

!Salud mental:
la búsqueda de
un bienestar!

Abrriendo Camin

AÑO 7 No.16

Periódico del Primer Semestre del Programa de
Enfermería de la Universidad de Cundinamarca - Girardot



EDITORIAL: LA AUTOEVALUACIÓN EN EL PROGRAMA DE ENFERMERÍA EL CAMINO HACIA LA CALIDAD



Abriendo Caminos



EDITORIAL: LA AUTOEVALUACIÓN EN EL PROGRAMA DE ENFERMERÍA EL CAMINO HACIA LA CALIDAD

La Universidad de Cundinamarca a través de su historia ha formado Enfermeros inicialmente desde un Programa de Tecnología (1975 - 1990), para posteriormente consolidar un Programa de Formación Profesional. Con ello ha dado respuesta al compromiso social de ofrecer al departamento y al país hombres y mujeres comprometidos profesional y socialmente, flexibles en la cultura, éticos en su profesión, pero igualmente contribuyendo a la solución de problemas y necesidades a la personas, familia y grupos comunitarios en sus contextos.

Es así, que el Programa de Enfermería para renovar la vigencia del Registro Calificado ante el Ministerio de Educación Nacional desde el periodo B de 2011 y en el transcurso de 2012 se encuentra realizando el Proceso de Autoevaluación del Programa y construcción del documento para luego realizar la visita de Pares Amigos y finalmente hacer la entrega del Informe Final en Diciembre de 2012, lo cual permitirá obtener la vigencia del Registro Calificado por siete (7) años contados a partir de la fecha de ejecutoria del correspondiente Acto Administrativo.

Retomando el documento general de Autoevaluación, Vicerrectora Académica y el Comité de Autoevaluación Institucional 2012 se considera que la Autoevaluación es un proceso continuo, integral y participativo, con el fin de mejorar la calidad de las Facultades, Programas y de la Universidad como totalidad, por esta razón se consideran las siguientes premisas básicas para su desarrollo:

- La participación debe ser un compromiso de todos los estamentos: directivos, profesores, estudiantes, personal administrativo, graduados y empleadores.
- El propósito de la Autoevaluación es mejorar el quehacer académico.
- La Autoevaluación es un proceso de medición, comparación, valoración entre la situación actual dada y una situación deseada, en donde juega un papel importante los datos cualitativos y cuantitativos.
- El proceso de Autoevaluación tomará como marco de referencia los lineamientos del Consejo Nacional de Acreditación (CNA).
- Para facilitar el proceso de Autoevaluación es importante contar con un sistema de información.
- La Autoevaluación responderá a una política institucional, será apoyada con los recursos necesarios y será prioridad para los subsistemas que conforman la Universidad.



3

Abriendo Camin



EDITORIAL: LA AUTOEVALUACIÓN EN EL PROGRAMA DE ENFERMERÍA EL CAMINO HACIA LA CALIDAD

Además de lo anterior la Autoevaluación y Autorregulación del programa de Enfermería de la Universidad de Cundinamarca se justifica:

o Como respuesta a los grandes cambios económicos, sociales y culturales y su relación con las nuevas formas de producción de conocimiento de las instituciones de Educación Superior y particularmente de la Universidad de Cundinamarca, que tienen la responsabilidad no sólo de responder a estos retos, sino de mirar su realidad y prepararse para ser propositiva frente a las demandas del mundo moderno.

o Para el Aseguramiento de la Calidad como mandato de la Ley 30 de 1992, norma que rige la Educación Superior en Colombia, cuyo propósito es fortalecer la calidad de la Educación Superior, iniciando con un proceso reflexivo sobre la institución misma, sobre su especificidad y sobre la calidad del servicio que presta.

o Para instaurarse como una estrategia de mejoramiento permanente que se cualifica en sí misma, a través importantes definiciones en la política académica y en las pautas generales que orientan el trabajo en la institución.

o Para desarrollar un proceso de formación, reflexivo, comprometido con la calidad y con una fuerte capacidad de Autoevaluación que le permita ser generadora de desarrollo humano e impulsar el desarrollo técnico y científico particularmente en su área de influencia, acorde con lo propuesto para la Educación Superior en Colombia.

* Como estrategia para comprometer a la comunidad universitaria en el desarrollo visualizado en el Proyecto Educativo Institucional, permitiendo la organización de grupos de trabajo alrededor del ideal de la universidad y del programa.

El proceso de Autoevaluación del Programa de

Enfermería, sin lugar a dudas, conducirá a la configuración de planes de mejoramiento en cada uno de los procesos que sean necesarios, lo cual facilitará la innovación y la flexibilidad metodológica, implementará nuevas prácticas pedagógicas interactivas y nuevos sistemas de evaluación que permitan la generación de cambios y transformaciones de las prácticas cotidianas de profesores y estudiantes en los procesos de docencia, investigación y extensión universitaria.

El Comité de Autoevaluación del Programa de Enfermería invita a los actores del proceso, estudiantes, profesores, graduados, directivos y personal administrativo, a ser partícipes en la etapa de Socialización y Sensibilización que se viene desarrollando en el presente período académico, dando a conocer sus opiniones en encuestas, encuentros y talleres programados.



Comité de Autoevaluación
del Programa de Enfermería
Floralba Martínez
Dora María Cuadrado
Nury Silva
Nhora Reyes
José Rubén Vargas

Abriendo Camin





ABRIENDO CAMINO
AÑO 7 No. 16 MAYO DE 2012
RECTOR

Dr. Adolfo Miguel Polo Solano
VICERRECTOR ACADÉMICO

Dr. Rogelio Rigual Collado
DIRECTOR SECCIONAL GIRARDOT
Dr. Fabio Gil

DIRECTORA PROGRAMA ENFERMERÍA

Enf. Floralba Martínez Pinzón
DOCENTES NÚCLEOS TEMÁTICOS

Bioquímica

Jaime Trujillo Vidal

Biología y Microbiología

Juan Carlos Díaz

Cátedra Udecina

Elsa Judith Ortiz

Comunicación I

Diana Molina

Constitución y Democracia

Mireya Vanegas Carvajal

Inglés I

Yisney Ramírez Trujillo

Salud Mental de la Persona

Edgar Cartagena

Salud y Medio Ambiente

Drigelio Morales

Sociedad y Salud

Doris Leal

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Luis Jairo Avella Verástegui

¡SALUD MENTAL: LA BÚSQUEDA DE UN BIENESTAR!



Abriendo Camin



¡SALUD MENTAL: LA BÚSQUEDA DE UN BIENESTAR!

Se ha preguntado ¿qué es Salud Mental? y ¿qué factores actúan para tener una buena Salud Mental? Para poder hablar de salud mental debemos conocer inicialmente qué es tener salud; la Organización Mundial de la Salud, OMS, la define como "Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" y esta misma organización nos da el concepto de salud mental y nos dice "La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad".

