



Año 3 - Nº 32 Una mirada a enero de 2021

# ¡UPAL: UNA COMUNIDAD!



*Querida Comunidad Universitaria UPAL:*

*Reciban un cordial saludo en nombre del organismo UPAL, sus autoridades, personal administrativo y personal docente.*

*Iniciando la gestión quiero manifestarles nuestro compromiso institucional para alcanzar los objetivos y metas planteadas, velando por la calidad del proceso formativo que a fin de cuentas se expresa en el desempeño de cada uno de nuestros graduados.*

*Nuestros más grandes esfuerzos se centrarán en adecuarnos a la realidad y en el volver poco a poco a la normalidad. Para esto tenemos lista nuestra infraestructura adaptada a las exigencias y los protocolos orientados a crear las condiciones de prevención adecuadas.*

*Es importante también hacer notar el esfuerzo de los docentes que han adecuado sus procesos de enseñanza a la virtualidad con el uso de nuevas herramientas y recursos, así como todos los medios tecnológicos que la Universidad ha habilitado tanto en el campo académico como en el administrativo, en este último caso para la realización de trámites y pagos mediante plataformas virtuales, precautelando la salud de toda nuestra comunidad UPAL.*

*Por todo ello y con la seguridad de poder ir creciendo juntos, es que les doy la más cordial Bienvenida a nuestra gestión 1-2021 deseándoles sea exitosa.*

Boris Morales Oña  
RECTOR

**Dirección y Producción:**  
Grissel Bolívar  
Directora de Interacción Social  
y Difusión Cultural UPAL  
gbolivar@upal.edu.bo

**Colaboración:**  
Directores de Área  
y de Carreras UPAL

## ÁNIVERSARIO UPAL

Este año celebramos el 11 de enero, nuestro aniversario institucional, desde la virtualidad pero con las certezas de saber que avanzamos por buen camino, junto a todos los miembros de nuestra comunidad UPAL.

Compartimos el Mensaje del Presidente Ejecutivo de nuestro Organismo y parte del espíritu que nos mueve.



### **MENSAJE DEL SR. PRESIDENTE EJECUTIVO DE LA UPAL POR EL 31 ANIVERSARIO**

Cumplir un año más de vida institucional siempre es motivo de celebración.

En esta ocasión en particular celebramos nuestro aniversario con un profundo orgullo, dado que hemos superado los 31 años de vida asumiendo un gran reto que nos planteó desafíos de gran altura de manera vertiginosa, a partir de la formación virtual.

Esos desafíos nos han demostrado que no existen límites cuando los miembros de una comunidad como la nuestra los encara con seriedad, compromiso, creatividad y decisión.

Celebramos en grande desde donde estamos, compartiendo el entusiasmo y satisfacción con nuestros estudiantes, docentes, administrativos y con las familias de nuestra gran comunidad latinoamericana que hoy se conecta desde diversas ciudades y países con nuestra Universidad, a través de la tecnología y del corazón, dándole sentido a nuestra existencia.

Contamos con un equipo humano fortalecido y comprometido con las necesidades de los nuevos entornos de aprendizaje, de las nuevas proximidades y las nuevas formas de hacer las cosas, con las exigencias técnicas, tecnológicas y metodológicas que nos permiten avanzar, sin olvidar lo más importante que es la formación de seres humanos íntegros y sensibles con su entorno y comunidad.

Celebramos, y lo celebramos en grande porque entre todos hemos hecho que este enorme desafío nos demuestre día a día, año tras año de lo que somos capaces de cocrear.

**MUCHAS FELICIDADES QUERIDA COMUNIDAD UPAL!**



**Sr. Daniel Gonzalo Maldonado Arandia**  
**PRESIDENTE EJECUTIVO**  
**UPAL**



**CELEBRANDO CON NUESTRA GRAN FAMILIA**

Abrimos los brazos con la alegría de celebrar a pesar de las distancias.

FELICIDADES FAMILIA UPAL!!!  
Nos hacemos grandes juntos!!!



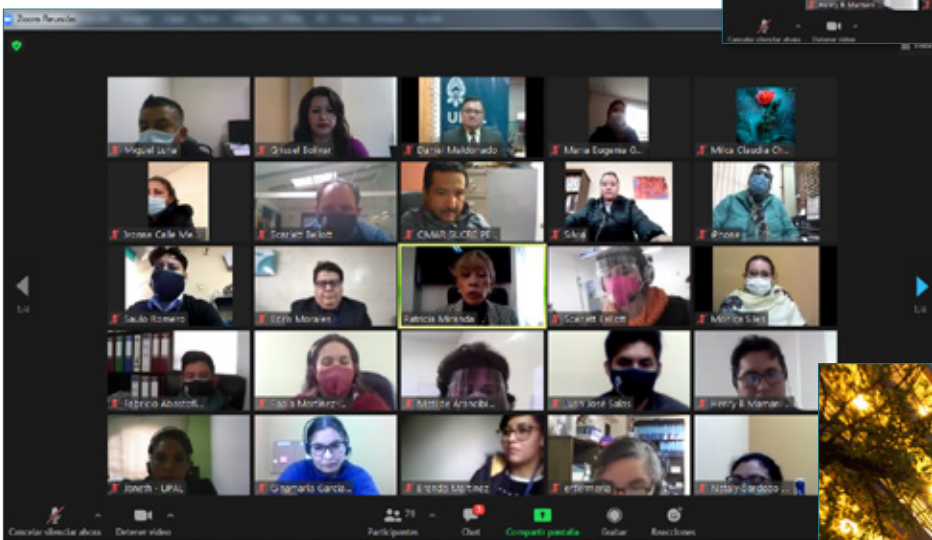
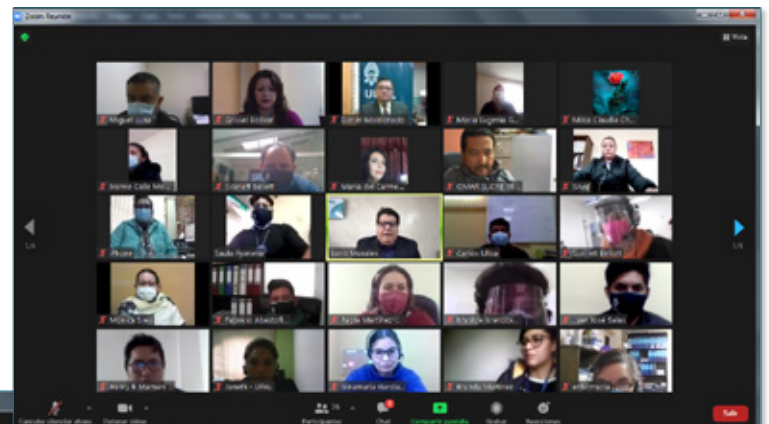
## ÁMBITO INSTITUCIONAL

### ACTO DE INICIO DE GESTIÓN Y POSESIÓN DE VICERRECTORA DE LA SUBSEDE ORURO

El pasado 18 de enero, se llevó a cabo un acto oficial virtual de Inauguración de la Gestión y Posesión de la Vicerrectora de la Subsede Oruro, cargo que fue asumido por Patricia Miranda Chávez.

