter internacional organizado cada dos años por la Sociedad Colombiana de Filosofía (SCF). Esta edición se realizó en las instalaciones de la Universidad Industrial de Santander en Bucaramanga. Nueve estudiantes y cinco profesores de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas asistieron.

“El congreso fue un encuentro con la situación actual de la filosofía en Colombia. Pudimos discutir y ver diversas formas de hacerla. Fue una oportunidad de crecimiento cultural mediante el encuentro con otras realidades del país”, comentó Juan Manuel Gaitán, estudiante de octavo semestre, quien presentó la ponencia “¿Cuándo tenemos la misma experiencia?”.

La Universidad de La Sabana estuvo presente en seis mesas temáticas y dos simposios. En las mesas participaron los profesores Jesús David Girado y Jorge Eduardo



Nueve estudiantes y cinco profesores de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas asistieron al evento.

Arbeláez, y los estudiantes Juan Manuel Gaitán, Miguel Ángel Prieto, Cristian Felipe González y Pablo Rivas.

Además, los profesores Anderson Pinzón y Juan Camilo Espejo participaron en el “II Simposio CILEC: explicación, mente y cognición”, y en el simposio “Cognición y contenido no conceptual”.

A propósito del tema del congreso, el profesor Pinzón expresó que la filosofía ayuda a pensar sobre cualquier situación, al ofrecer herramientas conceptuales para analizar cuidadosamente sus bases metafísicas.

Por otra parte, el valor pedagógico de la filosofía resalta en el caso colombiano: “Debe aportar a la educación para la paz, la tolerancia y el perdón. Es importante expandir el pensamiento de las personas y darles a entender que la justicia no se limita a lo punitivo. Cuando un niño le pega a otro, no le decimos que se deje pegar de quien agredió. Por el contrario, le enseñamos a pedir perdón y a reparar al otro”.

El trabajo del filósofo es fundamental para entender los cambios políticos y sociales que vive Colombia. Pablo Rivas Robledo, estudiante de Derecho y Filosofía, sostiene: “La situación política del país nos ha abierto muchas preguntas de interés filosófico. El posconflicto se ha convertido en un tema de estudio para diferentes disciplinas, como la sociología, la filosofía, el derecho y la antropología. Entonces, la importancia de la filosofía está determinada por cómo se expande a través de los hechos que generan inquietudes en la sociedad para dar sentido a lo sucedido”.

El trabajo del filósofo es fundamental para entender los cambios políticos y sociales que vive Colombia.

“EMPRENDER ES LA ÚNICA SALIDA PARA TENER ÉXITO EN EL ÁMBITO CORPORATIVO DEL SIGLO XXI”

El 25 de agosto, la Dirección de Posgrados de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA) realizó la jornada de inicio de las especializaciones en gerencia y gestión, con la asistencia de cerca de 250 estudiantes. El recibimiento y la presentación institucional del evento los hizo Jorge David Páez Monroy, director del Instituto Forum.

Fabio Novoa, ingeniero industrial de la Universidad de los Andes, con máster en Economía y Dirección de Empresas de la Universidad de Navarra, y profesor del área de Dirección de Operaciones, Tecnología y Producción del Inalde, dictó la conferencia “Los alquimistas del siglo XXI”.

Con un recorrido por los diferentes emprendimientos a lo largo de la historia, Novoa planteó las posibilidades latentes de crear empresa en el contexto actual, teniendo en cuenta las amenazas y oportunidades que se pueden presentar. “Emprender es la única salida para tener éxito en el ámbito corporativo del siglo XXI”, dijo. La planeación, las operaciones e, incluso, la innovación son procesos que quedaron atrás. No obstante, algunas de sus características son necesarias para emprender.



Para Novoa, la realidad del mundo corporativo de hoy es una paradoja. “El ámbito empresarial ha tomado un rumbo muy diferente; los jóvenes tienen mucho más estudio, pero menos oportunidades de empleo”. Además, tienen dificultades para formar familia a pesar de la autonomía y falta de poder, pese a las infinitas posibilidades de acceso a la información. Sin embargo, ante esto, según el conferencista, debe tomarse una actitud de decisión que vaya más allá de la realidad que rodea a los jóvenes emprendedores.

Fabio Novoa, profesor del área de Dirección de Operaciones, Tecnología y Producción del Inalde, dictó la conferencia “Los alquimistas del siglo XXI”.

“No existe correlación entre el buen estudiante y el buen emprendedor”, dijo. Novoa argumentó esto con ejemplos de emprendedores con mal rendimiento en sus actividades escolares, como Steve Jobs y Richard Branson. Indicó que hay que ir por resultados que se evidencien más allá de lo teórico, no para desvirtuar la academia, sino para reforzar en los espectadores la intención

de buscar ideas en las diferentes áreas del conocimiento y entender el valor que adquiere la experiencia en el mundo corporativo.

“Más del 50% de los presidentes de las empresas en las listas 500 Fortune alcanzaron promedios de C o menos en la universidad”. Con esto, el experto abrió los ojos de los estudiantes, demostrando que las titulaciones no son suficientes para alcanzar el éxito hoy.

Para Novoa, romper con los paradigmas de la formalidad, actuar evolutivamente y pensar más allá de los recursos son las diferencias fundamentales entre un emprendedor y un directivo de empresa.

Para terminar, Novoa dijo una frase de Miguel Ángel Buonarroti: “El mayor peligro para muchos de nosotros no es que nuestras aspiraciones sean tan altas que no podamos alcanzarlas, sino que sean demasiado bajas y las alcancemos”. Esta reflexión estuvo acompañada de un cuestionamiento a los presentes sobre si querían jubilarse en la empresa en la que trabajan en la actualidad. Ante el unísono “no”, el experto en corporaciones extendió la invitación para ser parte del selecto, pero abierto grupo de emprendedores del siglo XXI.

Comunicadores: a perderle miedo al negocio

“ES EL MOMENTO DE EMPRENDER EN MEDIOS DIGITALES”

Para James Breiner, experto en emprendimiento y negocios digitales, el público está buscando medios más especializados.

En la actualidad, las plataformas multimedia y las redes sociales han permitido que las personas emprendan con nuevas ofertas de medios. James Breiner, experto en emprendimiento digital y profesor invitado de la Maestría en Periodismo y Comunicación Digital de la Universidad de La Sabana, afirmó, el 22 de agosto, que “la tecnología gratuita está por todos lados. Un pequeño grupo de periodistas puede lanzar un medio digital a un bajo costo y encontrar su propio modelo de negocio”.

Estos avances tecnológicos son una excelente opción para que los estudiantes o profesionales de la comunicación puedan emprender en nuevos medios digitales, enfocados en un público objetivo reducido, pero altamente interesado en el contenido.

Breiner, quien trabajó como director editorial de Business First of Columbus, Estados Unidos, explicó que los medios digitales dan la oportunidad de encontrar, mediante ensayo y error, un público desatendido y deseoso de contenido de calidad. “Hay que emprender. No piensen



James Breiner trabajó como director editorial de Business First of Columbus, Estados Unidos.

demasiado, no necesitan pedir permiso. Si los estudiantes quieren lanzar algo, pueden probar la idea en internet con el público. No hay mejor laboratorio que el mundo real. Si se lanza algo, puede descubrirse si hay una demanda por el tema o no, así como cuáles canales son mejores para alcanzar a una audiencia meta”, indicó.