Ya teniendo claro las diferentes definiciones que nos presenta la OMS podemos hablar de salud mental y ver los diferentes factores que determinan o intervienen para encontrar esa armonía o desequilibrio físico - mental. A lo largo de la historia el hombre ha venido buscando un bienestar que le permita estar bien consigo mismo y con sus pares o iguales, pero muchas veces este equilibrio o bienestar no se logra dar gracias a diferentes factores sociales, culturales, ambientales, psicológicos.

Desafortunadamente el hombre con el pasar del tiempo por estar en esa búsqueda de bienestar se ha vuelto una máquina de producción y consumo, ha olvidado quiénes es y para dónde va, pero esto no se



da de la nada, sino gracias a los diferentes modelos de bienestar que nos venden y nosotros nos dejamos llevar de estos, así no estemos de acuerdo porque tenemos sistematizado que si no estamos de acuerdo con algo eso ya nos hace diferentes y, por consiguiente, las diferencias hay que acabarlas; un gran ejemplo de bienestar que siempre nos han vendido y nunca hemos podido dejar inválido es el modelo de belleza, donde las niñas deben ser igual de bellas que una Barbie y si no es así está mal, entonces se originan diferentes problemas socio-culturales que afectan la salud, es decir, ese equilibrio entre mente y cuerpo de las personas y lo

podemos observar con las tasas de crecimiento de jóvenes con problemas de anorexia y bulimia que muchas veces desembocan en muertes, ya sean "naturales" o "asistidas", por decirlo así. Por eso la sociedad es un factor muy importante para el buen desarrollo de la salud mental del individuo porque está íntimamente ligada al riesgo de padecer una enfermedad mental; un ejemplo es la esquizofrenia que no es una enfermedad social, sin embargo los factores sociales y culturales influyen duramente en la evolución y recuperación, las condiciones de desigualdad

económica y ausencia de prestaciones sociales generan círculos de pobreza y desesperación, relacionados con la enfermedad que hipoteca el futuro de las poblaciones afectadas.

¡SALUD MENTAL: LA BÚSQUEDA DE UN BIENESTAR!



Viendo todos estos problemas y factores que afectan la salud mental de la persona, se deben implementar procesos de promoción y prevención, que permitan hacerle frente a esas dificultades socio - culturales que afectan la salud física y mental, pero este proceso se debe iniciar en los dos pilares de la sociedad que son la familia, siendo esta la célula principal de la sociedad, y la academia como centro integrador de conocimientos donde se pueden desarrollar diferentes actividades que le permitan a la persona desahogarse mostrando todos esos miedos y tristezas de una forma didáctica y dinámica, para tener un equilibrio mental porque muchas veces tener esos dolores o traumas internos no nos permiten estar bien con nosotros mismos, por consiguiente no podremos estar bien con los demás; esto lo pudimos observar en un taller realizado en la clase de Salud Mental de la Persona donde muchos tuvimos la oportunidad de exteriorizar eso que nos duele y nos da miedo. Por eso nuestra invitación es que trabajemos con nosotros mismos, es decir nuestra salud mental y así podremos dar al máximo todo nuestro ser.

¡SALUD MENTAL: LA BÚSQUEDA DE UN BIENESTAR!

- **NÚCLEOS TEMÁTICOS:**
 - Salud y medio ambiente
 - Sociedad salud
 - Salud mental de la persona
 - **DOCENTES:**
 - Drigelio Morales
mordri@hotmail.com
 - Doris Leal
doleza123@hotmail.com
 - Edgar Cartagena
edgar402003@yahoo.es
 - **ESTUDIANTES:**
 - Adriana Infante
 - Keterin Leal
 - Viviana Lozada
 - Alexander garnica
 - Heiner Isaza
 - Heiner Isaza



Fotos taller "Mis Miedos y Mi Autoimagen"

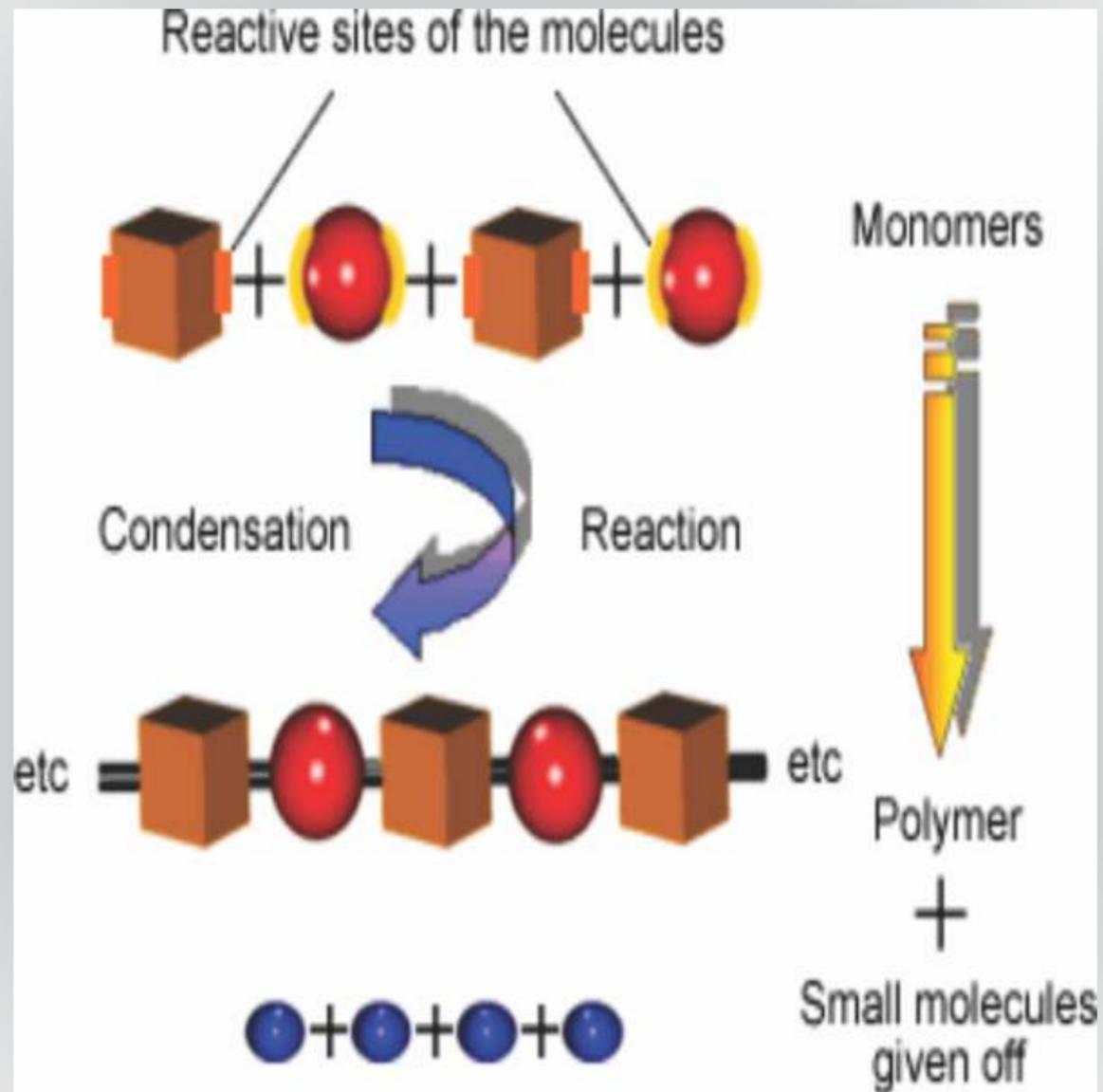
¿QUÉ PESAN MÁS DE 10.000 DALTON DE MASA ATÓMICA?



