

Reto

"Unisabana al Parque, tu huella inspiradora"



El Centro de Tecnologías para la Academia retó a estudiantes de la Universidad a plantear soluciones que promuevan la conservación de la naturaleza en el Parque Jaime Duque.

[Leer +](#)

¡Una de las mujeres más poderosas del país es de La Sabana!

Alexa Oviedo, Alumni Sabana y directora de O3 Smart Cities, hace parte de las 100 mujeres más poderosas de Colombia en 2023, según la revista *Forbes*.



[Leer +](#)

En la ciudad del águila negra, un libro con sello Sabana

Guillermo Tovar, graduado de Comunicación Social y Periodismo, es el autor de un libro compuesto por 25 cuentos que narran historias de la vida real sobre Bogotá.



[Leer +](#)

Educación para atender la enfermedad crónica en el adulto mayor

La Facultad de Enfermería y Rehabilitación realizó un diplomado que busca mejorar las habilidades en educación de los profesionales de la salud de Sabana Centro, en el cuidado de enfermedades crónicas.

[Leer +](#)

"El amor por el tejido entrelaza historias de vida"

La Alcaldía de Chía y la Asociación de Amigos Unisabana organizaron un taller dirigido a familias, que busca promover los beneficios de la práctica del tejido en la salud emocional.



[Leer +](#)



“ La Universidad de La Sabana realmente se destaca por la calidad de sus profesores, sus clases, el contenido y la forma como nos enseñan a enfocar, individualizar y aportar en cada caso. Además, me parece que es una escuela en la que se enseña desde el amor, para que cada tarea apunte a la excelencia y con exigencia. Así, uno crece como médico en formación, en un libre desarrollo y pensamiento crítico, sin miedo al fracaso, a equivocarse o a opinar. Eso es parte indispensable del proceso.”



Universidad de
La Sabana

Sofía Ortiz, estudiante de Medicina de décimo segundo semestre, elegida como la mejor interna del Hospital Militar Central.

Descubre



Estudiantes de la asignatura Competencias Básicas Digitales junto con las directivas del Parque y profesores del CTA, luego de finalizar la jornada de socialización y presentación.

Un reto para educar en el cuidado del ambiente

"Unisabana al Parque, tu huella inspiradora"

"La Universidad es un espacio donde esperamos crear un impacto tangible para brindar soluciones a las problemáticas sociales".

Hugo Rozo, director del Centro de Tecnologías para la Academia.

El Centro de Tecnologías para la Academia (CTA) es la unidad encargada de fortalecer la competencia digital de los estudiantes de la Universidad de La Sabana. Gracias a su portafolio de materias electivas y modelos de aprendizaje, los estudiantes aprenden en la asignatura Competencias Básicas Digitales (CBD) a solucionar problemas de la sociedad, con mediación tecnológica.

Desde la modalidad del aprendizaje basado en retos y el *design thinking*, estudiantes de la asignatura CBD del semestre 2023-1 presentaron a la Fundación Parque Jaime Duque soluciones para promover la conservación de la naturaleza mediante el reto "Unisabana al Parque, tu huella inspira", a fin de dar a conocer que ese lugar de recreación se ha convertido en un referente

de sostenibilidad ambiental, con un enfoque educativo, para sensibilizar y concientizar a sus visitantes sobre el cuidado del medioambiente. De igual manera, esta Fundación ha implementado diferentes prácticas sostenibles en su gestión diaria, enfocándose en la reducción del consumo del agua y la energía, y la gestión de residuos.

Respeto por la naturaleza y la conservación natural

Desde la educación y la tecnología, el CTA ha dispuesto recursos educativos para enseñar a sus estudiantes que, por medio del aprendizaje experiencial, se puede generar un cambio de manera participativa en la comunidad y el medioambiente, para que las acciones sean multiplicadoras de la conciencia ambiental.

Es necesario entender que la metodología de aprendizaje basado en retos, adoptada por el CTA, permite a sus estudiantes participar en los proyectos que requieran soluciones creativas a problemáticas reales. El trabajo interdisciplinar de las materias electivas ofertadas fortalece la relación entre el estudiante, la Universidad y el sector empresarial del país.

De acuerdo con Lina Paola Sorza, profesora del CTA, “La metodología de aprendizaje basado en los retos facilita un aprendizaje más significativo y duradero. Así, los estudiantes comprenden la relevancia y aplicabilidad de lo que están aprendiendo: hay un aprendizaje experiencial. Además, se desarrollan varias habilidades: trabajo en equipo, resolución de problemas, pensamiento crítico, creatividad, colaboración, comunicación asertiva y toma de decisiones”.

En consecuencia, el pasado 27 de mayo asistieron los 16 equipos finalistas, de los 181 inscritos en el reto, los cuales sustentaron sus proyectos ante los profesores del CTA y los directivos y el personal administrativo de la Fundación Parque Jaime Duque. Los enfoques de estas propuestas se centran en temas y

- 🌿 servicios relevantes, como:
- 🌿 Nuestro planeta
- 🌿 Casa Tingua
- 🌿 Tren Ecoparque
- 🌿 Sendero memoria muisca
- 🌿 Árboles para mi país
- 🌿 Programa de conservación del cóndor de los Andes y del oso andino

Reserva Natural Bioparque Wakata

Durante la jornada, cada equipo presentó su solución al reto para dar respuesta de manera inclusiva, innovadora y con impacto tangible a todas las necesidades que actualmente requiere el Parque.

“Gracias al apoyo del Centro de Tecnologías para la Academia por este espacio, donde esperamos que todos los estudiantes presenten soluciones a las necesidades actuales”, dijo María Amparo Torres, presidenta de la Fundación Jaime Duque.

Para finalizar, es necesario agradecer a los 532 estudiantes que cursaron la asignatura Competencias Básicas Digitales, a los profesores del CTA y a todos aquellos que colaboraron con este proceso de enseñanza en el modelo de aprendizaje basado en retos. Con ello, se asegura la continuidad de la relación entre la Universidad de La Sabana y la Fundación Parque Jaime Duque.

Durante la jornada, cada equipo presentó su solución al reto para dar respuesta de manera inclusiva, innovadora y con impacto tangible a todas las necesidades que actualmente requiere el Parque Jaime Duque.



Ganadores del reto “Unisabana al Parque, tu huella inspira”



Primer puesto, grupo C6-PJD

- Lucas Reales, estudiante de Ingeniería Informática
- Natalia Castañeda, estudiante de Comunicación Social y Periodismo.
- Julia Martínez, estudiante de Comunicación Social y Periodismo.
- Camila Vargas, estudiante de Psicología.