En dicho acto hicieron uso de la Palabra el Presidente de la Entidad Civil UPAL, Daniel Maldonado Arandia, el Rector, Boris Morales Oña y la flamante Vicerrectora de la Subsede Oruro, Patricia Miranda Chávez. Participaron del acto autoridades del Organismo, así como todo el personal tanto de la Sede Cochabamba como de la Subsede Oruro.

En la ocasión se destacaron los importantes desafíos asumidos por el Organismo especialmente en este último periodo y se alentó a continuar trabajando por nuestra comunidad velando siempre por la calidad del servicio en todos los planos institucionales y formativos, deseando de igual modo éxito a la nueva Autoridad en el marco del cumplimiento de sus funciones.



Autoridades y personal de Cochabamba y Oruro, durante el acto formal efectuado a través de la Plataforma Zoom, siguiendo las exigencias producto de las medidas de bioseguridad.





## NUEVA GESTIÓN

### RECIBIENDO A NUESTROS ESTUDIANTES DURANTE EL PERIODO DE INSCRIPCIONES

Con las medidas de bioseguridad correspondientes y de forma complementaria a las inscripciones a través de la plataforma virtual, hemos estado recibiendo a nuestros estudiantes que se matriculan de manera presencial en nuestras instalaciones, en las distintas carreras que ofrece nuestra Universidad.



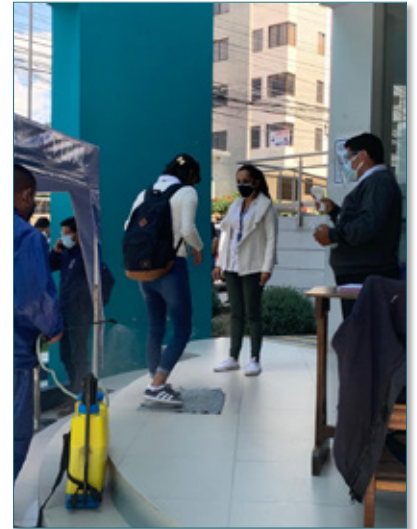
*Personal del Bienestar Universitario e Inscripciones atendiendo a nuestros estudiantes con medidas de bioseguridad.*



*A todos nuestros estudiantes les deseamos un semestre muy productivo, con aprendizajes significativos que impacten en su formación integral.*

**BIENVENIDOS!!**

*Implementación de medidas de bioseguridad en todos nuestros ingresos, de los respectivos campus y sedes.*



*Personal del DARA, Dirección de Admisión y Registro Académico, brindando la atención requerida durante el proceso de inscripciones.*



## ÁMBITO ACADÉMICO

### NUESTRA PLATAFORMA VIRTUAL

A fin de acompañar a nuestros estudiantes y docentes con herramientas adecuadas a las exigencias actuales del proceso educativo, contamos con nuestra plataforma Moodle que se constituye en una herramienta vital que permite interactuar en los ámbitos propios de nuestro quehacer formativo.

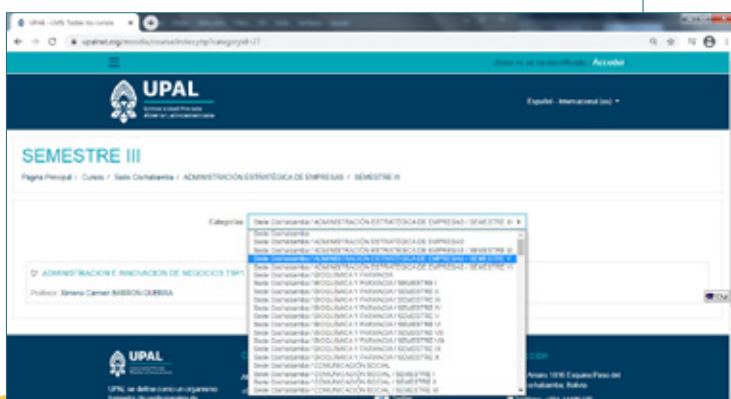
A través de la plataforma nuestros estudiantes ingresan a las sesiones académicas programadas y pueden acceder a distintos recursos y enlaces de utilidad.



Nuestra página web cuenta con un acceso al Campus Virtual, al cual nuestra comunidad puede ingresar con sus respectivos datos.



Los enlaces disponibles desde la página web permiten ingresar no solo a la Plataforma, sino también a la Biblioteca Virtual, publicaciones UPAL, Boletín InfoUPAL en todas sus ediciones, canal de Youtube Oficial, manuales y a distintos recursos de interés.

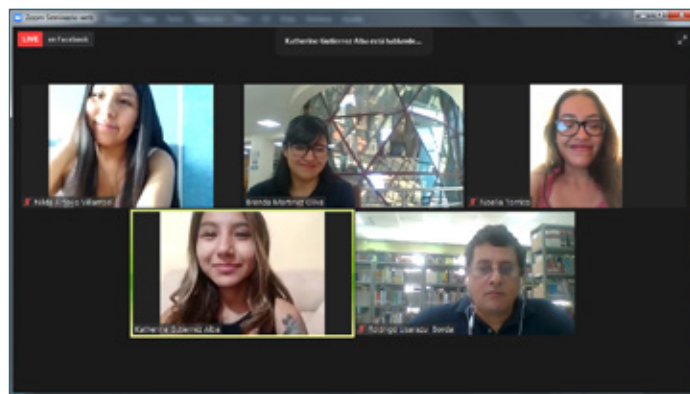




## INVESTIGACIÓN

### ELABORACIÓN DE PRODUCTOS FITOTERÁPICOS DE MENTA Y SU EFECTO TERAPÉUTICO

Entre los aportes producto de la actividad de la Sociedad Científica UPAL, se encuentran las investigaciones realizadas por equipos de estudiantes plasmadas en la Feria Científica de nuestra Universidad, que en su última versión realizada en noviembre del 2020 tuvo como ganador, en la Categoría Sociedad Científica, el trabajo de investigación “Elaboración de productos fitoterapéuticos de menta y su efecto terapéutico”, realizado por estudiantes de la carrera de Bioquímica y Farmacia.



El equipo ganador junto al Director de Investigación, Rodrigo Lisarazú y la Coordinadora de Investigación del Área de Salud, Brenda Martínez.