Abriendo Camin

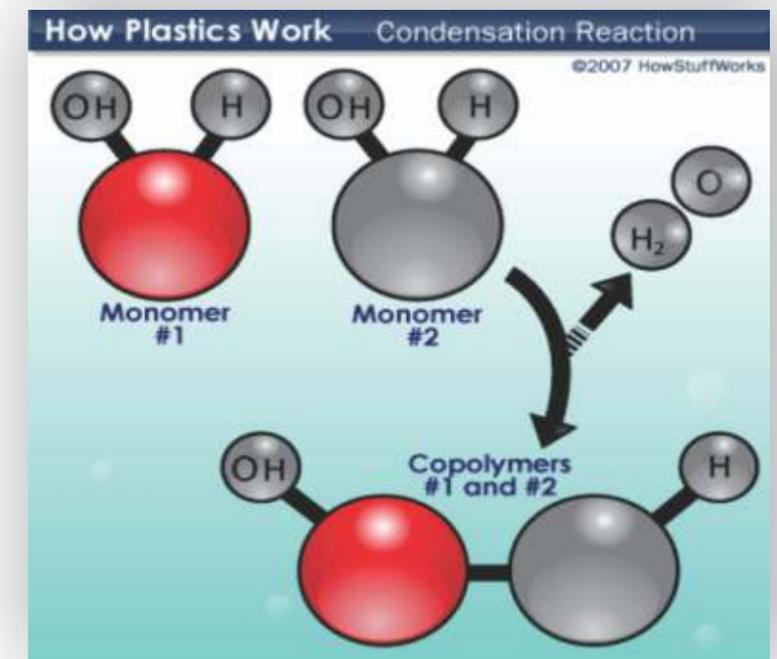


¿QUÉ PESAN MÁS DE 10.000 DALTON DE MASA ATÓMICA?



En términos generales cuando se unen dos monómeros para la formación de un enlace y se desprende una molécula de agua, se habla de una reacción de condensación. Si la reacción ocurre al contrario, esto es, que se rompe el enlace con la adición de una molécula de agua y se regeneran los monómeros originales se habla de reacciones de hidrólisis. Los organismos vivos juegan con reacciones de hidrólisis (digestión) y condensación (síntesis) para la construcción de sus macromoléculas. Los tipos principales de macromoléculas son las proteínas, formadas por cadenas lineales de aminoácidos; los ácidos nucleídos, DNA y RNA, formados por bases nucleotídicas (purinas y pirimidinas), los polisacáridos, formados por subunidades de azúcares y los lípidos formados por glicerol, ácidos grasos o colesterol. Los aminoácidos de las proteínas están unidos por enlaces peptídicos, los carbohidratos de los polisacáridos por enlaces glucosídicos o pectídicos y los lípidos y ácidos nucleídos por enlaces Ester.

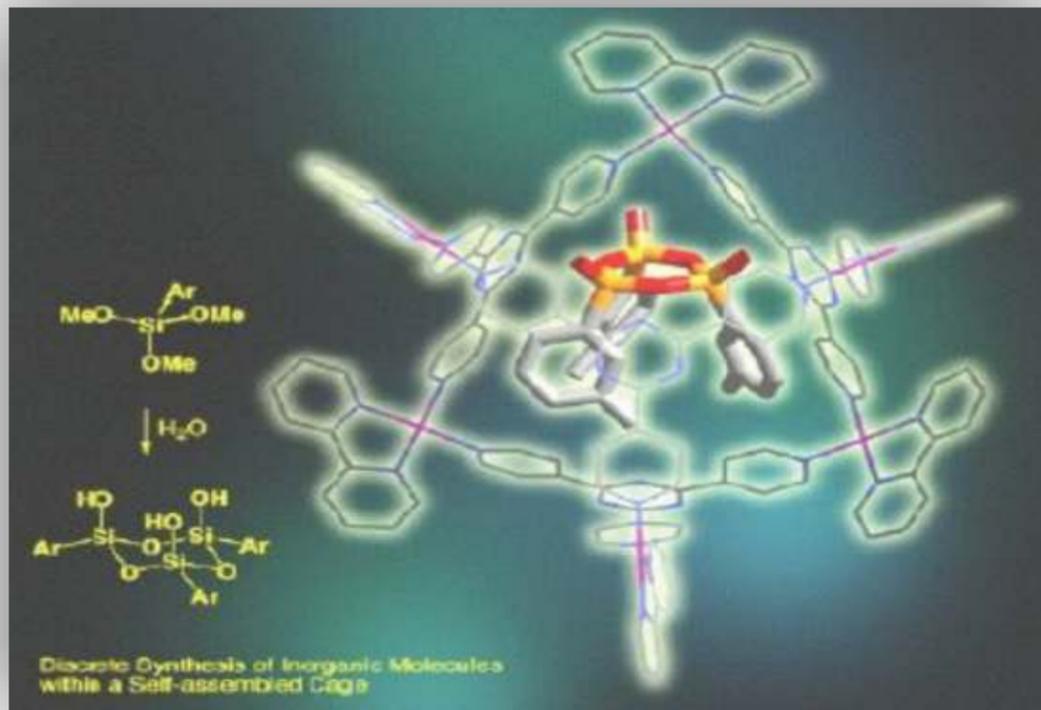
"A menudo el término macromolécula se refiere a las moléculas que pesan más de 10.000 Dalton de masa atómica. Pueden ser tanto orgánicas como inorgánicas, y algunas de gran relevancia se encuentran en el campo de la bioquímica, al estudiar las biomoléculas. Dentro de las moléculas sintéticas se encuentran los plásticos. Son moléculas muy grandes, con una masa molecular que puede alcanzar millones de UMA que se obtienen por las repeticiones de una o más unidades simples llamados "monómeros" unidos entre sí mediante enlaces covalentes. Forman largas cadenas que se unen entre sí por fuerzas de Van der Waals, puentes de hidrógeno o interacciones hidrofobias y por puentes covalentes.



¿QUÉ PESAN MÁS DE 10.000 DALTON DE MASA ATÓMICA?