Segundo puesto, grupo Creando Huella

- Sara Guerrero, estudiante de Comunicación Social y Periodismo.
- Eduardo Rodríguez, estudiante de Comunicación Audiovisual y Multimedia.
- María Alejandra Sánchez, estudiante de Comunicación Social y Periodismo.



Tercer puesto, grupo Dalee

- Julieta Páez, estudiante de Comunicación Corporativa.
- Gabriela Eusse, estudiante de Medicina.
- Mariana Rueda, estudiante de Comunicación Audiovisual y Multimedia.
- María Rodríguez, estudiante de Comunicación Corporativa. 

Para conocer más información sobre el desarrollo de este reto, te invitamos a conocer el documento de términos y condiciones [haciendo clic aquí.](#)





Balance del Proyecto Social Universitario Nacional

Estudiantes de La Sabana y el Padre Paco Martín, Capellán de la Universidad, participaron en el Proyecto Social Universitario Nacional.

¡Cuánto sirve escuchar, ver y trabajar!

El Proyecto desarrolló su labor en municipios de Cundinamarca, como Chocontá, Villapinzón, Gachancipá, Tocancipá y Sesquilé.

Un día, un señor en situación de discapacidad contó su historia: durante 52 años buscó la manera de tener una silla de ruedas y no lo había logrado.

Luego, dos recicladores, enfermos, tenían una casa en muy mal estado. Con las lluvias persistentes, decenas de familias de la región pasaban por malos momentos. En fin, el listado de necesidades aumentó con el pasar de los días.

Un grupo de estudiantes universitarios de diversas regiones del país pensaron en soluciones. Tenían la Semana Santa para actuar. “Esos 10 días pueden ser provechosos si podemos colaborar”. Así, tomó cuerpo el Proyecto Social Universitario Nacional.

Comenzaron también con las gestiones, acá y allá. La Orden de Malta

les entregó recursos. Algunos amigos contribuyeron con mercados. Otros, entregaron herramientas y unos más apoyaron con sus oraciones. En Colombia es común el dicho: “manos a la obra”, que indica el momento preciso para comenzar a trabajar.

Lo primero fue adecuar y ayudar con la reconstrucción de la casa de los dos hermanos recicladores y en situación de discapacidad. No tenían ni idea de construcción, pero encontraron a una persona que sí sabía y les dijo cómo manejar una pala, hacer las mezclas, cargar los materiales y disponerlos.

Fue un trabajo hecho con amor, responsabilidad y, desde luego, buen humor, porque a cada rato salían acontecimientos que iban desde el machucón, la sed, la caída por ahí, el raspón por allá.

El Proyecto desarrolló su labor en municipios de Cundinamarca, como Chocontá, Villapinzón, Gachancipá,

Tocancipá y Sesquilé. A medida que hicieron su labor, también aprendieron de historia y organizaron varias excursiones, como ir a conocer la laguna de Guatavita en Sesquilé, donde los indígenas hacían sus rituales y donde nació la Leyenda del Dorado; también, aprendieron cómo se hizo la represa de Tominé y el significado de Gachancipá (que en lengua chibcha quiere decir *alfarería del Zipa*). Se contaron todo tipo de historias en las fogatas y las múltiples caminatas.

En las reuniones en Sabana Centro en Chía, se planeó el trabajo, se coordinó cómo llevar las ayudas y se desarrollaron charlas sobre administración, vida social y virtudes.

Recorrieron veredas de la región, llevando mercados a las familias damnificadas por el invierno. Contaron con el apoyo de las casas curales, las administraciones municipales y la Policía Nacional.

Sintieron la emoción de don Jorge cuando recibió su primera silla de ruedas, vieron también cómo los hermanos Eliécer y Julio disfrutaron de su nueva casa.

Acompañaron en el Viacrucis a los 190 internos de la cárcel de Chocontá y ayudaron a las diversas celebraciones litúrgicas en las parroquias de la región.

“Todo esto nos llevó a conocer la cultura y las diversas tradiciones de la región. Aprendimos de administración, contabilidad, servicio social y, sobre todo, de generosidad”, dijo uno de los voluntarios.

El Proyecto Social Universitario es una iniciativa de jóvenes estudiantes inspirados en las enseñanzas de San Josemaría Escrivá de Balaguer, fundador del Opus Dei, quien a lo largo de su vida motivó para que personas de distintas condiciones colaboraran con otras de diferentes maneras, siguiendo el ejemplo de Jesucristo.

“Cuando te cueste prestar un favor, un servicio a una persona, piensa que es hija de Dios, recuerda que el Señor nos mandó a amarnos los unos a los otros. Más aún: ahonda cotidianamente en este precepto evangélico; no te quedes en la superficie. Saca las consecuencias —bien fácil resulta—, y acomoda tu conducta de cada instante a esos requerimientos”, escribió San Josemaría (Surco, 727).

Con optimismo y trabajo, los jóvenes del Proyecto Social Universitario escuchan, gestionan y se preparan, porque “desde luego que vamos por la segunda jornada”.



Reparación de la casa de Eliécer y Julio en Chocontá, Cundinamarca.



Juan y Ricardo entregando una silla de ruedas a Juan Miguel en Sesquilé, Cundinamarca.



Juan José pintando una fachada.



Víctor con una señora del hogar geriátrico en Sesquilé, Cundinamarca.

Alumni

¡Una de las mujeres más poderosas del país es de La Sabana!

Alexa Oviedo, graduada de Ingeniería Industrial y directora (CEO) de O3 Smart Cities, hace parte de la lista de las 100 mujeres más poderosas de Colombia en 2023, según la revista Forbes.



Para Alexa Oviedo, uno de los principales retos como líder en su organización es mantener a todos los grupos de interés de O3 conectados, con el propósito de transformar el planeta.

“Emprender es un viaje de fe”, dice Alexa Oviedo, graduada de Ingeniería Industrial y CEO de O3 Smart Cities. Para ella, todas las personas tienen el reto de identificar su misión en el mundo. “En mi caso, descubrí que vine al planeta a edificar comunidades sostenibles”, afirma.

Pero esa idea no siempre fue clara. Cuando ingresó a la Universidad, su carrera era nueva en La Sabana y solo algunas mujeres empezaban a animarse a estudiarla. Alexa se matriculó a sus 17 años, con el único interés de ayudar a mejorar las condiciones de la sociedad. Sin sospecharlo, empezó un camino que la llevaría a convertirse en un referente en Colombia, por su lucha para proteger el medioambiente y la sostenibilidad en las organizaciones.

