



## Unisabana College, un programa de **orientación profesional**

La Facultad de Educación lanza el programa Unisabana College, dirigido a personas que desean iniciar su vida universitaria, pero que no tienen claridad respecto a qué programa estudiar.

Leer +

## La Facultad de Comunicación, **presente en el festival SmartFilms**

Estudiantes de Comunicación Audiovisual y Multimedia participaron en la realización de cinco productos audiovisuales que hicieron parte de la selección oficial de SmartFilms.

Leer +

## ¡Conoce las buenas prácticas **de enseñanza de nuestros profesores!**

En el marco de los Premios de Innovación Curricular, conoce las metodologías de aprendizaje experiencial que presentaron nuestros profesores y administrativos en la categoría de Innovación con aliados.

Leer +



# Santa Misa

con ocasión del aniversario  
de la fundación del Opus Dei

Misa Solemne en el Gimnasio de los Cerros y en la Universidad de La Sabana por un nuevo aniversario de la fundación del Opus Dei.

**Lugar:** Universidad de La Sabana (Chía)

**Fecha:** domingo, 2 de octubre

**Hora:** 11:00 a. m.

Celebra el Pbro. Jorge Mario Jaramillo Echeverry, Vicario regional en Colombia y Ecuador.

**Lugar:** Gimnasio de Los Cerros (Bogotá)

**Fecha:** domingo, 2 de octubre

**Hora:** 11:00 a. m.

Celebra Mons. Hernán Salcedo Plazas, Vicario Secretario.

**Conoce más de este día  
haciendo clic aquí.** 



La Universidad de La Sabana es la

**sexta mejor universidad en**

**Colombia,** de acuerdo con el QS

World University Ranking 2022 que mide la calidad de la educación superior, y una

de las **50 mejores en América**

**Latina.**



# ¡Conoce las buenas prácticas de enseñanza de nuestros profesores!

**E**n esta tercera publicación de las buenas prácticas de enseñanza de los profesores y administrativos que participaron en los Premios de Innovación Curricular, presentamos la segunda parte de la categoría de Innovación con aliados. ¡Conócelas!

## Innovación con aliados

Con el fin de que los estudiantes aplicaran sus conocimientos en un contexto determinado, las siguientes seis experiencias innovadoras con metodologías de aprendizaje experiencial desarrollaron alianzas con empresas, corporaciones, actores del sector público, comunidades de Sabana Centro, etc.



## Morfofisiología va al mercado con la Escuela

Diana Carolina Rojas Torres, de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas.

Daniel Botero Rosas, de la Facultad de Medicina.

Profesores de la Facultad de Medicina y de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas retan a estudiantes de Morfofisiología y Proyecto II a plantear soluciones para un problema médico y luego evaluar su viabilidad.

Al final del semestre, se enfrentan a un “*Shark Tank*” con jurados externos. Los ganadores pueden llegar a ser parte del grupo de investigación, Proseim.

**Metodología:** aprendizaje basado en retos.

Conoce más del proyecto aquí:





## El design thinking como estrategia para responder a las necesidades en salud de las comunidades

Diana Cristina Angarita Rodríguez y Leidy Karina Soche Monsalve, de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.

Durante su Práctica Formativa de Primer Nivel de Atención, los futuros fisioterapeutas se forman mientras responden a las necesidades de las comunidades relacionadas con el movimiento corporal humano, entrando en diálogo con comunidades e incorporando elementos del *design thinking*.

**Metodología:** *design thinking*.

Conoce más del proyecto aquí:



## Pensamiento de diseño para la innovación social

Carolina Muñoz Cortés, de la Facultad de Comunicación.

Grupos de estudiantes de la asignatura Comunicación para la Innovación Social desarrollan un proyecto enfocado en cambiar vidas usando el *design thinking* como herramienta. Conocen a su audiencia, identifican las necesidades y empatizan con ella para resolver problemas de manera innovadora.

**Metodología:** *design thinking*.

Conoce más del proyecto aquí:



## Reto en el aula: Sophos Solution

María Teresa Macías Joven y Diana Carolina Rojas Torres, de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas.

La multinacional colombiana Sophos Solution, líder en soluciones de banca, se une con la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas para identificar poblaciones con potencial de crecimiento que no se encuentran incluidas financieramente, y generan soluciones teniendo en cuenta el acceso, el uso, la calidad y el impacto que tendría la inclusión financiera en la población seleccionada.

**Metodología:** aprendizaje basado en retos.

Conoce más del proyecto aquí:





## Aprendizaje basado en retos: una experiencia de innovación para solucionar problemas en las enfermedades raras

Vivian Fernanda Jiménez Ocampo, de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación.