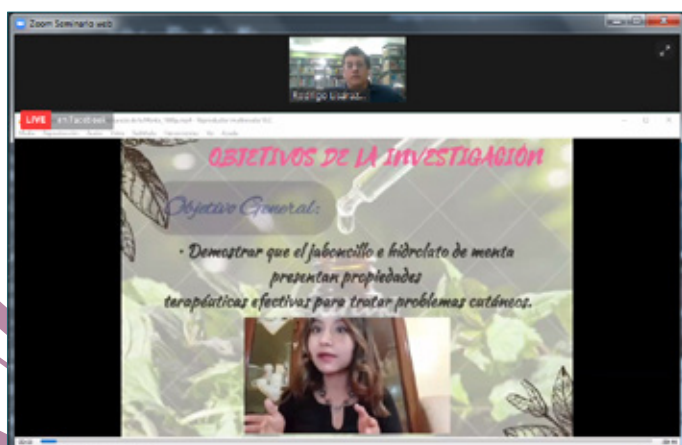
### SÍNTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

La Mentha es una planta medicinal y aromática que pertenece a la familia de las Labiadas es muy apreciada y utilizada por sus cualidades terapéuticas para tratar dolencias del aparato digestivo, del aparato respiratorio o de la piel. La fitoterapia es el conjunto de tratamientos fitoterapéuticos basados en el uso de drogas de origen vegetal, ya sea para prevenir, atenuar o curar un estado patológico. El hidrolato de menta en cosmética es un excelente tónico para el acné, piel cansada, piel irritada y quemaduras solares. El jaboncillo de menta es un producto natural con propiedades beneficiosas para la piel, tiene la capacidad de refrescar y retener la humedad de la piel, es un antiséptico natural que permite combatir las infecciones, eliminando problemas como dermatitis, acné y otras afecciones. El objetivo principal de este trabajo de investigación fue demostrar que el jaboncillo e hidrolato de menta presentan propiedades terapéuticas efectivas para tratar problemas cutáneos en estudiantes de la UPAL.

Estos productos fitoterapéuticos fueron aplicados en estudiantes de la Universidad Privada Abierta Latinoamericana por un tiempo de dos meses, a excepción de dos estudiantes que utilizaron ambos productos con un intervalo de un mes. Al terminar el tratamiento se observó si existió alguna mejora en los problemas cutáneos de los estudiantes que se aplicaron el producto.

En la primera etapa, se determinó los metabolitos secundarios de las hojas de menta, en una segunda etapa se elaboraron 2 productos fitoterapéuticos utilizando los métodos de destilación y maceración, la tercera etapa consistió en la aplicación de los productos en la piel de los estudiantes por el lapso de 5 meses para evaluar la efectividad. Al finalizar el tratamiento se realizó una encuesta de satisfacción para identificar si los pacientes observaron algún cambio en la piel y conocer su opinión acerca del producto.

En los resultados obtenidos de los estudiantes que utilizaron un solo producto observaron suavidad en su rostro con un 66,67%, con un 41,67% fresca y de igual forma con un 41,67% eliminación del acné y un 16,67% eliminación de manchas acné, todos mostraron alguna mejoría en su rostro y se pudo demostrar que el hidrolato y jaboncillo de menta son efectivos para tratar problemas cutáneos, comprobando así su acción terapéutica.





En conclusión, se logró identificar los metabolitos secundarios que están presentes en las hojas de la menta mediante procedimientos realizados en el laboratorio. Se realizó la elaboración de los productos fitoterápicos hidrolato y jaboncillo de menta, el hidrolato se obtuvo mediante un proceso de destilación por arrastre de vapor, en cambio el jaboncillo de menta, el hidrolato se obtuvo mediante un proceso de maceración de la menta, estos productos se entregaron a 14 estudiantes para que ser aplicados en el rostro y se demostró que el hidrolato y jaboncillos de menta son efectivos para tratar problemas cutáneos.

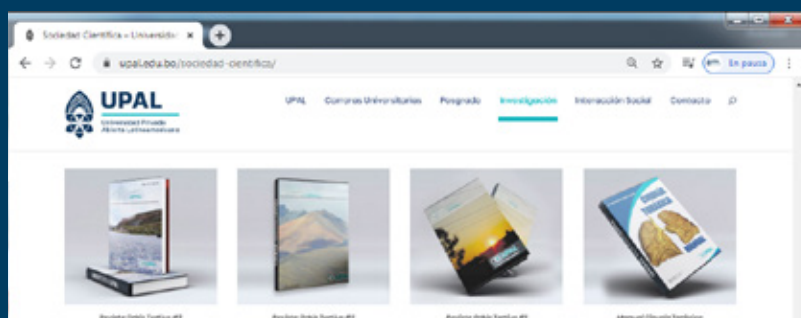
En los resultados obtenidos de los estudiantes que utilizaron los dos productos, en el caso del jaboncillo un 100% observó suavidad, en el caso del hidrolato un 100% observó eliminación del acné y un 50% frescura, el producto que fue más eficaz para problemas cutáneos fue el hidrolato de menta con un 100%.



Algunos de los estudiantes que participaron del estudio.

ESTUDIANTES PARTICIPANTES  
Nilda Arroyo Villarreal  
Katherine Gutiérrez Alba  
Noelia Torrico Montaña  
Colaboración: Nayeli Velazques Coro

CONOCE NUESTRAS  
PUBLICACIONES A TRAVÉS DE  
NUESTRA PÁGINA WEB  
Y ahora también la Revista Científica  
ORBIS TERTIUS en Versión  
Open Journal System





## INVESTIGACIÓN

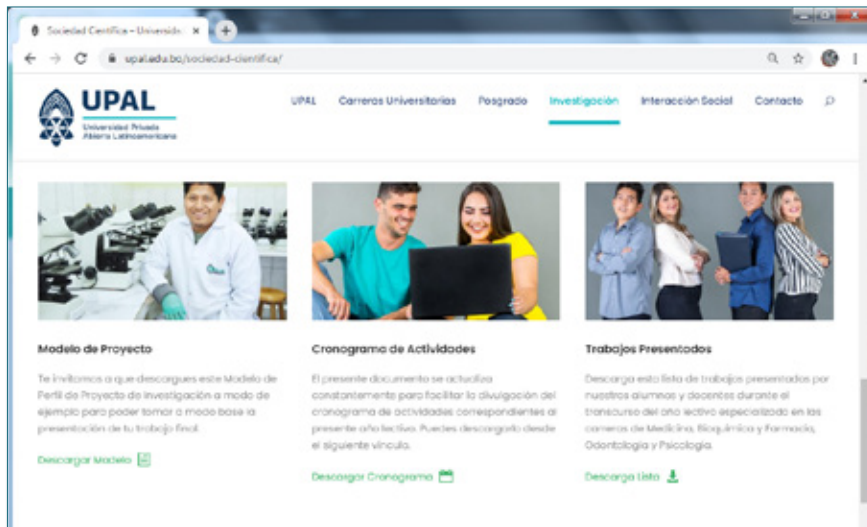
### CONVOCATORIA A LA SOCIEDAD CIENTÍFICA

La Dirección de Investigación lanzó la Convocatoria para formar parte de la Sociedad Científica UPAL en la presente gestión, la cual está abierta tanto a estudiantes como a Docente con beneficios importantes desde el desarrollo de experiencia en investigación científica, publicación de trabajos, valoración para el escalafón docente, capacitaciones en investigación, uso de recursos informáticos, certificados y actividades científicas de diversa naturaleza.

La Sociedad Científica UPAL se ha fortalecido significativamente los últimos años, permitiendo el desarrollo de habilidades y competencias que aportan al desarrollo integral de los participantes, quienes a partir de sus trabajos de investigación contribuyen a dar respuesta a problemáticas de distinta índole en disciplinas diversas.



