

¡UPAL: UNA COMUNIDAD!



Querida Comunidad Universitaria:

Terminando un nuevo mes y cada día con más avance en todos los campos que nos toca crecer, es que a nombre del organismo UPAL les envío un caluroso y cordial saludo esperando que se encuentren bien de salud y logrando sus objetivos académicos planteados.

Es importante anunciar que existirán avances tecnológicos en el corto plazo que apoyarán a la plataforma virtual, permitiendo que el contacto entre docentes y estudiantes sea más fácil y colaborativo. De la misma manera permitirá que se incrementen las aplicaciones de uso directo en el proceso de enseñanza aprendizaje para una mayor fluidez en el manejo de la información y las tareas desarrolladas.

Con estas palabras me despido solicitándoles que el reto que están asumiendo día a día para el logro de una profesión, este también relacionado con un crecimiento interior a través de la meditación la cual es parte integral de nuestra filosofía y está permitiendo que podamos apoyar a la generación de buenos seres humanos.

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

ENCUENTRO INSTITUCIONAL

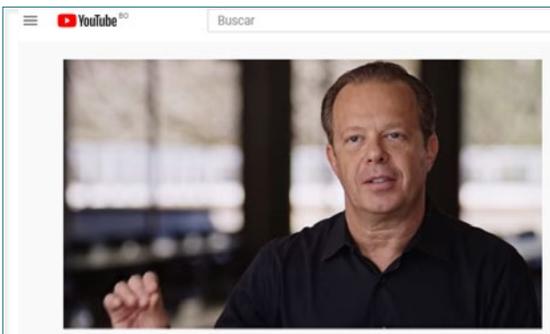
CONOCIENDO A JOE DISPENZA

En la línea de fortalecimiento de espacios para el desarrollo del Pilar del Ser en nuestro organismo UPAL, los días 6 y 13 de abril se realizó un encuentro institucional denominado “Conociendo a Joe Dispenza” con el objetivo de abordar diversos aspectos sobre el impacto positivo de la meditación en la salud, bienestar y el balance, así como la generación permanente de nuevos circuitos en el cerebro a partir de la conjunción de una intención clara y emoción elevada, generada en procesos de meditación.

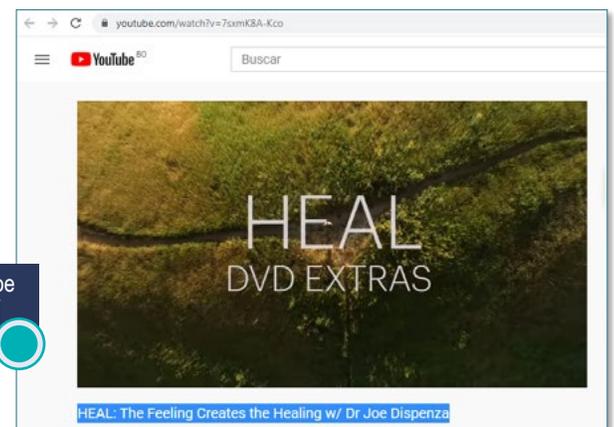
Esta información a mayor profundidad se encuentra en el Documental “HEAL: The Feeling Creates the Healing w/ Dr. Joe Dispenza”



Parte de la comunidad UPAL durante el encuentro.



Conoce algo de Joe Dispenza **AQUÍ**



Recuerda que a veces no conseguir lo que quieres es un maravilloso golpe de suerte
Dalai Lama



CRECER

Que la vida te ponga frente a retos que te ayuden a ser feliz y crecer.

CONFERENCIA SOBRE EL PILAR DEL SER Y LA MEDITACIÓN EN CIENCIAS EMPRESARIALES

Con el propósito de avanzar en la formación integral del ser con nuestros estudiantes, el pasado miércoles 28 de abril se llevó a cabo la Conferencia "Meditar en nuestro ser", actividad dirigida a estudiantes las carreras del área Empresarial y de Derecho, misma que estuvo a cargo de Doris Viscarra, Coordinadora de la Carrera de Psicología en la UPAL Cochabamba, con amplia experiencia en la temática.

La actividad planteó los siguientes objetivos: Tomar control del estrés, canalizar las emociones, mantener relaciones positivas, cultivar momentos de silencio, seguir un estilo de vida.

Accede a la charla desde **AQUÍ**

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Conferencia sobre el Pilar del Ser y la Meditación:

MEDITAR EN NUESTRO SER

Dirigido a estudiantes de Ingeniería Comercial, Ingeniería Financiera, Administración Estratégica de Empresas, Marketing y Derecho.

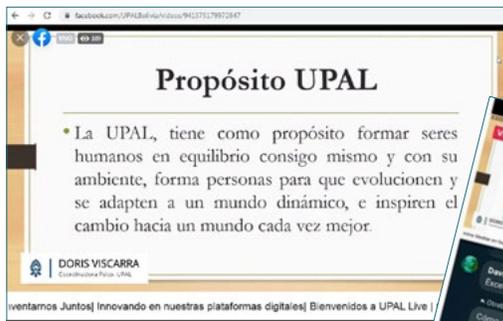
Miércoles 28 | Abril 2021
Hrs.: 11:30 am.