Por lo general, se analizan moléculas en el que el número de átomos es muy pequeño, el cual consta de una masa molecular relativamente pequeña, por ejemplo la molécula de la sal común (NaCl) consta de solo dos átomos y la masa molecular relativa es de 58. En cambio, existen muchas clases de moléculas que poseen una composición mucho más complicada, es decir, una gran cantidad de átomos y un valor grande en su masa molecular; a esta clase de composiciones se le denomina macromoléculas. Específicamente una macromolécula tiene una cantidad mínima de 1000 y una masa no menos de 10.000. Además los eslabones que unen la molécula no conducen a variación en las propiedades físicas, si estos son adicionados de manera complementaria. Por ejemplo la molécula del polietileno, cuya masa molecular relativa es de 280.000 y consta de 20.000 eslabones de grupos CH₂. Otro ejemplo es la molécula del ácido ribonucleico; consta de 124 eslabones que se repiten, conformados por 17 aminoácidos diferentes. Su fórmula química es C₅₇₅H₉₀₁O₁₉₃N₁₇₁S₁₂, su masa molecular relativa es de 13.682. Los polímeros son sustancias conformadas por macromoléculas."

En conclusión, las macromoléculas son moléculas relativamente grandes y de un peso molecular elevado. En Bioquímica, estudiamos un grupo especial de macromoléculas llamadas biomoléculas que constituyen a todos los seres vivos.



NÚCLEOS TEMÁTICOS:
Bioquímica, Biología y microbiología
DOCENTES:

Jaime Trujillo Vidal

Bioquímica (jtv0711@hotmail.com)

Juan Carlos Díaz Díaz

Biología y Microbiología (jcdiazd@hotmail.com)

ESTUDIANTES:

.Leisly Mancera

.Jiselly Pulido

.Karen Perea

.Jessica Guzmán

.Fabián Miranda

Abriendo Camin



ADICCIÓN A LA INTERNET

13

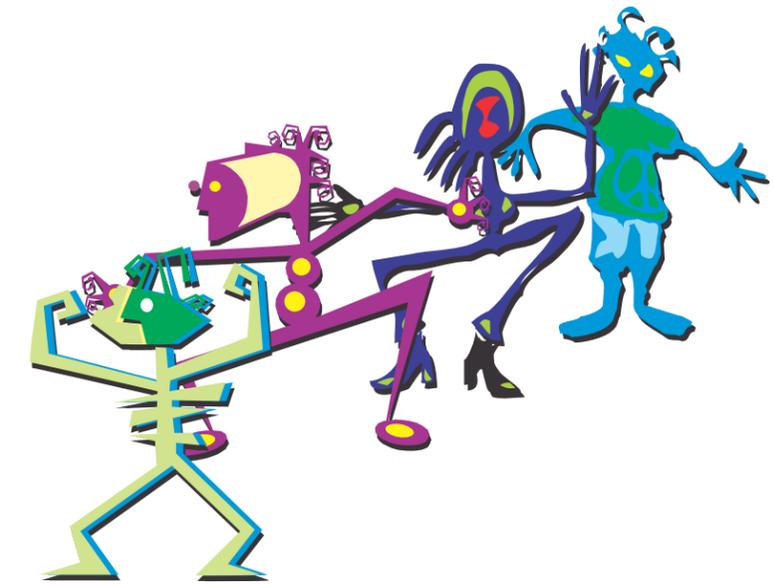
Abriendo Caminos



ADICCIÓN A LA INTERNET

ORACIÓN A LOS ADICTOS DE INTERNET:

"Satélite nuestro que estas en los cielos,
acelerado sea tu link,
venga a nosotros tu hipertexto,
hágase tu conexión, en lo real como en lo virtual,
danos hoy nuestro Down load de cada día
perdona el café sobre el teclado, así como nosotros perdonamos
a nuestros proveedores
no nos dejes caer la conexión, y líbranos de todo virus".



Amén



Abriendo Camin



ADICCIÓN A LA INTERNET

"LA ADICCIÓN A INTERNET NO DEBERÍA SER TRATADA COMO UN DELITO,
SINO QUE DEBE SER ABORDADA COMO UN PROBLEMA DE SALUD"



El proceso por el cual una persona se convierte en adicto es siempre una interacción de factores relativos al objeto de la adicción, a las características de la persona que la hacen vulnerable y al entorno social. Los intentos de determinar las causas de la adicción a Internet deben tener en cuenta que la conducta problema se desarrolla en un contexto virtual que no tiene por qué seguir las leyes del mundo real.

Según el psicólogo y escritor David N. Greenfield administró un cuestionario a cerca de 18000 sujetos que visitaban la página de ABCNEWS.com. Dicho cuestionario, el VAS (Virtual Addiction Survey), examinaba el uso general y abuso de Internet. Como resultado de este estudio señala un conjunto preliminar de siete criterios para la identificación y predicción de la adicción a Internet:

“No poder esperar para llegar al ordenador y conectarse.

Otras personas piensan que tiene un problema con Internet.

Experimentar serias consecuencias relacionadas con el uso de Internet.

Experimentar una intensa intimidad en la red.

Mantener la cantidad de tiempo que se pasa conectado como un secreto.

Edad (más joven incrementa el riesgo de adicción).

Nº Total de horas que se la pasa conectado.

ADICCIÓN A LA INTERNET

"DIEZ MILLONES DE ADICTOS A INTERNET SON POTENCIALES ENFERMOS EN CHINA".

Cuatro millones de personas son adictas a internet y diez millones son potenciales enfermos en China, el país de mayor población en la red con 300 millones de internautas."

Así lo afirma Tao Ran, el director de la Base de Crecimiento Psicológico para adolescentes Chinos, un hospital militar en el distrito pequinés de Daxing.

Pekín añadió la adicción a internet a la lista de "desórdenes clínicos", con el alcoholismo y la ludopatía.

Otras cifras son todavía más pesimistas, como las de la consultora estadounidense InterActiveCorp, según la cual el 42% de los internautas chinos se consideran "adictos", por sólo un 18. por ciento de los navegantes estadounidenses.

Tao define como adicto a la persona que pasa en internet por ocio más de seis horas de promedio durante un período de tres meses.

Desde 2005, por el centro que dirige han pasado más de cuatro mil adictos y en él residen actualmente 36 jóvenes (32 chicos y 4 chicas) para tratarse del problema.

Según Tao, doctor experto en adicciones, el 90 por ciento de los enfermos consigue recuperarse.



ADICCIÓN A LA INTERNET

“La disciplina militar les ayuda mucho. Antes estos chicos dormían de día y jugaban de noche, y ahora les hemos reajustado las horas de sueño, de comida y de estudio”, explica. Con el orden castrense -el mismo que obliga al periodista a ponerse una capucha para entrar y pasear por el recinto, ante la amenaza de seguridad que supone su presencia- los internos se levantan a las 06.15 de la mañana y se acuestan a las 21.30.

Nada de internet, nada de teléfonos móviles ni de contactos con el exterior. El aislamiento dura los tres meses que se alarga el tratamiento.