Su preocupación por el planeta empezó como una herencia familiar. Sus padres, empresarios en tecnología, no solo la incorporaron en ese sector durante los primeros años de su carrera, sino que le inculcaron el deseo por contribuir al entorno. Por eso, después de

15 años de liderar uno de los negocios de la familia y alcanzar una amplia satisfacción por los indicadores de crecimiento económico en esa organización, se dio cuenta de que algo le faltaba. Empezó a entender el cambio climático y a ver con asombro los indicadores de mortalidad asociados a las partículas contaminantes del aire. “Quería tener un negocio que se encargara de dejar un impacto favorable en el ambiente, que generara valor colectivo y prosperidad en la sociedad”, recuerda la ingeniera.

De esa inquietud, nació su compañía, O3 Smart Cities, dedicada a crear conciencia en las organizaciones, por medio del diseño y la implementación de sistemas de energía solar y la incorporación de bicicletas eléctricas. “Reconciliamos al ser humano con el entorno. La mayoría de las pymes cree que el cambio climático no va a afectarlas y que tampoco están afectando al cambio climático”,



dice Alexa. Por eso, en su organización calculan la huella de carbono de sus clientes para proponerles el “Camino climático”, un paquete de proyectos para alcanzar la carbono-neutralidad.

Conoce la labor que desarrolla O3 Smart Cities para generar valor en el entorno:



El principal reto para O3 es convencer a las empresas de la conveniencia de tomar una acción por el planeta. “Dentro de mi propósito de vida no está solamente acompañar a las organizaciones en ese proceso de transición energética, sino demostrarles que genera un beneficio: les permite impactar sus indicadores económicos de manera favorable”, explica la directora de O3 Smart Cities.

El liderazgo de Alexa en esta organización la ha llevado a ser parte de la lista de las 100 mujeres más poderosas del país en el 2023, según la revista *Forbes*. “Para mí, este reconocimiento reitera que, en este siglo, las mujeres estamos llamadas a transformar la sociedad”. Los valores femeninos —añade— permiten que se mantenga una preocupación por alcanzar resultados en las organizaciones, sin dejar el interés por generar valor en el entorno.

En la lista de *Forbes*, publicada cada año, se incluyen los nombres de algunas mujeres que se destacan desde la política, la



O3 Smart Cities hace parte de las 108 empresas que han sido certificadas en Colombia como Empresas B, por tener un impacto real en el medio ambiente y la sociedad.

empresa, el arte, el deporte, los medios de comunicación, entre otros sectores, así como por su amplia influencia al impactar en grandes grupos con su trabajo, o por administrar y gestionar recursos que inciden de manera significativa en la economía del país.

Para Alexa, esta mención significa que “Las mujeres poderosas pueden ser personas del común que tienen su familia, que trabajan duro y, con eso, están generando un efecto en la sociedad”. Y concluye: “Si estás conectada con tu impacto, puedes lograr reconocimientos en todos los niveles, porque al final estás transformando el mundo”.



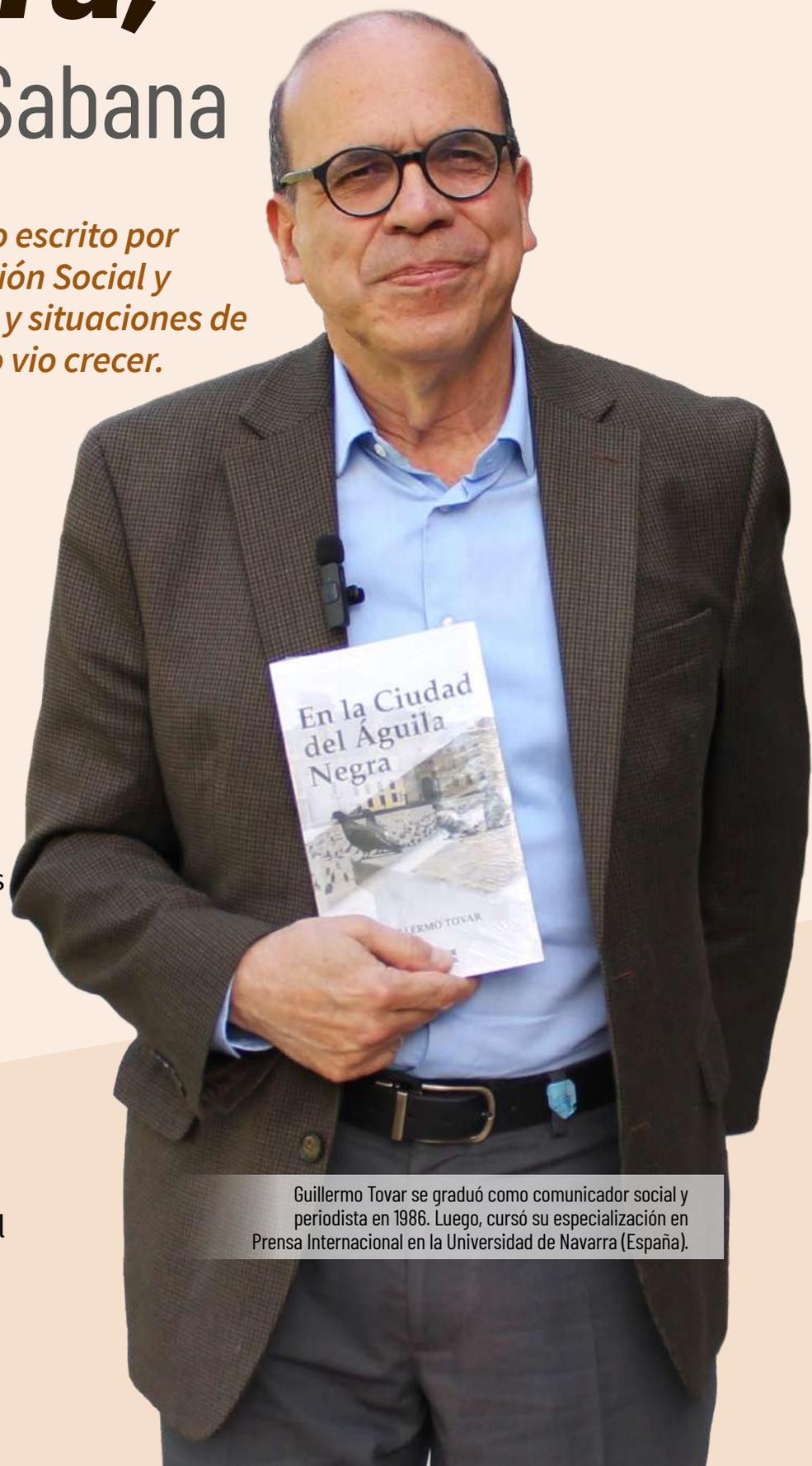
25 cuentos sobre Bogotá

En la ciudad del águila negra, un libro con sello Sabana

“En la ciudad del águila negra” es un libro escrito por Guillermo Tovar, graduado de Comunicación Social y Periodismo, en el cual reúne a personajes y situaciones de la vida real para honrar a la ciudad que lo vio crecer.