Para el periodista, con más de 30 años de experiencia, lo principal es “comenzar pequeño, con muy bajos costos, avanzar poco a poco, probando la idea, haciendo giros, cambios y ajustarse al mercado. Es importante crear empresa en este campo y ampliar la oferta de información”.

El profesor, quien también dicta clases en la Universidad de Navarra, cree que el mundo de los medios terminará en pequeños medios de comunicación enfocados en pequeños grupos poblacionales. “Estos nuevos medios digitales van a reemplazar los medios grandes: estos tienen problemas con sus modelos de negocio; invierten mucho capital, pero, para establecer un medio electrónico, casi no hay costos [...] Muchos de los medios impresos

van a ser productos de lujo con anunciantes de lujo”, explicó Breiner.

Durante su visita a La Sabana, Breiner participó en el segundo Unisabana Ágora del semestre, en el cual habló de los tabúes que deben romper los periodistas y la importancia de empezar a ver los medios como un negocio. Su charla se llamó “Las palabrotas que los periodistas deben decir sin ruborizarse: cambios necesarios de actitud frente al negocio digital”. El experto aseguró que los comunicadores deben perderle el miedo al negocio.

Palabras como “monetizar”, “cliente”, “negocio”, “rentabilidad”, entre otras, ahora deben hacer parte del vocabulario de los periodistas. “Ver que los medios se vuelven rentables y se monetizan significa que han logrado una credibilidad importante”, concluyó el periodista.

MIRA LA CHARLA COMPLETA EN www.unisabamedios.com/agora

NOTAS DE LA BIBLIOTECA

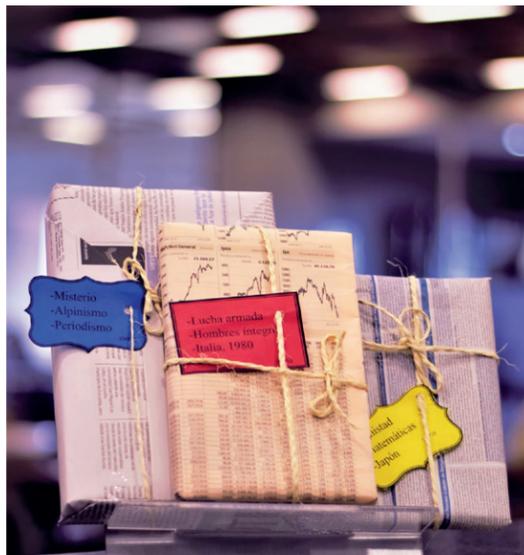
EN SEPTIEMBRE, TENGAMOS UNA CITA A CIEGAS

Sorprenderse con una cita a ciegas a veces es un gran desafío que, en el mejor de los casos, puede llevarnos a grandes experiencias. Sin embargo, una cita a ciegas con un libro con seguridad hará que la curiosidad nos lleve a tener grandes amores literarios. De eso es consciente la Biblioteca Octavio Arizmendi Posada y, por segundo año consecutivo, lanzará una versión renovada de “Cita a ciegas con un libro”, actividad organizada por el área de Servicios de la Biblioteca y la Coordinación de Promoción de Lectura que busca incentivar la lectura de obras literarias recurriendo al misterio y a la sorpresa.

Durante el mes de septiembre en todos los pisos de la Biblioteca encontrarás un stand con libros envueltos y con tres pistas que te acercarán a una idea sobre lo que estás a punto de descubrir. Puedes encontrarte con una novela romántica, una biografía, un relato histórico o una obra de ciencia ficción. Lo importante es que tengas presente que lo que halles puede ser una opción para salir de la rutina; por eso, te invitamos a que te dejes sorprender.

En esta experiencia puede que te desencantes con la elección o que encuentres esa obra maestra que habías buscado hace tanto tiempo y que aún no había llegado a tus manos. Al final, se trata de arriesgarse. No obstante, con seguridad el libro que te atrape ha sido especialmente seleccionado para ganarse tu interés.

La Biblioteca tiene en cuenta de manera prioritaria la elección de cada uno de los libros. Esta labor requiere de muchos meses de estudio. Son obras especialmente recomendadas que han sido analizadas por la Jefatura de Asesoría Bibliográfica, cuya función es leer los contenidos o documentarse con las mejores reseñas antes de escogerlos. El objetivo final es ofrecer una variedad de géneros literarios que responden a distintos tiempos, autores y países.



En todos los pisos de la Biblioteca encontrarás un stand con libros envueltos y con tres pistas que te acercarán a una idea sobre lo que estás a punto de descubrir.

En la pasada versión se prestaron 200 libros y 40 personas asistieron a la velada para compartir sus experiencias literarias. En esta ocasión, la jornada, que inició el 3 de septiembre, pondrá a tu disposición 104 libros por descubrir.

Aunque la actividad ya se ha realizado en otras bibliotecas y universidades, el elemento diferencial de La Sabana es la construcción de comunidad a partir de la literatura, afirma Ángela Suárez, coordinadora de Promoción de Lectura. “Nuestro trabajo es hacer que las lecturas hagan vivir de más, no solo en términos numéricos, sino que hagan entender mejor al otro, conocer otras culturas y otras formas de pensar. Ese es nuestro sello”, asegura.

CONÉCTATE, APRENDE Y VIVE LA LECTURA

La Biblioteca pone a tu disposición una gran variedad de títulos en *EBook Academic Collection*.

Libro: *Information literacy in the workplace*

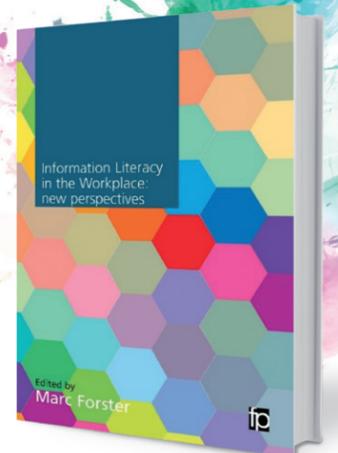
RESEÑA

“Este libro explica cómo la alfabetización informacional (IL) es esencial para el lugar del trabajo contemporáneo y es fundamental para la práctica competente, ética y basada en la evidencia. En el lugar de trabajo actual impulsado por la información, los profesionales de la información deben saber cuándo se requieren pruebas de investigación o información relevante legal, comercial, personal o de otro tipo, cómo encontrarlo, cómo criticarlo y cómo integrarlo en la base de conocimientos. Dejar de hacerlo puede dar como resultado una práctica defectuosa y poco ética, que podría tener consecuencias devastadoras para los clientes o los empleadores. Existe un requisito ético para que los profesionales de la información cumplan con los estándares de mejores prácticas para lograr el mejor resultado posible para el cliente. Esto exige habilidades de búsqueda de información, evaluación y crítica muy enfocadas y complejas”*.

Consulta el libro: <https://bit.ly/2w2BWDH>

Para examinar este y otros recursos electrónicos, solicita capacitación: capibiblioteca@unisabana.edu.co

* Forster, M. (2017). *Information literacy in the workplace*. London: Facet Publishing.



EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD DOCENTE ES TIEMPO DE EVALUAR PERÍODO 2018-2

PROFESORES DE HORA-CÁTEDRA Y EVALUADORES DE LA ACTIVIDAD DOCENTE

Puede realizar esta evaluación desde su computador o celular siguiendo estos pasos:

Autoevaluación de profesores de hora-cátedra



1.

Ingrese al sistema con la dirección:
<https://sigagestionhumana.unisabana.edu.co>

También puede acceder desde su dispositivo móvil escaneando este código:



2.



Siga las instrucciones que recibió en su correo electrónico.

Evaluadores de la actividad docente de los profesores de hora-cátedra



1.

Ingrese al sistema con la dirección:
<https://sigagestionhumana.unisabana.edu.co>

También puede acceder desde su dispositivo móvil escaneando este código:



2.



Siga las instrucciones que recibió en su correo electrónico.

Tiene plazo hasta el 28 de octubre para evaluar:



Dominio y actualización en la asignatura



Competencia pedagógica



Tratamiento de la evaluación



Actitudes éticas y relaciones humanas



Puntualidad y cumplimiento



Liderazgo y aportes



Sentido de pertenencia y perfeccionamiento

¿Por qué es importante su participación?

- Brinda realimentación para identificar fortalezas y oportunidades de mejora.
- Es un insumo para valorar integralmente la actividad docente.
- Permite el diseño de planes de mejoramiento que propicien la excelencia del quehacer docente.



Universidad de La Sabana

VIGILADA MINEDUCACIÓN

“LA ACADEMIA DEBE CONECTARSE TEMPRANAMENTE CON LA VIDA REAL”

¿Qué papel puede tener el cerebro adolescente en la comprensión de la sociedad? El joven cuenta con una estructura neuronal única, representada en altas dosis de creatividad y en menor prevención social que los adultos, entre otras características que resalta la doctora Rosa Julia Guzmán, psicóloga educativa y directora de la Maestría en Desarrollo Infantil de la Universidad de La Sabana.

Uno de los proyectos más recientes en el mundo que busca orientar positivamente este potencial es un modelo educativo estadounidense llamado Iowa BIG, el cual convoca a 250 estudiantes de secundaria, aproximadamente, de dos a cuatro horas al día, con la participación de cerca de 100 instituciones locales, empresarios, agencias de gobierno y ONG, para proponer soluciones a problemas y necesidades comunitarias.

La institución ha realizado más de 90 proyectos colaborativos con sus estudiantes y, de los 500 graduados que tiene hasta la fecha, 97% han sido admitidos en su primera opción de universidad. Según la psicóloga Guzmán, proyectos como estos son posibles porque el desarrollo del cerebro influye con fuerza en la percepción de la realidad y, por lo tanto, en las propuestas que se hacen y en su nivel creativo. Además, asegura que “un modelo como este en Colombia permitiría encontrar vías de acción para toda la comunidad, teniendo en cuenta la creatividad propia de las edades escolares y universitarias”.



Los jóvenes cuentan con una estructura neuronal única, representada en altas dosis de creatividad y en menor prevención social que los adultos, resalta la doctora Rosa Julia Guzmán, directora de la Maestría en Desarrollo Infantil.

Por su parte, Daniel Siegel, profesor clínico de Psiquiatría de la Universidad de California, indica que otro factor característico del adolescente es la llamada “poda”: un proceso que, según él, vuelve el cerebro más eficiente porque prescinde de las neuronas que no se utilizan, especializa y aumenta las conexiones. El experto afirma que la sociedad debe entender la adolescencia como una “oportunidad increíble para la creatividad” y una “edad de oro para la innovación” (Divecha, 2014).

En este sentido, sacar provecho de modelos educativos como Iowa BIG, de acuerdo con la doctora Guzmán, no solo permitiría mejorar la evaluación del

La sociedad debe entender la adolescencia como una “oportunidad increíble para la creatividad” y una “edad de oro para la innovación”.

desarrollo de competencias en la educación nacional y optimizar la conexión entre la academia y el entorno, sino también enriquecer el currículo con las necesidades de los contextos reales: “La academia debe conectarse tempranamente con la vida real, ya que las investigaciones muestran que la verdadera comprensión se da en situaciones de contexto y que el contacto con expertos ayuda a los estudiantes a ver y a pensar las disciplinas como ellos las ven y las piensan”, dice.

En el caso de Iowa BIG, los estudiantes deben desarrollar de dos a cinco proyectos interdisciplinarios de impacto en el año, con el apoyo de representantes institucionales. “El currículo es la comunidad”, asegura Troy Miller, director de Desarrollo Estratégico de Iowa BIG, puesto que todos los maestros están certificados en diferentes áreas y son quienes definen los aprendizajes que se trabajarán por proyecto, según los estándares comunes académicos estadounidenses (The Super School Project, s. f.).

No obstante, la doctora Guzmán sugiere analizar de cerca estos nuevos modelos educativos, dado que, entre otras cosas, debe conocerse si las evaluaciones son permanentes y si los actores que se verán implicados en las decisiones son parte activa de dicho proceso.

Referencias

- Divecha, D. (2014). *A journey into the teenage brain*. Recuperado de <https://goo.gl/gLdjUk>
- The Super School Project. (s. f.). Iowa Big. Recuperado de <https://goo.gl/5rhif>

+ SOSTENIBILIDAD

Con los niños que crean sus historias

FORTALECIENDO LAS TIC EN SABANA CENTRO

Un proyecto de investigación con profesores del Centro de Tecnologías para la Academia (CTA) y la Facultad de Educación busca fortalecer el compromiso escolar y académico en estudiantes de séptimo grado en Chía, Cota y Sopó.

Durante la primera fase, se estudió a más de 800 estudiantes de ocho colegios públicos de la zona de influencia: “Identificamos dos dimensiones que necesitan refuerzo: la cognitiva, que permite al estudiante estar al frente de su proceso de aprendizaje y autorregularse para responder de forma positiva, y la agéntica, que es la capacidad de ponerse metas y cumplirlas”, manifestó Cristina Hennig, profesora del CTA.

En julio se inició la segunda fase con la intervención en instituciones educativas públicas de los tres municipios de Sabana Centro, por medio de materiales educativos digitales como una cartilla, una página web y una serie de videos. “En el sitio web www.compromisoescolarcolombia.com,



com, los estudiantes pueden conocer más sobre el compromiso escolar por medio de cuatro situaciones que lo afectan: el miedo a hablar en público, la importancia de la preparación de las clases, el uso ético

Los niños del colegio Rafael Pombo de Briceño (Cundinamarca) crearon los finales de las historias plasmadas en la cartilla del proyecto.

y responsable de internet, y los métodos efectivos de estudio”, dijo Ana Vargas, profesora del CTA.

El 23 de agosto, Sinduly Giraldo, quien hace parte del Semillero de Investigación en Competencia Digital del CTA, lideró una de las jornadas de implementación del proyecto en el Colegio Rafael Pombo de Briceño (Cundinamarca). “Los estudiantes han acogido positivamente la cartilla en que se plasman las cuatro situaciones que afectan el compromiso escolar. Lo novedoso es que conocen una historia con personajes específicos, pero son ellos mismos los que crean el final, según sus aprendizajes sobre el compromiso escolar”, aseguró Giraldo.

