

“Pensar en el otro es un diferencial de La Sabana. Me gusta mucho que aquí trabajamos en conjunto; eso es importante y pude aplicarlo en Alemania.”

Laura Hernández Wilches, estudiante de Ingeniería Mecánica, quien estuvo seis meses en Hochschule Osnabrück University of Applied Science y diseñó un automóvil que participará en Fórmula Student.

Llega la Semana Santa

En este especial te recordamos qué conmemoramos en esta época y te damos consejos prácticos para vivirla plenamente.



P. 9

Campus

Periódico Universidad de La Sabana



Universidad de La Sabana

Edición 1.525 • Semana del 8 al 12 de abril del 2019 • ISSN 2256-2397

Generar energía eléctrica con cachaza

Néstor Eduardo Sánchez, estudiante del Doctorado en Biociencias, está desarrollando un proyecto para mejorar la calidad de vida de las personas sin acceso a la electricidad.

P. 2

Diseñado por Freepik

Con un enfoque empresarial

¡La filosofía **está de moda!**

La consultoría empresarial, la terapia filosófica y la asesoría de producciones audiovisuales son algunas de las tendencias innovadoras de la filosofía actual.

P. 3

¿Cómo utilizar una tarjeta de crédito y no “colgarse” en el intento?

Los préstamos pueden ayudarte a alcanzar tus metas; pero, si no tienes un modelo de pago, te causarán dolores de cabeza.

P. 11

El trabajo de una Alumni deja “**Huellitas en el Corazón**”

La graduada María Camila Triana Ramírez se dedica a cumplir los sueños de niños que padecen enfermedades que amenazan sus vidas.

P. 14

El FIAfest

no es un espacio exclusivo para cinéfilos o eruditos de la pantalla grande, realmente, es para **todos.**

Diseñado por Freepik



FIAfest
FESTIVAL INTERNACIONAL AUDIOVISUAL

¡Conoce la programación!

P. 7

Descubre

En esta sección encontrarás información para:

-  **Estudiantes**
-  **Empleados**



Generar energía eléctrica con cachaza

Néstor Eduardo Sánchez, estudiante del Doctorado en Biociencias, de las facultades de Ingeniería y de Medicina, está desarrollando un proyecto para evaluar la producción de energía eléctrica a partir de residuos de la agroindustria nacional, como alternativa a las fuentes tradicionales.

La investigación, liderada por Martha Cobo, directora del Doctorado en Ingeniería, y codirigida por Ruth Yolanda Ruiz, directora de la Maestría en Diseño y Gestión de Procesos, es financiada por Colciencias y la Universidad de La Sabana, a través del proyecto CT-174-2016 ING-163 “Producción de energía eléctrica a partir de residuos líquidos de la industria panelera colombiana”.

La iniciativa surgió por la necesidad de desarrollar proyectos sostenibles para mejorar la calidad de vida de las personas sin acceso a este recurso

y para aprovechar los materiales desechados en procesos agroindustriales. Por esto, para producir energía eléctrica, se identificó un alto potencial en residuos generados durante el procesamiento de la caña panelera. El proyecto tiene cuatro etapas:

- 1 **Transformación del residuo a bioetanol.**
- 2 **Extracción del hidrógeno con un proceso denominado catálisis.**
- 3 **Conversión del combustible en energía, mediante un dispositivo denominado celda de combustible.**
- 4 **Evaluación del impacto ambiental de la propuesta.**

“La producción de electricidad a partir de residuos tiene diversas aplicaciones. Entre estas, se destacan el suministro de calor para

las casas y el uso en los vehículos”, afirma Néstor, quien se encuentra haciendo su pasantía del doctorado en el Institut für Umwelttechnik und Energiewirtschaft (IUE) de la Technische Universität Hamburg-Harburg (Hamburgo, Alemania).

Uno de los principales aspectos diferenciadores del proyecto es que usa un residuo que actualmente nadie emplea de manera eficiente. “El residuo con el que trabajamos se conoce como cachaza y, en Colombia, se emplea como abono, alimento para animales y, en el peor de los casos, se desecha”, asegura Luisa Villamil, directora del Doctorado en Biociencias.



Néstor Eduardo Sánchez está haciendo su pasantía del doctorado en Hamburgo, Alemania.

El proyecto usa un residuo que nadie emplea de manera eficiente.

De acuerdo con la directora del proyecto, la profesora Martha Cobo, la investigación tendría una aplicación para generar electricidad en zonas donde no hay suministro; por ende, esta tecnología permitiría mejorar la calidad de vida de los habitantes de diferentes regiones del país.



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

Dirección y edición
 Adriana Patricia Guzmán de Reyes
 Cristina Macías Echavarría

Coordinación de contenidos
 Natalia Alejandra Garzón
 Felipe Bernal Castilla

Gestión de contenidos
 Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana
 Felipe Bernal Castilla

Corrección de estilo
 Jairo Valderrama Valderrama
 Sabina Ojeda (Grafoscopia)

Fotografía
 Gestores de Comunicación de la Universidad de La Sabana
 María del Carmen Guarín
 Exprom Estudios

Diseño y diagramación
 Grafoscopia

Impresión
 Imagen Editorial

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

CAMPUS COPYRIGHT © 2019 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.

SIGILADA MINEDUCACION



Fórmula Student con sello colombiano



“Pensar en el otro es un diferencial de La Sabana”.

Tener el casco bien puesto, poner las manos en el volante y pisar el acelerador a fondo son acciones necesarias para que un monoplaza se ponga en marcha con un único objetivo: pasar la bandera a cuadros para lograr una victoria. Esta proeza a veces requiere empezar de cero. Esa fue la experiencia de Laura Hernández Wilches, estudiante de Ingeniería Mecánica, quien diseñó un automóvil que participará en la competición educativa más consolidada en Europa: la Fórmula Student, que se realizará en julio en el Circuito de Silverstone (Inglaterra).

La joven, de 20 años, estuvo seis meses en Osnabrück (Alemania), en la Hochschule Osnabrück University of Applied Science. En ese tiempo, diseñó y probó el prototipo que se construye para participar en este evento, el cual busca inspirar a jóvenes ingenieros a desarrollar un monoplaza eléctrico, al estilo de la Fórmula 1.

Laura participó en este proyecto porque fue elegida por European Project Semester (EPS), un programa que consiste en la unión y el trabajo de culturas, carreras, conocimiento y personalidades de todas las partes del mundo. “Los objetivos son desarrollar habilidades interculturales y promover el pensamiento *outside the box*. Esto da la oportunidad de mejorar cada vez más en los ámbitos profesional y personal”, dice.

La estudiante de séptimo semestre considera que todo lo que le ha aportado la Universidad la ayudó en su estadía. “Pensar en el otro es un diferencial de La Sabana. Me gusta mucho que aquí trabajamos en conjunto; eso es importante y pude aplicarlo estando allá”, expresa.

Uno de sus mayores retos fue adaptarse a los programas de diseño mecánico que manejan en Alemania. “Yo estuve gran parte del proyecto centrada en el sistema electrónico. En ese

tiempo aprendí a usar diferentes herramientas informáticas y programas enfocados en el diseño de piezas en 3D y el *printed circuit board*, circuito impreso que se utiliza para conseguir la conexión eléctrica”, cuenta.

Para ella, la sociedad debe cambiar de mentalidad en torno al papel de la mujer en los campos de la ciencia y la tecnología. “Me gusta inspirar a las mujeres. Hay que romper más paradigmas: las ingenieras también podemos hacer todo lo que nos proponemos”.

La Jefatura de Internacionalización de Ingeniería invita a todos los estudiantes de la Facultad a vivir experiencias de aprendizaje como la de Laura.



Laura Hernández Wilches también ha participado en el proyecto “Shell Eco-Marathon Americas” y en el equipo femenino de fútbol de la Universidad.



Convenio entre La Sabana y la Fundación Cavalier Lozano

Aliados por la educación



El 28 de marzo se llevó a cabo el encuentro semestral entre la Fundación Cavalier Lozano y sus estudiantes. La Dirección Central de Estudiantes les dio una charla sobre las características de un buen líder.

La familia Cavalier Lozano, creadora de Alquería, ayuda a cumplir los sueños de muchos estudiantes de Cundinamarca. Con su fundación, busca contribuir a la equidad para forjar el camino hacia la paz.

El foco de la Fundación Cavalier Lozano es la educación, la cual se trabaja desde diferentes programas: Talentos Excepcionales, Mejoramiento de la Calidad Educativa, Integración Lingüística y Fondo de Excelencia Académica.

Dayanna Ximena Gaitán Canchón, estudiante de décimo semestre de Ingeniería Industrial, entró a la fundación en sus años de colegio con el Fondo de Excelencia Académica, que facilita el acceso a la educación superior para los hijos de empleados de Alquería, a quienes les brinda un acompañamiento continuo, con el fin de que culminen con éxito su pregrado.