Transmisión vía: LIVE LIVE

Facilitadora:
Doris Viscarra Anaya

Aprenderás a:

- Tomar control del estrés
- Canalizar las emociones
- Mantener relaciones positivas
- Cultivar momentos de silencio
- Seguir un estilo de vida

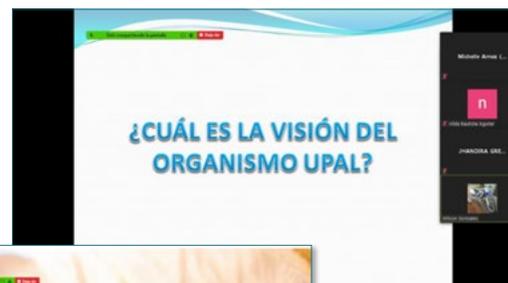


SOCIALIZACIÓN DE LA FILOSOFÍA UPAL CON ESTUDIANTES DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y DERECHO

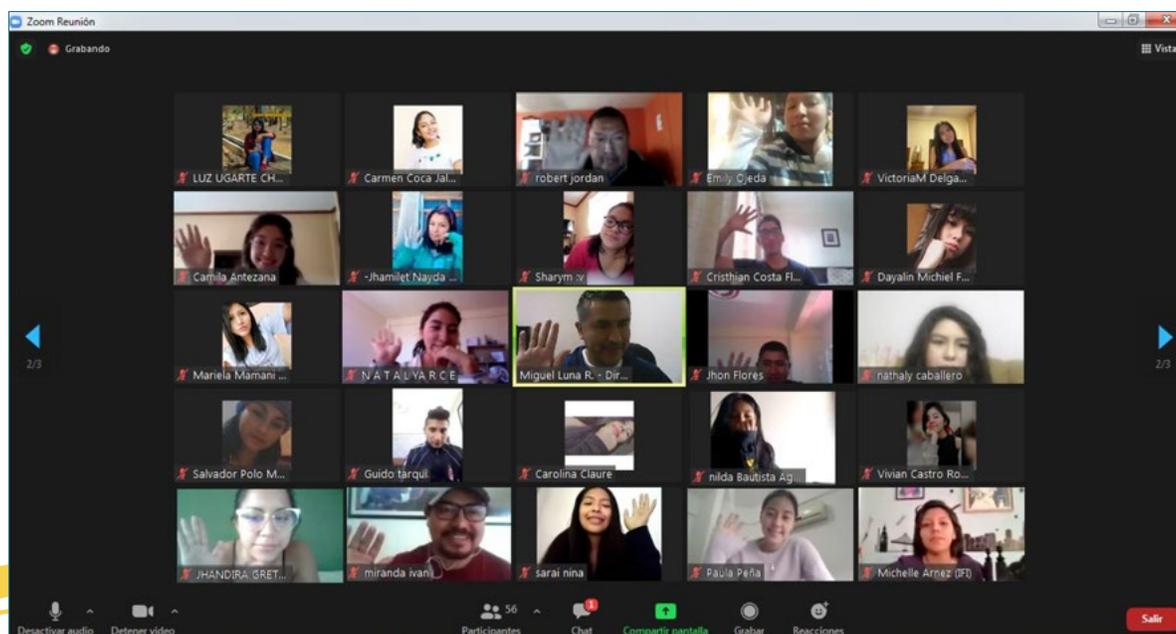
El 23 de Abril se llevó adelante una actividad de socialización de la Filosofía Institucional: Visión, Misión, Principios y Valores con los estudiantes de las carreras de Ingeniería Comercial, Administración Estratégica de Empresas, Ingeniería Financiera y Derecho (1er a 3er semestre). La actividad que se realizó a través de la plataforma ZOOM estuvo a cargo de Miguel Luna R. - Director de Carrera.

Además de abordar aspectos fundamentales de nuestra Misión y Visión, se hizo énfasis en los valores y principios que profesamos en nuestro Organismo como: la honestidad, la puntualidad, humildad, la prudencia, la sensibilidad, el respeto y la responsabilidad. Se reflexionó también sobre el propósito de la UPAL para con los estudiantes, que es el de formar seres humanos en equilibrio consigo mismo y con su ambiente.

Se tuvo en principio un momento de meditación de 7 minutos lo que permitió a nuestros estudiantes estar relajados, eliminar el estrés y predispuestos a participar del encuentro, participaron en las dinámicas propuestas a través de preguntas participativas, videos de reflexión y finalmente en la evaluación lúdica a través de QUIZZ donde se facilitaron preguntas de retroalimentación.



Momento de meditación al inicio de la sesión.

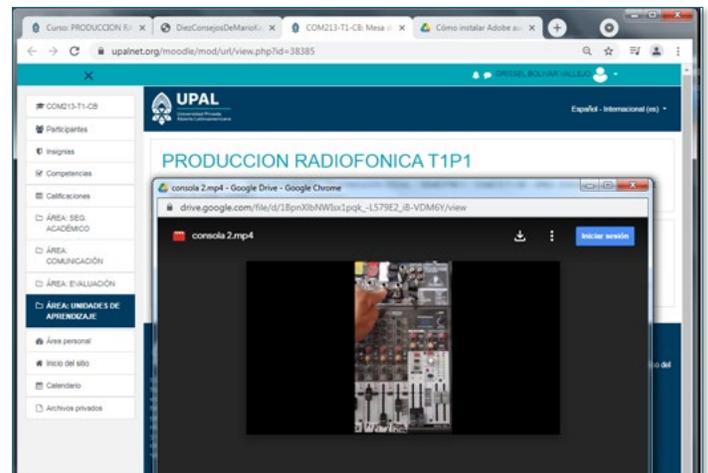
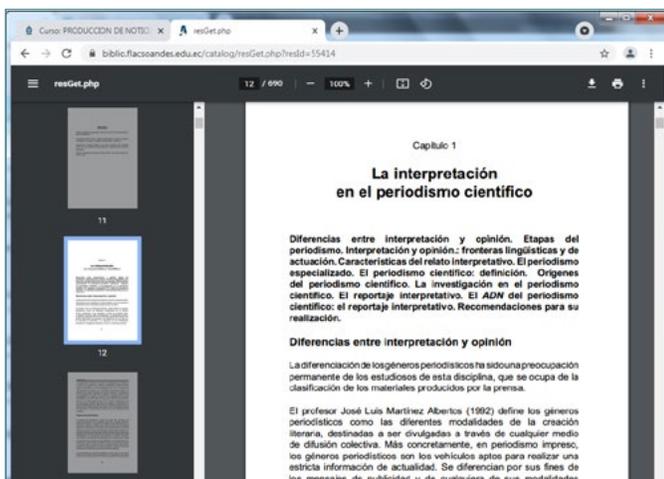
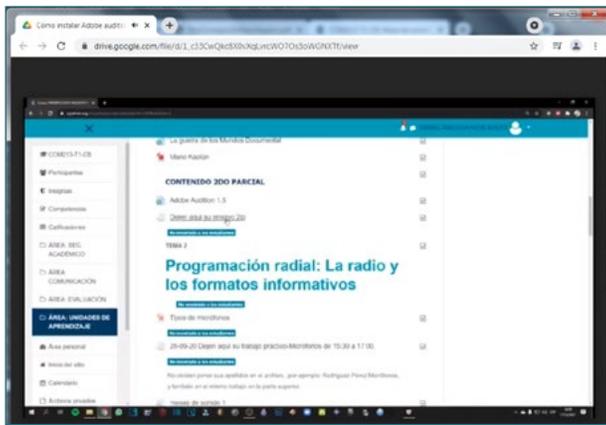