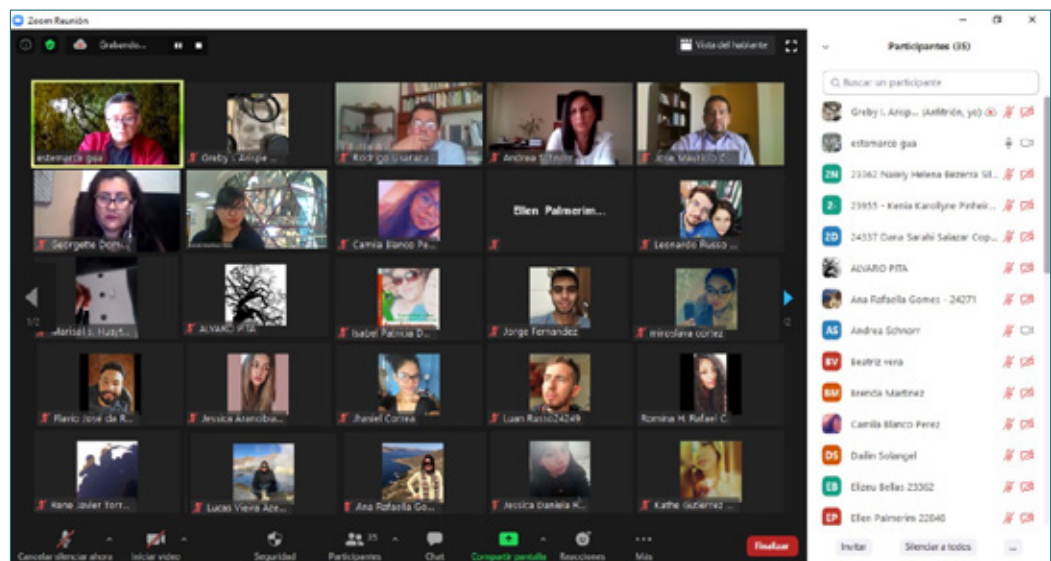
Los docentes UPAL y estudiantes regulares interesados, pueden solicitar ser parte de la Sociedad Científica a través del siguiente enlace: <https://bit.ly/3io84Y3> o escaneando el código QR:



Sociedad Científica UPAL en: [www.upal.edu.bo](http://www.upal.edu.bo)



Reunión de miembros de la Sociedad Científica UPAL durante la gestión II 2020, en una de las sesiones de capacitación virtual, que permite a los participantes aprender metodologías, técnicas, habilidades y competencias de investigación, con destacados profesionales con amplia experiencia en el campo de la investigación científica.



## PLATAFORMA E-LEARNING

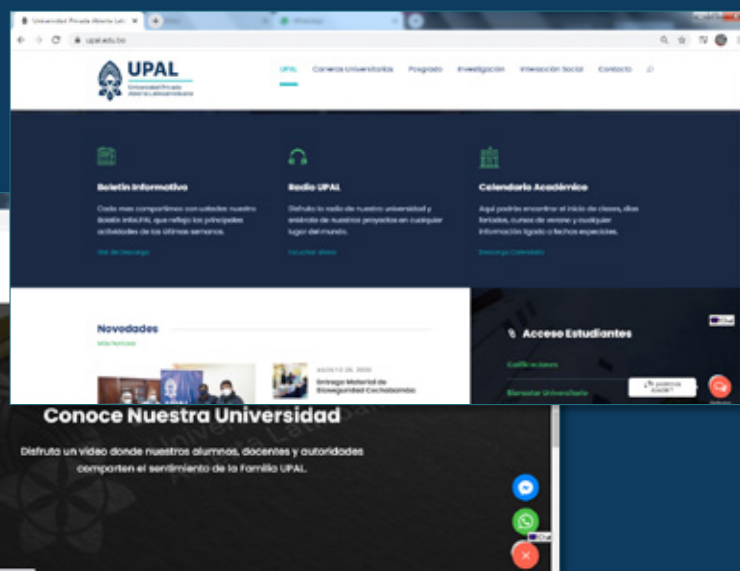
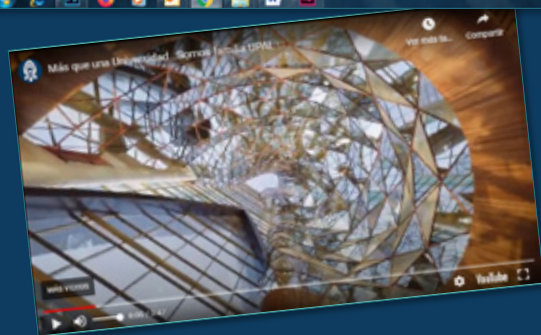
### SIMULADOR DE NEGOCIO COMPANYGAME

Conscientes que el autoaprendizaje o el aprendizaje por descubrimiento son metodologías formativas de valor contrastado que pueden utilizarse como contenido formativo en sí mismo, o que pueden incorporarse a un programa de formación para reforzar su componente práctico, nuestra Universidad, a través de la Dirección de las Carreras del Área empresarial, ha incluido como herramienta de apoyo el uso del Simulador de Negocios de CompanyGame que consiste en una plataforma E-Learning basada en modelos de simulación que permite motivar e involucrar a los estudiantes en una actividad dinámica e innovadora en la que podrán aplicar y consolidar los conocimientos aprendidos, promoviendo el aprendizaje por descubrimiento.

Disponemos para nuestros estudiantes de simuladores acorde a su formación disciplinar como por ejemplo Business Strategy (Negocios y Estrategia), GlobalMarket (Marketing y Ventas), BankCompany (Finanzas y Banca) y Gestión de Emprendimientos, utilizados como herramientas en el proceso formativo.



COMPANYGAME	Nivel 1 a 2	Nivel 3 y 4	Nivel 5	Nivel 6 y 7
<b>Negocios - Estrategia</b> Introducción a los negocios Estrategia de negocio Gestión de operaciones Globalización	Sunny Day TAXIT	Business21 energy	Businessglobal	Business Strategy
<b>Marketing - Ventas</b> Básico y Avanzado Servicios Productos Gestión equipo ventas Gestión integral	InnovaTech	SalesManager	GlobalMARKET	FOCUS
<b>Finanzas y banca</b> Apuntes contables Finanzas Gestión oficina bancaria Estrategia negocio bancario	ContaTrainer	CORBATUL	Bankgame	BANKCOMPANY
<b>Emprendimiento</b> Plan de negocio Gestión de proyecto		Fitness Gym	Business Chef	
<b>Internacionalización</b> Estrategia de crecimiento Producción y logística			Global2020	Global2030
<b>Hotelería y servicios</b> Estrategia de negocio Marketing de servicios Análisis demanda	HOTELVIRTUAL hotel	INNOVAHOTEL	TECH RETAR	HOTELCOMPANY



Conoce más sobre la UPAL  
en nuestra página web:

[www.upal.edu.bo](http://www.upal.edu.bo)



## PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

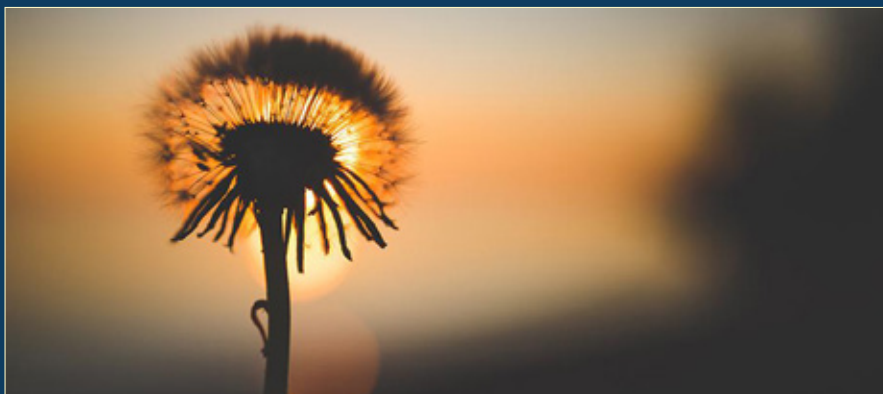
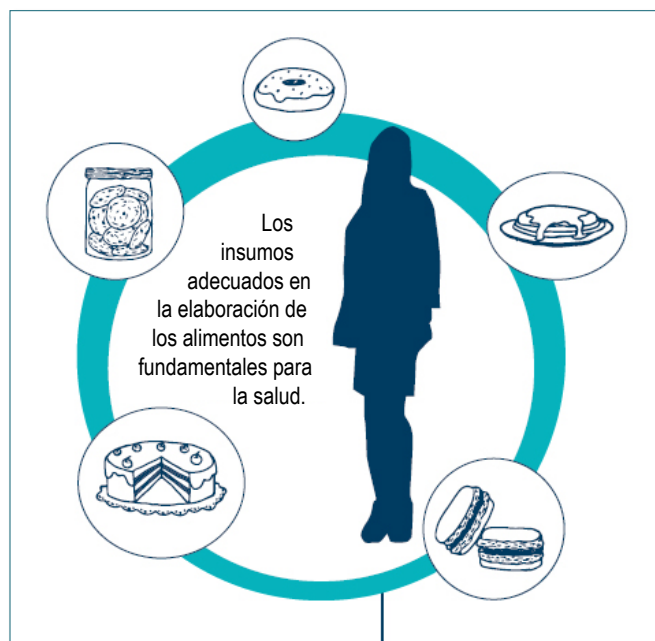
### EL CONSUMO DE GRASAS TRANS Y SU IMPACTO EN LA SALUD

En septiembre de 2011, en ocasión de la Asamblea General de las Naciones Unidas sobre la Prevención y el Control de las Enfermedades No Transmisibles, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha hecho un llamamiento para la eliminación de las grasas trans del abastecimiento global de alimentos en respuesta al incremento de la prevalencia de enfermedades no transmisibles y la ha identificado como una de las «mejores inversiones» en materia de intervenciones de salud pública.

Las grasas son una de las principales fuentes de energía para el organismo, que al consumirlas en las cantidades adecuadas se convierten en un elemento primordial que ayuda al crecimiento, al desarrollo y a mantener una buena salud. Sin embargo, las grasas trans producto de la hidrogenación del aceite vegetal para aumentar el plazo de consumo y otorgar estabilidad al sabor, son dañinas para la salud. Este es un proceso común que se sigue en muchas marcas en el mercado para producir manteca vegetal y margarina.

Las grasas trans pueden ocasionar problemas de obesidad, diabetes e hipertensión arterial y afectar seriamente a la salud, por lo que se recomienda evitarlos tanto en los procesos de elaboración de alimentos como en el consumo directo.

Las grasas trans suelen encontrarse en productos alimenticios como: margarinas, productos congelados, pastelería, cremas para café, saladitos, masas de hojaldre, galletas y golosinas, entre otros, especialmente si se trata de productos industriales, por lo que se recomienda reducir su consumo o buscar alternativas con insumos más saludables y naturales.



*Respira*

Alimenta tu cuerpo sin descuidar  
alimentar tu alma.

## ARTICULISTA INVITADA

### ALIMENTACIÓN INTUITIVA

Por: Adriana Salinas Rellini, Nutricionista especializada en trastornos alimenticios

¿Sabías que según estudios científicos, el 95% de las personas que pierden peso a través de dietas, recuperan el peso perdido? Y además, que 2/3 de esas personas ganan incluso más peso del que perdieron inicialmente?

El libro "Intuitive Eating" por Evelyn Tribole hace una analogía muy interesante cuando comenta que irónicamente, muchos parecemos tener más respeto por nuestros autos que por nosotros mismos. Es decir, si llevas a tu auto a un taller mecánico por mantenimiento, pero después de cada mantenimiento ves que los resultados no son favorables, no te culparías a ti mismo, sino al taller mecánico. Por el contrario, cada vez que nos sometemos a una dieta y no obtenemos los resultados que buscamos... nos culpamos a nosotros mismos y nunca cuestionamos si la falla está en las dietas como tal.

¿Por qué estamos tan enfocados en perder peso? ¿Por qué valoramos tanto la delgadez? ¿Por qué definimos nuestro valor en base al número que marca la balanza? ¿Por qué asociamos la delgadez con salud?

Durante mucho tiempo, hemos visto el peso como un gran determinante de salud, pero realmente existen muchos otros factores importantes a considerar a la hora de evaluar el estado de salud de una persona. Por ejemplo, los hábitos de alimentación (que no necesariamente van a estar relacionados al peso), hábitos de actividad física, relación con la comida, salud mental, genética y muchos otros factores sociales como acceso a atención médica y disponibilidad de alimentos.



Adriana Salinas  
Lic. Nutrición y Dietética  
Mgtr. en Trastornos de Alimentación y Obesidad  
Instagram: @adri\_nutricion  
Facebook: Adri Salinas Nutrición

Algo que muy pocas veces reconocemos, es que todos nosotros venimos al mundo en un molde distinto. Todos venimos con una diferente estatura, diferente color de piel, diferente tipo de cabello... y así mismo, ¡en diferentes tamaños de cuerpo!

Por esto, es importante aceptar y respetar la forma y tamaño de nuestro cuerpo. Esto de ninguna manera significa dejar de cuidarnos o dejar de preocuparnos por nuestros hábitos de alimentación y ejercicio. Pero sí significa dejar de luchar con nuestros cuerpos, dejar de vivir en ese ciclo interminable de dietas que comenzamos un lunes de manera restrictiva y que abandonamos eventualmente porque simplemente esa restricción no es sostenible a lo largo del tiempo, y que además, afecta nuestra salud física y mental de manera negativa.

Hoy quiero presentarles el concepto de "Alimentación Intuitiva", una corriente que nos ofrece una mirada distinta hacia lo que es cuidar nuestra alimentación a través de la aceptación, el respeto y la conexión con nuestros propios cuerpos.

Nosotros nacemos con la habilidad de comer intuitivamente. Cuando un bebé recién nacido tiene hambre, llora. Y cuando mamá lo alimenta y el bebé se siente satisfecho, se calma. Pero con el paso del tiempo, distintos factores externos como el hecho



de que mamá obligue al niño a terminar hasta el último bocado que está en el plato (ignorando su sensación de saciedad), o las dietas que obligan a una adolescente a controlar las cantidades de lo que come (ignorando su sensación de hambre), empiezan a afectar esa habilidad de comer intuitivamente. Cada vez nos desconectamos más de nuestras sensaciones de hambre y saciedad, y con el paso del tiempo, las restricciones, los atracones y el comer emocional empiezan a formar parte de nuestros días.