En la asignatura Embriología y Genética —disponible como electiva para toda la comunidad universitaria—, los estudiantes proponen soluciones interdisciplinarias y colaborativas para aplicarlas en casos reales de poblaciones con enfermedades raras en el municipio de Chía y en alianza con las fundaciones: la Federación Colombiana de Enfermedades Raras (Fecoer), Cornelia de Lange (CdLS Colombia), la Asociación Tejido Azul, entre otras.

**Metodología:** aprendizaje basado en retos.

Conoce más del proyecto aquí:



## Design thinking en educación. Por una educación diferente.

Tatiana Ghitis Jaramillo, de la Facultad de Educación.

En esta iniciativa, estudiantes de la clase Mediaciones Didácticas, Proyectos e Innovaciones implementan el *design thinking* para hacer propuestas de diseño de instituciones educativas que utilicen pedagogías alternativas y promuevan la formación integral de los niños.

**Metodología:** *desing thinking* y aprendizaje basado en problemas.

Conoce más del proyecto aquí:



Si deseas recibir asesorías sobre cómo incorporar metodologías de aprendizaje experiencial en tu clase, puedes solicitar apoyo a la Jefatura de Aprendizaje Experiencial, escribiendo al correo [laura.bermudez3@unisabana.edu.co](mailto:laura.bermudez3@unisabana.edu.co). 

Semana

# Aniversario 43

Unisabana

En el marco de la celebración de la “Semana de Aniversario” de la Universidad de La Sabana, la comunidad universitaria participó en distintos escenarios académicos, culturales y deportivos, en los cuales se vivieron momentos de integración, alegría, reflexión y conmemoración de los 43 años en los que nuestra Universidad ha dejado huella.





# Descubre



## Unisabana College, un programa de orientación profesional

*La Facultad de Educación le apuesta a un programa de orientación profesional flexible e innovador, que atiende a necesidades e intereses de los jóvenes mientras viven la vida universitaria.*

**U**nisabana College es un programa dirigido a personas que deseen iniciar su vida universitaria, pero que buscan una orientación vocacional. Es ofertado por la Facultad de Educación y tiene como objetivo dar la posibilidad de vivir la

Universidad de La Sabana cursando asignaturas de pregrado reconocibles, brindando herramientas personales y profesionales.

La duración del programa es de un semestre, en el cual se hace un acompañamiento al joven con el fin de que explore diferentes áreas para identificar su profesión, permitiendo que el estudiante curse asignaturas de varios pregrados (excepto Medicina), las cuales luego serán reconocidas en la carrera seleccionada, apoyando así el éxito académico y la matrícula de nuevos estudiantes en la Universidad.

Uno de los diferenciales del programa es el *mentoring*, un proceso de acompañamiento personalizado con un psicopedagogo, que consta de asesorías psicopedagógicas y apoyo vocacional y académico para el estudiante.

Dentro de las principales características del Unisabana College, se destaca que es un programa

**Unisabana College se centra en las necesidades de los jóvenes de hoy. Su carácter flexible e innovador le permite al estudiante tomar una decisión consciente e informada sobre su proyecto de vida.**



innovador y flexible. Los estudiantes —apoyados por su mentor— inscriben asignaturas de pregrado elegidas por ellos y reconocibles en su pregrado de interés, promoviendo la integración a la vida universitaria, el éxito académico y la elección de la carrera profesional.

### La estructura curricular se organiza de la siguiente forma:

- Asignaturas de pregrado elegidas por el estudiante (diez créditos)
- Persona y autoconocimiento (dos créditos)
- Idioma (tres créditos)
- *Coaching* vocacional (un crédito)
- *Intelectual agility* (un crédito)
- *Mentoring* (asesoría psicopedagógica personalizada)

### El proceso para cursar el programa Unisabana College consta de cuatro pasos:

1. El estudiante se inscribe al programa, realiza la entrevista y formaliza la matrícula.
2. El estudiante escoge las asignaturas con apoyo del mentor; estas serán reconocidas dependiendo del programa que continúe cursando.
3. En el primer semestre se cursa *Coaching* vocacional e *Intellectual agility*.
4. Es un estudiante activo de La Universidad de La Sabana y puede acceder a 17 créditos.

### Finalizado el programa, el estudiante toma una decisión respecto a su orientación profesional y continúa su proceso, por medio de los siguientes pasos:

1. Cumplir el proceso de Admisión, según el reglamento de estudiantes de la Universidad de La Sabana.
2. Aprobar las condiciones específicas de admisión de cada programa.

“Unisabana College se centra en las necesidades de los jóvenes de hoy. Su carácter flexible e innovador le permite al estudiante tomar una decisión consciente e informada sobre su proyecto de vida, ya que el programa le brinda herramientas de acompañamiento personalizado y orientación, que promueven el desarrollo de competencias para la vida universitaria, la elección de la carrera profesional y el futuro éxito académico”.