ÁMBITO ACADÉMICO

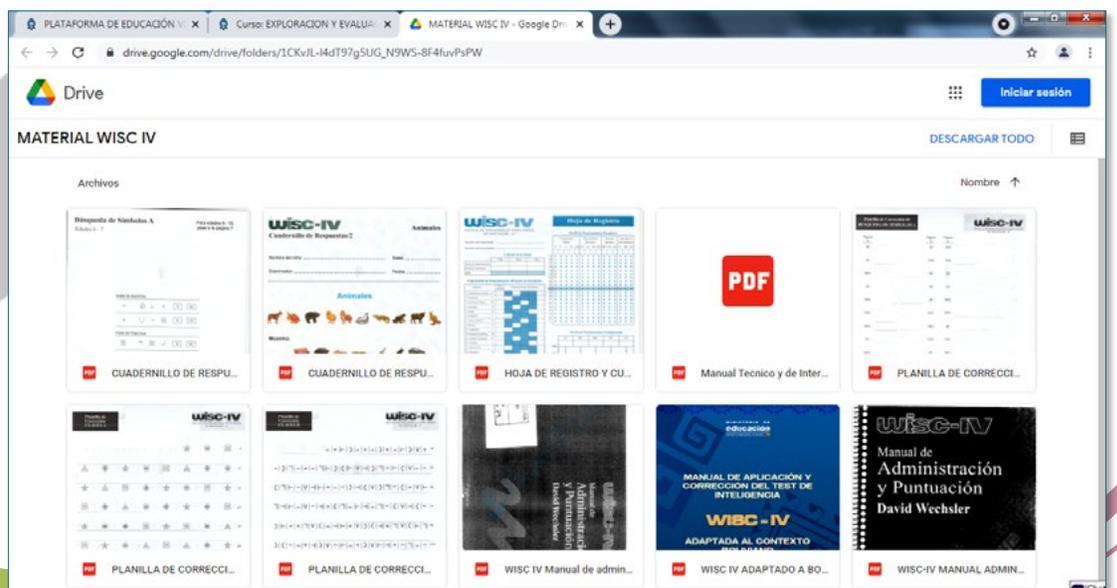
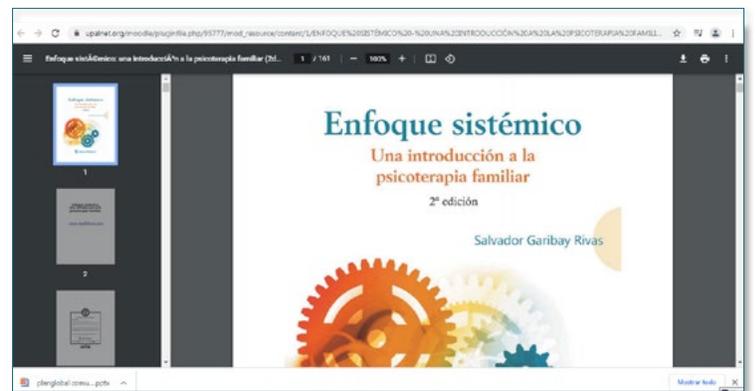
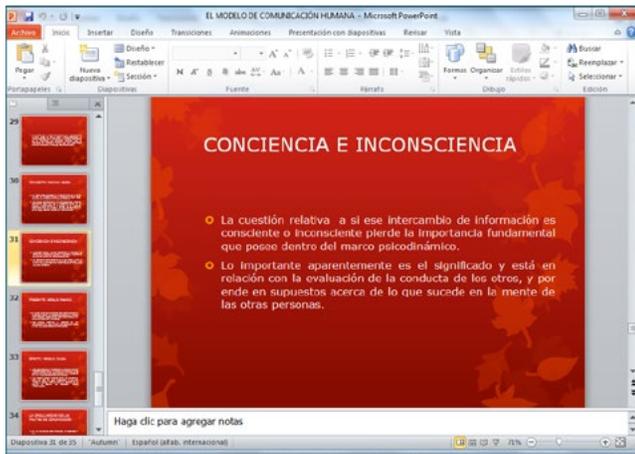
UN PASEO POR NUESTRAS AULAS VIRTUALES

CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

En esta edición compartimos algo de las actividades académicas de la Carrera de Comunicación Social con el uso de recursos pedagógicos a través de la Plataforma Moodle.



CARRERA DE PSICOLOGÍA



ÁMBITO ACADÉMICO

CURSO WEB - TELEVISIÓN EN COMUNICACIÓN

La carrera de Comunicación Social de la UPAL organizó el curso introductorio Web-televisión con el expositor argentino Federico Villarreal. El mismo inició el 21 de abril mediante una plataforma digital y tuvo muy buena acogida por los participantes.

El curso efectuado del 21 al 30 de abril, contó con la participación de diferentes profesionales, estudiantes y personas aficionadas, permitiendo el abordaje de diferentes perspectivas en la producción de televisión web que, es parte de las nuevas propuestas en nuestra era.

El curso introductorio busca ser parte de una primera fase de perfeccionamiento en la dimensión práctica de la formación en el área de la Comunicación Social.

¡Seguimos apoyando las prácticas en la formación de la comunicación!