¿De dónde nacen las historias? ¿Están ahí esperando a ser encontradas o son descubiertas por su autor? Guillermo Tovar, comunicador social y periodista de la Universidad de La Sabana (1986), considera que son las historias las que buscan a la persona que les dé vida; y él, a lo largo de su carrera, ha llegado a concluir que lo más atractivo, interesante y encantador de la realidad está alojado en los pequeños detalles de la cotidianidad. De ahí surgió *En la ciudad del águila negra*, un libro de 25 cuentos en los cuales plasma su fascinación por Bogotá.

Guillermo nació en Maracaibo, estado de Zulia, una ciudad ubicada en el noroccidente de Venezuela. Cuando tenía 10 años, viajó a Colombia, el país de su padre, para iniciar una nueva vida. Desde entonces, empezó a valorar el encanto de la fría capital. “Llegué a Bogotá cuando era todavía un poco extraño ver a los venezolanos migrantes en la ciudad. Veníamos del extremo ardiente de la orilla del mar y llegamos a las montañas, los Andes, la ciudad gris”, recuerda.



Guillermo Tovar se graduó como comunicador social y periodista en 1986. Luego, cursó su especialización en Prensa Internacional en la Universidad de Navarra (España).

Su condición de extranjero lo ayudó a ver a Bogotá con una sensibilidad particular. Después de casi medio siglo viviendo en la capital, se sintió inspirado por la gratitud y el amor que encontró allí. Luego, observó el escudo de la ciudad: nueve granadas y un águila negra, y su inspiración aumentó. “A Bogotá le he descubierto muchos secretos. Es una ciudad fascinante en sus lugares, sabores, colores y olores. Su gente es buena y cálida, a pesar de lo distante que parece”, relata.

Todos esos detalles, como parte de la esencia de Bogotá, son susceptibles de ser visibles para quien viva en ella. Sin embargo, en el criterio de Guillermo, suelen pasar desapercibidos en medio de la dinámica acelerada. “Bogotá tiene muchas cosas destacables para contarlas a las nuevas generaciones, pero se pierden en medio del afán”. El ejercicio de su profesión le ha demandado un afinado olfato para detectar los hechos curiosos, de interés y relevancia. Por eso, examina cuál es su deber: “Cuando uno ve cosas valiosas e interesantes, debe contarlas antes de que los tiempos sigan cambiando y se pierda esa historia”.

Por eso, su libro, de 142 páginas, reúne relatos basados en su mayoría en personajes o situaciones reales. Algunos de ellos, incluso, son fáciles de identificar: un vicepresidente, un editor de libros, un habitante de la calle, un empresario, un diplomático y hasta las

“El aspecto humano une todas las historias. Algunos de los cuentos surgen de una anécdota nocturna, durante un viaje en un bus o en la conversación entre dos personas en la calle.”

palomas de la Plaza de Bolívar, entre otros; estos representan las situaciones cotidianas e históricas de la capital. “El aspecto humano une todas las historias. Algunos de los cuentos surgen de una anécdota nocturna, durante un viaje en un bus o en la conversación entre dos personas en la calle”, cuenta Guillermo.

En esta compilación de relatos cortos, en los cuales trabajó desde 2005, está el reto permanente por atrapar y cumplirle al lector con una buena historia, en solo unas pocas líneas. “La brevedad le da un gran valor. Sintetizar una idea en una frase requiere de alguna maestría y, por eso, hay quienes dicen que el cuento es el arte más difícil, porque es tan contundente que no hay marcha atrás si defrauda a un lector, mientras que una novela tiene muchísimas más páginas para que uno cambie de opinión o definitivamente quede decepcionado”, reflexiona Guillermo.



Su labor como reportero, durante 40 años de ejercicio profesional, le ha dado la experiencia suficiente para contar historias con contundencia. Mientras mantiene la escritura de cuentos como una afición a la que se aboca durante esos pequeños instantes libres que le deja su trabajo como periodista, se ha dedicado a lo largo de su carrera a la prensa internacional y de gobierno. En los últimos 15 años, ha hecho parte de la Secretaría para las Comunicaciones y Prensa de la Presidencia de la República, donde se desempeña como editor de noticias.

De igual forma, Guillermo considera que la pasión por la literatura y el periodismo le ha permitido vivir lo mejor de dos mundos: “En mi trabajo, me dedico a hacer noticias de lo que ocurre en el Gobierno. Es algo muy dinámico, que obliga a actuar muy rápido, con sucesos que se sabe que van a volverse materia de información para los medios. En ese sentido, es muy opuesto a lo que sucede en la literatura, que es algo intemporal que requiere mucha calma y tranquilidad”.

Sin embargo, ambos roles, el de escritor y reportero, lo comprometen con su perfil de editor, que le implica saber diferenciar entre los datos fundamentales de los accesorios. “En la noticia, uno empieza por lo más importante y termina cuando se acaba lo importante. Eso sucede también en la literatura, porque hay que escribir cosas que les interesen a los demás. En el momento en el que se considere que se está tratando un tema superfluo o vago, hay que saber poner punto

final”, sugiere. Asimismo, señala que, en su caso, mantiene un mismo afán cuando escribe cuentos e información: su interés es mostrar la realidad. “Uno tiene un deber de honestidad cuando escribe, de presentar un trabajo hecho con historias verdaderas y bien construidas. De lo contrario, no tendría mucho sentido presentar algo que no tenga una calidad que merezca el lector”.

Para completar el libro *En la ciudad del águila negra*, Guillermo se inspiró en el recuerdo de sus padres, quienes fueron en vida grandes lectores y le transmitieron la motivación por contar historias valiosas. De hecho, cree que la obra y el momento actual de su carrera es el resumen de lo que ha vivido y aprendido en Colombia, incluyendo su paso por la Universidad de La Sabana: “Cuando nos volvemos profesionales y debemos trabajar todos los días con piezas periodísticas, nos damos cuenta de dónde arrancó ese proceso, de dónde venimos, y que estamos llegando allí gracias a la formación que recibimos”. 