Para Ingrid Anzelin, decana (e) de la Facultad de Educación, Unisabana College: “Es una apuesta institucional que responde a nuestra prioridad de Portafolio Ágil. El programa responde con flexibilidad, cercanía y versatilidad a las necesidades e intereses de los estudiantes en la elección de su carrera. Buscamos que este sea un programa que se articule armónicamente con todas las unidades de La Sabana, permitiéndole al estudiante tener una experiencia universitaria integral”.

Si deseas conocer el plan de estudios, las ventajas y las razones por las cuales es importante cursar este programa antes de iniciar la vida universitaria, te invitamos a visitar la página web del programa,

**haciendo clic aquí.** ▶

Para más información, puedes escribir al correo [laura.rodriguez16@unisabana.edu.co](mailto:laura.rodriguez16@unisabana.edu.co) o contactarte con el número 310 679 0072, para conocer todo acerca del proceso de admisión. 📧



# Proyéctate, un programa para formar y orientar a estudiantes de grado once



Con sesiones semanales y virtuales, se viene adelantando el programa *Proyéctate*, estructurado en tres componentes por la Licenciatura de Ciencias Naturales de la Universidad de La Sabana, a fin de orientar y formar a los estudiantes de grado once de las instituciones académicas de la región Sabana Centro, Bogotá y Cundinamarca, para cultivar en ellos su vocación profesional.

A cargo de los profesores, estudiantes y la directora de Estudiantes de esta Licenciatura, los componentes del programa contemplan talleres enfocados en tres aspectos: la formación personal, la educación STEM y la educación ambiental. Además, en cada sesión la participación se da respondiendo a las preguntas formuladas en cada taller y se mantiene una comunicación constante con los profesores de los colegios participantes.

Este programa, apoyado también por la unidad de Admisiones, permite que los participantes amplíen la visión sobre el futuro después de cursar la educación secundaria, además de promover las habilidades necesarias para el mundo universitario y construir una ciudadanía inspiradora.

Los estudiantes que conforman el programa en la edición de este año fueron seleccionados e inscritos por los profesores de cada colegio, teniendo en cuenta su sobresaliente desempeño académico en las áreas de ciencias naturales y matemáticas, y su actitud como líderes ambientales y escolares de sus instituciones. Para la versión de este año, participan 619 estudiantes de 81 colegios y 17 municipios de Colombia.

En detalle, los componentes que comprende el programa *Proyéctate 2022* son:

- **Formación Personal:** comprende la organización del tiempo, la inteligencia financiera, la identificación de fortalezas, los

consejos y las pautas para tener éxito en las pruebas Saber 11, entre otros aspectos.

- **Educación STEM:** los talleres se centran en las temáticas de ciencias (biología, química, física, astronomía), tecnología, ingeniería y matemáticas; se incluyen la robótica, la astrobiología y la astronáutica.
- **Educación Ambiental:** taller estructurado a partir de temáticas diversas, como la huella de carbono, la huella hídrica, las 3R y la solución de problemas socioambientales de Colombia.

*Proyéctate 2022* ha tenido una participación de 450 estudiantes por sesión; de estos, 346 han participado en todos los talleres. Además, se incluyen dos sesiones presenciales en el campus de La Sabana: (1) los estudiantes junto con sus profesores y familias asisten al taller “STEM en la Antártida”, un recorrido por la Universidad; (2) se les propone un desafío ambiental para los espacios escolares, que incluye tres retos relacionados con el agua, la tierra y el aire, y que aporta a la solución de problemas ambientales de Colombia. En este, participan los estudiantes de *Proyéctate 2022* y los líderes ambientales de los proyectos ambientales de los colegios.

Ana Sofía Sierra, estudiante del colegio Fundación Colegio Emilio Valenzuela, dice que “Lo que he aprendido de *Proyéctate* está enfocado, sobre todo, al cuidado del ambiente, el desarrollo sostenible y STEM; por ejemplo, la huella de carbono e hídrica, la robótica, los telescopios estelares, entre otros temas”.

Por su parte, Andrés Guana, del colegio Hernando Durán Dussán, expone su opinión: “He aprendido muchas pautas para cuidar el medio ambiente y, con ello, descubrí mi huella de carbono; recibí consejos para mi examen Saber 11; me enseñaron

*Proyéctate 2022* ha permitido articular a diferentes actores dentro del programa, así como visibilizar y fortalecer las alianzas académicas con las secretarías de Educación y los colegios oficiales y privados de la región.

muchos cuerpos celestes y cómo se comportaban en la cámara —también los funcionamientos tecnológicos, como los del James Web o robots que han ayudado al descubrimiento de zonas en el espacio exterior—, entre otros aprendizajes”.