“Los programas van más allá de dar una beca. Nos enfocamos en el desarrollo del ser”.

“Yo crecí con Alquería. Mi mamá lleva más de 25 años en esta empresa, la cual nos ha dado oportunidades para progresar”, cuenta Dayanna Ximena, quien adelanta su práctica profesional allí, en el área de Mejoramiento Continuo.

Por su parte, Nancy Milena Bejarano Ritacuba, recién graduada de Psicología, forma parte de Talentos Excepcionales, programa que promueve el acceso a la educación superior de los jóvenes de Cundinamarca que sobresalen académica y personalmente en sus instituciones educativas. “Para mí, la fundación es la puerta a los sueños. Me dio alas; me demostró que sí se puede a pesar de las limitaciones. Más que hacernos profesionales, nos hace personas, y en eso se complementa perfectamente con la Universidad”, dice.

“Los programas de la fundación van más allá de dar una beca. Nos enfocamos en el desarrollo del ser: consolidamos redes de apoyo familiar, acompañamos todos los procesos y hacemos seguimiento a los estudiantes de las diferentes universidades con las que tenemos convenio”, asegura Sergio Fernández, coordinador de programas de la fundación.

La fundación busca contribuir a la equidad para forjar el camino hacia la paz.

La Fundación Cavalier Lozano es una inversión familiar, cuya misión se centra en mejorar la calidad de la educación, de acuerdo con Fernández.

En el 2013, La Sabana, debido a la gestión de la Asociación de Amigos, firmó un convenio con la fundación. Hoy, 39 estudiantes beneficiarios cursan diferentes programas de pregrado en la Universidad.



Con un enfoque empresarial

¡La filosofía está de moda!

Cuando se escucha la palabra “filosofía”, es muy probable evocar la Grecia Antigua para pensar en Sócrates, Platón o Aristóteles. Sin embargo, desde que murió Aristóteles, en el año 322 a. C., hasta hoy, han pasado casi 25 siglos de historia y de filósofos que interpelan la realidad. “El reto de los filósofos consiste en recoger y no negar la riqueza de la tradición de 20 siglos de filosofía en Occidente, abrirse a las novedades de otras escuelas filosóficas y, sobre todo, pensar de nuevo en el quehacer filosófico para responder mejor a los desafíos del mundo y del país”, expresa Eduardo Gutiérrez, graduado de Filosofía, quien pronto continuará sus estudios en la Universidad de Oxford.

En el primer encuentro Alumni de Filosofía, los graduados se reunieron para cenar y asistir a un taller sobre innovación. La gran pregunta luego del evento fue ¿cómo se relacionan la filosofía y la innovación? María Camila Gallego, profesora de la Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas, explica cuatro tendencias innovadoras de la filosofía actual:

2. Terapia filosófica

Consiste en el acompañamiento por parte de un filósofo a una persona para ayudarla a analizar sus problemas, tener herramientas para desarrollar el pensamiento, encarar la realidad y ampliar las perspectivas con un enfoque práctico. Uno de los filósofos actuales más destacados en esta área es Lou Marinoff, quien escribió el libro *Más Platón, menos Prozac*, en el cual rescata la aplicación de la filosofía en la vida cotidiana.

3. The School of Life

Junto con profesionales de diferentes áreas, el filósofo Alain de Botton fundó una casa-escuela en Inglaterra donde organiza cursos sobre las cuestiones relevantes de la vida cotidiana (como viajes, familia, relaciones y política). Las personas pueden participar en retiros para reflexionar sobre sus responsabilidades morales, crisis personales o profesionales. Además, tiene un canal en YouTube con videos atractivos que responden preguntas comunes.

1. Consultoría empresarial

Los filósofos pueden actuar como consultores empresariales poniendo al servicio de la organización sus habilidades de pensamiento crítico y analítico para identificar problemas, aportar soluciones a las crisis, construir la ética empresarial y apoyar el buen gobierno.

4. Asesoría de producciones audiovisuales

Los productores de la serie *The good place*, disponible en Netflix, han recurrido a filósofos para estructurar los capítulos sobre la ética, los dilemas morales y el relativismo.



El papel de los filósofos sigue creciendo en muchos campos de la cultura.

Especial: Dime cómo hablas y te diré quién eres

Comunicación asertiva en el entorno digital

La comunicación es tan antigua como la humanidad. Desde el principio de los tiempos, los seres humanos hemos transmitido ideas con imágenes, señas, sonidos y símbolos, que se han codificado en diferentes formatos. Un medio que llegó para cambiarlo todo, en especial las comunicaciones, es la tecnología.

Los nuevos ecosistemas digitales han traído una amplia versatilidad de oportunidades comunicativas que se han convertido en retos para ejecutar la comunicación de la mejor manera. Por eso, el director de la Real Academia Española, Darío Villanueva, en su visita a la Universidad de La Sabana, afirmó: "Estamos viviendo una auténtica revolución provocada por la tecnología, que está afectando todos los órdenes, incluyendo al lingüístico".

"Independientemente de que esté mediada por un aparato, la interacción es con otra persona. Así, los modales en la web nos representan como seres humanos", comenta Paola Herrera, experta en netiquetas (normas de comportamiento virtual) de la Dirección Central de Estudiantes. Por su parte, Víctor García, director de la Maestría en Periodismo y Comunicación Digital, dice: "Cualquier acción que uno haga en las redes sociales tiene una reacción social en la vida real".

Ante este panorama, compartimos nuestra segunda entrega del especial "Dime cómo hablas y te diré quién eres", con los resultados de la investigación titulada *Netiquetas*, de la psicóloga Paola Herrera:

1 Resolver las siguientes preguntas antes de enviar un mensaje asegura un buen ejercicio de la comunicación:

- ¿Qué voy a escribir? Fondo.
- ¿Cómo voy a escribirlo? Forma.
- ¿Para qué voy a escribirlo? Objetivo y finalidad.
- ¿A quién voy a escribirle? Lectura del contexto.
- ¿Cuándo voy a enviarlo? Horarios y fechas adecuados.
- ¿Por dónde voy a enviarlo? Canal apropiado para enviar el mensaje.

2 Netiquetas en el correo electrónico. El e-mail es un medio formal de comunicación escrita, por lo tanto:

- Saluda, sé cordial y despídete.
- Evita usar abreviaturas.
- Utiliza con precaución las mayúsculas. En la virtualidad, en algunos casos, las mayúsculas sostenidas son equivalentes a un grito.
- Verifica la ortografía y la redacción. Evita cometer errores de digitación. Un ejercicio interesante en esta etapa es corroborar si se cumple todo lo propuesto en las preguntas clave antes de enviar un buen mensaje.

3 Netiquetas en WhatsApp. La revolución digital ha incluido el celular en el ecosistema laboral como una herramienta de comunicación de alta importancia. El comportamiento en esta plataforma, que es más flexible e informal, debe estar a la altura:

- Saluda, maneja un buen lenguaje y da las gracias: esto refleja un comportamiento asertivo en la manera de comunicarse.
- Evalúa el horario en que enviarás el mensaje y la pertinencia de este. Leer el contexto es clave para lograr una efectiva comunicación.
- Usa emoticones, pero con moderación y precisión. El secreto está en reconocer si compartes el mismo significado del emoji con el receptor del mensaje.
- Manda notas de voz ricas en contenido, pero concisas. La versatilidad de la aplicación es maravillosa para comunicar con más elementos; sin embargo, evita las divagaciones en la grabación, no hables con otras personas durante el audio ni te extiendas por más de un minuto. El profesor Víctor García indica que hay que ser hábil para saber cuándo cancelar un audio y ser crítico para decidir si es mejor una llamada.

4 Netiquetas como receptor:

- Responde oportunamente, así sea solo para informar la recepción del mensaje. Esto demuestra interés y respeto.
- Para evitar malentendidos o resolver dudas, la mejor herramienta es remitirse a la fuente y preguntar en lugar de suponer.

El nuevo mundo digital requiere nuevos modales. Ante esto, Laura Guerra, psicóloga experta en virtualidad de la Dirección Central de Estudiantes, plantea: "En la virtualidad, todo lo que dices permanece para siempre. Entonces, ¿cómo quieres quedar representado en lo que escribes o publicas?".





The native speaker myth

Applied and educational linguists have been challenging the dichotomy between native and non-native speakers for the last thirty years, with a growing consensus on the need to move away from associating “nativeness” with a series of characteristics naturally belonging to a specific group of speakers of a language. The ‘NESTs’ (Native English-Speaking Teachers) and ‘non-NESTs’ (non-Native English-Speaking Teachers) in Colombia and other parts of the world remain at the forefront of academic debates. Professor Jermaine S. McDougald is currently conducting a small-scale study that aims to define Colombian university students’ perceptions regarding the English language instruction of NESTs and non-NESTs. Additionally, the study examines the perception that English-language professionals have towards native speakers.