Aunque el proyecto se ha trabajado como un pilotaje, las profesoras Ana Vargas y Cristina Hennig, del CTA, y Clelia Pineda, de la Facultad de Educación, buscan expandir el alcance de la iniciativa para el futuro, con una intervención en los colegios de los once municipios que conforman la zona Sabana Centro.

UNA “FOTOGRAFÍA” DE LA FAMILIA EN EL CARIBE COLOMBIANO

El Instituto de La Familia dio a conocer los resultados de la “I Encuesta del Termómetro de la Familia en el Caribe Colombiano”, región que en los últimos años ha sido uno de los focos de desarrollo y crecimiento del país y cuyas manifestaciones socioeconómicas llevaron al Instituto a preguntarse qué está ocurriendo con la familia en esa zona.

La encuesta fue diligenciada por 1.059 personas, 716 mujeres y 343 hombres, quienes viven principalmente en las ciudades de Barranquilla, Cartagena, Santa Marta, Montería, Valledupar y Riohacha. Sus edades oscilaron en un 45% entre los 35 y 44 años, un 24% entre los 45 y 54 años y un 17% entre los 25 y 34 años.

Uno de los resultados más relevantes que arrojó la encuesta es que para los participantes el actual ritmo laboral está perjudicando tanto las relaciones matrimoniales (51%) como las de padres e hijos (66%).

Los resultados evidencian que 61% de los hombres y mujeres administran la economía del hogar de manera conjunta; en cuanto a la ocupación, el trabajo y las labores de la casa, ocupan un 41%, solo a trabajar 29% y a estudiar, trabajar y labores de la casa 12%.

Se logró identificar que las personas que dijeron haberse divorciado lo hicieron luego de 10 años de matrimonio, y las razones fueron a atribuidas en un 34% a infidelidad, 24% a incompatibilidad, 17% a abuso verbal, físico o psicológico y 11% a problemas de comunicación. La encuesta encontró que, respecto a las familias separadas con hijos, el 35% dijo tener una relación regular con el padre o madre que no vive con ellos y el 22% una buena relación.

En cuanto a las familias que mantienen una unión de hecho, el 41% dijo que hubiera preferido casarse, siendo las mujeres en la gran mayoría quienes lo afirman y de estas el 45% tiene pensado hacerlo. Entre las

percepciones de quienes respondieron las preguntas realizadas del Termómetro de la Familia, el 57% no lo considera necesario.

El 87% de los encuestados indicó tener hijos: 46% dos hijos, 29% uno y 25% tres o más. Sobre la edad en la que las familias tuvieron su primer hijo, el 30% lo tuvo entre los 27 y 30 años, el 29% entre los 23 y 26 años, el 16% entre los 31 y 34 años y el 15% entre los 19 y 22 años. Sobre la relación existente al tener este primer hijo, el 74% respondió estar en una relación matrimonial.

A la pregunta del tipo de método anticonceptivo utilizado, el 38% respondió no utilizar ningún método, el 15% opta por la planificación natural familiar y el 10% por el condón masculino.

En lo que respecta al aporte que hace la empresa a la armonía familiar y laboral, un 39% concluye que es insuficiente. Al verificar las metas familiares más relevantes, para el 33% la meta es que los hijos sean felices, la cual para las mujeres es la más

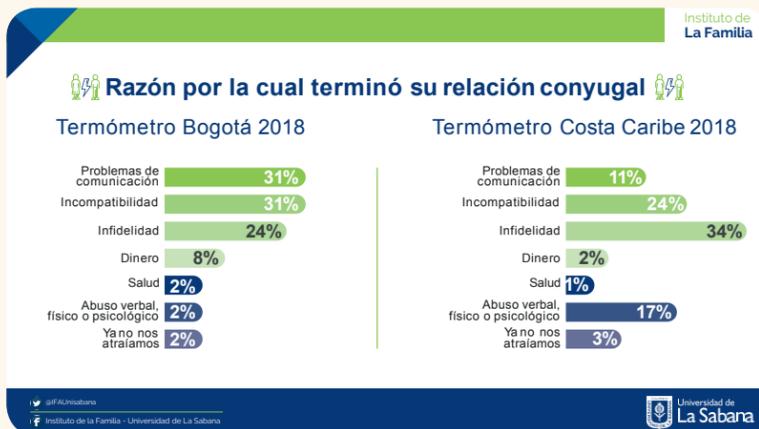
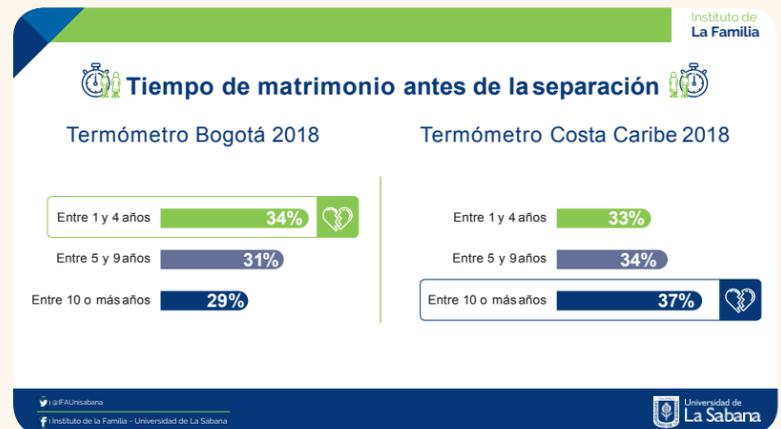
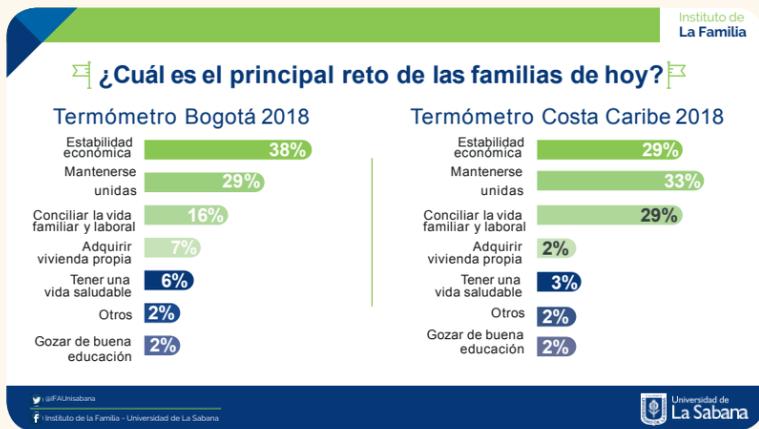
importante, para el 23% lo es tener una buena relación de pareja y para el 21% tener seguridad económica, siendo esta a la que apuntan los hombres.

Finalmente, 95% de los participantes coinciden en que la sociedad debe estar centrada en la familia y que la violencia intrafamiliar, con un 35%, es el primer problema de la sociedad, seguido de la carencia de políticas de conciliación familia-trabajo con un 17% y la carencia de empleo con un 16%.