Asimismo, Carlos Humberto Barreto Tovar, director de la Licenciatura en Ciencias Naturales, afirma que “*Proyéctate 2022* ha permitido articular a diferentes actores dentro del programa (estudiantes, profesores, Dirección de Estudiantes, Admisiones), así como visibilizar y fortalecer las alianzas académicas con las secretarías de Educación y los colegios oficiales y privados de la región, aportando a la construcción de una ciudadanía inspiradora, desde la relevancia práctica, la educación STEM y la educación para la sostenibilidad”.



# La Facultad de Comunicación, presente en el festival SmartFilms

Más de 40 estudiantes de Comunicación Audiovisual y Multimedia participaron en la realización de cinco productos audiovisuales que hicieron parte de la selección oficial de SmartFilms, el festival que promueve la realización de productos con dispositivos móviles.

**"Una presencia tan grande del Programa en el festival es motivo de orgullo, porque aporta a la visibilidad de los creadores y sus productos, pero también ayuda a medirnos frente a otros productores del país y el medio",** dice Andrés Forero Serna, director de programa de Comunicación Audiovisual y Multimedia.

## **Al alba (cortometraje)**

**Categoría:** Aficionado Transmilenio

Alba, de 60 años, es una experta en relaciones de pareja que ha dedicado gran parte de su vida al activismo por los derechos de las mujeres. Ella está siendo entrevistada para un documental sobre su vida, en el cual cuenta dos experiencias relacionadas con su lucha. Su historia, en especial, trata el legado de aquellas mujeres que han luchado por sus derechos.

**"Nuestra principal motivación para participar fue contar la historia relacionada con asuntos relevantes para el género femenino. Este tipo de convocatorias son una gran oportunidad para experimentar y no dejarse detener por los desafíos técnicos al contar historias",** señala María Fernanda Álvarez Herrera, productora.

## **Distancias (cortometraje)**

**Categoría:** Filminuto Vertical Telekwai

José Luis, un joven inmigrante, se encuentra perdido en una ciudad nueva, desorientado por la dinámica de las personas y sus prejuicios. Debe usar el transporte público para llegar a tiempo y no perder una oportunidad laboral que podría cambiarle la vida.

**"En general, la experiencia, tanto en la producción como en el festival, fue muy buena. Grabamos en estaciones y buses de Transmilenio; fue todo un reto asegurar la calidad del producto en medio de tanto ruido, personas y movimientos bruscos",** recuerda Juan David Polanía Barón, productor.





### **Peripezia (cortometraje)**

**Categoría:** Aficionado

Esta historia comprende la situación de una niña que pasa por su menarquia (primera menstruación): cómo se siente y cómo, con un simple sueño, transmite ese sentimiento. Una historia agobiante e incluso de enseñanza que deja por fuera los tabúes.

**"Nuestro proyecto nace del entusiasmo de unos estudiantes que quieren causar impacto, aceptando el reto del festival para hablar sobre el empoderamiento femenino. Estamos muy orgullosos del producto final y agradecidos por esta oportunidad. Nos alegra dar una perspectiva diferente y única de un proceso que experimentan todas las mujeres, borrando tabúes",** comenta Juan Camilo Gutiérrez, director.



### **Takyba guardería (Spot)**

**Categoría:** Spot

Un anuncio publicitario sobre Takyba, un hotel y guardería canina donde las mascotas encuentran su segundo hogar.

**"Este producto significó un gran reto porque nunca habíamos realizado una pieza audiovisual relacionada con el mercadeo o la venta de un producto. Además, trabajar con perros, animales muy poco predecibles, nos enseñó el valor de la paciencia en un rodaje",** dice María Camila Hoyos, realizadora.



### **Hambre infernal pecado capital (Spot)**

**Categoría:** Spot

A las puertas del pecado capital ha llegado un rostro familiar. Cada uno decide en dónde pecar.

**"Pasar por una gala de los productos prenombrados de un festival como este es una experiencia que quedará para siempre marcada en nuestra carrera profesional",** precisa Samuel David Riapira Sanabria, director.



### **Bela mujer (cortometraje)**

**Categoría:** Aficionado

Isabela, una chica de 14 años, se siente estresada porque no le ha llegado su primera menstruación, mientras que a todas las mujeres a su alrededor sí. Todo empeora cuando se entera de que a su hermana menor le acaba de llegar su menarquia. Isabela intenta controlar su cuerpo con todos los consejos que encuentra en Internet y, por fin, descubre qué es "ser mujer".