“En el primer mes, el adicto presenta resistencia y ganas de huir. En el segundo se acostumbra al ambiente y en el tercero es cuando la cura surte efecto”, resume Tao, quien desarrolló el manual de diagnóstico que China usa para tratar la enfermedad.

El galeno niega el uso de electrochoques en los internos del centro, un escándalo que salió a la luz hace un par de años.



ADICCIÓN A LA INTERNET

"Eso fue un malentendido con la prensa alemana", agrega, para luego mostrar las salas de terapia, llenas de dibujos, colores y elementos para la expresión manual, y sin rastro de electrodos.

No obstante, fue el propio Tao quien en febrero de 2007 declaró a Efe que una de las prácticas era una supuesta técnica de medicina tradicional consistente en impulsos eléctricos de bajo voltaje (4 voltios), una suerte de acupuntura relajante.

Ahora, la nueva terapia, que sigue incluyendo tratamiento farmacológico, sustituye los cables por la presencia de los padres.

Para Tao, el problema está en el control y el

reproche. "Antes de los diez años todos los niños están hiperprotegidos, los padres deciden todo por ellos y eso hace que pierdan su propio carácter y su capacidad de creación. Los padres quieren el niño perfecto y cuando los niños crecen, quieren huir de la sociedad a través del mundo virtual".

"Las familias que vienen tienen el futuro roto y el centro es su última esperanza. Por eso los padres dejan la casa, el trabajo, todo", expone. Previamente, y a causa de la adicción, muchos niños ya habían dejado los estudios.

"China es el país asiático con más adictos a

internet, por encima de Japón y Corea del Sur, y también superior a otros países occidentales. Y la tendencia todavía es de crecimiento", advierte Tao Ran. Hace cuatro años, el suyo fue el primer centro de estas características en abrir en todo el país. Ahora ya hay más de doscientos."

Lo que hay que hacer es reforzar las relaciones familiares con los hijos para guiarlos y enseñarles a utilizar la internet como una herramienta beneficiosa y no como una rutina mal adecuada, ya que en los niños y jóvenes se presenta más por la falta de interés de sus padres hacia ellos.

NÚCLEOS TEMÁTICOS

* Sociedad Y Salud:
Doris Leal Zabala
doritoleal@hotmail.com

*Salud Y Medio Ambiente:
Drigelio Morales
mordri@hotmail.com

*Salud Mental :
Edgar Cartagena
edgar402003@yahoo.es

ESTUDIANTES:
Fuentes Herrera Alex
Esneider
Martínez Gutiérrez Andrea
Yurany
Morales Portela María
Alejandra
Ñustes García Daniela



Abriendo Camin



18

AUTONOMÍA UNIVERSITARIA: UNA REFLEXIÓN DESDE LA REALIDAD SOCIAL

19

Abriendo Camin



AUTONOMÍA UNIVERSITARIA: UNA REFLEXIÓN DESDE LA REALIDAD SOCIAL

Bien sea por curiosidad, por intuición o por vocación (lo que se espera en el mejor de los casos) se llega, en un momento de la vida, a un contexto en el que en un principio se vuelve un mundo mágico por descubrir, ese espacio que poco a poco nos va exigiendo una postura sólida para confrontar sus constantes devenires. En realidad, es en la Universidad en donde las motivaciones e intereses nacen y se renuevan en medio de una función social con autonomía universitaria.

Aparece, entonces, el concepto de "Autonomía Universitaria", para muchos una percepción desconocida y, para otros, un término que trae consigo variedades de connotaciones en su mayoría divergentes y confusas. En 1953, la Unión de Universidades de América Latina, nos señala el siguiente concepto, generalmente aceptado:

"La autonomía de la Universidad es el derecho de esta Corporación a dictar su propio régimen interno y a regular exclusivamente sobre él; es el poder de la Universidad de organizarse y de administrarse a sí misma. Dicha autonomía es consustancial a su propia existencia y no a una merced que le sea otorgada -y debe ser asegurada- como una de las garantías constitucionales".



Entre tanto, el concepto de "Autonomía" viene de la mano con la propia Universidad, dado que desde sus inicios persigue su característica autónoma. Tal como se entiende en el artículo 69 de la Constitución Política de Colombia, en el cual las universidades tienen la autoridad legal de "darse sus directivas y regirse por sus propios estatutos"

En este sentido, se pone en marcha esta garantía constitucional: "La autonomía universitaria consagrada en la Constitución Política de Colombia y de conformidad con la presente Ley, reconoce a las universidades el derecho a darse y modificar sus estatutos, de designar sus autoridades académicas y administrativas, crear, organizar y desarrollar sus programas académicos, definir y organizar sus labores formativas, académicas, docentes, científicas y culturales, otorgar los títulos correspondientes, seleccionar a sus profesores, admitir a sus alumnos y adoptar sus correspondientes regímenes, y establecer, arbitrar y aplicar sus recursos para el cumplimiento de su misión social y de su función institucional".

AUTONOMÍA UNIVERSITARIA: UNA REFLEXIÓN DESDE LA REALIDAD SOCIAL

Como consecuencia de esta realidad, asociada a una naturaleza política y educativa, entre otros factores que generan cambios y situaciones de inestabilidad (reformas, desigualdad, crisis participativa, pérdida de valores, inconformidades de las actores y la comunidad educativa, etc.), surge la necesidad de reencaminar la función social universitaria dada a través de su autonomía y responsabilidad. Se plantea, desde luego, Instituciones Educativas con visión organizativa, evolucionista y de proyección político-social, lo cual imprime calidad en los procesos de formación y desarrollo. Así pues, el contexto en el que nos desenvolvemos aclama por una "sed de ética", la cual junto con la Autonomía Universitaria busque, analice, desarrolle y transmita nuevas prácticas y locuciones de acuerdo a los escenarios y realidades sociales. Por tanto, es importante comprender que es en la Universidad en donde se configuran las necesidades y se esboza la transformación de la sociedad.

No obstante, esta lucha por la autonomía es, hoy día, una batalla en contra de otras tantas transformaciones no lógicas en nuestra

comunidad. Hablamos, de la lucha en contra de la educación como mercancía, en la cual se convierte en una competencia monetaria que, consecuentemente, nos lleva a la represión, la corrupción, el ensimismamiento y la degradación de valores, dejando a un lado la calidad y desarrollo humano

En efecto, tal y como lo explica el profesor Jaime Ornelas Delgado:

“La defensa de la universidad pública autónoma, laica y gratuita, representa para los universitarios la defensa del Estado social, del respeto a las diferencias y a la cultura popular. Esto es, la lucha por preservar la autonomía universitaria”

En conclusión, la Universidad como Institución necesaria para todos los actores de la humanidad, reclama su misión fundamental de "autonomía", lo que le significa construir y reflexionar sobre su papel en la sociedad, la ciencia y el conocimiento. Aquí, su principal objetivo y su lucha incesante atañen a la formación de hombres de "múltiples dimensiones" analíticos, cuestionadores, reflexivos. Hombres con visión y función social.