Ana Margarita Romero, directora del Instituto de La Familia, sostuvo que este importante ejercicio realizado en la Costa Caribe, “constituye una muestra que exhibe algunos de los aspectos que caracterizan a la familia colombiana particularmente, según la percepción de las familias de la región Caribe. Igualmente, hay que resaltar que, en la región, hay un reconocimiento a la familia como centro y principal eje de la sociedad”.



ALGUNAS CIFRAS DEL ESTUDIO



¿SABES CÓMO IDENTIFICAR EL MALTRATO INFANTIL?

Ante las cifras de maltrato infantil en el mundo y en Colombia, el Comité de Buen Trato de la Clínica Universidad de La Sabana señala los principales signos para identificarlo y reportarlo a las autoridades.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef) indica que siete de cada diez niños sufren regularmente castigos físicos de sus cuidadores directos y que nueve millones de adolescentes de 15 a 19 años han sido víctimas de relaciones sexuales forzadas en el último año.

En Colombia, durante el 2017, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) abrió 24.330 procesos por violencia contra menores y el sistema médico legal registró 10.385 casos de lesiones no fatales contra niños y adolescentes. Además, en el mes de julio de este año, el ICBF declaró el estado de alerta roja, ya que se reportaron 11.000 casos de niños y adolescentes víctimas de violencia en todo el país solo durante los primeros cinco meses.

A esto se suma el trabajo infantil, el cual, de acuerdo con el Unicef, expone a más de 150.000 niños de todo el mundo a circunstancias de maltrato o abuso, y perpetúa la pobreza y la desigualdad social.

ALGUNOS DE LOS SIGNOS FÍSICOS MÁS FRECUENTES PARA SOSPECHAR DE MALTRATO SON:

- Magulladuras o hematomas en el rostro, los labios, la boca, el torso, la espalda, las nalgas o los muslos.
- Quemaduras.
- Fracturas de nariz, mandíbula o huesos largos, apreciables generalmente en niños pequeños, en diferentes fases de cicatrización.
- Torceduras o dislocaciones.
- Hemorragias, edemas o eritemas.
- Marcas de uñas, manos, puños u otros objetos.
- Infecciones o intoxicaciones recurrentes sin causa demostrable.
- Descuido en el aspecto, malnutrición y alteraciones en el ánimo, el rendimiento escolar, el patrón de sueño, el juego o la alimentación.



En julio de este año, el ICBF declaró el estado de alerta roja, ya que se reportaron 11.000 casos de niños y adolescentes víctimas de violencia en todo el país.

- Heridas en la boca, los labios, las encías, los ojos, los brazos, las piernas o el torso.
- Cortes o pinchazos.
- Traumatismos o lesiones craneales recurrentes que no sean explicables.

Cuando se trata de proteger los derechos fundamentales de los niños y adolescentes, se pueden hacer denuncias ante el ICBF (línea gratuita: 141), las comisarías de familia o las alcaldías municipales.

+ BIENESTAR



MABEL LILIANA NAJAR MONROY 25 AÑOS DE SERVICIOS PRESTADOS SECRETARIA DIRECCIÓN DE SISTEMAS Y TECNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN

“Mi historia en la Universidad de La Sabana se remonta al mes de mayo de 1991, cuando, por sugerencia de un antiguo jefe, presenté mi hoja de vida en esta Institución. La experiencia fue totalmente distinta a lo vivido hasta entonces. Había trabajado siete años en el Ejército; ese era otro mundo. Y, aunque mi experiencia en esa importante institución castrense fue gratificante y formadora, la experiencia en La Sabana lo fue aún más.

Mis inicios fueron en la Dirección de Personal, hoy Desarrollo Humano. Luego de dos años de arduo trabajo, decidí dejar la Universidad para buscar nuevos horizontes económicos, principalmente. No fue una decisión muy acertada y, después de tantos años, hoy puedo decir con toda seguridad que no volvería a cambiar tranquilidad y bienestar por dinero. Esto lo dejo como un consejo a las nuevas generaciones de empleados.

A mediados de 1993, dejé la Universidad con gran tristeza y deseé lo mejor para mi querida Institución. Así, en mi carta de retiro escribí: ‘Deseo que la Universidad

se consolide como una de las mejores de Colombia’. Ese deseo se hizo realidad en pocos años, ya que hoy estamos en el nivel más alto de las mejores universidades jóvenes de Colombia. Me enorgullece ver que esta noble Institución ha crecido y se ha fortalecido vertiginosamente en el ámbito académico e infraestructura.

En noviembre de 1995 decidí volver a la Universidad, pues consideré que esta era la Institución en la que quería continuar mi proyecto profesional y entregar mi experiencia y compromiso. Además, en parte, quería resarcir el error de años pasados al retirarme.

En ese momento me asignaron a la Administración General. Allí trabajé con el doctor Javier Mojica, a quien le expreso mi gratitud perenne, al igual que al doctor Guillermo Vargas, como Director Financiero, quienes creyeron en mí cuando retorné a la Universidad. Posteriormente, trabajé en la Vicerrectoría Administrativa, que estaba a cargo del doctor Mauricio Rojas; para él también va mi eterna gratitud.

En el 2005 pasé a la Casa de Gobierno y allí trabajé con la doctora Laura Elvira Posada, de quien tengo grandes enseñanzas. Después, laboré con la doctora Liliana Ospina, de quien guardo gratos recuerdos.

En el 2007 pasé a formar parte de la ‘crema y nata de la academia’, ‘el corazón de la academia’, como me atrevo a llamar al otrora Instituto de Humanidades. Ese sí fue el mejor regalo en mi vida profesional. Allí conocí a profesores con altos estándares académicos y de distintas disciplinas: filósofos, historiadores, literatos, teólogos, politólogos, artistas. Fueron años muy bonitos en los que, gracias a la sencillez y generosidad de muchos de los profesores, entre estos el doctor Bogdan Piotrowski y la doctora María Elvira Martínez, me enriquecí con sus enseñanzas.

Para finalizar este recuento de mi vida en la Universidad, en el año 2014 me llamaron a formar parte del Proyecto SIGA, ya bien conocido por todos nosotros. Allí reforcé mi identidad con la Universidad e interactué con personas muy competentes

y con alto nivel productivo. A ellas también les expreso mi gratitud. Actualmente, me encuentro en la Dirección de Sistemas y Tecnologías de Información, un equipo muy agradable que me ha acogido con gran cariño.

Deseo invitar a los nuevos colaboradores de la Universidad a que entreguen todo de sí a este importante proyecto educativo, con la certeza de que esto se les retribuirá en conocimiento, gratas experiencias y satisfacciones personales y profesionales.

Bueno, han pasado 25 años y parece que fue ayer. El tiempo pasó muy rápido. En todos estos años he crecido mucho y me he fortalecido espiritual, personal y profesionalmente. Todo esto se lo debo a mi compromiso y entrega, y a todo lo aportado por este claustro universitario. Hoy, *ad portas* de mi pensión, no me queda más que agradecer al Altísimo por haberme permitido formar parte de la gran familia de La Sabana, y a la Universidad por su contribución en la consolidación de mi proyecto de vida”.