**"Mi experiencia en este cortometraje fue increíble. Fueron muchas horas de trabajo continuo y un compromiso constante, al igual que mucha comunicación con todo el equipo. Estoy orgulloso del resultado final y espero que estas experiencias se repitan pronto",** declara Jorge Andrés Camacho Rodríguez, diseñador sonoro. 🐦

Descubre

Seminario para Profesionales  
en Fisioterapia

# Conocimientos, habilidades y destrezas **en la manipulación de la fascia**



*Entrevista al profesor Germán Digerolamo, coordinador académico de la Escuelas de Terapias Miofasciales Tupimek en Madrid (España).*

**E**n el marco del Seminario para Profesionales en Fisioterapia en Colombia, llevado a cabo en la Universidad de La Sabana, el profesor Germán Digerolamo, fisioterapeuta, experto en terapia manipulativa articular, osteópata y magíster en Neurociencias, y quien ha investigado el rol de las células gliales y su comportamiento con el intersticio, reconoció los esfuerzos y la relevancia de la Facultad de Enfermería y Rehabilitación frente a la formación y la inclusión de conocimientos, habilidades y destrezas en la manipulación de la fascia para los fisioterapeutas y terapeutas manuales.

La profesora del programa de Fisioterapia, María Alejandra Ángel, habló al respecto con el profesor Digerolamo.

**María Alejandra Ángel:** *¿Qué papel cumple la fisioterapia en relación con la intervención en el sistema fascial?*

**Germán Digerolamo:** La terapia manual ortopédica es definida por la Federación Internacional de Terapeutas

Manipulativos (IFOMPT, por sus siglas en inglés) como un área especializada dentro de la fisioterapia, destinada a evaluar y tratar las disfunciones neuromusculoesqueléticas.

Esta especialidad se basa en el razonamiento clínico, la evidencia científica y el abordaje biopsicosocial de cada paciente y se caracteriza por utilizar enfoques de evaluación y tratamiento altamente específicos, incluidas las técnicas manuales y los ejercicios terapéuticos. Por esto, los terapeutas manuales son expertos en tomar decisiones en los diferentes campos de desempeño profesional, como el clínico, el deportivo, el de la salud y la seguridad en el trabajo, entre otros.

**M. A. A.:** *¿Cuáles son hoy los desafíos de la práctica de la terapia manual ortopédica?*

**G. D.:** Hoy, es cada vez más retador para el terapeuta manual tomar decisiones bajo nuevas demandas contextuales, los resultados de las investigaciones y las preferencias de los usuarios atendidos. Por ello, durante los últimos años

se han propuesto nuevos espacios para la formación y la investigación que apuntan al sistema fascial, cuya definición se ha escapado de los límites tradicionales. Por eso, ha sido necesario contemplar el sistema desde un punto de vista anatómico, pero también funcional y biológico.

Dadas estas nuevas necesidades, los expertos en el mundo contemplan el sistema fascial como una estructura ricamente inervada, hidratada, mecánicamente adaptable (plasticidad fascial), resiliente y omnipresente, que integra todos y cada uno de los sistemas corporales y que ha generado una nueva manera de contemplar los procesos académicos, clínicos e investigativos en torno al estudio del cuerpo humano.

**M. A. A.: Entonces, ¿cuál sería el rol de un especialista en terapia manual ortopédica (TMO) con relación a la evaluación y la intervención del sistema fascial?**

**G. D.:** El terapeuta manual ortopédico debe contar con un cambio de perspectiva rotundo en el nivel macroscópico que revela una anatomía clara que no separa cuadrantes, partes y que, por lo contrario, integra todo.

Analizar cómo funcionan las células de forma aislada al entorno tampoco es fisiológicamente correcto, pues hablamos un poco de las células con un entorno matricial (cómo las células responden en la matriz extracelular) y ahí cambia absolutamente la perspectiva, desde un punto de vista paradigmático.

Cuando se analiza al cuerpo en su conjunto y cuando se aprende a analizar el comportamiento celular dentro de la matriz extracelular, el cambio de perspectiva es categórico y se ven cosas muy distintas desde un punto de vista clínico y terapéutico.

**M. A. A.: Ahora bien, ¿cuál sería el principal aspecto para favorecer la relevancia práctica con relación al sistema fascial?**

**G. D.:** Uno de los principales problemas en la palpatoria son las expectativas, pues hemos estudiado la anatomía sobre los libros y no sobre el cadáver, y ese es el principal problema: se debe imaginar el cadáver sobre las imágenes y esto genera una disrupción perceptiva en la palpatoria. El cadáver fresco, por el contrario, tiene una gran ventaja; además de tener fascia, está conservado y no se retrae en comparación con el cadáver formolizado.

También es importante desarrollar una palpatoria adecuada y contar con el conocimiento y la práctica del cuerpo, teniendo claridad de los planos anatómicos; específicamente para la palpación del sistema fascial, el cual puede variar según la demanda mecánica.

**M. A. A.: Finalmente, para la instrucción de fisioterapeutas integrales, ¿qué aspectos desde la formación universitaria del sistema fascial son relevantes para usted?**

**G. D.:** Los pilares para desarrollar la experticia clínica son la fundamentación de las ciencias básicas, la correlación imagenológica y el roce clínico, que se deriva de la práctica clínica; todos van de la mano.