UPAL
Universidad Privada
Abierta Latinoamericana

Curso Introductorio de Web-Televisión

Horarios:
Miércoles y viernes
de 18:30 a 20:30

Fechas:
Del 21 al 30 de abril 2021
(4 sesiones)

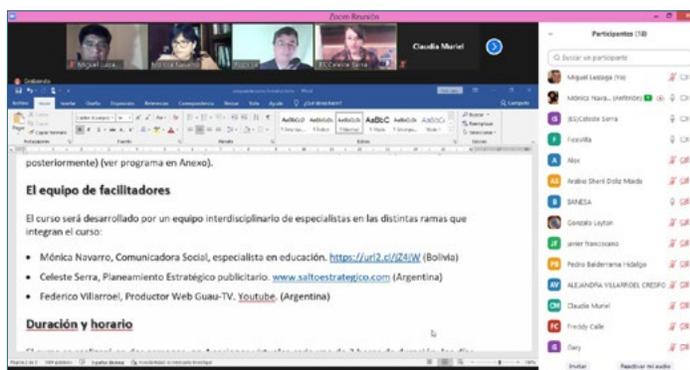
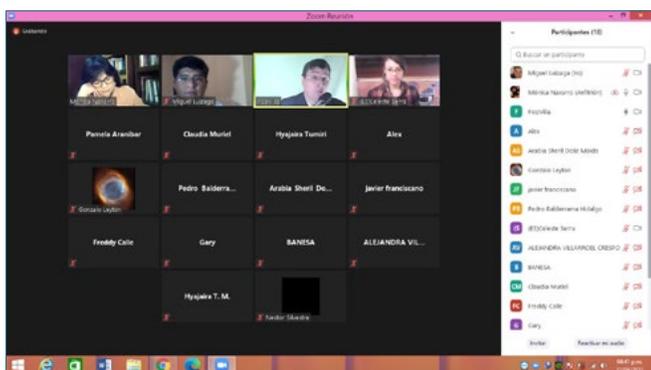
Expositor:
Federico Villarreal
(Argentina)
Productor de Web TV-Guau TV

Información e inscripción:
Dirección de Carrera
Comunicación Social

Transmisión vía: ZOOM

CUPOS LIMITADOS

Multimedia Producción
GUAU TV



PUBLICACIÓN DIGITAL

El 21 de abril, la Fundación FUESIB, la Página Metusia, el Colegio de Comunicadores Sociales de Cochabamba y la Carrera de Comunicación Social de la UPAL, consolidaron una publicación digital "Visiones de país. Construyendo Bolivia desde la Comunicación" Vol. 1, publicación gestada con el objetivo de impulsar iniciativas profesionales en comunicación.

En esta primera edición participó con un artículo nuestro docente del área, José Antonio Coca.

INVESTIGACIÓN

PRESENTACIÓN DE CONVOCATORIAS DE EVENTOS CIENTÍFICOS

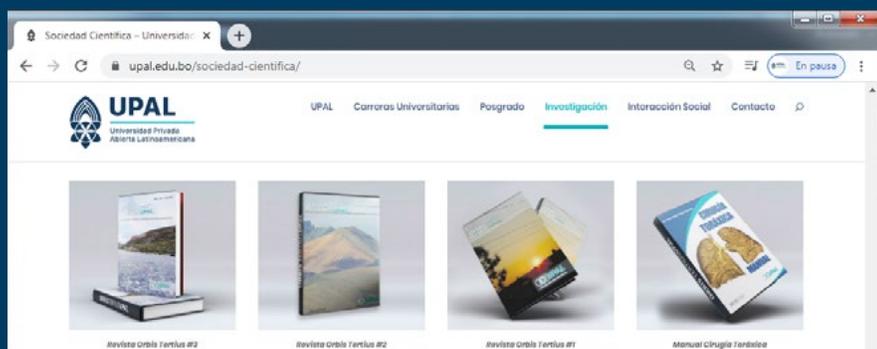
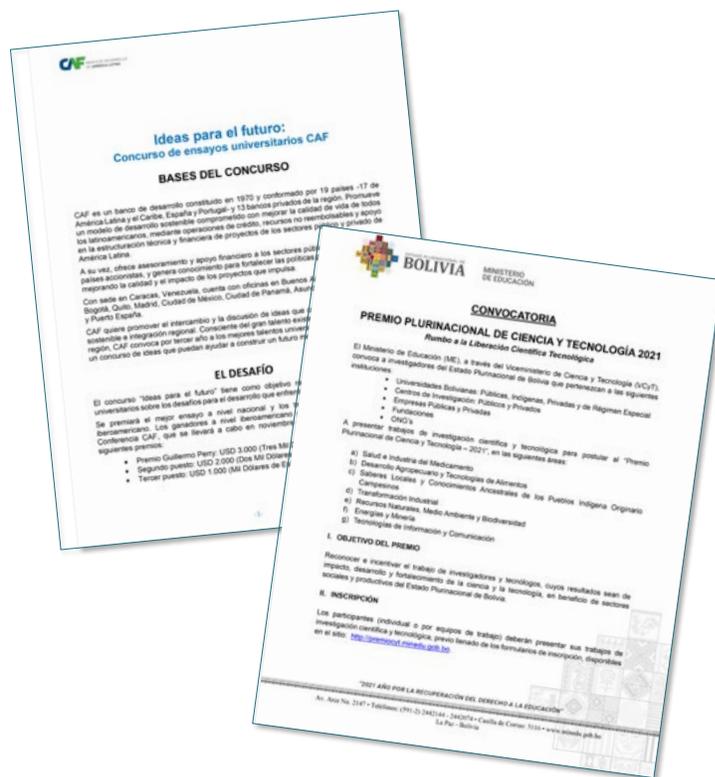
El 1 de abril, la Dirección Nacional de Investigación y la Dirección de Investigación de Orouro realizaron la presentación de 2 convocatorias externas relacionadas al ámbito de la investigación a los Directores de las Carreras de ambas Sedes:

En la ocasión se presentó la convocatoria al Premio Plurinacional de Ciencia y Tecnología 2021 y el Concurso de ensayos universitarios CAF "Ideas para el futuro".