En la ciudad del águila negra, editado por Buque de Papel, incluye dos cuentos situados en Cartagena, dos de temáticas y personajes antioqueños, y uno en Venezuela.

Un diplomado enfocado en la familia

Educación para atender la enfermedad crónica en el adulto mayor



La Facultad de Enfermería y Rehabilitación lanzó el diplomado “Aprendizaje experiencial basado en simulación humana en la competencia de educación para la salud del talento humano que interactúa con adultos mayores con enfermedad crónica”, con el fin de mejorar las habilidades en educación de los profesionales de la salud de Sabana Centro, en lo que respecta a enfermedades crónicas.

¿Qué problemática se busca contrarrestar con el diplomado?

Diana Angarita, profesora de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación, menciona que “La adherencia terapéutica de los adultos mayores en municipios de la zona, como Chía, es baja. Es decir, no siguen las recomendaciones para el manejo de su enfermedad”. Las enfermedades crónicas con más casos en Sabana Centro son: hipertensión, diabetes, enfermedad pulmonar obstructiva (EPOC) y artrosis.

Algunas de las principales recomendaciones –que usualmente no son tenidas en cuenta- son:

-  Actividad física regular.
-  Alimentación y nutrición sana.
-  Toma adecuada de medicamentos.

Además, “En muchos casos, en los espacios comunitarios y de consulta médica, no se hace una educación en salud estandarizada, que se acomode a las necesidades, pues todas las personas tienen diferentes hábitos que pueden desencadenar otras enfermedades”, explica Diana. La educación para la salud estandarizada es la que permite lograr dicha adherencia, pues genera una mejor comprensión de la enfermedad y, por lo tanto, una mayor conciencia de seguir debidamente el tratamiento.

Este fenómeno se apoya en los datos del Ministerio de Salud y Protección Social, pues en el país la mayor cantidad de consultas médicas son por enfermedades crónicas, las cuales muchas veces se dan por complicaciones generadas por



Entrega de certificados del diplomado.

Descubre

un mal manejo en casa y porque no se evidencian cambios en los comportamientos de los pacientes. De esta manera, a un mal tratamiento de una enfermedad crónica se suma el posible desarrollo de otra enfermedad. “Puede que una persona con diabetes, debido a la no adherencia terapéutica, desarrolle con el tiempo una hipertensión arterial”, explica la profesora Diana.

En el primer ciclo de este diplomado participaron 40 adultos mayores y 20 profesionales de la salud. Uno de los componentes más importantes fue resaltar la importancia de la alfabetización en salud, pues “Permite a las personas con un diagnóstico médico tener los conceptos, las habilidades y una actitud positiva para incorporar hábitos y seguir las recomendaciones que los profesionales de la salud les brindan, tanto en los espacios de la consulta como en los programas de intervenciones colectivas en salud de los territorios”, explica la profesora Diana Angarita.

Algunos de los profesionales participantes fueron gerontólogos, psicólogos, odontólogos, fisioterapeutas y enfermeros, quienes a diario interactúan con adultos mayores en los programas de 11 municipios. Ellos recibieron una formación de 32 horas presenciales, enfocada en el uso del aprendizaje experiencial; se ejecutaron ocho módulos centrados en talleres de habilidades y prácticas en el Hospital Simulado, con personas adultas mayores y diagnosticadas con diabetes e hipertensión.

Conoce algunas de las experiencias de formación de doble vía. De profesionales a profesionales de la salud

“El diplomado terminó siendo una formación de doble vía, pues lo que compartimos con los profesionales era, primero, el resultado de un proceso investigativo contemporáneo de formación que hacemos en el aula como profesores. Segundo, la retroalimentación (*feedback*) que recibimos desde la experiencia de nuestros colegas, quienes viven a diario con los adultos mayores”, cuenta María Claudia Uribe, jefe del Departamento de Movimiento Humano del programa de Fisioterapia y facilitadora del diplomado.

“El diplomado fue una experiencia en la que todos éramos estudiantes. Los profesionales de la salud y nosotros, desde nuestro pregrado, nos enriquecimos con los conocimientos especializados, lo que nos permitió explorar el tema específico de la educación en salud para el adulto mayor. Esta es una oportunidad para crear conceptos teóricos en escenarios reales, aumentando nuestra experiencia práctica y profesional desde el pregrado”, explica Natalia Canchón, estudiante de décimo semestre del programa de Fisioterapia y facilitadora del diplomado. 🐦



Sesiones de clases del diplomado.



En la pandemia, María Esther Panesso Mercado optó por empezar a vender sus productos por internet. Posteriormente, montó su galería en la misma oficina donde funciona su firma de abogados.

Alumni Sabana

Una abogada apasionada por el arte

María Panesso, graduada de Derecho y Administración de Negocios Internacionales, logró, por medio de su emprendimiento, exhibir las obras de su galería de arte en el Beka Museum en Nueva York.

María Esther Panesso Mercado, graduada de Derecho y de Administración de Negocios Internacionales de la Universidad de La Sabana, se ha destacado por tener una carrera excepcional como abogada y por tener y administrar su propia galería de pintura. Gracias a ese trabajo, en julio llegará a Nueva York a exhibir sus obras en el Beka Museum.

Para hacer exitosos sus proyectos profesionales, María Esther considera que lo mejor que pudo hacer fue estudiar Administración de

Negocios Internacionales y Derecho.

Mientras que el primer programa le permitió entender cómo funciona una empresa y cómo administrarla, la segunda le dio los insumos

necesarios para constituir la a nivel jurídico. “Eso me dio un conocimiento estructural mucho mayor para poder crear mi propio negocio. Por eso, a mi Universidad tengo todo para agradecerle, porque lo que soy es formación de La Sabana”.

Particularmente, el derecho ha ocupado, incluso en el presente, un lugar muy importante en su vida profesional. Mientras que por las noches se dedica a trabajar en sus pinturas, pasa los días en su firma de abogados, un negocio que comparte con su madre y hermano, y en donde se desempeña como abogada de familia.

Aunque no le es fácil tener dos trabajos como independiente, porque implica administrar el tiempo para cumplir con ambos roles, María asegura que es lo mejor que ha podido hacer para seguir trabajando en lo que le gusta y mantener una estabilidad financiera.