Para la terapia manual ortopédica es fundamental la ejecución precisa de las técnicas, desde un punto de vista osteoarticular, pero también el abordaje del sistema miofascial, el ejercicio terapéutico y la consciencia del movimiento.

Conoce aquí más sobre la Especialización en Terapia Manual Ortopédica. ▶



# El rol del fisioterapeuta en el manejo de la artrosis



Por María Alejandra  
Sánchez, profesora del  
programa de Fisioterapia.

*Los cambios en las estructuras corporales y en el movimiento humano corresponden al objeto de estudio de la fisioterapia, la cual, como disciplina, se consolida como un primer respondiente en el manejo de las personas que sufren de artrosis.*

**E**n el marco de la celebración del Día Mundial de la Fisioterapia, la organización World Physiotherapy (WP) estableció como eje central la enfermedad reumática, haciendo especial énfasis en el tratamiento de la osteoartrosis (OA).

La artrosis es una condición crónica y degenerativa asociada a la edad, que se caracteriza por la pérdida gradual del cartílago articular. La progresión de esta enfermedad constituye una fuente de limitación funcional por la presencia de dolor articular y la convierte en una de las principales causas de discapacidad en la vejez. Hoy en día, la progresión de la OA explica la mayoría de los reemplazos articulares en el mundo y, debido a su alta prevalencia, es sin duda un problema de salud pública.

Esta condición de malgaste articular se encuentra dentro del amplio grupo de las enfermedades reumáticas; un conjunto de más de 200 condiciones que afectan al sistema musculoesquelético; es decir, a las articulaciones, los músculos, los tendones y los ligamentos, así como al tejido conectivo. En este conglomerado se hallan varias de las condiciones de salud más prevalentes en el mundo; entre estas, se encuentran el dolor lumbar, la fibromialgia, la artrosis, la espondilitis y, en general, los dolores articulares de origen no traumático. En el caso del dolor lumbar, se estima que al menos el 90 % de la población presentará en algún momento de la vida un episodio de dolor, incluso en otras enfermedades

como la artrosis, cuyo crecimiento en la última década ha sido de un 70 %. Se prevé que al menos el 50 % de la población mayor de 60 años en el mundo presenta osteoartrosis.

### El papel del fisioterapeuta

Dentro de los síntomas más frecuentes de la artrosis, se encuentra el dolor con el movimiento, la pérdida de fuerza y de masa muscular, los cambios en la flexibilidad, la inflamación y la pérdida progresiva de función; así, el fisioterapeuta entra a desempeñar un rol crucial en el tratamiento de dichas patologías.

El campo de acción del fisioterapeuta inicia desde la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad en acciones enfocadas en la instauración de la actividad física y la alimentación saludable, como principales factores protectores en la aparición de la osteoartrosis. A su vez, el fisioterapeuta debe identificar signos y síntomas tempranos que deriven en un oportuno diagnóstico y, por ende, en un manejo interdisciplinar. En el ámbito de la rehabilitación, es indispensable restablecer la función a partir de técnicas específicas de ejercicio terapéutico y aplicación de terapia manual ortopédica, cuyo objetivo sea la disminución del dolor de las adherencias del tejido blando, además del entrenamiento funcional enfocado en la ganancia de fuerza y masa muscular, entre otras.

### Rompiendo mitos

Muchas son las creencias asociadas a esta condición de salud, por lo cual las personas, cuando reciben el diagnóstico, tienden a pensar que deben “ahorrar” sus articulaciones, evitando la actividad física y el ejercicio. También suelen creer que es una enfermedad inevitable y progresiva y que necesariamente derivará en cirugía; no obstante, estas son premisas sin fundamento o mitos del común que no se sustentan en evidencia. A la fecha, se conoce que el mejor tratamiento para el manejo de la artrosis es el ejercicio; con una correcta prescripción individualizada y progresiva, se pueden generar importantes avances en el manejo y la progresión de la enfermedad. Esta labor es principalmente del fisioterapeuta, quien encamina sus esfuerzos terapéuticos al restablecimiento del movimiento corporal humano. 🕊

---

**Se prevé que al menos el 50 % de la población mayor de 60 años en el mundo presenta osteoartrosis.**

---



# El emprendedor y los negocios digitales



Por: Edgar Ibarra Ayerbe, director de programa en Gerencia Estratégica en el Instituto Forum.

**E**l emprendedor se relaciona principalmente con los patrones de comportamiento digital, el impacto social y los nodos de conocimiento.

La variedad de categorías abarca desde las intenciones empresariales digitales para iniciar un negocio y el proceso de toma de decisiones relacionado, hasta la integración del conocimiento y los resultados sociales para los empresarios.