What are some of the challenges that NESTs and non-NESTs have in Colombia? There is still belief that “native-like” competence is needed for language learners; yet there is no clear definition of “native-like competence”; and NESTs are still believed necessary if success is to take place in the classroom. Finally, yet very importantly, the educational system still does not understand what language is nor how language works.

According to Professor McDougald’s results, NESTs can contribute positively in areas such as communication, fluency, pronunciation, vocabulary, use of grammar, idiomatic expressions, culture, history, and feedback. Nonetheless, there are frequently negative aspects to NESTs, which can include language issues (lack of knowledge of grammar rules, slang, informal language, incomprehensible), poor attitudes (rude, lazy and impatient), and lack of professional development (no training, no experience, not prepared, and no theory).

In contrast, non-NESTs are often associated with better

attitudes (motivators, friendly, supportive, helpful, creative and didactic), greater professional development (trained teachers, experience knowledgeable, resourceful, feedback), common cultural backgrounds with learners, and language (good management of grammar, vocabulary, 1st hand experience as a language learner, effective and accurate use).

Many undergraduate students and even language professionals still believe in the NEST myth because of erroneous assumptions that simply being a native speaker automatically equates to high-performance competence and that exposure to high performance is the main driving factor for language acquisition. However, this model is not so relevant to most learners (other than the very young), for whom we know that other factors, such as the instructor’s pedagogical competence and the learner’s own self-regulation, are more important than mere exposure to high-performance competence.

Most people in fact fail to understand how language works and how it is used. This creates a challenge for teachers, both NESTs and non-NESTs, from whom there is a need to review their own training approaches and educate the public about how language and culture work. This is no abstract suggestion; it identifies areas in which continuing to fail will have a negative impact on both NESTs and non-NESTs, as well as all kinds of language learners.

This study was presented by Professor Jermaine S. McDougald, Director of Faculty and Research, Department of Foreign Languages and Cultures, at the TESOL 2019 International Convention & English Language Expo that took place from March 12 - 15 in Atlanta, USA, under the title “Combating the Legacy of the Native Speaker Myth”. This May 16, 17, and 18, the Universidad de La Sabana will be hosting the third TESOL Colombia conference.



¿Sirven los organismos internacionales en tiempos de crisis?



Un organismo internacional es una asociación voluntaria de Estados, creada habitualmente a través de un tratado.

Para hablar de crisis basta con mirar al lado. Según los reportes de prensa de los últimos meses, Venezuela aún no sale de su grave situación, a pesar de que tiene el apoyo de gran parte de la comunidad internacional, que ha desconocido el régimen de Nicolás Maduro y ha dado su respaldo al presidente interino Juan Guaidó. Varios organismos internacionales han alzado la voz frente a esta complicada realidad, pero hay posiciones encontradas frente a la efectividad de estas asociaciones. Para explicar este escenario, se deben responder dos preguntas: ¿qué es un organismo internacional?, ¿hasta qué punto es eficaz al ejercer presión?

Según el *Diccionario del Español Jurídico* de la Real Academia Española, un organismo internacional es una asociación voluntaria de Estados, creada habitualmente a través de un tratado. Por lo general, está dotada de órganos permanentes, propios e independientes, con competencias para alcanzar los fines establecidos. Algunos de los organismos internacionales más reconocidos son la Organización de las Naciones Unidas (ONU), la Organización de Estados Americanos (OEA) y el Fondo Monetario Internacional (FMI).

Dos posturas

De acuerdo con Fernando Cvitanic, experto en Relaciones

Internacionales, “muchas veces a los organismos internacionales les faltan dientes para poder morder: son como un perro dóberman muelle, pues no se ven los resultados de sus medidas. Para dar un ejemplo, cuando se amenazó a Venezuela con sacarlo de la OEA, la respuesta de Maduro fue reírse, al igual que Chávez, que creó organismos paralelos a esta porque no la reconocía como legítima”.

El caso venezolano refleja la dualidad de visiones sobre la eficacia de los organismos internacionales.

Por otro lado, hay quienes afirman que los organismos internacionales sí son de gran utilidad, puesto que han contribuido a consolidar escenarios de cooperación entre naciones, al afianzamiento de los sistemas democráticos y a la protección de los derechos humanos.

Carlos Arévalo, jefe del departamento de Derecho Internacional de la Universidad

de La Sabana, asegura que “estas organizaciones sí tienen dientes, por ejemplo, el Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas puede tomar decisiones que van desde imponer sanciones económicas en contra de un Estado hasta invadir un país, si lo considera pertinente”.

Estas organizaciones se entienden como foros democráticos en los cuales las naciones tienen la posibilidad de intercambiar opiniones y llegar a puntos de acuerdo. Por esto, en el caso concreto de Venezuela se ha apostado por la diplomacia.

Arévalo dice: “Muchas personas creen que la mejor alternativa para el caso venezolano es invadir el país y sacar a Maduro por la fuerza, pero, luego de eso, ¿qué vamos a hacer con los colectivos y los seguidores del régimen? Va a haber más derramamiento de sangre y se va a aumentar la división de ese país”.

El caso venezolano refleja la dualidad de visiones sobre la eficacia de los organismos internacionales. Como reconoce Arévalo, se ha avanzado en acorralar a Maduro, pero, por otro lado, como argumenta Cvitanic, aún no ha habido una medida que haya sido lo suficientemente eficaz para lograr la transición de un régimen dictatorial a uno democrático.



De derecha a izquierda: Jermaine McDougald, director de Profesores e Investigación del Departamento de Lenguas y Culturas Extranjeras; Ivonne González, directora del Departamento; y Rosa Dene David, profesora del Departamento, en “TESOL 2019 International Convention & English Language Expo”.



La experiencia de aprender jugando

El aprendizaje experiencial es fundamental en los procesos educativos de enseñanza. A través de la manipulación de objetos, los juegos de roles, el juego simbólico y la exploración del medio, se facilita la construcción de conocimiento, dado que los niños aprenden haciendo.

David Tovar, profesor de la Facultad de Educación, afirma que el aprendizaje experiencial es fundamental en la educación para analizar y superar obstáculos. Un ejemplo en el que se evidencia este concepto es el aprendizaje de la ciencia, puesto que con esta se puede: “Cambiar estilos de vida, comprender el mundo que nos rodea e involucrar a los niños para que tengan una experiencia directa con los fenómenos naturales”, expresa.

Por otro lado, Angélica Rojas, miembro del equipo de mediación del Planetario de Bogotá, señala: “Es esencial propiciar espacios para la exploración y la resolución de problemas por medio del descubrimiento, ya que esto permite hacer cuestionamientos acerca del mundo”.

En Colombia existen múltiples escenarios que desarrollan este concepto: Maloka, el Parque Explora, Divercity y el Planetario de Bogotá son algunos ejemplos. Sin embargo, los agentes educativos (padres de familia, profesores, cuidadores, etc.) también pueden aplicar este concepto en sus casas y en las aulas.

Ventajas del aprendizaje experiencial

Estimula la **imaginación** y la **creatividad** de los niños.

Mejora la **comprensión de la realidad** a partir del contacto con el entorno.

Potencia las **habilidades comunicativas**.

Desarrolla la **empatía**.

Aumenta la **motivación intrínseca**, a partir de los cuestionamientos que generan las experiencias nuevas.

Ayuda a fomentar las **relaciones sociales**.

Es esencial propiciar espacios para la exploración y la resolución de problemas por medio del descubrimiento.



Infórmate

En esta sección encontrarás información para:

- Estudiantes**
- Empleados**

El CAF: dos años brindando acondicionamiento integral

El sueño de tener un Centro de Acondicionamiento Físico (CAF) empezó hace varios años en la mente de estudiantes, empleados y administrativos. Los deportistas necesitaban contar con un espacio diseñado para la formación integral. En el 2017, ese sueño se materializó en 150 metros cuadrados. Un miércoles 5 de abril, se abrieron las puertas del CAF y empezaron los programas de entrenamiento.

Dirigido por la Jefatura de Deportes de Bienestar Universitario, el CAF es un espacio para entrenar adecuadamente con guías profesionales; es un lugar de fortalecimiento del cuerpo y la mente. Este centro se construyó para garantizar la formación integral de la comunidad universitaria. Al respecto, Miguel Reina,

jefe de Desarrollo Deportivo, dice: “En esta área del deporte se siente un ambiente de motivación, esfuerzo, dedicación y metas. Más allá de tonificar el cuerpo, se vigoriza la mente”.