La alimentación intuitiva es un modelo que no se enfoca en el peso corporal o en el tamaño del cuerpo, si no en mejorar la relación que tenemos con los alimentos. Según estudios, la alimentación intuitiva está asociada con una mayor satisfacción corporal, mayor motivación para hacer ejercicio y mayor estabilidad en el peso corporal. Además, la alimentación intuitiva es una gran herramienta para la prevención de desórdenes alimenticios.

La alimentación intuitiva se basa en ciertos principios que de tenerlos como guía en nuestra alimentación, podrían ayudarnos a mejorar nuestra relación con la comida de manera significativa.

Démosle una mirada a algunos de estos principios:

- a) Rechazar la mentalidad de dieta: Esa mentalidad que resulta de haber hecho muchas dietas en tu vida, de subir y bajar de peso constantemente y de nunca estar satisfecho con tu peso o con tu cuerpo.
- b) Honrar nuestra hambre fisiológica: Muchas veces hemos pasado tanto tiempo haciendo dietas que ya no sabemos cuándo realmente tenemos hambre o cuando estamos satisfechos. La alimentación intuitiva nos invita a reconectarnos con nuestras sensaciones de hambre y saciedad, re-aprendiendo a escucharlas y a atenderlas para darle a nuestro cuerpo lo que de verdad necesita.
- c) Hacer las paces con la comida: Después de tantas dietas e información sobre alimentos buenos y malos, tener una relación tormentosa con la comida es muy común. Haciendo las paces con la comida podemos dejar de catalogar los alimentos como permitidos o prohibidos, y por lo tanto, podemos dejar de sentir culpa cuando comemos algo “que no deberíamos”.
- d) Hacer frente a nuestras emociones con amabilidad: El comer emocional es una manera de reconfortarte y de distraer tu mente de algún conflicto. Cada vez que te encuentres a ti mismo comiendo emocionalmente, detente y recuérdate amablemente que la comida no va a resolver ningún problema. Reconoce qué es lo que estás sintiendo y busca maneras alternativas para gestionar esa emoción (hablar con alguien, escribir, salir a caminar...) Poco a poco podrás ir eliminando el hábito de comer cuando te sientes aburrido, preocupado, triste o solo e irás encontrando nuevas maneras para gestionar tus emociones.

- e) Respetar a nuestro cuerpo: Acepta y respeta el cuerpo que tienes. Preocúpate por tu alimentación y por tener una vida activa, pero hazlo desde el amor propio y desde el autocuidado en lugar de hacerlo con el único objetivo de perder peso. Estamos tan acostumbrados a ver lo que no nos gusta de nuestro cuerpo que muchas veces olvidamos lo maravilloso que es y todo lo que nos permite hacer.
- f) Hacer ejercicio con una mentalidad diferente: En lugar de ver el ejercicio como algo que se debe hacer para quemar calorías y perder peso, encuentra una actividad física que disfrutes, con la que conectes y que te haga sentir bien. Así podrás desarrollar una relación más saludable con el ejercicio y poco a poco verás que tu cuerpo y tu mente te pedirán más de esa actividad debido a lo bien que te hace sentir.
- g) Honrar nuestra salud con la nutrición: Infórmate y busca llevar una alimentación nutritiva y balanceada. No necesitas seguir dietas, contar calorías ni eliminar grupos de alimentos. Aliméntate de manera balanceada, con flexibilidad y escuchando las señales de hambre y saciedad de tu propio cuerpo.

Teniendo los principios previamente descritos como una guía, podremos comenzar el proceso de reconectar con nuestra alimentación intuitiva dejando de comer en base a reglas externas (dietas), reconectándonos con nuestras sensaciones internas de hambre y saciedad y cultivando una relación más saludable con la comida, mente y cuerpo.



## ARTICULISTA INVITADO

### CREATIVIDAD, INNOVACIÓN Y EMPRENDIMIENTO, ESENCIA INTEGRAL DEL ESPÍRITU EMPRENDEDOR

Por: José Miguel Luna

Uno de los estudios realizados por la GEM (Global Entrepreneurship Monitor) en el año 2014 referente al Reporte Nacional Bolivia muestra que nuestro país en ese entonces ocupaba el tercer lugar en actividad emprendedora luego de Ecuador y Perú, después de 5 años el GEM publica (2018/2019) un nuevo reporte global donde menciona aquellos países latinoamericanos y del Caribe con intensa actividad emprendedora entre ellos: Argentina, Puerto Rico, Panamá, Uruguay, Brasil, Colombia, Perú, Chile y Guatemala, siendo entre estos países con mayor actividad emprendedora Guatemala, Chile y Perú respectivamente, en este último reporte no se menciona a Bolivia, lo que implica que no somos considerados como un país con intensa actividad emprendedora, entonces la pregunta es ¿Qué pasó con nuestros emprendedores? ¿Cuentan con el apoyo necesario de los gobiernos de turno?, ¿Qué políticas se están proponiendo para fomentar el emprendimiento en nuestro país? son algunas preguntas que nos hacemos pues los datos facilitados por una de las instituciones más reconocidas a nivel mundial como es el GEM no son nada alentadores para nuestra región.

Es en ese sentido que amerita revisar y difundir conceptos tan importantes e imprescindibles como es la creatividad, innovación y emprendimiento, lo cual permitan fomentar el espíritu emprendedor de nuestras nuevas generaciones de profesionales.

El nuevo mundo al que se enfrentan las empresas ha ido cambiando mucho en los últimos siglos, es así que se ha producido una serie de cambios estructurales en el entorno empresarial que ha puesto de manifiesto la importancia de lo intangible como el poder de las marcas y el capital intelectual de las empresas a la hora de generar ventajas competitivas sostenibles, más aun considerando



José Miguel Luna  
Director de las  
Carreras de Ciencias  
Empresariales UPAL



grandes retos y amenazas por el cual estamos pasando como consecuencia del COVID19.

Justamente parte esencial de este capital humano se encuentran la creatividad, innovación y el emprendimiento, la importancia de estos elementos deriva del desarrollo de nuevos procesos, productos y servicios que conllevan y que, a su vez, garantizarán la supervivencia y el éxito de las empresas en la industria.

La creatividad ha sido el tema central de muchos estudios y fue estudiada desde múltiples enfoques, para este fin se entiende como creatividad a la capacidad de generar y hacer realidad nuevas ideas, en base a esta definición se puede concluir que; no solo es la originalidad sino también eficacia (Runco & Garrett, 2012) es en ese sentido; la eficacia que está inmersa en la creatividad es lo que hace diferente a la imaginación.

La creatividad no solo es la capacidad de crear algo de la nada, sino producir nuevas ideas combinándolas, cambiándolas o aplicándolas de nuevo, cada individuo tiene un lado creativo pero no se percata de él, puesto que se trata de una actitud en la que somos capaces de aceptar el cambio y lo novedoso.