Su pasión por el arte

Desde muy pequeña, ha creado cuadros que surgen de la inspiración de fotografías y personas que llaman su atención. Hoy, uno de sus emprendimientos es una galería



de arte ubicada en el norte de Bogotá. María dice que, en este punto de su carrera artística, está convencida de que la materia prima más importante de su trabajo no es ni el color ni el lienzo, sino la pasión. “Yo puedo pasar diez horas feliz pintando. Creo que cuando lo que te mueve es una fuerza interna, que se llama pasión, es muy diferente a hacer las cosas cuando no hay convicción”, reflexiona la artista.

Esa misma convicción fue la que la llevó a animarse a vender sus obras y a exponerlas en diferentes galerías en Bogotá. Recientemente, el miembro de un museo en los Estados Unidos, que conoció su arte a través de un amigo en común, le sugirió apostar por una proyección internacional. Por eso, se postuló en una convocatoria para exhibir su trabajo en el Beka Museum, ubicado en la Quinta Avenida en Nueva York, una de las calles comerciales más importantes de esa ciudad estadounidense. Para ser seleccionada, su propuesta pasó por la Universidad de Yale y por el ojo crítico de dos curadores del museo. “Como era algo tan grande, lo hice sin mucha expectativa. Luego, me aceptaron y me siento viviendo el sueño de todo artista”, expresa con ilusión.

La versatilidad que caracteriza las obras de Mercado — como firma sus cuadros— fue lo que más llamó la atención de los curadores a cargo de la exposición. Aunque algunos conocidos le han sugerido que se enfoque en pintar siempre objetos o personajes similares para que sean los que definan el carácter de su obra, ella ha descubierto que lo que hace realmente valioso su arte es que, con cada pieza, cuenta historias diferentes. Su interés, según comenta, es: “Hacer oír mi propia voz, entendiendo que hoy en día los emprendimientos son muy disruptivos. Por eso, he venido pintando lo que me sale del alma. Creo que eso ha tenido muchas ventajas porque siempre que viene alguien a la galería se enamora de un cuadro. Eso me ha facilitado llegar al corazón de la gente”.

Así, pintando diferentes personajes y utilizando numerosas técnicas y materiales para finalizar sus pinturas, María Esther no solo está cerca de hacer llegar su obra a Nueva York (lo cual se dará en julio), sino que mantiene la satisfacción de saber que rompió sus propios estigmas sobre cómo sería emprender en el arte. “Realmente, yo nunca pensé que las pinturas se pudieran monetizar. A uno siempre le dicen que es difícil, pero la verdad a mí me ha fluido mucho”. Confiesa que su secreto está, justamente, en su capacidad para satisfacer los intereses y gustos de cada uno de sus clientes, lo que la ha llevado, incluso, a ofrecer obras personalizadas. “Uso las mejores pinturas y el mejor lienzo. Mi prioridad es que la persona que compre el cuadro se sienta realmente satisfecha con lo que se lleva a su casa”, comenta la graduada.

Para María Esther, una aptitud necesaria para alcanzar el éxito en el emprendimiento es la persistencia. Ante las dificultades que implica ser independiente, según dice, es importante ser paciente, mantener la fe y ser inquieto para hallar soluciones eficientes que permitan proyectar el negocio. Por último, advierte un elemento más, que no considera menor y que ha sido valioso en su camino profesional: “He tenido la fortuna de tener gente al lado que me ha ayudado a salir adelante. Pienso que rodearse bien en la vida es una de las cosas más importantes que hay”. 





La mejor interna del Hospital Militar Central es de La Sabana



Gracias a su esfuerzo, trato con los pacientes, trabajo investigativo y calidad humana, Sofía Ortiz, estudiante de Medicina de décimo segundo semestre, fue elegida la mejor interna del Hospital Militar Central, donde se encuentra haciendo su internado básico.

El Hospital Militar Central, institución con la cual la Facultad de Medicina tiene un convenio de más de 20 años, realizó el pasado martes, 31 de mayo, la ceremonia de grado a los internos que completan un año o un semestre de rotación dentro del Hospital. En esta ceremonia, titulada “Diploma Mejor Interno”, participan internos de diferentes universidades, tales como El Bosque, la del Norte, la Autónoma de Bucaramanga y la Militar.

“Nuestro programa de Medicina se ha mantenido consistentemente dentro de los mejores en Colombia, gracias a la formación de personas en un ambiente académico de alto nivel. Tenemos uno de los pocos programas en el país con tres semestres de internado, lo cual permite consolidar las competencias de nuestro graduado para ser confiable para la sociedad”, afirma el doctor Julio César García Casallas, director de programa.

Por su parte, Sofía dice: “Mis días como interna variaban según el servicio en el que estuviera, pues pasé por cuatro especialidades básicas: pediatría, ginecología y obstetricia, cirugía general y medicina interna. La mayoría de los días empezaba mi labor alrededor de las 4:30 o 5:00 de la mañana, y terminaba a las 5:00 de la tarde; otros días, incluso terminaba a las 7:00 de la noche o después, todo dependía del tipo de servicio que estuviera atendiendo”.

Dentro de las labores de la interna, debía revisar cómo había evolucionado el estado de salud de los pacientes, hacer revisiones académicas de las enfermedades, entrar a cirugía si había una especialidad quirúrgica que lo requiriera o una consulta externa. De igual forma, la mayoría del tiempo debía estar disponible para efectuar cada actividad de manera precisa y acertada. “Algunas veces, los horarios, la carga asistencial y la académica eran muy fuertes”, afirma Sofía.

¿Cómo se desenvuelve Sofía en la Facultad?

Sofía hace parte del Semillero de Investigación Salud Sexual y Procreativa de Ginecología y Obstetricia de la Facultad. Allí, ha participado en diferentes proyectos: revisiones narrativas, reportes de caso, estudios observacionales y participaciones en congresos. Los trabajos son diversos: parto humanizado, endometriosis, riesgo cardiovascular en mujeres posmenopáusicas, entre otros, enfocados en dejar un plus en el bienestar de la mujer y mejorar su calidad de vida.

“Siento que la participación en este semillero y las investigaciones me ayudaron a conseguir este logro, ya que hoy la investigación y la innovación, así como el buscar a diario respuestas a preguntas nuevas, son un prerrequisito que la mayoría de las escuelas de medicina tiene en cuenta”, dice Sofía.

El sello Unisabana que los distingue...