El centro tiene cuatro objetivos principales:

- Promover estilos de vida saludables.**
- Vivenciar los valores institucionales.**
- Hacer un buen uso del tiempo libre.**
- Mejorar la condición física.**

Su desarrollo se ha fundamentado en la implementación de un programa innovador, el cual tiene como soporte la ejecución de habilidades básicas, como girar, lanzar, desplazar, saltar y balancear.



El CAF es un espacio para entrenar adecuadamente con guías profesionales.

A diario, se busca que los usuarios tengan una experiencia divertida, didáctica y pedagógica. Desde su apertura, el CAF se ha caracterizado por la labor multidisciplinaria de profesionales de alta calidad, que fundamentan y desarrollan la visión de la Universidad.

Horario del CAF

De lunes a viernes: de 7:00 a. m. a 8:00 p. m.
Sábados: de 8:00 a. m. a 1:00 p. m.



FIAfest: una oportunidad para vivir el cine en primer plano

El FIAfest no es un espacio exclusivo para cinéfilos o eruditos de la pantalla grande, realmente, es para todos.

“¿Cuántas personas no se han emocionado, llorado o erizado con una película?”, dice Juan Camilo Giraldo, productor del “V Festival Internacional Audiovisual - FIAfest”, para indicar que este espacio de la Facultad de Comunicación invita a

toda la comunidad universitaria a disfrutar de diversos eventos desde hoy hasta el jueves 11 de abril.

Conoce la programación:

Programación académica
 Industrias creativas
 narrativas, mercados y públicos
 Del 8 al 11 de abril del 2019



Organiza:

Facultad de
Comunicación



Universidad de
La Sabana

DISEÑO: PERIODICOR

Lunes 8 de abril	Auditorio K2	Instalación del Segundo Encuentro de Semilleros en Investigación - Creación Audiovisual •Dra. Ana María Córdoba • Dra. Ana María Pérez • Mg. Andrés Forero • Carlos Reyes 8:30 a. m. - 11:00 a. m.	Encuentro de Semilleros en Investigación - Creación Audiovisual 11:00 a. m. - 1:00 p. m.		Encuentro de Semilleros en Investigación - Creación Audiovisual 2:00 p. m. - 5:00 p. m.	
	Auditorio David Mejía Velilla		Rally Intercolegiado Cineminito 9:00 a. m. - 1:00 p. m.		Selección oficial - Ficción internacional 2:00 p. m. - 4:00 p. m.	
	Cinépolis Fontanar					Acto de apertura - Proyección de la película <i>El libro de Lila</i> 5:00 p. m. - 7:20 p. m.

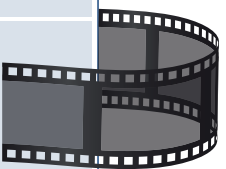


Martes 9 de abril	Auditorio K1	El mercado de la animación en Colombia Invitada: Marcela Rincón 9:00 a. m. - 11:00 a. m.	Film factory (conversatorio en inglés) Invitado internacional: Kristian Feigelson 11:00 a. m. - 1:00 p. m.		Panorama de las industrias creativas en Colombia Invitado: César Galvis 2:00 p. m. - 4:00 p. m.	Proyección especial - Muestra académica de cine latinoamericano 4:00 p. m. - 6:00 p. m.
	Auditorio K2	Selección oficial - Documental latinoamericano 9:00 a. m. - 11:00 a. m.		Selección oficial - Animación A 1:00 p. m. - 2:00 p. m.	Selección oficial - Ficción latinoamericana 2:00 p. m. - 4:00 p. m.	Selección oficial - Documental internacional 4:00 p. m. - 6:00 p. m.
	Auditorio David Mejía Velilla		Encuentro de Semilleros en Investigación - Creación Audiovisual 9:00 a. m. - 1:00 p. m.			
	Casa de la Cultura de Chía					Proyección especial - Película <i>El libro de Lila</i> 5:00 p. m. - 7:20 p. m.



Miércoles 10 de abril	Auditorio K1	Dirección de fotografía, arte y técnica Invitado: Manuel Velásquez 9:00 a. m. - 11:00 a. m.	Unisabana Ágora: "Así se produce audiovisual en Colombia" Invitado: Yulder Gutiérrez 11:00 a. m. - 1:00 p. m.		Cómo el nuevo cine argentino conquistó el mundo Invitado internacional: Juan Vera 2:00 p. m. - 4:00 p. m.	
	Auditorio K2	Selección oficial - Ficción internacional 9:00 a. m. - 11:00 a. m.		Selección oficial - Animación B 1:00 p. m. - 2:00 p. m.	Selección oficial - Documental latinoamericano 2:00 p. m. - 4:00 p. m.	Selección oficial - Animación A 4:00 p. m. - 5:00 p. m.
	Centro Cultural y de Convenciones de Cajicá					Proyección especial - Película: <i>El libro de Lila</i> 5:00 p. m. - 7:20 p. m.

Jueves 11 de abril	Auditorio K1	Cine móvil Invitados: Carlos Reyes y Felipe Cardona 9:00 a. m. - 10:00 a. m.	Producción audiovisual en las universidades de Brasil Invitado internacional: Fernando Weller 10:00 a. m. - 12:00 m.		Universal Motion Pictures. Una mirada desde la comunicación corporativa Invitada: Melissa Lozada 1:00 p. m. - 3:00 p. m.	
	Auditorio K2	Selección oficial - Documental internacional 9:00 a. m. - 11:00 a. m.	Selección oficial - Animación B 11:00 a. m. - 12:00 m.	Selección oficial - Ficción latinoamericana 12:00 m. - 2:00 p. m.		
	Auditorio Álvaro Del Portillo, Edificio Ad Portas					Evento de premiación y clausura 3:00 p. m. - 5:00 p. m.





Un nuevo ministerio en Colombia



El senador Iván Darío Agudelo durante su presentación en La Sabana.

El próximo año entrará en operación el nuevo Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación, que centrará los recursos de Colciencias para ser un ente rector de la política pública en materia de ciencia, tecnología e innovación.

“Hace falta que bajen los impuestos, no que creen más burocracia”. Esa fue una de las respuestas que recibió *Campus periódico* en un sondeo de opinión, por redes sociales, que preguntaba a la comunidad universitaria: ¿estás de acuerdo con la creación del Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación? 435 personas, de las 3.952 participantes, aseguraron no estar de acuerdo; sin embargo, el 89% restante afirmaron estar de acuerdo.

¿Y qué es?

Con la Ley 1951 del 2019 se creó, por primera vez en Colombia, el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación, una iniciativa que busca, como lo explica el Senado en su página web, “transformar a Colciencias en un ministerio, el cual podrá captar mayores recursos, con el fin de impulsar proyectos de investigación, y tendrá presencia en el Consejo de Ministros, donde se analizarán temas que

generen capacidades y promuevan el conocimiento científico”.

El senador Iván Darío Agudelo explicó a *Campus periódico* que “el ministerio será el ente rector de la política pública en materia de ciencia, tecnología e innovación para el país. Estará encargado de liderar un Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación, a través del cual se puedan gestionar no solo recursos públicos, sino atraer inversión extranjera e incentivar la formación de alianzas público-privadas”.

Los recursos para que este ministerio empiece a funcionar serán los mismos de Colciencias (Departamento Administrativo de Ciencia, Tecnología e Innovación). En el año 2018, estos fueron de \$337.600.000 y, en el 2019, se cuenta con \$333.095.320, conforme a lo presentado por Colciencias en su presupuesto de ingresos y gastos desagregados. Además, a partir de su creación el 24 de enero del 2019, se tiene, como máximo, hasta la misma fecha en el 2020 para que entre en funcionamiento. Con base en esto, el senador, autor y ponente del proyecto, sostiene que se debe contar con los respectivos incrementos para cada anualidad, según lo defina el Gobierno nacional.

Derecho y Ciencias Políticas, argumenta que “podría ser muy interesante que la persona responsable de esa cartera tenga un asiento en el Consejo de Ministros, pero eso era algo que también podía haber hecho el director del departamento, siempre y cuando fuera invitado. No era necesario crear un ministerio para que pudiera haber una verdadera articulación entre los ministerios y este departamento. Ahora, hay efectos negativos: va a representar más cuota política, reflejada en cargos burocráticos, y la permanencia de las políticas que desarrolle el ministerio se verá afectada cada vez que haya un cambio de gobierno”.

Durante su presentación en La Sabana sobre el nuevo ministerio, el senador Agudelo les dijo a los estudiantes de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas que lo acompañaron que “lo que queremos para Colombia es un ministerio para la riqueza, al estilo de otros países del mundo que han logrado ser más competitivos y mejorar su ingreso a través del impulso de un órgano rector de la política de ciencia, tecnología e innovación”.