NÚCLEOS TEMÁTICOS:

Cátedra udecina

Constitución y

democracia

DOCENTES:

Elsa Judith Ortiz

Mireya Vanegas Carvajal

mireyavanegasdocente@hotmail.com

ESTUDIANTES:

Gloria Amparo Poloche Ávila

Esteban Romero

Leidy Rojas

Karen Pinzón



DERECHOS A MEDIAS



Abriendo Camin



DERECHOS A MEDIAS

En la Universidad de Cundinamarca existen derechos que prácticamente no se cumplen en su totalidad, los cuales trataremos a continuación: "Utilizar los recursos de la universidad para su educación de conformidad con los reglamentos respectivos" ; la institución no cuenta con los recursos necesarios para que los estudiantes puedan cumplir con las actividades académicas, pues las aulas de audiovisuales no se encuentran en total disponibilidad ya que hay muy pocos video beam y esto hace que se creen dificultades en la parte intelectual del desarrollo íntegro del estudiante. "Disponer de condiciones adecuadas de espacio y tiempo necesarios para la realización de sus actividades académicas" ; la



institución no cuenta con las aulas suficientes para que los estudiantes reciban las clases respectivas de cada programa; "Recibir un trato respetuoso de todos los miembros de la comunidad Universitaria" . Este derecho no siempre es cumplido puesto que en algunas ocasiones no se recibe un trato digno por parte de las personas que atienden la sala que presta el servicio de audiovisuales aunque se debe resaltar que esto ha mejorado. Estos derechos son los más vulnerados; y han sido observados por cada uno de los estudiantes que conforman la comunidad UDECINA. Se espera, sean respetados para el buen desarrollo integral, social, cultural y humanístico de los aprendices.

NÚCLEOS TEMÁTICOS:
Constitución y Democracia Cátedra Udecina

DOCENTES:
Mireya Venegas Carvajal.
(mireyavanegasdocente@hotmail.es)
Elsa Judith Ortiz Ortiz.

ESTUDIANTES:
Maricela Guzmán Medina
Lizeth Yurany Roza Gómez
María Fanny García García
Lida Marcela Lasso Jara

LENGUAJE E INFORMACIÓN FUENTE PARA LA SOCIEDAD



Abriendo Camin



LENGUAJE E INFORMACIÓN FUENTE PARA LA SOCIEDAD



Nosotros nos comunicamos a todo momento y a toda hora, pero realmente ¿nos hemos puesto a pensar qué tan importante es la comunicación en la sociedad? ¿Cómo esta influye en el pensar humano? Y ¿Cómo ha hecho el hombre para que a

través del tiempo mejore los modelos de comunicación?

Teniendo en cuenta estos aspectos tan importantes nos conectaremos con el tema, para así obtener un mayor grado de conocimiento y desarrollo.

LA COMUNICACIÓN

Como es nuestra cotidianidad, va mucho más allá del simple hablar. Es una necesidad de la sociedad para transmitir sentimientos, pensamientos ideas, etc. El intercambio del mensaje que queremos difundir puede ocurrir con uno o varios receptores, lo podemos hacer de varias formas, por medio del habla, de la escritura, o por medio de la comunicación no verbal.

TEORÍA DE LA INFORMACIÓN

La Teoría de la Comunicación estudia la capacidad que tienen algunos seres vivos de relacionarse con otros intercambiando información. Es una reflexión científica muy nueva, pero en cambio, su objeto de estudio, la comunicación, es una actividad muy antigua: la aptitud para servirse de la

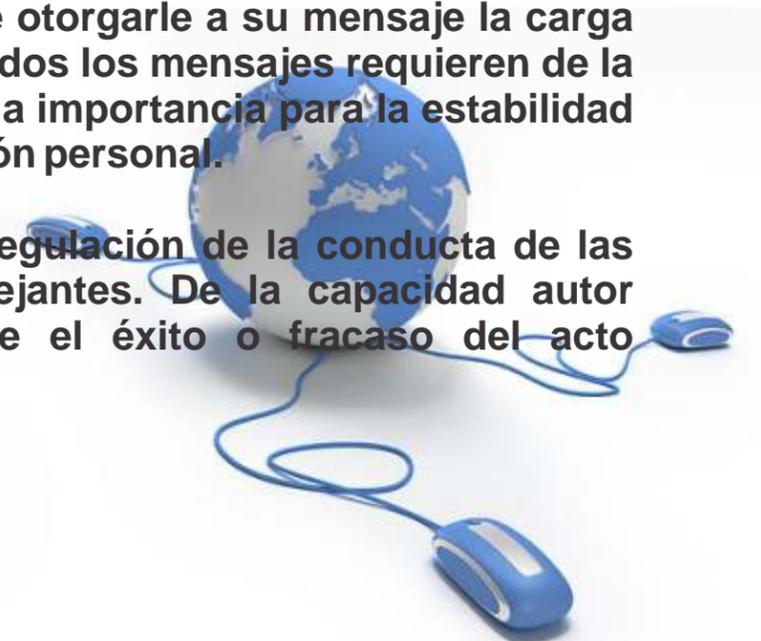
información en la interacción la poseen especies animales que habitaban en la tierra mucho antes que el hombre. "Es la teoría encaminada a fundar el estudio de los comportamientos comunicativos."