RECONOCIMIENTO POR SERVICIOS PRESTADOS

SIMULACRO GENERAL DE EVACUACIÓN POR SISMO



de septiembre del 2018

El Comité de Emergencias Institucional informa a toda la comunidad universitaria que **mañana 11 de septiembre del 2018 a las 10:00 a. m.** se realizará un simulacro de emergencia por un sismo.

10:00 a. m.



Una vez se active la alarma de audioevacuación, todo el personal de la Universidad deberá:



1 Mantener la calma.



2 Dirigirse sin correr al punto de encuentro más cercano a su ubicación (ver mapa de puntos de encuentro).



3 Reunirse con las personas de su unidad académica o administrativa.



4 Seguir las instrucciones emitidas por el sistema de perifoneo o los brigadistas.



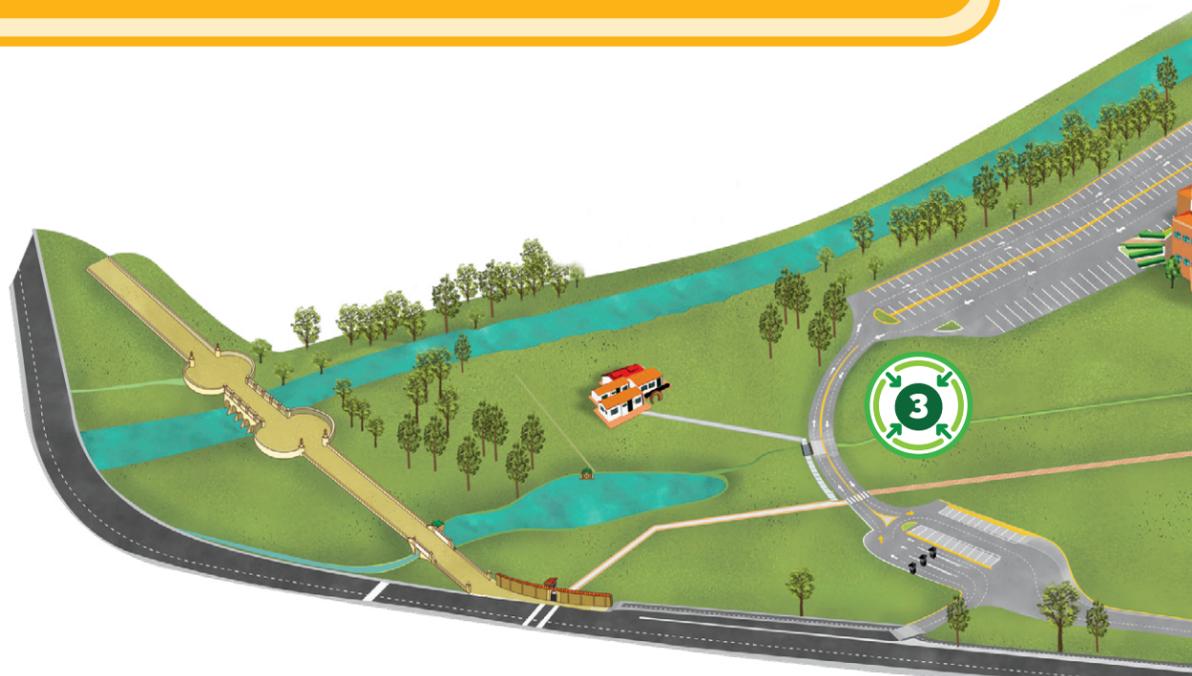
5 Regresar a las actividades cotidianas solo cuando sea indicado.



En todas las zonas habrá estudiantes en el rol de observadores, quienes evaluarán el comportamiento de las personas y medirán los tiempos de evacuación de cada edificio.

Puntos de encuentro

- 1 CASA DEL LAGO, EDIFICIOS K Y L
- 2 AD PORTAS
- 3 CASA DEL BOSQUE
- 4 EDIFICIO G
- 5 EDIFICIOS E1 Y E2
- 6 EDIFICIOS H Y F
- 7 CAF Y ZONA DEPORTIVA
- 8 MESÓN
- 9 BIBLIOTECA, EDIFICIO O, EDIFICIO D Y PLAZA DE BALCONES
- 10 PUENTE GRIS - PUNTO VERDE- EDIFICIO B
- 11 KIOSKOS - EDIFICIO A - ÁGORA - EDIFICIO C
- 12 PARQUEADERO PUENTE DE MADERA
- 13 INALDE PARQUEADERO
- 14 INALDE ZONA VERDE



Puntos de encuentro fuera del campus

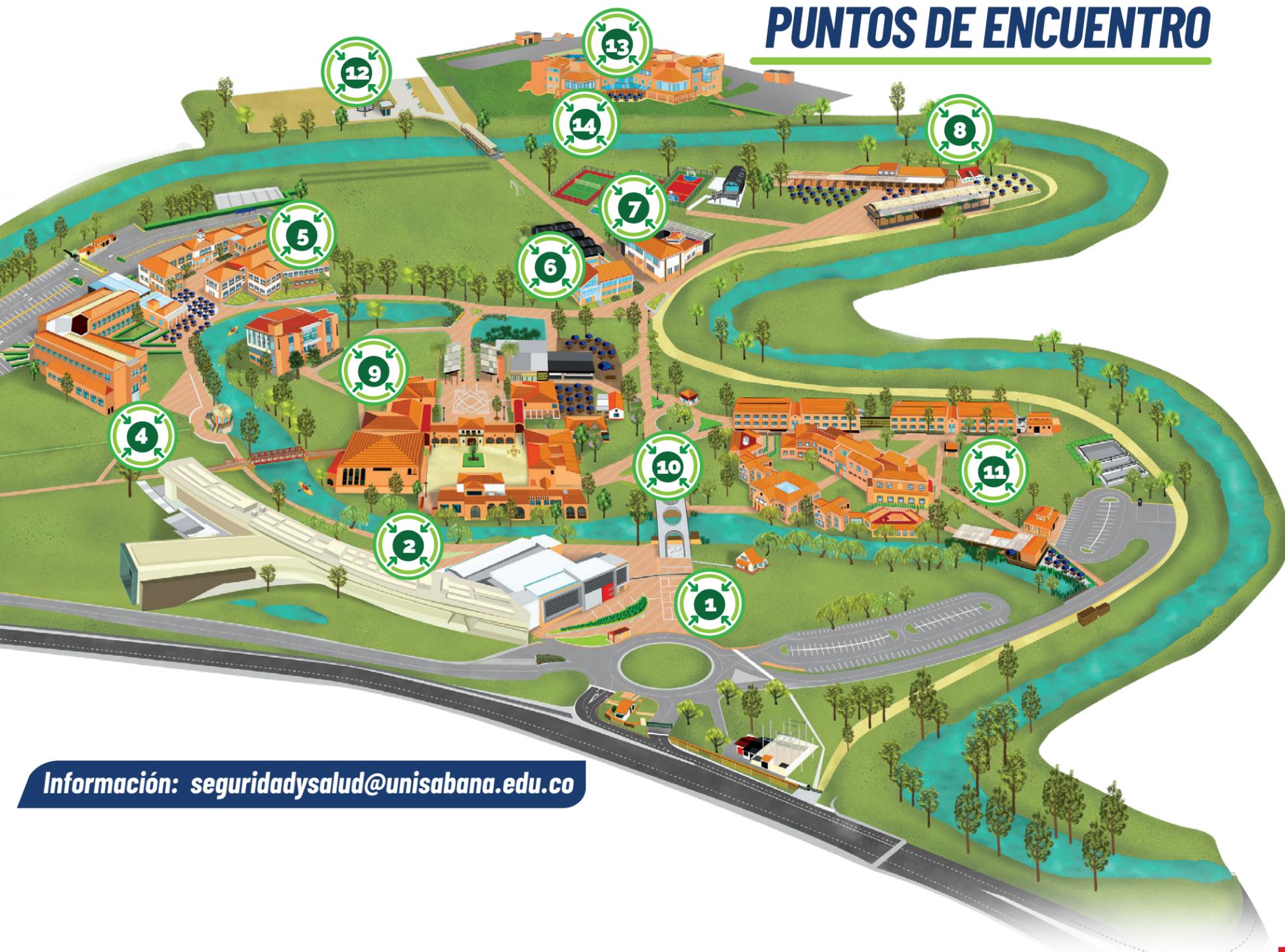
- 15 CASA CHÍA - FRENTE A LA SEDE
- 16 CASA JURÍDICA - PARQUE CENTRAL DE CHÍA
- 17 CALLE 80 - ZONA VERDE FRENTE AL BBVA
- 18 FABLAB - CANCHA DE FÚTBOL