No obstante, la discusión sigue abierta respecto a las implicaciones y la necesidad de un nuevo ministerio en Colombia.

“El ministerio estará encargado de liderar un Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación”.

Frente a esta realidad en Colombia, José Miguel Rueda, profesor de la Facultad de



La familia, pieza clave del desarrollo sostenible

La familia es la primera encargada de satisfacer las necesidades afectivas y de subsistencia de sus miembros. El psicólogo estadounidense Urie Bronfenbrenner desarrolló la teoría ecológica, la cual expone que el entorno en el que crecemos afecta diferentes aspectos de la vida y

está compuesto por sistemas que se relacionan entre sí, dentro de los cuales el primario es la familia. Sin importar qué suceda en esta, eso afectará a la persona en las demás áreas; por lo tanto, los esfuerzos de las naciones para fortalecerla repercutirán favorablemente en la sociedad.

Con base en que la Organización de las Naciones Unidas (ONU) considera que la familia es fundamental para alcanzar los 17 objetivos de desarrollo sostenible —asumidos por 193 países—, y fiel a su misión de fortalecer, cuidar y promover la institución familiar, el Instituto de La Familia realizó el panel “Proyecto Global del Papel de las Familias en la Agenda 2030. La Familia: Base para el Desarrollo Social”.

En el evento participaron Ignacio Socías, representante permanente de la International Federation for Family Development ante las Naciones Unidas; Juan Pablo Angulo, director de Familias y Comunidades del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF); María Andrea Silva, subsecretaria de Integración Social de la Alcaldía Mayor de Bogotá; Pilar Arango, coordinadora de Formación de la Red Familia Colombia, y Ana Margarita Romero de Wills, directora del Instituto de La Familia de la Universidad de La Sabana.

Socías hizo énfasis en que, para la ONU, “el logro de los objetivos de desarrollo depende de la manera en que se empodere a la familia para que contribuya a su consecución”. Además, destacó la eficacia de las políticas de familia para mejorar

los indicadores de los objetivos de fin de la pobreza; salud y bienestar; educación de calidad; igualdad de género; trabajo decente y crecimiento económico; y paz, justicia e instituciones sólidas.

Angulo y Silva mostraron un panorama sobre la situación y los avances en Colombia respecto a

la erradicación de la pobreza, la violencia intrafamiliar, los derechos de los niños y las políticas a favor de la familia. Angulo anunció el plan “Mi Familia”, con el cual el ICBF pretende fortalecer las capacidades parentales a través del acompañamiento psicosocial.

El panel concluyó con unas recomendaciones de Romero de Wills acerca de los lineamientos para las políticas públicas:

- 1. Promover** la integración entre la vida personal, familiar y laboral.
- 2. Invertir** en la educación parental.
- 3. Velar** por la repartición de las responsabilidades en el hogar.
- 4. Fortalecer** la cooperación entre todos los sectores (Gobierno, academia, sociedad civil).
- 5. Respetar** los derechos de los padres como primeros educadores y empoderarlos en sus acciones.
- 6. Llevar** la oferta social de manera integral a las familias más vulnerables.
- 7. Identificar** factores de riesgo de manera temprana.
- 8. Combinar** las políticas públicas con la academia.
- 9. Profesionalizar** los servicios psicosociales.



Directivos de la Universidad se reunieron con Ignacio Socías (tercero de izquierda a derecha), representante permanente de la International Federation for Family Development ante las Naciones Unidas.

La visita de Socías fue parte del proyecto de alianza del Instituto de La Familia y de la International Federation for Family Development, organización que asesora a la ONU en temas de familia.



Mira el panel

www.unisabana.edu.co/transmisionpanelfamilia



¿Qué conmemoramos en la Semana Santa?

Domingo de Ramos



Entrada de Jesús a Jerusalén: el pueblo lo recibió con cantos y palmas; de ahí viene la tradición de tener los "ramos" para alabar a Cristo en este día. Este momento marca el inicio de la Semana Santa y nos recuerda que Cristo es rey y que, al final de su pasión, terminará victorioso.

Lunes Santo



María, la hermana de Lázaro, perfuma los pies de Jesús en Betania: "Con su llanto, hizo un llamamiento a la bondad divina para recibir el perdón [...] los protagonistas son la misericordia y el amor", asegura el Papa Francisco. Además, este suceso anticipa la muerte de Cristo, porque en esa época los cuerpos de los difuntos se preparaban con aromas y perfumes para la tumba.

Martes y Miércoles Santos



Jesús le dice a Pedro que él lo negará tres veces y anuncia que será entregado por Judas: el Papa explica que la noche en la que el discípulo entrega a Cristo también hace referencia a la noche que había en el corazón de Judas. "Esa es peor, es la noche del corrupto, una noche definitiva, cuando el corazón se cierra, no sabe, no quiere salir de sí", dice. El Sumo Pontífice nos invita a salir de la noche de nuestro corazón por medio de la confesión "gustando la dulzura del perdón".

Jueves Santo



Última cena de Jesús con sus apóstoles y lavatorio de los pies: en esta cena, Jesús ofreció por primera vez su cuerpo y su sangre en el vino y el pan; por lo tanto, ese día se instituyó la Eucaristía. Luego, fue capturado por los guardias romanos en el Huerto de los Olivos. En las homilias en las que suele lavar los pies de reclusos de diferentes cárceles europeas, el Papa ha explicado que este gesto de Jesús recuerda su mensaje en Mateo 20, 17-28: "El que quiera ser el primero, que se haga servidor de todos".

Viernes Santo



Pasión de Jesús: así se llama el proceso que vivió desde la prisión, pasando por los juicios ante Herodes y Pilatos, la flagelación, la coronación de espinas y el camino hacia la cruz, hasta la crucifixión.

Sobre el sentido de estos sucesos, el Papa recuerda las palabras de Benedicto XVI: "La injusticia, el mal como realidad, no puede simplemente ser ignorado, dejado de lado. Tiene que ser descargado, vencido. Esta es la verdadera misericordia" y explica que Dios no se ha contentado con perdonar los pecados del hombre, ha hecho infinitamente más: los ha tomado sobre sí y se los ha endosado. El Viernes Santo no se celebra la Misa, sino que se acostumbra a hacer el Vía Crucis en la mañana y adorar la Cruz por la tarde. En esa ceremonia se distribuye la comunión con las formas que fueron consagradas el Jueves Santo.

Sábado Santo



Día de guarda y de luto, en el que acompañamos la soledad de la Virgen María: los sagrarios, que están vacíos, se abren y también se acostumbra a cubrir las imágenes en algunos sitios. Esa misma noche se anticipa la resurrección de Cristo con una celebración que se conoce como Vigilia Pascual. Además, se bendicen el agua y el fuego, encendiendo las velas como señal del retorno a la vida del Salvador.

Domingo de Resurrección



También conocido como Domingo de Pascua, por el paso de Jesús de la muerte a la vida y de los israelitas de la esclavitud en Egipto a la libertad: el Papa reflexiona sobre la resurrección y sobre la forma sorpresiva en que esta se le presenta a los discípulos. Indica que los ejemplos de la Biblia nos enseñan a dejarlo todo y a correr al encuentro con Dios para ver sus anuncios, pero que estos "son siempre sorpresivos". Según el Sumo Pontífice, "nuestro Dios es el Dios de las sorpresas [...] la sorpresa es lo que te conmueve el corazón, precisamente allí, donde tú no lo esperabas". El Papa invita a preguntarse: ¿tengo el corazón abierto a las sorpresas de Dios?, ¿soy capaz de ir deprisa adonde me llama?, ¿qué me dice a mí su sorpresa?

*El Papa se refirió a estos conceptos en sus homilias del 26 de marzo del 2013, 18 de septiembre del 2014, 25 de marzo del 2016, 29 de marzo del 2018 y 1.º de abril del 2018.

"Nuestro Dios es el Dios de las sorpresas [...] la sorpresa es lo que te conmueve el corazón, precisamente allí, donde tú no lo esperabas"

Vive plenamente la Semana Santa

Se aproxima la semana más importante para la comunidad católica. Más de 1.300 millones de personas en el mundo, según el anuncio más reciente de la Sala Stampa del Vaticano, conmemorarán la pasión, muerte y resurrección de Jesús.

Para la llegada de esta semana, hay un tránsito de 40 días que se inició con el Miércoles de Ceniza y finalizará el Jueves Santo. Este período, conocido como Cuaresma, es la oportunidad de ofrecer sacrificios: dejar de fumar, abstenerse de comer chocolate, no comer carne los viernes o moderar el uso de las redes sociales, por ejemplo.