El primero es un reconocimiento al trabajo de investigadores y tecnólogos de los Centros e Institutos de investigación de Universidades Públicas, Privadas, Indígenas y de Régimen Especial, así como de Instituciones públicas y privadas, cuyos resultados son de impacto, desarrollo y fortalecimiento de la ciencia y la tecnología, en beneficio de sectores sociales y productivos del Estado.

El segundo "Ideas para el futuro", es un concurso de ensayos universitarios CAF del Banco de Desarrollo de América Latina, que tiene como objetivo recoger la visión de jóvenes universitarios sobre los desafíos para el desarrollo que enfrentan América Latina y el Caribe.

Esta socialización se constituye en la primera etapa, que permitirá a las Carreras continuar impulsando la investigación e innovación en nuestra comunidad universitaria.



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

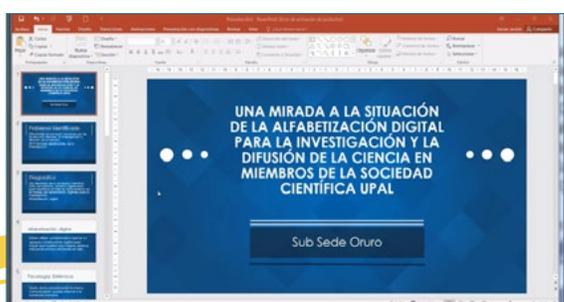
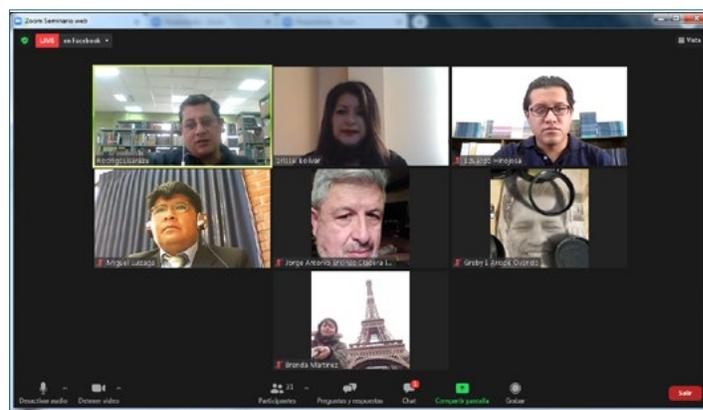
INVESTIGACIÓN

1ra FERIA NACIONAL DEL LIBRO Y LA CULTURA POR LA LECTURA

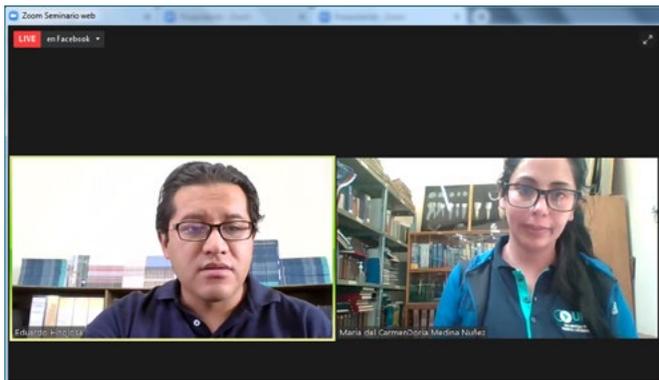
El 29 de abril, se realizó la “1ra Feria nacional del Libro y la Cultura por la Lectura”, organizada por la Dirección Nacional de Investigación, que se estructuró en un nutrido programa que contempló actividades como:

- Conversatorio sobre la lectura
- Presentación de ensayos ganadores
- Club de Lectura UPAL
- Presentación de revistas científicas y
- Conversatorio sobre eLibro

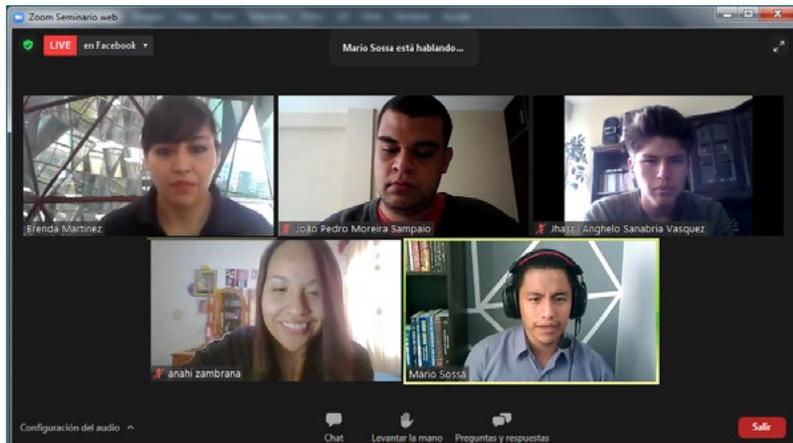
La Feria se llevó adelante de manera virtual y convocó a estudiantes y docentes de nuestra Sede Central de Cochabamba y de la Subsele Oruro.



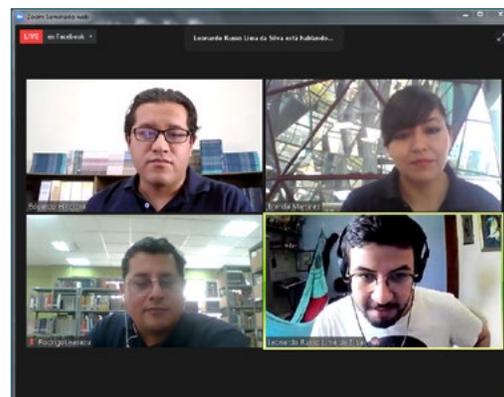
Estudiantes UPAL compartiendo sus ensayos ganadores.