¿Qué hacer en caso de sismo?

Tenga presente las siguientes recomendaciones:

Antes	Durante	Después
 <p>Crear un plan de protección</p>	 <p>Alejarse de ventanas y objetos que puedan caer</p>	 <p>Revisar las condiciones del lugar donde se encuentra</p>
 <p>Organizar y participar en simulacros de evacuación</p>	 <p>Conservar la calma</p>	 <p>No encender cerillos o velas hasta asegurarse de que no hay fugas de gas</p>
 <p>Identificar las zonas de seguridad</p>	 <p>Cortar el suministro de gas y electricidad</p>	 <p>Utilizar el teléfono solo para emergencias</p>
 <p>Revisar las instalaciones de gas y luz</p>	 <p>Alejarse de postes, cables y marquesinas</p>	 <p>Mantenerse informado y atender las recomendaciones de las autoridades</p>
 <p>Almacenar alimentos no perecederos y agua</p>	 <p>Estacionarse alejado de edificios altos</p>	 <p>Mantenerse alerta, se pueden presentar réplicas</p>

PUNTOS DE ENCUENTRO



Información: seguridadysalud@unisabana.edu.co



MUERTE SÚBITA EN LA PRÁCTICA DEL DEPORTE: MÁS FRECUENTE DE LO QUE PARECE

En días pasados, un padre de familia del colegio de mi hija, deportista frecuente y menor de 50 años, falleció de un infarto fulminante, después de luchar varios días en una unidad de cuidado intensivo por un colapso cardiovascular. Increíblemente, había participado en la media maratón de Bogotá y culminado sin contratiempos.

Con alguna frecuencia escuchamos tristes historias como esta. Gente joven que entrena, hace deporte y de manera sorpresiva muere sin explicaciones o aparentes antecedentes de enfermedad. Todos tienen como denominador común que son deportistas disciplinados y con marcas personales de varios años de evolución. Esto en la medicina se llama “muerte súbita” y es la aparición repentina de una parada cardíaca en una persona que aparentemente se encuentra sana y en buen estado. Si no recibe atención

inmediata, la consecuencia es el fallecimiento al cabo de unos minutos.

La prevalencia de esta enfermedad está entre 1-2 por 100.000 deportistas. Es una cifra baja, pero si calculamos el número de personas que todos los días quieren practicar deporte, el número es mayor y el drama social es considerable, sobre todo en aquellas personas que buscan salud en la práctica deportiva cotidiana.

Algunos estudios han mostrado que las causas principales de esta muerte son

las siguientes: miocardiopatía hipertrófica, anomalías coronarias, hipertrofia ventricular izquierda, displasia arritmogénica ventricular derecha, miocarditis, anomalías de la aorta y enfermedad coronaria precoz.

¿Qué hacer entonces para estar tranquilos cuando se toma la decisión de realizar de manera frecuente y controlada deporte? En el 2005, la Sociedad Europea de Cardiología publicó un protocolo de tamizaje que contempla un examen físico, un electrocardiograma y

la elaboración de la historia clínica personal y familiar de quienes pretenden iniciar la práctica deportiva. El objetivo es detectar factores de riesgo. Si se detectan sospechas en esta primera fase, se pueden solicitar otros estudios como ecocardiograma, prueba de esfuerzo, *holter* de 24 horas y estudio electrofisiológico, entre otros. Una vez detectada alguna alteración, el cardiólogo, de la mano con rehabilitación cardíaca, debe evaluar el tipo de paciente y cuál debe ser el protocolo de práctica deportiva, acorde con su condición clínica.

La prevención y la práctica prudente y progresiva en condiciones controladas son las mejores maneras de evitar estos desenlaces inesperados.

Continuar leyendo: <http://blogs.elespectador.com/salud/mas-alla-de-la-medicina/muerte-subita-la-practica-del-deporte-mas-frecuente-lo-parece>

“Con alguna frecuencia escuchamos tristes historias como esta. Gente joven que entrena, hace deporte y de manera sorpresiva muere sin explicaciones o aparentes antecedentes de enfermedad”.

LA UNIVERSIDAD APOYA EL DESARROLLO DE LOS EMPLEADOS AUXILIARES Y TÉCNICOS

Bienestar Empleados informa que el 17 de septiembre se abrirá la convocatoria para obtener el Beneficio para Estudios Técnicos o Profesionales, que corresponde a una ayuda económica que se otorgará en octubre a los empleados vinculados mediante contrato de trabajo a término indefinido o fijo en categoría técnica o auxiliar, que cuenten con dos años o más de antigüedad y se encuentren estudiando una carrera técnica o profesional.

Consulta el plan de beneficios a través de Portal Servicios o de <https://goo.gl/pY7exF>

DOCUMENTOS REQUERIDOS

- Documento que certifique que está estudiando (recibo de pago de la matrícula, derechos de grado o certificado de estudios, etc.).
- Formato de solicitud del Beneficio para Estudios Técnicos o Profesionales (encuéntrelo en la ventanilla de Desarrollo Humano o en Portal Servicios).

RECEPCIÓN DE LOS DOCUMENTOS

- **Fecha:** desde el lunes 17 hasta el martes 25 de septiembre
- **Hora:** de 8:30 a. m. a 4:30 p. m.
- **Lugar:** ventanilla de Desarrollo Humano (Casa Administrativa)
- **Contacto:** Lady Gómez

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

¿SABÍAS QUE...?

En el mes de octubre se llevará a cabo el segundo pasadía en Lagosol.

MÁS INFORMACIÓN:
BIENESTAR.EMPLEADOS@UNISABANA.EDU.CO — EXT.: 53051



Recuerda que en www.fonsabana.com.co puedes consultar tu estado de cuenta con información actualizada.