Ahora toca revisar otro elemento que complementa al emprendimiento, y es la innovación, el cual es un proceso multifacético que se ha definido en varias ocasiones como la búsqueda de nuevas formas de hacer las cosas, es así que la Organización para Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) define "la innovación como un proceso iterativo activado por la percepción de una oportunidad proporcionada por un



nuevo mercado y/o nuevo servicio y/o avance tecnológico que se puede entregar a través de actividades de definición, diseño, producción, marketing y éxito comercial de invento”.

La innovación en términos sencillos es un cambio que trae novedades, es decir cosas nuevas, en otras palabras es trazar un camino nuevo, por lo que se hacen cosas nuevas que brindan resultados nuevos y por consecuencia diferente a lo que estamos acostumbrados a ver.

Finalmente dentro la trilogía de conceptos importantes que estamos revisando está el emprendimiento quien integra o concatena a los conceptos antes mencionados, pues el emprendimiento es el “proceso dinámico de visión, cambio y creación, requiere la aplicación de energía y pasión hacia la creación e implementación de nuevas ideas y soluciones creativas. Entre sus ingredientes esenciales se encuentra la predisposición a asumir riesgos calculados en cuanto a tiempo, capital y carrera profesional; la habilidad de formular un equipo efectivo; la habilidad de reunir recursos de forma creativa, la habilidad fundamental de construir un plan de negocio sólido y, finalmente, la visión necesaria para reconocer las oportunidades donde otros ven caos, contradicciones y confusión” (Kuratko & Hodgetts, 2004).

Complementando lo mencionado al inicio de este artículo, Bolivia mantiene una posición rezagada en cuando a la competitividad, según datos del Índice Global de Competitividad nuestro país permanece en los últimos lugares del ranking de países sudamericanos, tan solo por encima de Venezuela y Paraguay.

El impulso emprendedor en Bolivia, se ha visto frenado por otras barreras que tienen que ver más con los rasgos específicos de los emprendimientos o bien con lo que se denomina ecosistema emprendedor.

Estudios como el Índice de Condiciones Sistémicas para el

Emprendimiento Dinámico que fue elaborado por ICSED (2014) midió 10 variables, se apreció que Bolivia ocupa el puesto 48 de un total de 54 países y con un puntaje de seis puntos por debajo del promedio latinoamericano, poniendo en evidencia muchas carencias básicas para realizar emprendimientos dinámicos y de calidad.

Las fallas del ecosistema emprendedor en Bolivia tienen una condición oculta que es la calidad de la educación y el capital humano, debilidades que tienen que ser asumidas por los gobiernos de turno quienes deben proponer políticas que potencien nuestro sistema educativo.

Integrando los tres conceptos estudiados se puede afirmar que la creatividad sin innovación significa una idea más en la cabeza de muchas personas que en el futuro se lamentarán por no haberla llevado a cabo, por otra parte innovación sin creatividad, es emprender un proyecto con un producto o servicio que representará gran rivalidad frente a la competencia por lo que el precio será el que marcará la diferencia entre ambos y no el valor agregado que podemos plasmar en ellos generando ideas creativas por lo tanto los emprendimientos innovadores son el inicio de nuevos negocios pero implementando novedades que diferencien al negocio actual de otros del mismo sector.

En la UPAL a través de las Carreras de Ciencias Empresariales hemos venido promoviendo e incentivando desde hace 4 años el espíritu emprendedor en nuestros estudiantes, fomentando el diseño y la propuesta de planes de negocios innovadores desde su formación inicial (1er semestre), y que a medida que el estudiante avanza en su proceso formativo llegan a desarrollar planes de negocios completos; listos para ser financiados, cada gestión se organiza la Feria de Ciencias Empresariales donde nuestros estudiantes tienen la oportunidad de demostrar el emprendimiento innovador que fue desarrollado durante el semestre desde la propuesta de cosméticos naturales, lavadora ecológica manual, hasta pasta de frutas, por citar algunos, buscamos que los futuros profesionales de la UPAL tengan como primera opción contar con un negocio o empresa propia, generando fuentes de empleos y aportando a la economía de nuestro país, creemos que de esta manera estamos sumando a que la actividad emprendedora siga creciendo en nuestro medio. Es por eso que la creatividad, innovación y emprendimiento se desarrolla de manera transversal dentro el proceso formativo de nuestra comunidad emprendedora de la UPAL.

Porque somos emprendedores y porque la práctica lo hace perfecto.



## ASOCIACIÓN DE GRADUADOS UPAL

### **PATRICIA HUANCA MAURICIO** DESTACADA GRADUADA DE LA CARRERA DE BIOQUÍMICA Y FARMACIA

Una señal del aporte que hacemos como comunidad universitaria UPAL, se expresa en el desempeño destacado de nuestros graduados en distintos ámbitos y las responsabilidades asumidas en cargos decisivos y estratégicos en entornos públicos y privados.

En esta ocasión dedicamos este espacio a Patricia Huanca Mauricio, Licenciada en Bioquímica y Farmacia, graduada en nuestra Sede Central en Cochabamba, que se ha destacado en el ejercicio de su profesión, aportando significativamente a la sociedad.

#### TESTIMONIO

Mi experiencia laboral empezó como Responsable de la Farmacia Institucional Municipal de Referencia del Municipio de Santivañez. A partir de mi experiencia y recorrido profesional, actualmente cumpla funciones como Coordinadora Departamental de Control de Farmacia del Servicio Departamental de Salud Cochabamba y me encuentro cursando una Maestría en Farmacología Clínica, dado que el aprendizaje es un proceso continuo.

Mi trabajo consiste principalmente en realizar inspecciones de buenas prácticas de Farmacia en Farmacias legalmente establecidos. Suelo cumplir también con labores asignadas por el Ministerio de Salud y de Defensa del Consumidor para realizar inspecciones conjuntas con la Fuerza Especial de Lucha Contra el Crimen, FELCC.

De forma personal debo mencionar que mi experiencia universitaria fue una de las mejores etapas de mi vida, porque tuve la gran oportunidad de conocer a muchas personas distintas, entre ellas como no nombrar a mis docentes, pues al apoyo que me brindaron no solo me hizo crecer académicamente sino también personalmente, como compañera y profesional. Hoy por hoy gracias a la formación y orientación recibida cumpla en sueño anhelado de poder ser parte de un equipo de salud que busca el bienestar de su prójimo por medio de la aplicación de todo lo aprendido en la etapa de formación.

GRADUADA UPAL



Patricia Huanca Mauricio  
Licenciada en Bioquímica Farmacia,  
Graduada de UPAL Cochabamba





## TALENTO UPAL

### CRISTHIAN DELGADO QUILLAGUAMÁN, EXITOSO DEPORTISTA ORUREÑO, GRADUADO DE LA UPAL

Nuestra comunidad UPAL cuenta entre sus estudiantes y graduados con personas que no solo destacan en el ámbito académico y del ejercicio profesional, sino de forma paralela en habilidades y destrezas de distinta índole como es el caso de Cristhian Delgado Quillaguamán, recientemente graduado de la Carrera de Fisioterapia y Kinesiología de nuestra Subsede Oruro, con grandes logros en el ámbito del deporte.

#### TESTIMONIO

Mi vida deportiva remonta el año 2006 motivado por mis padres Martha Quillaguaman y Roberto Delgado quienes tenían una escuela de deportes "OLÍMPICO" en la cual junto a mi hermano Oscar Delgado comenzamos nuestra carrera deportiva destacándonos en el basquetbol. El profesor Willman Flores fue una parte muy importante para nuestra formación deportiva.