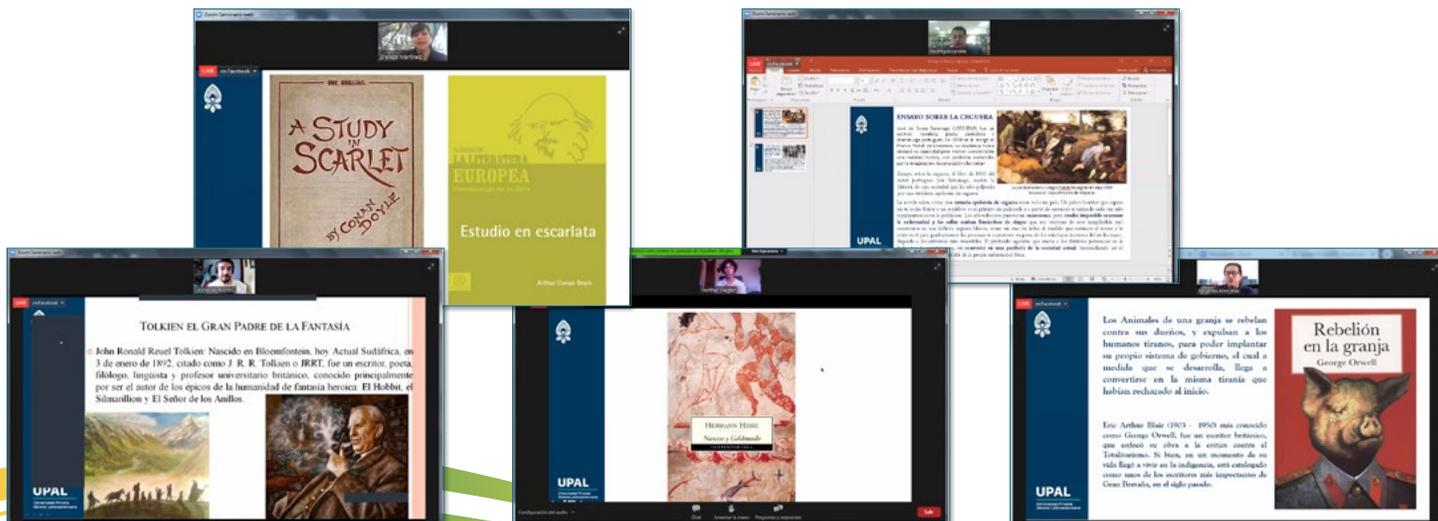
Presentación de las Revistas Orbis Tertius UPAL y CITTA, a cargo de personal de Biblioteca de la Subsele Oruro.



Estudiantes de distintas carreras compartiendo su experiencia con el uso de la Plataforma eLibro, de acceso gratuito a nuestra comunidad.



Libros propuestos por estudiantes y personal de la Dirección de Investigación de la Sede Cochabamba y Subsele Oruro, para el inicio de las actividades del Club del Libro UPAL

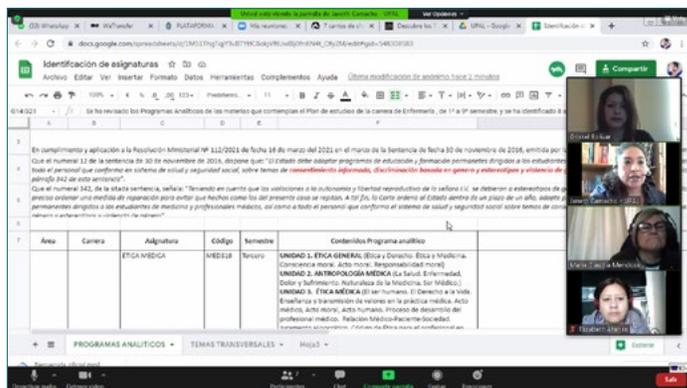
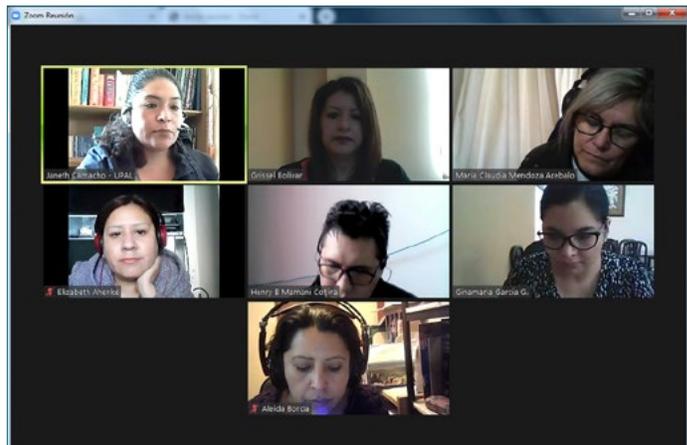


AVANZANDO EN TEMAS CONTRA LA VIOLENCIA, RACISMO Y DISCRIMINACIÓN

El pasado 19 de marzo se llevó a cabo una reunión entre la Dirección de Innovación y Gestión Académica - DGIA, la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural - DISDC y Vicerrectorado Académico Nacional, con la finalidad de hacer una mirada retrospectiva de los avances en el abordaje institucional en la lucha contra la violencia de género y lucha contra el racismo y toda forma de discriminación, así como a la planificación para la presente gestión.

Las temáticas señaladas se abordan en la institución desde el ámbito académico a través de distintas disciplinas y asignaturas, así como desde la atención en el Gabinete Psicológico a nuestra comunidad y desde el Programa de Cultura a cargo de la DISDC mediante el Taller de Teatro como herramienta lúdico pedagógica.

Estos abordajes permiten trabajar desde los ámbitos informativo, formativo y preventivo, acordes con la filosofía institucional y la formación integral del ser.



CURSO INTERNACIONAL

CURSO VIRTUAL SOBRE VIOLENCIA EN RAZÓN DE GÉNERO

En el marco del Convenio entre la UPAL y la Institución PROBIDAD, en el ámbito del Derecho, que entre sus objetivos establece el promover espacios de diálogo en torno a temas de interés para la sociedad y la profesión, del 8 al 11 de abril se llevó a cabo el curso virtual "Delitos de violencia en razón de género: Investigación, sanción y abordaje de las víctimas", contando con la participación de facilitadores con reconocida trayectoria en el ámbito temático, tanto de Bolivia como de países como Colombia y Perú.