Más información contacto@fonsabana.com.co - Ext.: 31960

XV Festival de Tinas

UNIVERSIDAD DE LA SABANA

Volviendo a Casa



15 SEPTIEMBRE
2:00 p.m.

■ Entrada Libre

Auditorio AD PORTAS
Universidad de La Sabana
Campus del Puente del Común
Km. 7, Autopista Norte



Bienestar Universitario
@BienestarSabana

VIGILADA MINEDUCACIÓN



Universidad de
La Sabana

RETO MULTIDEPORTIVO 2018



Participa en siete actividades.

¡INSCRIPCIÓN GRATIS!

Cierre de inscripciones: miércoles 12 de septiembre (4:30 p. m.)
Lugar: Bienestar Universitario - Edificio O

Equipos mixtos (dos mujeres como mínimo)

Fecha del evento: lunes 17 de septiembre
Hora: 9:00 a. m. - 6:00 p. m.
Lugar: Zona Verde frente a la Casa del Lago

39 AÑOS
SEMANA DE
BIENESTAR

AGENDA

MARTES 11 DE SEPTIEMBRE

**ACTÍVATE POR TU SALUD:
ZUMBA**
6:00 p. m. - 7:00 p. m.
Edificio Ad Portas, piso 0



MIÉRCOLES 12 DE SEPTIEMBRE

**8.º CINEFORO: CASABLANCA
DE MICHAEL CURTIS
MES DE CLÁSICOS**
5:00 p. m. - 8:00 p. m.
Biblioteca, Sala de Juntas,
1.º piso
Entrada libre



JUEVES 13 DE SEPTIEMBRE

**ACTÍVATE POR TU SALUD:
PILATES**
6:00 p. m. - 7:00 p. m.
Salón A 104



VIERNES 14 DE SEPTIEMBRE

**69.ª SESIÓN DEL CLUB DE
LECTURA DE ESTUDIANTES**
**LIBRO: ALÍ Y NINO (PL 833.912 S132A)
DE KURBAN SAID**
12:00 m. - 2:00 p. m.
Biblioteca, Sala de Promoción de Lectura, 1.º piso
Confirmar asistencia: angela.suarez1@unisabana.edu.co

**ACTÍVATE POR TU SALUD:
KICK BOXING**
4:30 p. m. - 5:30 p. m.
Sede de la calle 80, piso 5



CUMPLEAÑOS

10 DE SEPTIEMBRE

Ángela María de Valdenebro Campo
Secretario General
Secretaría General

Rafael Hernando Leuro Ávila
Jefe de Mantenimiento y Seguridad
Servisabana

Lina Marcela Herrera Mahecha
Coordinador de Asesoría Académica
y Formación
Facultad de Medicina

Julio César Correa Cubillos
Docente Planta
Instituto Forum

Jorge Andrés Bajonero Cantor
Técnico Eléctrico
Mantenimiento

Edwin Chacón Cortés
Ingeniero de Soporte
Dirección de Sistemas y Tecnologías
de Información

Leidy Andrea Suesca Ortega
Gestor de Servicios
Contact Center

Diana Marcela Pulido Riaño
Analista de Facturación
Clínica Universidad de La Sabana

Ivonne Nohelia Contreras Sierra
Auxiliar de Admisiones
Clínica Universidad de La Sabana

11 DE SEPTIEMBRE

Camilo Alejandro Correal Muñoz
Jefe de Departamento
Facultad de Medicina

Julián Alfredo Garzón González
Auxiliar de Mantenimiento
Mantenimiento

Paula Isabel Iregui Cano
Enfermera Jefe
Clínica Universidad de La Sabana

Luisa Fernanda Angarita Rodríguez
Enfermera Jefe
Clínica Universidad de La Sabana

Hortensia Gutiérrez Casas
Auxiliar de Enfermería
Clínica Universidad de La Sabana

César Gustavo Velásquez
Ballesteros
Auxiliar de Enfermería
Clínica Universidad de La Sabana

Emilcen Contreras Sierra
Analista de Facturación
Clínica Universidad de La Sabana

12 DE SEPTIEMBRE

Diana Patricia Molano Coy
Jefe de Prácticas y Alumni
Facultad de Comunicación

María Cecilia Paredes Iragorri
Profesor
Facultad de Medicina

María Clara Obando Rojas
Asesor del Empleado
Rectoría

Ángela Patricia Torres Barrera
Enfermera Jefe
Clínica Universidad de La Sabana

Mónica Andrea Nonsoque Cholo
Profesional Modelo de Enfermería
Clínica Universidad de La Sabana

Nubia Jenneth Fajardo Infante
Auxiliar de Enfermería
Clínica Universidad de La Sabana

13 DE SEPTIEMBRE

María Celmira Cerón Monroy
Jefe Administrativo
Alimentos y Bebidas

Carolina Oquendo Madriz
Docente Planta
Instituto de La Familia

Laura Jessenia Ramírez Campos
Secretaria Ejecutiva
Instituto Forum

María Estefanía Rivera Vargas
Auxiliar Temporal
Dirección de Sistemas y Tecnologías
de Información

Camilo Rueda Beltz
Ginecobstetra
Clínica Universidad de La Sabana

Beatriz Helena Fierro Manrique
Profesional en Gestión
de Riesgo Clínico
Clínica Universidad de La Sabana

14 DE SEPTIEMBRE

Ciro Hernando Parra Moreno
Decano
Facultad de Educación

Agrivalca Ramsenia Canelón Silva
Director de Maestría
Facultad de Comunicación

Felipe Vargas Aray
Jefe Administrativo
Instituto de La Familia

Fabián Leonardo Moreno Moreno
Profesor
Facultad de Ingeniería

Nora Consuelo García Vásquez
Docente Planta
Instituto Forum

Cindy Yurani Pachón Suárez
Auxiliar
Financiación Universitaria

Tatiana Marcela Barreto Garzón
Psicólogo
Clínica Universidad de La Sabana

Juan Sebastián Cárdenas Ramírez
Enfermero Jefe
Clínica Universidad de La Sabana

15 DE SEPTIEMBRE

Guillermo Alberto Vargas Vargas
Director Financiero
Dirección Financiera

Sandra Patricia Chivatá
Secretaria
Instituto Forum

María Waldina Cárdenas Alarcón
Auxiliar de Aseo
Servicios de Aseo y Cafetería

Gerardo Alfonso Arizabaleta
Sánchez
Auxiliar Júnior de Cocina
Alimentos y Bebidas

Lina Rocío Pardo
Steward
Alimentos y Bebidas

Santiago Alexis Quintana Garzón
Auxiliar de Terapias
Clínica Universidad de La Sabana

16 DE SEPTIEMBRE

Diana Milena Carmona Bedoya
Coordinador Académico
Facultad de Educación

María Alejandra Valenzuela
Almonacid
Coordinador de Promoción
y Admisiones
Dirección de Admisiones

William Andrés Ríos Villamil
Auxiliar de Parquedero
Dirección de Operaciones

Érika Viviana Contreras Castillo
Fisioterapeuta
Clínica Universidad de La Sabana

Perla Cecilia Caldón Rodríguez
Profesional Aseguramiento
de Enfermería
Clínica Universidad de La Sabana