A lo largo de mi carrera deportiva represente al departamento de Oruro en reiteradas ocasiones nacional e internacionalmente en las disciplinas de basquetbol, voleibol y natación, consiguiendo lauros para nuestro país y departamento.

Recientemente termine mi formación académica de la Carrera de Fisioterapia y Kinesiología en la prestigiosa universidad UPAL, en la ciudad de Oruro, lo que me motiva abrir un centro de alto rendimiento y rehabilitación para deportistas en el país.



#### PRINCIPALES LOGROS DEPORTIVOS

- Mejor jugador (basquetbol) gestiones 2011, 2012 y 2013 Oruro.
- Deportista del año (basquetbol) gestión 2017.
- Jugador de la liga profesional. LIBOBASQUET Club Derecho y Club Atlético Nacional CAN.
- Convocado a la Selección Boliviana Juegos ODESUR 2018.

## PROGRAMA DE CULTURA - TALENTO UPAL

### BALLET FOLKLÓRICO Y ENSAMBLE VOCAL

A todos nuestros estudiantes con talento les invitamos a participar esta gestión del Ballet Folklórico UPAL y al Ensamble Vocal, a partir de sesiones de capacitación virtuales, presentaciones grabadas en pantalla compartida y noches culturales.

Atentos a la convocatoria abierta a todas las sedes y carreras!



Trofeos de primeros lugares que obtuvo nuestro Ballet Folklórico UPAL en el Festival DANZARTE en la ciudad de Santa Cruz en 2018, que nos acompañaron en nuestro Festival de Danza y Canto Latinoamericano UPAL realizado en 2018 en "El Mesón del Cantor".



Estudiantes de distintas carreras y niveles que son parte de nuestros talentos en canto.



Nuestro Ballet durante el Festival de Danza y Canto Latinoamericano UPAL en 2018, realizado en El Mesón del Cantor.



Parte de nuestro Ballet Folklórico UPAL participando en el Festival Nacional virtual DANZARTE en octubre de 2020.

#### NO IMPORTA DÓNDE TE ENCUENTRES

Si tienes talento te invitamos a sumarte al Club Cultural de la UPAL a cargo de la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural.

Toma contacto a través de Servicios Estudiantiles  
WhatsApp 707661117

**Te esperamos**



## RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

### IMPLEMENTACIÓN DE PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD

En el marco del contexto actual de la pandemia y las exigencias para preservar la salud de nuestra comunidad, nuestra Universidad continúa con el estricto cumplimiento del Protocolo de Bioseguridad al cual se apegan nuestro personal tanto en la sede Central como en la Subsede Oruro.

Dicho Protocolo es parte del compromiso de nuestra institución por velar por la salud y el bienestar de nuestra comunidad acorde con nuestra política de Responsabilidad Social Universitaria.



El Protocolo de Bioseguridad y su cumplimiento se constituye en un compromiso asumido por nuestro Organismo para apoyar los esfuerzos por frenar la expansión de la Pandemia del COVID 19 y es una herramienta ampliamente socializada entre los miembros de nuestra Universidad.



## POSTGRADO

Iniciando la gestión nuestra área de Postgrado ha diseñado atractivos programas a iniciar en enero de 2021, destacándose los siguientes:

- Diplomado en Educación Superior por Competencias: Gestión y Administración Académica – VIRTUAL
- Diplomado en Rehabilitación Funcional Musculoesquelético con Aplicación Clínica – VIRTUAL
- Diplomado en Dirección de Recursos Humanos
- Diplomado en TICs por Competencias de Aprendizaje.



Solicita mayor información a la Escuela de Postgrado a través de la página de Facebook:  
**UPAL Postgrado**



## IMPORTANTE



**¡NUESTRO EQUIPO DE ASESORES UPAL ESTA LISTO PARA AYUDARTE!**

Llámanos o escríbenos a los siguientes números.

INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO
A-B-C	61680826
D-E-F	79739122
G-H-I	61680858
J-K-L-M	61830614
N-Ñ-O-P	70766117
Q-R-S	60438722
T-U-V	61791499
W-X-Y-Z	61681107



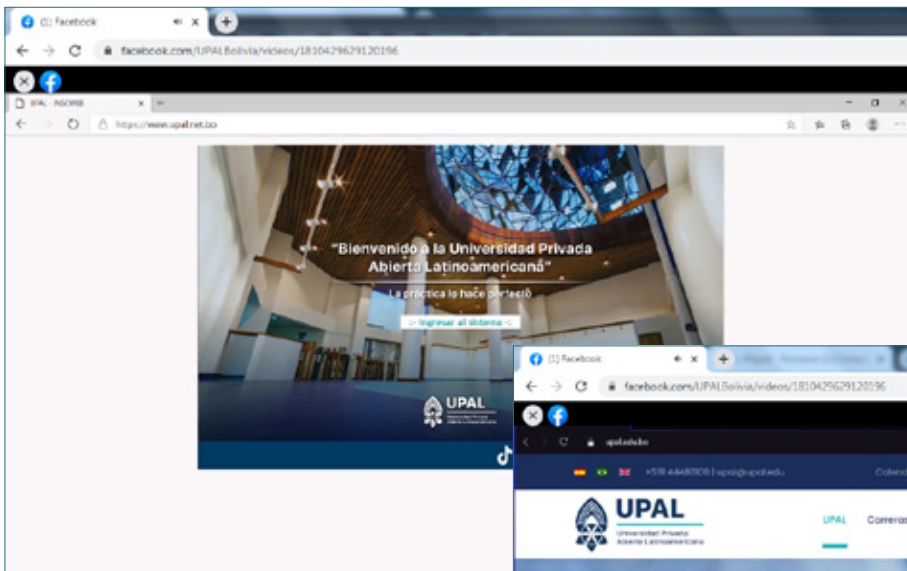
*Que tu única Preocupación sea estudiar*

Realiza el pago de tu colegiatura en cualquier oficina del Banco Económico.

**¡Es fácil!**  
Sólo necesitas tu **código de estudiante** y tu **documento de identidad**.  
Puedes pagar tu **cuota inicial de inscripción** y tu **colegiatura**; ahora todo está enlazado al sistema.  
Recibe tu **factura al instante**.

**UPAL**  
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

**Banco ECONOMICO**



facebook.com/UPALBolivia/videos/1810429629120196

https://www.upalnet.bo

"Bienvenido a la Universidad Privada Abierta Latinoamericana"

La práctica te hace profesional

[Ingresar al sistema >](#)

Si tienes alguna duda sobre cómo proceder con el pago de tu colegiatura en los nuevos entornos virtuales, puedes acceder al video tutorial disponible en nuestra página de Facebook institucional.



facebook.com/UPALBolivia/videos/1810429629120196

UPAL Universidad Privada Abierta Latinoamericana

UPAL Carreras Universitarias Posgrado Investigación Interacción Social Contacto

Reinventamos nuestros procesos

**Paga tu Colegiatura Online**

MI CUENTA UPAL

¿Te podemos ayudar?