AVALAN:

CURSO VIRTUAL INTERNACIONAL

"DELITOS DE VIOLENCIA EN RAZÓN DE GÉNERO: INVESTIGACIÓN, SANCIÓN Y ABORDAJE A LAS VÍCTIMAS"

PONENTES:

- Dra. TATIANA HERRERA MENDEZ
Directora del SLIM - CBBA.
- Dra. SANDRA GIL ARMAS
Ex Pasante de la Corte IDH (Perú)
- Dr. ADALID CÉSAR QUIROZ
Juez del Tribunal de Sentencia N° 2 - CBBA
- Dra. MÓNICA LÓPEZ
Profesional en Derecho con Experiencia en Acompañamiento Jurídico a Víctimas de Violencia de Género (Colombia)
- Dr. RICHARD RODRÍGUEZ FLORES -
Ex Juez de Violencia Contra la Mujer IDJ - CBBA.
- Dr. JUAN CASTAÑEDA MENDEZ
Presidente APEX IURIS (Perú)
- Dr. MARIÓN GUTIÉRREZ BENÍTEZ -
Fiscal Adjunto Distrito Lima Sur (Perú)
- DIEGO HEREDIA QUINTANA
Psicólogo Clínico, Jurídico y Forense (Colombia)

08 - 09
10 - 11

18:00 P.M.
20:00 P.M.
(HORA BOLIVIA)

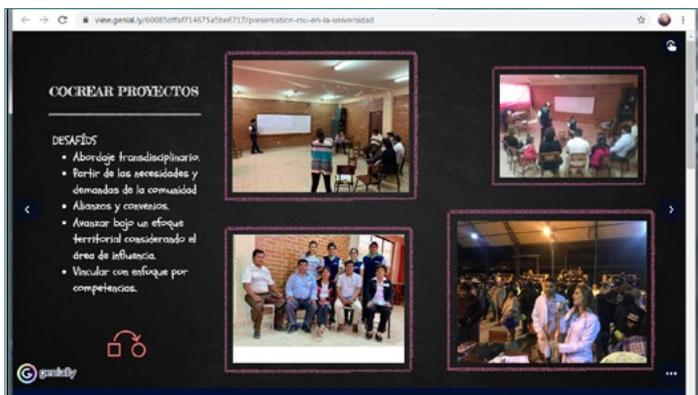
INFORMES: 44330931
77481751
60718135

Av. San Martín N° 123, Ed. RAQUEL, 1er Piso, Of. 1D

RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

REUNIÓN SOBRE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA - RSU

El 20 de abril se llevó adelante una reunión convocada por la Dirección Nacional de Interacción Social y Difusión Cultural y los Directores de las Carreras de: Medicina, Odontología, Bioquímica y Farmacia, Comunicación Social, Psicología, Administración Estratégica de Empresas, Marketing, Ingeniería Financiera e Ingeniería Comercial, de la Sede Central Cochabamba, con la finalidad de compartir aspectos fundamentales referidos a la Responsabilidad Social Universitaria, con miras al trabajo conjunto interdisciplinario.



En la oportunidad se hizo énfasis en el rol de la Universidad en el aporte a la solución de las problemáticas de la sociedad bajo un enfoque inter y transdisciplinario, desde la interacción social sustentada en el aprendizaje servicio.

Se destacó igualmente la sintonía entre la filosofía institucional y la RSU en su relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible.



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

EL CONSUMO DE ALIMENTOS ORGÁNICOS

El cuidado del organismo tiene que ver con muchos factores, desde el ejercicio físico, el descanso, la salud emocional y la nutrición, entre otros. Nuestro bienestar depende mucho del equilibrio y los hábitos que desarrollamos, entre ellos los hábitos alimenticios.

Uno de esos buenos hábitos, importantes de adquirir para una buena salud es el consumo de alimentos ecológicos u orgánicos.

Entre las principales características de los alimentos orgánicos es que en su proceso de cultivo y producción no han tenido contacto con químicos, pesticidas, insecticidas, hormonas o procesos de ionización, ni tampoco son artificiales a través de conservantes o colorantes, son por lo tanto más seguros y nutritivos.

Algunos expertos consideran que los procesos artificiales afectan a la salud, por ejemplo el uso de pesticidas puede ser causante de algunas enfermedades como dolor de cabeza, problemas cardíacos, asma, alergias, osteoporosis e incluso hiperactividad o cáncer debido a los residuos tóxicos que dejan en los alimentos.

La cantidad de nutrientes que los productos orgánicos o agroecológicos aportan al organismo es mayor y permiten una mejor asimilación de vitaminas, minerales y antioxidantes, por lo que su consumo es fundamental para nuestra salud.

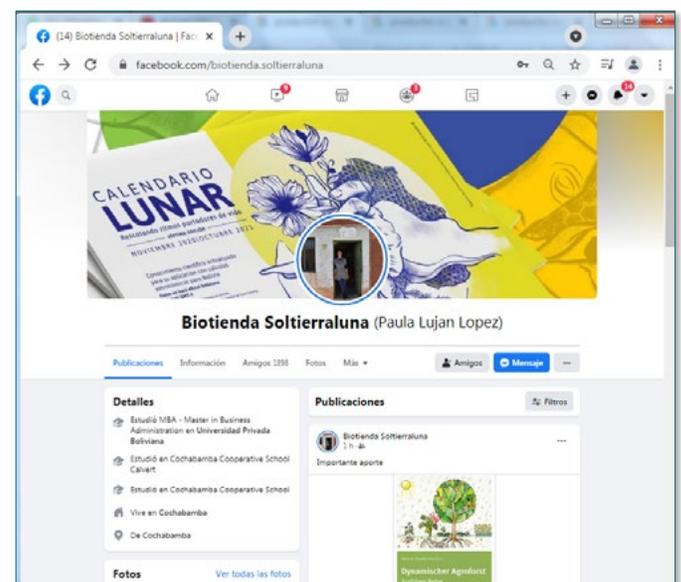
Además de reducir la posibilidad de desarrollar las enfermedades citadas, entre otros beneficios se encuentran el fortalecimiento del sistema inmunológico, la mejora en la calidad del sueño y mejor control del exceso de peso.