FUNCIONES DE LA COMUNICACIÓN

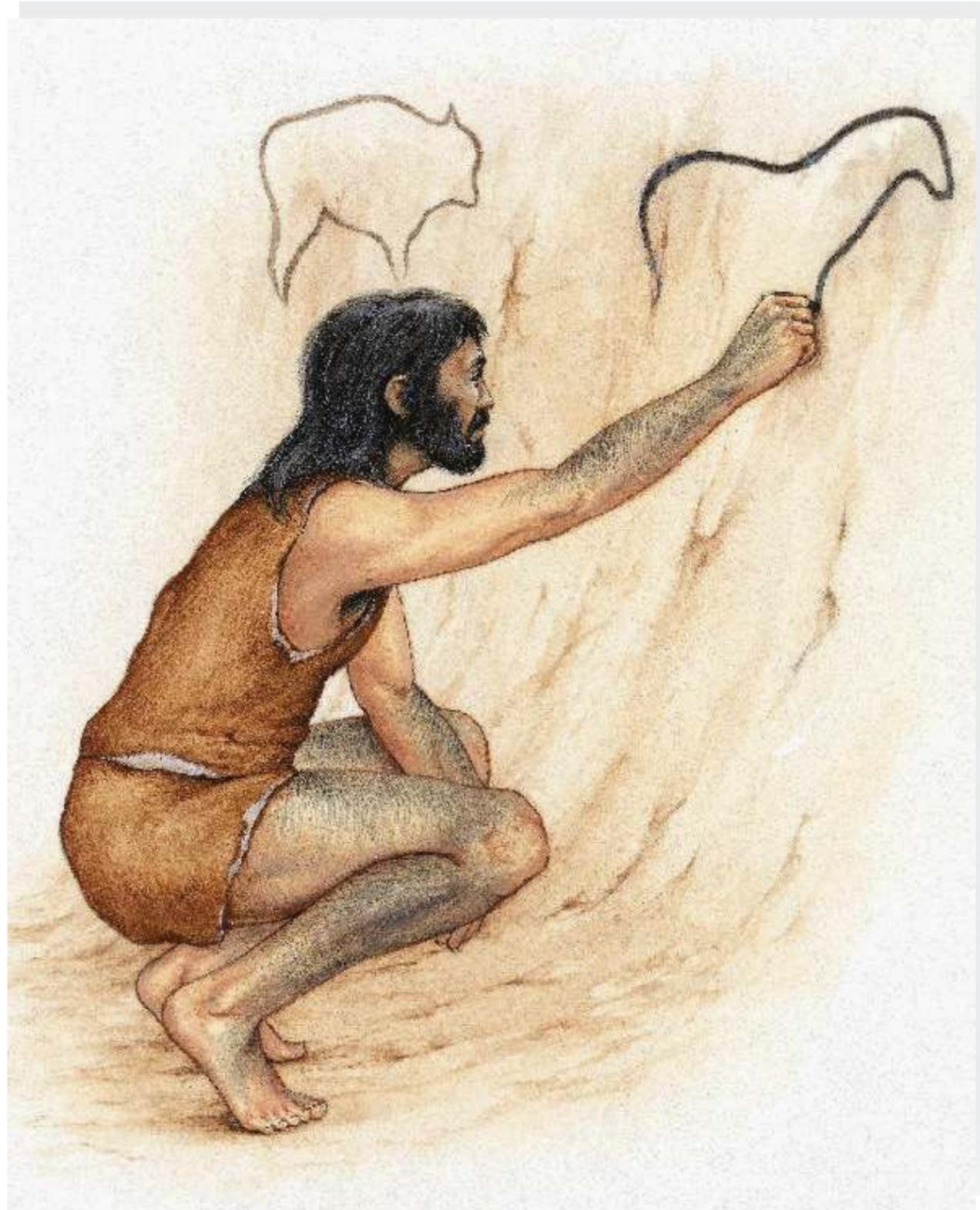
* **Informativa:** A través de ella se proporciona al individuo todo el caudal de la experiencia social e histórica, así como proporciona la formación de hábitos, habilidades y convicciones. En esta función el emisor influye en el estado mental interno del receptor aportando nueva información.

* **Afectivo - valorativa:** El emisor debe otorgarle a su mensaje la carga afectiva que el mismo demande, no todos los mensajes requieren de la misma emotividad, por ello es de suma importancia para la estabilidad emocional de los sujetos y su realización personal.

* **Reguladora:** Tiene que ver con la regulación de la conducta de las personas con respecto a sus semejantes. De la capacidad autor reguladora y del individuo depende el éxito o fracaso del acto comunicativo.



LENGUAJE E INFORMACIÓN FUENTE PARA LA SOCIEDAD



ORIGEN DEL LENGUAJE

La aparición del lenguaje ha contribuido de gran manera a los seres humanos, ya que este es aquel que diferencia al hombre del resto de los animales, sin él no habría cultura, ni historia. Debido a que mediante este se forman sociedades complejas, en las cuales se halla una diversidad de mecanismos científicos como también un gran desarrollo en la capacidad de expresión.

A continuación veremos las hipótesis más relevantes sobre el origen del lenguaje:

Hipótesis gestuales: Esta defiende que el lenguaje se derivó de un sistema gestual, en el cual se entremezclaban sonidos vocales.

Hipótesis vocalistas: Según esta hipótesis nosotros evolucionamos debido a una mutación genética, cuando fuimos capaces de combinar sonidos, los cuales generaban diferentes significados.

"Hipótesis no específicas: Creen que la aparición del lenguaje no fue debida a ninguna mutación, sino, que este se originó debido al aumento progresivo de la inteligencia."

ORIGEN DE LA ESCRITURA

La escritura tiene su origen en la necesidad del hombre de comunicarse y expresar lo que sentía, también su evolución se debe a la economía ya que la usaban como un medio de control de la misma. A continuación veremos brevemente los primeros tipos de escritura, los cuales evolucionaron hasta formar los sistemas de escritura actuales.

LENGUAJE E INFORMACIÓN FUENTE PARA LA SOCIEDAD

MODELOS DE COMUNICACIÓN:

Los modelos de comunicación son fundamentales para generar un diálogo entre dos o más personas el cual nos puede llevar a diferentes ambientes ya sean físicos o psíquicos, donde podemos desenvolvemos por medio del habla; en estos modelos o elementos podemos encontrar: el emisor, el receptor, el canal, el código, el mensaje y el contexto o entorno.

En conclusión, la comunicación es importante debido a que sin esta no podríamos transmitir nada en nuestra vida cotidiana y sobre todo en nuestro entorno laboral y educativo. Ya que esta compone parte fundamental en el pensar humano.



NÚCLEOS TEMÁTICOS

comunicación i

inglés i

DOCENTES

Diana maría molina

Yisney ramirez

CORREOS

dimamoa@hotmail.com

yisneyramirezt@hotmail.com

ESTUDIANTES

Josue duvan lozano ospina

Eyleenkatherine mayorquin

Ingri daniela garcia yate

Paula andrea gutierrez

Laura yineth salazar

LANGUAGE AND INFORMATION SOURCE FOR THE SOCIETY

LANGUAGE AND INFORMATION SOURCE FOR THE SOCIETY

We communicate all times and all time, but really we have thought about how important is communication in society? How does this affect human thinking? And how man has made to improve over time communication models?

Given these important aspects we will connect with the subject in order to obtain a higher degree of knowledge and development.

COMMUNICATION

As our daily lives, it goes far beyond mere talk. Is a need for society to convey feelings, thoughts, ideas, etc.. The exchange of the message that we you want to spread can occur with one or more receivers, we can do in various ways, through speech, writing, or through nonverbal communication.

INFORMATION THEORY

The Communication Theory examines the ability of some living things to relate



others by exchanging information. It is a very new scientific thinking, but instead, the object of study, communication is a very old: the ability to use information on the interaction of animal species that have inhabited the earth long before man. "Theory is designed to establish the study of communicative behaviors."

FUNCTIONS OF COMMUNICATION

* **Information:** Through it provides the individual with the flow of social and historical experience, and provides the formation of habits, skills and beliefs. In this function the emitter influences the receiver's internal mental state providing new information.

* **Affective - valuation:** The issuer must give your message the emotional charge that it demands, not all messages require the same emotion, so it is of utmost importance to the subjects' emotional stability and personal fulfillment.

* **Regulatory:** It has to do with regulating the conduct of persons in respect of their peers. Regulatory capacity and the individual author depends on the success or failure of the communicative act.