Los emprendedores están influenciados por las transformaciones digitales, particularmente en su comportamiento relacionado con la adopción de estímulos digitales y la evaluación de oportunidades de éxito. Las actitudes personales de los emprendedores son los impulsores iniciales de las intenciones emprendedoras y los procesos posteriores de toma de decisiones durante la determinación de los objetivos de una empresa, la identificación de oportunidades de negocio, la evaluación de riesgos y la formulación de estrategias comerciales relevantes.

Con frecuencia, las percepciones empresariales digitales son consecuencia de las actitudes existentes hacia el espíritu empresarial, las normas subjetivas y el control conductual percibido, así como las presiones externas y la madurez digital interna de la empresa. La percepción del emprendimiento digital también está influenciada por la confianza que se considera en iniciativas de investigación interdisciplinarias. Por ejemplo,



el informe *Digital Planet*, de The Fletcher School - Tufts University.

**Las percepciones empresariales digitales son consecuencia de las actitudes existentes hacia el espíritu empresarial, las normas subjetivas y el control conductual percibido, así como las presiones externas y la madurez digital interna de la empresa.**

El conocimiento empresarial es determinante en la configuración del proceso de motivación dentro del compromiso digital y empresarial, junto con las intenciones profesionales y la creación de nuevas empresas. En particular, las competencias digitales se convierten en factores clave del espíritu empresarial digital, que deben caracterizarse como requisitos previos para el compromiso digital, ya que definen la posibilidad de involucrarse y seguir siendo competitivos en el campo.



Por otro lado, las competencias digitales se desarrollan debido a la transformación digital, la influencia del contexto, y la integración y orquestación del conocimiento. Así, las dimensiones del contexto afectan la medida en que los empresarios pueden utilizar sus competencias digitales. El efecto del contexto a menudo se refleja en la ampliación de las redes sociales que desarrollan conexiones estructurales entre las personas y fomentan el acceso a las tecnologías de la información y las comunicaciones regionales y el desempeño empresarial, convirtiéndose en un facilitador en las condiciones de limitaciones de recursos y barreras institucionales.

El proceso de adquisición de conocimientos es un requisito previo para la orquestación y la cognición del aprendizaje, influenciado por factores personales, conductuales y ambientales. Los patrones de conocimiento y motivación de los gerentes determinan cómo se transforman los elementos clave de un modelo de negocio, como producción, comercialización y distribución,

gestión de clientes, mecanismos de transacción, gestión de socios y transacciones, políticas laborales, creación de valor, gestión organizacional interna, etc., debido a efectos digitales.

Dadas las oportunidades y los riesgos asociados a las transformaciones digitales, los gerentes enfrentan dilemas relacionados con la disponibilidad y la distribución de recursos para el desarrollo de las tecnologías de la información, puntos de privacidad y seguridad, políticas de empleados y clientes, y ética. Esto evidencia el efecto híbrido y dual de la digitalización, particularmente en el emprendimiento, relacionándolo con procesos disruptivos y espacios de vulnerabilidad. Dellermann, Fliaster y Kolloch (2017) proponen un marco de gestión de riesgos estratégicos en la innovación del modelo de negocio digital que incluye riesgos internos y del entorno externo, o relacionales y de desempeño. Por lo tanto, una estrategia empresarial puede basarse en una orientación centrada en el negocio, el cliente, la organización y/o la tecnología.

**Para finalizar, se pueden considerar algunos determinantes del emprendimiento digital:**

**1. Características y competencias personales:**

relacionadas con el inicio de un negocio digital (género, edad, educación, conocimiento del entorno empresarial); flexibilidad profesional (capacidad para adquirir nuevas competencias, preparación para la educación continua).

**2. Toma de decisiones y racionalidad limitada:**

actitud de oportunidad-riesgo (percepción de oportunidades de negocio, orientación y estrategia comercial); motivación personal (intenciones empresariales).

**3. Resultados personales:**

posicionamiento social (transformación de los vínculos y posiciones sociales o familiares existentes, nuevas facetas en las normas y tradiciones culturales); acceso a nuevas posibilidades empresariales (inclusión digital, etc.).



Alumni Sabana

## Ejercer el periodismo deportivo con alegría y plenitud

**A**ndrés Piñeros es graduado de la Maestría en Periodismo y Comunicación Digital de la Universidad. Su carrera como periodista siempre estuvo ligada al deporte, hasta que logró ampliar sus horizontes y conocer más allá de esta rama del periodismo en la Universidad de La Sabana.

Él es una persona alegre que irradia positivismo y tiene una energía que transmite plenitud. A pesar de tener a cargo bastantes responsabilidades, siempre cuenta con tiempo para poder compartir con personas cercanas a su trabajo o círculo personal.

A su corta edad, Andrés ha logrado tener una consolidada trayectoria en los medios de comunicación, más específicamente en el ámbito deportivo. Poco después de realizar sus prácticas profesionales entró a *Fox Sports*, en donde se encargó de ser analista de redes sociales y creador de estrategias digitales.