“Las pautas que nos inculcan en la Universidad consisten en tratar a las personas como seres humanos biopsicosociales. Esto genera que uno, como médico en formación, se esfuerce hacia la excelencia. Debo recalcar que en cuanto a las ciencias y especialidades básicas en las que roté, la Universidad de La Sabana realmente se destaca por la calidad de sus profesores, sus clases, el contenido y la forma como nos enseñan a enfocar, individualizar y aportar en cada caso. Además, me parece que es una escuela en la que se enseña desde el amor, para que cada tarea apunte a la excelencia y con exigencia. Así, uno crece como médico en formación, en un libre desarrollo y pensamiento crítico, sin miedo al fracaso, a equivocarse o a opinar. Eso es parte indispensable del proceso”, añade Sofía.

“Las pautas que nos inculcan en la Universidad consisten en tratar a las personas como seres humanos biopsicosociales. Esto genera que uno, como médico en formación, se esfuerce hacia la excelencia”.

“Para mí y mi familia, fue un logro en conjunto. Mis padres siempre me apoyaron de una manera inimaginable. A veces, hasta mi mamá se despertaba conmigo a darme apoyo en la madrugada. Debo agradecer también a mi hermano y a mis amigos incondicionales; siempre trataron de tener empatía, ponerse en mis zapatos y estar ahí. Puedo decir que soy afortunada y que Dios me puso a las personas correctas en el camino, para recibir ese apoyo incondicional que uno necesita. Apenas les conté [sobre la distinción], unos lloraron y otros se rieron, pero siento que fue un logro de todos los que estuvieron presentes este tiempo; por eso, la alegría fue tan grande. Para mi familia, significa que su esfuerzo en mi formación y educación ha estado bien. Esta también es una forma de agradecer y retribuir a sus esfuerzos”, concluye Sofía.



Estudiantes de medicina de diferentes universidades del país, que realizan su internado en el Hospital Militar Central, en la ceremonia de premiación.



Grupo de estudiantes que participaron en la revista *Momentum* en el 2022- 2



Momentum, una publicación para analizar los movimientos sociales

La profesora de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas, Mónica Hurtado, ha implementado la metodología por proyectos en la asignatura de Movimientos Sociales, la cual creó la revista *Momentum*. Esto es novedoso, ya que la mayoría de los estudiantes que inscriben esta asignatura esperan que durante las 16 semanas de clase solo haya una aproximación exclusivamente teórica sobre todos los movimientos sociales del país, por lo cual se encuentran con una nueva experiencia.

Es importante hablar sobre este tema ya que, según la profesora Mónica, “Los movimientos sociales han sido un motor de cambio en el mundo y su impacto se ha reflejado en temas diversos. A pesar de los logros, los problemas de justicia social, desigualdad y discriminación persisten y afectan a buena parte de la población global”. Estas temáticas potencian en los estudiantes la habilidad de tener un pensamiento crítico y les permite, desde una mirada académica, analizar la trayectoria histórica, la naturaleza y la comprensión de los distintos procesos que se desprenden de los movimientos sociales, así como los elementos esenciales para su consolidación y desarrollo.



Descubre

La profesora Mónica ha implementado la metodología por proyectos con dos horas semanales dedicadas a las aproximaciones teóricas y una hora de taller. En estos espacios y con la práctica, los estudiantes desarrollan las llamadas habilidades blandas: trabajo en equipo, comunicación, toma de decisiones y empatía, entre otras. En esta asignatura, la evaluación es fundamental, porque participan el profesor y los compañeros pares; de igual manera, la autoevaluación cumple un papel importante.

Uno de los resultados de esta labor docente y con el cual Mónica se enorgullece de los aprendizajes es la revista *Momentum*. Esta iniciativa surgió de los estudiantes, quienes se motivaron a planear, diseñar y realizar un producto escrito en formato revista, con diferentes artículos. Para la redacción de cada artículo, los estudiantes investigaron, realizaron entrevistas y analizaron los resultados bajo los contenidos temáticos abordados en clase y las orientaciones para investigar a partir de las ciencias sociales. Finalmente, la revista fue sometida a jurados expertos para recibir sus comentarios y garantizar la calidad de su contenido. La motivación y el compromiso de los estudiantes permitieron que este producto escrito fuera otro impulso para desarrollar habilidades transversales, junto con la escritura.

José Manuel Villalba, estudiante de Ciencias Políticas, comenta que aprendió a desarrollar varias habilidades, como el autoaprendizaje, la búsqueda de información real, la redacción, entre otras. Por su parte, Angie Daniela Ariza, también estudiante de Ciencias Políticas, afirma que en la asignatura logran integrarse los conocimientos teóricos y prácticos, y destaca el trabajo de campo que le permitió tener una visión crítica de varios movimientos sociales.

Siendo una evidencia del logro de los resultados previstos de aprendizaje, la primera edición de la revista *Momentum* está publicada en el repositorio Intellectum de la Biblioteca Octavio Arizmendi Posada de la Universidad de La Sabana y se está preparando su segunda edición. Este es un espacio que se puede enriquecer, como expresan la profesora y los estudiantes, con trabajos de semilleros, reseñas de trabajos de grado y otros ejercicios de las asignaturas del programa de Ciencias Políticas. 



La primera edición de la revista *Momentum* está publicada en el repositorio Intellectum de la Biblioteca Octavio Arizmendi Posada y se está preparando su segunda edición.



45 personas participaron en el taller que les permitió conocer los beneficios del tejido.



Un taller en alianza con la Alcaldía de Chía

“El amor por el tejido entrelaza historias de vida”



Como parte del trabajo articulado con nuestros amigos y aliados, y en la búsqueda común y permanente del trabajo por la comunidad, se realizó el taller “El amor por el tejido entrelaza historias de vida”, una iniciativa liderada por Érika Sofía Murcia, gestora social de Chía, y organizada por la Asociación de Amigos Unisabana. En este espacio fue invitada María Andrea Rodríguez Garzón, graduada de la Maestría en Desarrollo Infantil.

Este espacio de aprendizaje, unión y bienestar contó con la participación de más de 45 personas entre niños, jóvenes y adultos de 15 familias de Chía, quienes experimentaron los beneficios del tejido en la salud emocional. El evento, además, contó con la participación de Luis Carlos Segura, alcalde de Chía.

“Con una historia de vida y el aprendizaje colaborativo, se logró transmitir a las familias los beneficios de la práctica regular del tejido, ratificando los hallazgos de la reciente investigación de la Maestría en Desarrollo Infantil. Los asistentes aprendieron en familia una de las formas de tejidos con dos agujas, conocieron los beneficios del tejido sobre la atención, las habilidades motoras y socioemocionales e iniciaron un producto (prendas tejidas)”, dice María Andrea, quien a su vez manifestó la gratitud de realizar estos espacios.