LANGUAGE AND INFORMATION SOURCE FOR THE SOCIETY

ORIGIN OF LANGUAGE

The emergence of language has contributed greatly to human beings, for this is that which distinguishes man from other animals, without there would be no culture, no history. Because this is formed by complex societies, in which a variety of mechanisms is also a large scientific development in the ability of expression.

Then we will see the main assumptions about the origin of language:

- o Assumption gesture: This argues that the language was derived from a gestural system, in which vocal sounds intermingled.
- o Assumption vocalists: According to this hypothesis we evolved due to a genetic mutation, when we were able to combine sounds, which generated different meanings.
- o "Assumption nonspecific: They believe that the emergence of language was not due to any mutation, but that originated due to the progressive increase of intelligence."

ORIGIN OF WRITING

The writing is rooted in man's need to communicate and express what I felt, also its development is due to the economy and who used it as a means of controlling it. Here we will briefly the first types of writing, which evolved to form the current writing systems.

Our writing system originates from the evolution of the old mode of expression, since the invention of each symbol, each letter, syllables, until the formation of the alphabet.

MODEL OF COMMUNICATION

Communication models are essential to generate a dialogue between two or more people which can lead to different environments whether physical or mental, where we can develop us through speech, in these models or we can find elements: the sender, the receiver, channel, code, message and the context or environment.

In conclusion, communication is important because without this we could not transmit anything in our daily lives and especially in our working environment and education. Since this comprises a fundamental part of human thinking.



NÚCLEOS TEMÁTICOS
Comunicación I
Inglés I

DOCENTES
Diana María Molina
Yisney Ramirez
CORREOS

dimamoa@hotmail.com
yisneyramirezt@hotmail.com

ESTUDIANTES
Josue Duvan Lozano Ospina
Eyleen Katherine Mayorquin
Ingri Daniela Garcia Yate
Paula Andrea Gutierrez
Laura Yineth Salazar

RESEÑA UDEC

La reseña UDEC es la nueva sección de opinión hecha por los estudiantes para que sea respondida por los docentes y así implementarlo al periódico Abriendo Camino, con el fin de que ellos participen de forma activa y den su opinión acerca de los temas que se tratarán en los diferentes artículos.

En este tema tan complejo como lo es la adicción a la Internet buscamos el aporte de la psicóloga y docente de la Universidad de Cundinamarca, seccional Girardot, Doris Leal Zabala encargada del núcleo temático Sociedad y Salud, con más de 25 años ejerciendo su profesión de psicóloga y más de 20 años al servicio de la nuestra Universidad como docente egresada de la Universidad Nacional de Colombia, con el fin de complementar las causas y tratamientos que se deben llevar a cabo para buscar, mermar y eliminar esta adicción, nos dijo:

"La población más vulnerable a sufrir esta adicción psico-emocional es la población joven, que está comprendida desde la edad de doce años hasta la edad de 25 años, puesto que en estas edades el ser humano

está en un continuo proceso de toma de decisiones y son mucho más vulnerables por los cambios a su alrededor. En la población pre-adolescente es donde se da un punto de inicio de dependencia a la red dada por los factores sociales, culturales y espirituales se ven afectados; un ejemplo de ello puede ser que el joven posee un carácter introvertido el cual le dificulta una buena armonización e interacción con las demás personas a su alrededor que lo pueden conllevar a expresarse con libertad en la red y a depender de ella para sentirse apreciado y escuchado por otras personas que se encuentran al otro lado de su monitor y dónde puede ser alguien que él quisiera ser y que los demás quieren que sean y donde realmente se ve y se siente aceptado a pesar de que no tiene en cuenta que aquellas personas no saben nada de él.

Otro punto yo diría el más indispensable y primordial para el desarrollo de todo niño y pre-adolescente, y para contra arrestar no sólo esta adicción, sino muchas otras es la autoridad, el acompañamiento y el amor de los padres, ya que si ellos no están al corriente de los pensamientos e ideas de sus hijos pueden llegar a ser el principal factor por el cual estos jóvenes se sumerjan a este mundo que después los hará creer

y pensar que es su realidad y que solo deben enfocarse en ella.

Cabe aclarar que si los padres fomentan el desarrollo de esta adicción, ellos también necesitarán un acompañamiento profesional, para dejar sus propias adicciones atrás y enfocarse a resolver el problema que les causaron a sus hijos por distintas razones, ya sean laborales, profesionales o simplemente por no querer pasar un tiempo de calidad con sus hijos los llevan a que usen esta herramienta de forma negativa, por ello es muy importante que los padres se armen de herramientas útiles para prevenir y combatirla."

El tratamiento para contrarrestar esta adicción conlleva unos procesos expresos por el profesional dentro de unas escuelas de pensamiento lo cual determinaría los tratamientos psicológicos cómo lo explica la docente y plantea los modos o métodos de procedimiento, refiriéndose a lo siguiente:

*"Psicoanalizar al paciente, es decir, entender su forma de ser si su personalidad es introvertida, si tiene indicios de baja autoestima, como aprovecha su tiempo libre, si cuenta con el acompañamiento de los padres, si se relaciona bien a nivel social, cultural y espiritual.

* Desarrollar un acta de control donde el paciente se comprometa a realizar las actividades dadas con el fin de ir disminuyendo su tiempo en la red, llevando a cabo actividades físicas como de relajación como el yoga, actividades deportivas, recreativas. Lúdicas y culturales donde el paciente puede enriquecerse tanto intelectual como interiormente para después llevar a cabo su desarrollo como ser social.

* Realizar terapia familiar dada a que los jóvenes necesiten el apoyo de sus padres, de su núcleo familiar para fomentar en ellos bases de superación y realización frente a la adicción.

* Y por último, usar la base del problema para convertirlo en uso beneficioso, es decir, para que encuentre herramientas en la internet que le ayude a desarrollar su parte intelectual y con un tiempo de uso normal."



IMPOSICIÓN DE TOCAS

El jueves 15 de marzo a las 3 p.m., en el auditorio Ricardo Hernández de la Seccional Girardot, se llevó a cabo la ceremonia de imposición de tocas y placas a las y los estudiantes de Enfermería en el marco de la Ceremonia de la Luz, acto solemne y emotivo para todos los asistentes. ¡Felicitaciones!



Abriendo Camin



SALIDA PEDAGÓGICA SAN AGUSTÍN

32

Abriendo Camin



SALIDA PEDAGÓGICA SAN AGUSTÍN

Salida pedagógica a San Agustín con los estudiantes de segundo semestre de Enfermería, integrando los núcleos temáticos de Psicología General Social y Comunitaria y Sociedad y Salud de la docente Doris Leal, Comunicación II de la docente Diana Molina, Semillero de Investigación del docente Éver Ramírez, durante los días 28, 29 y 30 de marzo del presente año.



Abriendo Camin



SALIDA PEDAGÓGICA SAN AGUSTÍN



SALIDA PEDAGÓGICA SAN AGUSTÍN



Abriendo Caminos



SALIDA PEDAGÓGICA SAN AGUSTÍN