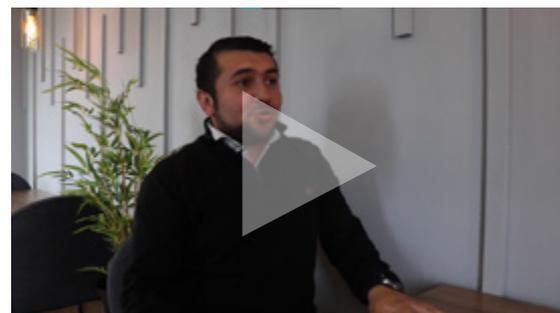
Tiempo después, cuando este canal cesó sus emisiones en el país, gracias a su buen rendimiento tuvo la oportunidad de continuar su carrera en *ESPN*, en donde continúa trabajando actualmente. Sus labores dentro de este gigante de la información deportiva van desde desarrollar estrategias digitales para sus medios de comunicaciones, hasta el manejo de sus redes sociales. Ha logrado mantenerse en uno de los canales deportivos más grandes del mundo, gracias a la pasión y dedicación que demuestra cada día.

Andrés cuenta que siempre quiso estudiar en la Universidad de La Sabana, por su enorme reputación como una de las

mejores instituciones académicas del país y la belleza de su campus. Finalmente, su anhelo se convirtió en realidad cuando ingresó en 2019 a estudiar la Maestría en Periodismo y Comunicación digital. De su paso por la Universidad, resalta el valor personal y el reconocimiento que genera ser parte de esta Institución, ya que ser estudiante de La Sabana implica una formación no solo profesional, sino también como persona. En su experiencia se sintió como parte de una comunidad donde cada uno de sus integrantes importa. Además, agrega que compartir con profesores y compañeros cercanos a su área de trabajo le aportó vínculos que mantiene hasta el día de hoy, junto al hecho de conocer distintas aristas del periodismo y la comunicación.

Nuestro Alumni recomienda a los estudiantes que aprovechen cada momento de relacionamiento con sus compañeros para aprender de ellos. De igual forma, invita a que aprovechen todos los recursos y beneficios que les otorga la Universidad. 

**¡Conoce más sobre la historia de Andrés!**



# Ten en cuenta

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



*Más allá del orden. 12 nuevas reglas para vivir*

**Autor:** Jordan B. Peterson

**Ubicación:** segundo piso

**Código:** 170.44 P485m



*Elefantes en la sala. Una mirada íntima, crítica y amorosa a la familia*

**Autora:** Mónica Roa López

**Ubicación:** segundo piso

**Código:** 306.85 R628e



*Más allá de la indignación. Reflexiones en torno a la ciudadanía, el activismo y la política*

**Autora:** Mafe Carrascal

**Ubicación:** segundo piso

**Código:** 321.8 C313m

---

## ¡Recuerda!

Para cancelar multas a través de Nequi, ingresa por la opción "Bancos". **No se aceptan pagos al número telefónico.**

**¡Recuerda que estamos para atenderte!**



# Nuestro sello

## Reconocimientos por servicios prestados

María Lourdes Lizarazo Flórez



Servicios de Aseo y  
Cafetería

Auxiliar de Aseo

25 años de  
servicios prestados

“Estoy orgullosa de ser parte de esta familia que trabaja con espíritu de servicio [...] Gracias, Universidad de La Sabana, por tantas enseñanzas, por la formación, la solidaridad y la generosidad”.



Quisiera empezar dando gracias a Dios por cumplir 25 años en esta Institución. Estoy orgullosa de ser parte de esta familia que trabaja con espíritu de servicio, en donde me he sentido apreciada y activa en un grupo tan maravilloso. Gracias, Universidad, por tantas enseñanzas,

por la formación, solidaridad y generosidad. Infinitos agradecimientos por haberme brindado la oportunidad de cumplir mis metas y desarrollar un proyecto de vida. Es gratificante compartir con personas que sin duda alguna llevan el sello Sabana. 🐦

XVII EDICIÓN  
**PSICOSABANA**  
*Ciencias del comportamiento: aportes a los desafíos globales*  
Del 11 al 14 de octubre



Unisabana   
Medios  
Facultad de Comunicación

## Un tejido inquebrantable para crear espacios de paz

Tejidos Chakana y la fundación Color Esperanza formaron —en la localidad de Bosa, en el suroccidente de Bogotá— un proyecto textil integrado por mujeres víctimas del conflicto armado y excombatientes de las Farc. Busca distinguirse por tener un estilo de moda autóctono, donde resalten las nuevas oportunidades y la esperanza.

**Conoce la historia aquí:**

<https://www.unisabanamedios.com/escritos-1/un-tejido-inquebrantable>



*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  
María Alejandra Vázquez

**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 © 2022 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<sup>®</sup>

Periódico Universidad de La Sabana