Por su parte, Érika Murcia dijo que, además del impacto en el bienestar y el aprendizaje generado por este tipo de talleres, se contribuye a la unión de la familia como base fundamental de la sociedad y con espacios de entretenimiento para toda la comunidad. A través de las redes sociales de la Alcaldía de Chía, la gestora social agradeció a la Universidad de La Sabana por el apoyo y la articulación en esta experiencia.

Las familias manifestaron un profundo agradecimiento por los esfuerzos de la Alcaldía, en articulación con la Universidad, y por su interés en mantener estos talleres que tienen un alto impacto en sus vidas.

En el futuro inmediato, se pretende repetir este mismo taller para muchas más familias que se inscribieron pero que, debido a la falta de espacio y tiempo, no pudieron asistir en esta primera oportunidad. También están previstos otros talleres adicionales, como complemento a las instrucciones de la primera etapa que recibieron las personas asistentes.



Ten en cuenta

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



Educación religiosa escolar y educación para la paz. De la identidad a sus desafíos

Autores: Carlos Julián Palacio Vargas, Jaime Laurence Bonilla Morales y María Ceneida Alfonso Fernández

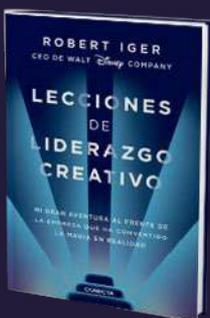
Libro electrónico - Digitalia Hispánica



Música y medios audiovisuales. Aproximaciones interdisciplinarias

Autores: Josep Lluís I Falcó y Joaquín López González

Libro electrónico - Digitalia Hispánica



Lecciones de liderazgo creativo. Mi gran aventura al frente de la empresa que ha convertido la magia en realidad

Autor: Robert Iger

Ubicación: tercer piso

Código: 658.40092 I24I

GAMMA es el nuevo medio para presentar y plasmar ideas. Deja que la magia de la App transforme tus proyectos en hermosos y atractivos diseños.

[Haz clic aquí para más información](#)



Reconocimientos por servicios prestados

Rafael Antonio Cubillos Núñez

15
años

Coordinador de Desarrollo Cultural

Dirección de Bienestar y
Experiencia del Estudiante

“ Mi historia en la Universidad de La Sabana se remonta a mi vida universitaria y mi amor por el arte, que me llevó a inscribirme en el 2001 en un programa profesional de formación artística de la Facultad de Educación. Mi pasión por la música y la danza eran tan fuertes, que me llevaron a querer pertenecer al grupo de danzas y a la orquesta de Bienestar. Con el tiempo, este grupo musical se convertiría en la legendaria ‘Banda Fusión’; algunos compañeros de aquella época recordarán ese nombre, pues nos presentábamos en cuanto evento se programaba en la Universidad. En esa misma época nació mi hermosa hija Anasofia, quien hoy ya tiene 18 años. ¡Cómo pasa el tiempo!

Posteriormente, con un nuevo rol, mi vida cambió bastante y fue aún más exigente, ya que debía ser papá, estudiar para terminar mi carrera, tocar con Banda Fusión y, además, seguir trabajando como estudiante PAT. Fue allí donde conocí a mi gran mentora, Marta Puerta Toro, con su famosa sala cultural; un espacio que muchos disfrutamos, ya que teníamos una programación semanal llena de actividades. Trabajé a su lado como estudiante PAT hasta 2008, cuando firmé mi contrato como empleado de la Universidad en el cargo de auxiliar cultural de Bienestar Universitario. Más adelante, ante la necesidad de un nuevo cargo que potenciara toda la gestión de los grupos artísticos representativos, las escuelas de formación y la agenda cultural de Bienestar, recibí la Coordinación de Desarrollo Cultural.

Un recuerdo particular es que a mis equipos de trabajo les decía constantemente que lo importante siempre era resolver, pues en ese orden y con esa consigna he vivido toda mi gestión aquí en La Sabana. Tanto así que, cuando vivimos la inundación en una de las sedes alternas, fue tan grande nuestro impulso y deseo de continuar ensayando con los grupos musicales que terminamos adecuando una sala de ensayo en uno de los baños de la sede de la Universidad Católica; estuvimos algo incómodos, pero fuimos felices. Todo esto no se logra si no se siente pasión por lo que se hace, si no sentimos que somos parte de este proyecto familiar.

Agradezco a Dios porque aquí he conocido a personas maravillosas, de las cuales he aprendido mucho. Encontré un tesoro de la mano de la persona que decidió luchar conmigo y hacer equipo por el camino de la vida: el amor de mi esposa Claudia. Siento que Dios y la vida me tienen donde realmente soy feliz, haciendo lo que realmente me apasiona. He vivido muchas experiencias que me han ayudado a reconocer, valorar y cuidar a esta familia. Puedo decir sin temor a equivocarme que siempre me sentiré con ganas y orgullo de decir que ser Sabana vale la pena. 🎵🐦





Conoce lo que la
Zona Laboral
tiene para ti

Haz clic **aquí.** ▶

Unisabana 
el Medios
Facultad de Comunicación

Recuperar la vida tras pagar su pena

Al salir de la cárcel, una mujer que ha estado tras las rejas se enfrenta a una sociedad diferente. Su deseo de recobrar la libertad suele estar acompañado del reto de iniciar un nuevo proyecto, que va marcado por muchas dificultades, tanto económicas como laborales.

Lee más en:

https://bit.ly/ReinsercionLaboral_USM

Haz
clic **aquí**



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

Dirección y Edición General

Maria del Pilar Vélez Robledo
Cristina Macías Echavarría

Coordinación de contenidos

Natalia Alejandra Garzón
Anamaría Monroy Rodríguez

Gestión de contenidos

Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana

Corrección de estilo

Jairo Valderrama Valderrama
Cristina Sánchez (Grafoscopio)

Fotografía

Dirección de Comunicación Institucional

Contenidos audiovisuales

Laura María Pazmiño

Diseño y diagramación

Grafoscopio

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

CAMPUS COPYRIGHT © 2023 UNIVERSIDAD DE LA SABANA Prohibida su reproducción total o parcial, así como su traducción a cualquier idioma sin autorización escrita de su titular. Todos los derechos reservados.

Campus[®]

Periódico Universidad de La Sabana