El Padre Euclides Eslava Gómez, Capellán de la Universidad de La Sabana, da algunos consejos para vivir plenamente los últimos días de la Cuaresma y toda la Semana Santa:



Dar limosna

Esta ofrenda se transforma en obras, ahorrando el dinero de algo que deseamos para después darlo como ayuda a los demás.



Orar

Esta es una práctica necesaria para estar con Dios. Si ya es un hábito, es momento de mejorarlo y, si no lo es, es buena hora para iniciarlo.



Hacer penitencia

Las obras que se realicen, por más simples que sean, serán muy significativas para el Señor, como levantarse una vez que suene el despertador o, incluso, perdonar a quien ha cometido un error.



Perdonar y abrir el corazón

Hay que reconocer que la Semana Santa es una oportunidad para cambiar, reconciliándonos con Dios y entre nosotros.



Cuida tu salud en esta semana de descanso



Se acercan los días de receso por la Semana Santa y muchos colombianos se movilizarán por el país para descansar o hacer turismo. De acuerdo con la Asociación Hotelera y Turística de Colombia (Cotelco), la ocupación hotelera aumentará este año a un 54,55%; en el 2018 fue del 52,85%. San Andrés, Cartagena, Popayán y Santa Marta serán algunos de los destinos más visitados.

En este contexto, el Ministerio de Salud y Protección Social realiza las siguientes recomendaciones para cuidar la salud y el bienestar en estos días:

Conducir a alta velocidad o durante períodos prolongados y la falta de sueño son factores que constituyen peligros latentes.

¡Cuídate!

El doctor Mauricio Ulloa, médico familiar y profesor de la Facultad de Medicina, explica que la seguridad es un factor determinante para alejar los riesgos en esta época. Conducir a alta velocidad, durante períodos prolongados o en estado de embriaguez y la falta de sueño son factores que constituyen peligros latentes.

El especialista les sugiere a los miembros de la comunidad universitaria y, sobre todo, a los jóvenes:

Ser cuidadosos al realizar deportes extremos.

Llevar una dieta equilibrada.

Ubicar puntos cercanos de atención.

Informar a un familiar el lugar en que se encuentran.



Vivir con párkinson es posible

El 11 de abril se conmemora el Día Mundial del Párkinson.

¿Sabes qué es el párkinson?, ¿conoces a alguna persona que tenga esta enfermedad? Antanas Mockus, exalcalde de Bogotá y actual senador de la República por el partido Alianza Verde, relató su experiencia: "Del párkinson he aprendido que uno tiene un cerebro que es un aparato delicado con miles de conexiones; si estas fallan, uno empieza a temblar o a quedarse congelado. Recuerdo que la primera neuróloga que me vio me dio un consejo que hasta ahora estoy empezando a aplicar, es decir, 10 años más tarde: 'Si te quedas congelado, gira'. La limitación para algunos movimientos no implica una limitación mental, ahora, de todos modos, es frustrante, uno quisiera tener todas sus capacidades". Esta declaración se la dio Mockus a la revista *Semana*, a raíz de las críticas que recibió en las redes sociales al evidenciarse un síntoma de la enfermedad en un acto público.

Según la Federación Española de Párkinson, este es un trastorno neurodegenerativo que afecta el sistema nervioso de manera crónica y progresiva.

Se caracteriza por la pérdida de neuronas en la sustancia negra situada en la parte media del cerebro. Esta pérdida provoca una falta de dopamina, la cual transmite la información necesaria para realizar movimientos con normalidad. Por lo general, se presenta entre los 50 y 60 años.

Esta patología puede llegar a limitar al paciente principalmente en sus funciones motoras de manera progresiva, en cinco etapas, las cuales se manifiestan con síntomas leves como temblores y sacudidas en una parte del cuerpo. En el 15% de los casos se presentan con pérdida de la facultad de cuidarse a sí mismo y de caminar, pérdida de la memoria e imposibilidad para permanecer de pie y hablar.

De acuerdo con la Asociación Colombiana de Neurología, en nuestro país alrededor de 220.000 personas han sido diagnosticadas con esta enfermedad. La doctora Yahira Rossini Guzmán, directora del Grupo de Investigación de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina y la Clínica Universidad de La Sabana, asegura que lo más importante frente a esta patología es que el paciente



Alrededor de 220.000 personas han sido diagnosticadas con esta enfermedad en Colombia.

cuenta con el apoyo de su familia, dado que puede presentar depresión y demencia por la pérdida de la memoria.

Asimismo, la doctora resalta la importancia de contar con la adecuada intervención interdisciplinaria en especialidades como neurología, rehabilitación

y psiquiatría, puesto que muchas de las complicaciones y el mismo deterioro se pueden prevenir si se instaura un tratamiento a tiempo.

Las causas de la enfermedad son desconocidas, pero se sabe que los hombres son más propensos a desarrollarla que

las mujeres y que factores como la predisposición genética, algunos aspectos derivados del envejecimiento del organismo y los desencadenantes ambientales (exposición a herbicidas y pesticidas) aumentan el riesgo de tenerla.



¿Cómo utilizar una tarjeta de crédito y no "colgarse" en el intento?

En Colombia hay más de 15 millones de tarjetas de crédito activas, según un informe de la Superintendencia Financiera (hasta enero del 2019), es decir, por cada tres habitantes, uno es usuario de una tarjeta.

Hoy, las entidades financieras ofrecen tarjetas de crédito en cualquier lugar y por diferentes medios: con aplicaciones, llamadas telefónicas reiteradas durante el día e, incluso, en los pasillos de los centros comerciales o almacenes de cadena.

Según Duván Murcia Riveros, gerente de una oficina del Banco de Bogotá y estudiante de la Especialización en Finanzas Corporativas de la Universidad, los requisitos para disponer de un cupo de crédito por medio magnético son sencillos, tanto para empleados como para independientes. "Basta con estar al día en las obligaciones y tener un buen comportamiento de pago", señala. Incluso, "existen entidades financieras como Tuya o Falabella que otorgan tarjetas con solo presentar la cédula. Las únicas bases que consultan son Datacrédito y los aportes a la seguridad social", añade.

"Una tarjeta de crédito es un tipo de préstamo y, como tal, exige asumir responsablemente el compromiso de su pago, pues, de lo contrario, se caería en mora, lo cual ocasiona bloqueos y desmejoramiento del puntaje del tarjetahabiente ante las centrales de riesgo, Datacrédito, Cifin y Procrédito", explica Javier Alonso Prada, profesor del Departamento de Finanzas de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas. Con esto, se dificultaría la adquisición de nuevos préstamos, entre otras implicaciones que pueden generar "dolores de cabeza".

Prada considera que las tarjetas de crédito deben tener un propósito frente a su uso, por ejemplo, se pueden utilizar para cubrir imprevistos o emergencias, o realizar una inversión que aumente los ingresos en

el futuro, como estudiar un posgrado. "Por supuesto, me refiero a imprevistos o emergencias como un accidente, alguna calamidad familiar o un impase económico, como el desempleo. No se puede considerar como una emergencia la 'necesidad' de comprar la nueva camiseta de la Selección Colombia porque su diseño cambió para la Copa América, por ejemplo", aclara.

El profesor resalta algunos aspectos frente al manejo de una tarjeta de crédito y comparte recomendaciones para su buen uso:



Sí o sí es un gasto

Aparte de los intereses que genera, como del **29% efectivo anual** (la tasa legal más alta luego de los microcréditos) por compras diferidas a más de una cuota o avances, por la tarjeta se cobran cuotas de manejo junto con pólizas de seguros que protegen los intereses de las entidades financieras.



Dale sentido a tu deuda

Los préstamos pueden ayudarte a alcanzar tus metas; sin embargo, planea y sé consciente de tu modelo de pago. Pregúntate: **¿con qué propósito me endeudaré?, ¿qué beneficio me generará?, ¿realmente valdrá la pena?**



Presupuesta

El pago de la tarjeta se convierte en un gasto que debe presupuestarse. De tus ingresos, ten claridad sobre cuánto puedes destinar a este fin, sin perjudicar otros gastos, como el transporte o la alimentación. Destina, como máximo, el **30% de tus ingresos para cubrir el total de las deudas.**



Ten cuidado con el cupo

En caso de que desees solicitar un préstamo para un posgrado, vivienda o vehículo, tu tarjeta de crédito también afectará tu cupo de endeudamiento, aunque no la uses.



¿Usas la tarjeta con la razón o la emoción?

En la mayoría de los casos, el uso emocional se impone. Cuando vas a un centro comercial y aparece una vitrina que dice "50% de descuento", seguramente comienzas a sentirte motivado: "Hay descuento y tengo la tarjeta, es una señal". Ahí es cuando menos debes usarla, a menos de que tengas programada la compra, así podrás aprovechar realmente el buen precio.

Cuando sientas la atracción fugaz, emocional, por comprar con una tarjeta, Prada te recomienda dejar pasar unos días: "Si después de este tiempo, analizaste la situación y sigues pensando que la compra te beneficiará, considerando en cuánto te va a quedar la cuota, el cupo de endeudamiento disponible y el presupuesto para pagar la nueva deuda, entonces tu compra será racional".

Prada invita a tener madurez al gastar: "Cuando una persona realmente es madura, no pone su felicidad en adquirir cosas suntuarias. Prefiere siempre a la familia, una verdadera amistad o un verdadero noviazgo, y no permanece en el inmediatezismo o en el capricho de ir a un restaurante caro, a sabiendas de que esto puede disminuir su cupo de endeudamiento. Debe pensar en un crédito que le permita alcanzar sus metas a mediano y largo plazo". Agrega: "Se debe realizar una planeación financiera, por lo menos a cinco años, en la cual se establezcan metas de ahorro y de inversión".

"Una tarjeta de crédito es un tipo de préstamo".

El profesor recuerda lo que le dijo un experto: "Lo mejor para tener finanzas familiares sanas es una vida frugal, austera. No gastes en cosas solo porque se las viste al vecino o a un compañero de oficina. Prepárate para trabajar y aportar a la sociedad, a la familia; en vez de dar dinero, representado en gastos suntuosos, date a ti mismo, comparte con tus seres queridos".



¿En qué deben prepararse los jóvenes y capacitarse los profesionales?



Por Julio Barrero Arias, Director de Programas en el área Comercial del Instituto Forum

Estar en contacto con el mundo y conocer sus avances, los cambios y las tendencias son actividades esenciales para los emprendedores y las personas que hacen parte de los negocios con los cuales se busca vender más y posicionar marcas. Luego de una experiencia de inmersión en el ecosistema de Silicon Valley en el 2018, pude observar el funcionamiento del mundo de la innovación y la creatividad; de los startups o aceleradoras, en los que los avances tecnológicos son impresionantes. Una gran conclusión es que hoy en cualquier negocio son necesarias las tecnologías de información (TI), pues es imprescindible incluirle tecnología al emprendimiento y a los negocios, entregándoles una mayor promesa de valor a los clientes.

Ante un mercado cada vez más influenciado por las TI, en el que vemos autos o transportes autónomos, lo que ha implicado, por ejemplo, que en Estados Unidos se requieran cada vez menos conductores de camiones; cuando observamos gran presencia de telecomunicaciones inalámbricas (wireless); cuando proliferan los llamados seguidores de actividad (activity trackers) y el aprendizaje automático (machine learning), en que la blockchain es una parte esencial para que la tecnología bitcoin compita o afecte el sistema monetario tradicional... Ante todo esto, cabe la pregunta: ¿en qué deben prepararse los jóvenes y capacitarse los profesionales?

Es necesario que los jóvenes y profesionales diversifiquen sus competencias, adicionales a la competencia que es base de la profesión y de la experiencia laboral. Considero que ellos

deben tener una mezcla de competencias relacionadas con el entendimiento de la programación, las habilidades en comunicación, la creatividad y, en especial, las denominadas habilidades blandas (soft skills), las cuales los harán más competitivos en ese mundo descrito, al que nos enfrentamos cada vez más en nuestro país.

En el caso de los emprendedores o innovadores, aparte de esas competencias adicionales, ellos requieren de la curiosidad, de la actitud adecuada, de reflexionar para qué son buenos. Además, deben ser humildes y entender que el emprendimiento se hace en equipo y, sobre todo, apuntarle a crear o transformar los negocios con las TI. Si les funciona, grandes empresas terminarán comprando esos emprendimientos.

Para complementar, resalto lo que describe Andrés Oppenheimer en su más reciente libro *Sálvese quien pueda* (2018): "La gente con altos niveles de habilidades o estudios estará bien equipada para moverse hacia los nuevos trabajos; de otra parte, la formación académica y las habilidades como la creatividad, la originalidad, la inteligencia social y emocional serán la clave para las profesiones del futuro".

La segunda pregunta: ¿cuál va a ser tu equipo? En esto, es esencial el trabajo colaborativo: saber liderar, saber escoger, saber rodearnos. Recuerdo con ello la frase de Steve Jobs al referirse a los equipos de trabajo: "No contratamos a personas inteligentes para decirles qué hacer, sino para que nos digan qué debemos hacer". Para esto, considero oportuno complementar la formación de los profesionales con herramientas y competencias de coaching, un estilo o herramienta gerencial imprescindible para optimizar el potencial y el desempeño de las personas. El coaching trata del cambio en las personas y, por eso, junto con las tradicionales competencias que debe tener un buen líder o gerente coach, estos deben inspirar coherencia, compromiso, vocación, sinceridad y respeto por el ser humano.



Agéndate

En esta sección encontrarás información para:

- Estudiantes
- Empleados

Esta semana en la agenda cultural...

Cineforo
El viaje de Chihiro de Hayao Miyazaki - Especial de película clásica
*Actividad realizada junto con Tu Línea Amiga

"Sesión del Club de Lectura de Profesores"
 Libro: *Abril quebrado* (PL 891.99135 K11a) de Ismail Kadaré

Miércoles 10 de abril
 De 4:00 p. m. a 7:00 p. m.
 Biblioteca, primer piso, Sala de Juntas

Viernes 12 de abril
 De 12:00 m. a 2:00 p. m.
 Biblioteca, primer piso, Sala de Juntas

Rumba

Martes 9 de abril De 6:00 p. m. a 7:00 p. m. Edificio Ad Portas, piso 0

iPrográmate y actívalte por tu salud!

Kick boxing

Jueves 11 de abril De 6:00 p. m. a 7:00 p. m. Edificio Ad Portas, piso 0

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

Ten en cuenta

En esta sección encontrarás información para:

- Estudiantes
- Empleados

FonSabana es bienestar

En FonSabana promovemos y desarrollamos programas que estimulan el crecimiento personal y familiar. Por esto, el fondo de bienestar está habilitado para que sus asociados puedan adquirir los siguientes auxilios:

Bienestar

- Por **nacimiento, matrimonio y aniversario** de 10, 20, 30, 40 y 50 años de matrimonio.
- Por **fallecimiento**: para personas en primer grado de consanguinidad y para el cónyuge.

Calamidad

- Por **enfermedad** del asociado, cónyuge o hijos.
- Por **muerte** del asociado, cónyuge o hijos.

Requisitos

- No tener **deudas** con FonSabana.
- Presentar una **solicitud formal** mediante nuestros formularios.

*Aplican condiciones.

Más información:
 861 5555. Ext.: 31955 | fonsabana@fonsabana.com.co
 www.fonsabana.com.co

"Semana de Manejo del Estrés"

Estudiamos y trabajamos por pasión

¿Te sientes estresado? La Jefatura de Prevención y Salud te invita a participar en la "Semana de Manejo del Estrés".

Del martes 9 al sábado 13 de abril, se realizarán actividades para mitigar el estrés y potencializar los momentos de relajación. Los estudiantes, empleados y administrativos aprenderán a manejar la respiración y recibirán pautas para afrontar circunstancias estresantes. Los espacios de manejo del estrés estarán **ubicados en Punto Verde y Embarcadero**.

Disfruta el presente

Describe:

- 3 cosas que escuches
- 2 cosas que huelas
- 1 cosa que saborees

Expresate

• Habla con un amigo.
 • Baila, canta, pinta, escribe.

Ríete

• Ríe con tus amigos.
 • Mira un programa de humor.

Piensa, aprende, prevén y relájate.

Bienestar Universitario | Jefatura de Prevención y Salud



Salida del 2019-1

Visita Lagosol con tu grupo familiar

Bienestar Empleados te invita a disfrutar de un día de descanso en Lagosol el **domingo 28 de abril**.

En este centro vacacional de Compensar, ubicado en el kilómetro 107 de la vía Bogotá-Girardot (municipio de Nilo), podrás usar las **piscinas**, los **campos deportivos**, el salón de **juegos** y otras instalaciones.

El plan incluye:

- Transporte de ida y regreso.
- Refrigerio en la mañana y en la tarde.
- Almuerzo.

Ten en cuenta

- El costo del plan por persona es de **\$51.000**.
- La salida de los buses será desde **La Sabana** a las **6:00 a. m.** y el regreso será, aproximadamente, a las **9:00 p. m.**
- Las inscripciones se realizarán **desde hoy hasta el 12 de abril**, en la Ventanilla de Bienestar Empleados (Casa Administrativa, oficina 106) con Mary Isabel Hurtado, quien te informará las diferentes opciones de pago. **Los cupos son limitados**.
- Cada empleado podrá inscribirse con **tres acompañantes**, como máximo. Es necesario que estos sean beneficiarios del empleado en la caja de compensación.

Más información:

☎ 861 5555. Exts.: 53102 - 53604
✉ bienestar.empleados@unisabana.edu.co

Bono estudiantil para hijos en el calendario B

La Sabana apoya a las familias con 3 hijos o más

Nuestra Universidad se esfuerza por brindar acompañamiento a sus empleados y sus familias. Por esto, en mayo se otorgará un bono estudiantil para los empleados que tengan contrato a término indefinido y para los profesores en formación o por escalafonar con 3 hijos o más (menores de 25 años), que estudien en el calendario B.

El valor anual del bono por cada hijo se calculará según la categoría del empleado:

Categoría	Valor del bono por cada hijo (porcentaje del salario)	
	De 3 a 4 hijos	5 hijos o más
Auxiliar	15%	30%
Técnico	10%	20%
Profesional	8%	16%
Profesor	5%	10%
Ejecutivo o directivo	3%	6%

Requisitos

- * Documento que certifique que el hijo está estudiando (recibo de pago de la matrícula, certificado de estudios, etc.).
- * Formato de solicitud del bono estudiantil (encuétralo en las oficinas de Desarrollo Humano o en Portal Servicios).
- * Copia del registro civil de los hijos.

La recepción de los documentos está **abierta desde hoy hasta el viernes 12 de abril**, en la Ventanilla de Desarrollo Humano (Casa Administrativa):



Lady Gómez

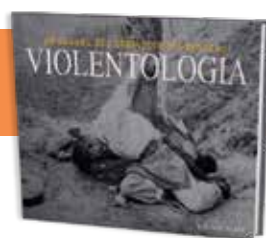


De 8:30 a. m. a 4:30 p. m.

Más información

📍 Ventanilla de Desarrollo Humano (Casa Administrativa)
✉ bienestar.empleados@unisabana.edu.co | ☎ 861 5555. Ext.: 53102

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



Violentología: un manual del conflicto colombiano

Autor: Stephen Ferry
Ubicación: segundo piso
Código: 303.6 F399v

Tabla de contenido:
<https://bit.ly/2CMBjGe>



Economía circular. Guía para pymes

Autores: Carmen Jaca, Marta Ormazábal, Vanessa Prieto, Javier Santos y Elisabeth Viles
Ubicación: segundo piso

Código: 330 J12e
Tabla de contenido:
<https://bit.ly/2TJnERe>



Information is beautiful

Autor: David McCandless
Ubicación: segundo piso
Código: 302.226 M122i 2012

Tabla de contenido:
<https://bit.ly/2UrAOqr>

ESTUDIA EL MINOR EN PSICOLOGÍA

Conoce los procesos psicológicos que están en la base del comportamiento humano.

PIDE TU ENTREVISTA CON LA DIRECTORA DE PROGRAMA DE PSICOLOGÍA EDIFICIO E2

INSCRIPCIONES PARA LAS ENTREVISTAS: HASTA EL 30 DE ABRIL

Facultad de Psicología | Universidad de La Sabana

¿Sabías qué?

Si eres empleado y accedes al beneficio de parqueadero de la Universidad, debes renovar la calcomanía vehicular antes del viernes 12 de abril.

Acércate a **Carnetización** en el edificio Ágora y presenta:

- Carné de empleado.
- Formato de solicitud de calcomanía con sello de la unidad.

Más información:
✉ dave.perez@unisabana.edu.co



Comisión Fulbright Colombia

Convocatoria de becas para estudios de posgrado en Estados Unidos



Conoce más sobre esta y otras oportunidades de estudio:
<https://goo.gl/xnjKF9>

Más información

Contacto: Jefatura de Movilidad y Recursos Internacionales
Correo electrónico: internacionales@unisabana.edu.co

La Dirección de Relaciones Internacionales informa que está abierta la convocatoria de becas Fulbright para cursar posgrados en Estados Unidos.

Los profesores de planta interesados en presentarse deben contar con el aval de la Dirección de Profesores e Investigación de su unidad académica.

Algunas de las becas son:

- **Beca Fulbright - Colciencias para Doctorado:** formación de alto nivel de hasta 40 profesionales e investigadores colombianos que deseen cursar programas de doctorado.
- **Beca Fulbright - Pasaporte a la Ciencia:** formación de alto nivel de hasta 20 profesionales colombianos que deseen cursar programas de maestría. Se pueden cursar estudios en cualquier área del conocimiento, exceptuando MBA y áreas clínicas de la salud.
- **Beca Fulbright - Líderes Indígenas:** formación de alto nivel de un profesional colombiano perteneciente a una comunidad indígena que desee realizar estudios de maestría o doctorado.
- **Beca Fulbright - Líderes Afrodescendientes:** formación de alto nivel de hasta 3 profesionales colombianos pertenecientes a comunidades afrodescendientes que deseen realizar programas de maestría o doctorado.
- **Beca Fulbright - MinCultura para Artistas:** formación de hasta 2 artistas colombianos que acrediten trayectoria sobresaliente en su campo profesional, con el fin de cursar programas de maestría.

En La Sabana, la **Comisión Fulbright Colombia** presentará el **portafolio de las becas** de posgrado, investigación y docencia. En la charla, hará énfasis en los programas para investigadores, profesores, estudiantes o graduados de maestría y doctorado. También **expondrá los requisitos, los beneficios y el proceso de aplicación**, y resolverá inquietudes.

Jueves 11 de abril

5:00 p. m.

Hemiciclo 405, edificio Ad Portas



Fecha límite para postularse: miércoles 22 de mayo.



Nuestro sello

En esta sección encontrarás información para:

Estudiantes

Empleados



El trabajo de una Alumni deja "Huellitas en el Corazón"



La graduada María Camila Triana Ramírez, embajadora de *Make a Wish*, con Matías David Esteban Guerra, uno de los beneficiarios de la fundación.

María Camila Triana Ramírez se graduó de Administración de Mercadeo y Logística Internacionales en el 2012. Ella adelantó su práctica en Newell Brands, empresa en la que ejerció y aprendió más sobre el área de mercadeo.

Durante su último semestre en La Sabana, María Camila cursó la materia Responsabilidad Social Empresarial, en la que realizó proyectos en Bosa, los cuales desencadenaron en ella el deseo de crear una fundación con impacto social.

En el 2014, decidió establecer "Huellitas en el Corazón", guiada por la meta de constituir una fundación similar a *Make a Wish*, ONG internacional que se dedica a cumplir los sueños de niños que padecen enfermedades terminales. Con base en esto y por su interés en que *Make a Wish* incursionara en Colombia, María Camila tocó puertas hasta que esa ONG decidió llegar al país bajo el marco legal de "Huellitas en el Corazón"; además, hace dos años, esta le dio la licencia como su representante en el país. María Camila afirma: "Ser perseverante me ayudó mucho. Gracias a esto, Colombia se convirtió en el país número 42 en formar parte de esta organización".

La experiencia de ser embajadora de *Make a Wish* Colombia le ha permitido aprender mucho: "Tener una fundación suena muy lindo; pero pocas personas imaginan el trabajo que hay detrás, puesto que una fundación es una empresa que, aunque no genera utilidad financiera, genera utilidad social". Ella añade: "Tenemos que buscar recursos que sostengan la operación en Colombia en pro de seguir impactando de modo positivo en los niños; los ayudamos a que sigan soñando lo que ellos quieren".

"Cumplimos los sueños de los niños para enriquecer su experiencia humana con alegría, fortaleza y esperanza".

En el futuro, María Camila espera llegar a todas las regiones de Colombia. Hasta el momento, *Make a Wish* tiene operaciones en Bogotá,

Cali, Barranquilla, Medellín, entre otras ciudades. "Esperamos que los 300 voluntarios, entre empresariales e individuales, aumenten su número para ayudar a los 3.000 niños que al año son diagnosticados con alguna enfermedad que amenaza sus vidas. A ellos, por medio de la ONG, les cumplimos sus sueños para enriquecer su experiencia humana con alegría, fortaleza y esperanza".

La graduada reconoce que, aunque el proceso requiere mucho esfuerzo, ha podido conocer y aprender de todo lo que conlleva realizar un emprendimiento en el país. Afirma que haber estudiado en La Sabana es un motivo de orgullo, puesto que la Universidad le inculcó perseverancia para lograr sus metas y, especialmente, para ayudar a cumplir 200 sueños con su labor como embajadora de la ONG. Entre los sueños que ha cumplido se destacan: la visita de algunos niños para saludar al Papa Francisco, viajes a los parques de Disney World y encuentros con cantantes famosos, como Maluma o J Balvin.