Si bien los productos orgánicos suelen tener un costo mayor que los productos procesados o con insumos artificiales, a la larga resultan una excelente decisión dado que nos evita complicaciones de salud, muchas veces difíciles de asumir económicamente.



En otro plano, el consumo de alimentos orgánicos o agroecológicos, promueven el desarrollo del comercio justo, dado que apoya a productores independientes que reciben un pago justo por sus productos sin la participación de intermediarios.

Un beneficio mayor que involucra a todos, es que la producción agroecológica juega un rol fundamental para el medio ambiente, dado que no daña los ecosistemas al no utilizar transgénicos a la vez de rescatar y promover la biodiversidad.



En nuestro medio actualmente existen experiencias de producción y comercialización de productos orgánicos que se constituyen en una verdadera alternativa, como es el caso de la "Granja Ecológica Polen" y la "Biotienda Soltieraluna" que comercializa productos ecológicos de la Granja "El Nopal", entre otros.



ARTICULISTA INVITADO

LA PANDEMIA Y LA VIOLENCIA FAMILIAR

Por: Boris Fidel Salazar Lizárraga

Es de considerar que como consecuencia de la pandemia emergente del COVID-19, el Gobierno en nuestro país, ha dispuesto en cierto momento, un confinamiento de los miembros de la familia, con el propósito de evitar mayores contagios del coronavirus, en ese sentido, se ha dispuesto medidas restrictivas a través de disposiciones normativas pertinentes al área de la salud.

No obstante de la finalidad de estas medidas sanitarias, destinadas a evitar mayores contagios del COVID-19, lamentablemente, en el entorno familiar, en este tiempo, se han desatado una cadena de nefastos acontecimientos, que obedecen a situaciones emocionales identificadas como la ansiedad, el stress, la falta de ingresos económicos, aspectos estos, que han derivado en la intolerancia de los miembros en el interior de la familia.

Estos aspectos emergentes de la pandemia, lamentablemente, no solo se considera insostenibilidad en la interrelación de los miembros de la familia, por el contrario, el accionar de estos, en muchos casos, ha epilogado en la intervención del Estado, al tratarse de delitos penales descritos en el Código Penal.

En ese, sentido, es importante, remitirnos a algunas disposiciones legales que han sido vulneradas en el contexto familiar en este tiempo de emergencia sanitaria, a saber: El legislador boliviano a través de la Ley N° 348 de 9 de marzo de 2013, Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia, ha pretendido establecer mecanismos, medidas y políticas integrales de prevención, atención, protección y reparación a las mujeres en situación de violencia, así como la persecución y sanción a los agresores, con el fin de garantizar a las mujeres una vida digna y el ejercicio pleno de sus derechos para Vivir Bien. Para ello, ha creado e incorporado determinados tipos penales, al Código Penal, entre estos, los previstos en los Arts. 252 bis (FEMINICIDIO) y 272 bis (VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA).

El feminicidio fundamentalmente consiste en matar a una mujer en determinadas circunstancias, cuya sanción es de 30 años de presidio sin derecho a indulto. Por otra parte, el delito de violencia familiar o doméstica, consiste en la agresión física, psicológica o sexual por parte de un miembro de la familia, a otro, también atendiendo determinadas circunstancias, la sanción para este delito es de 2 a 4 años de privación de libertad.



Boris Fidel Salazar Lizárraga
Abogado especialista en el área penal
Miembro de la Academia Boliviana de Ciencias Jurídico Penales
Docente de la Carrera de Derecho de la UPAL Cochabamba,
en las asignaturas Derecho Penal y Derecho Penal Especial
Docente de Postgrado

Ahora bien, enfocándonos en el contexto, se ha visto con bastante preocupación que durante este tiempo de la cuarentena, estos dos tipos penales se han practicado con frecuencia, en diferentes departamentos de nuestro país, recientemente, se han producido 5 feminicidios (muerte de la mujer), en la ciudad de Santa Cruz. Asimismo, a diario se ve en los medios masivos de comunicación la violencia sobre todo física, ejercida por los cónyuges o convivientes a sus esposas o concubinas, o a sus hijos, sin ir lejos, el caso reciente del padrastro que agredió a golpes al menor, hecho también suscitado en la ciudad de Santa Cruz.

Lo cierto es que, estos hechos antijurídicos reprochables por la Ley penal, ha motivado la intervención estatal, con su exclusiva facultad del ius puniendi, en ese sentido, el Ministerio Público como titular de la acción penal pública, ha iniciado las acciones legales correspondientes contra los autores de estos delitos, epilogando en muchos casos en la detención o condena de estos.

Sin embargo, también se ha visto con preocupación que, no obstante la dureza con la que castiga la Ley 348 a los responsables de estos delitos, este aspecto, no ha resuelto el problema de fondo, es decir, no ha erradicado la violencia intrafamiliar, tampoco, ha reducido los índices de criminalidad en este tópico, ya que por un lado, las sanciones, no han cumplido sus fines cual es la enmienda y readaptación del delincuente y; por otro, el legislador no ha advertido los alcances de esta Ley 348, habida cuenta que, como consecuencia de la persecución penal, ejercida por el Ministerio Público, contra los autores de estos hechos, la consecuencia de este juzgamiento ha derivado en la detención o condena de estos, lamentablemente, este aspecto, ha disgregado el núcleo familiar, razón por la que en muchos casos, la propia víctima ha tenido que buscar la conciliación al que se refiere el Art. 46 de la Ley 348, cuya procedencia está supeditada al cumplimiento de ciertas condiciones, por ejemplo, tiene que ser promovida únicamente por la víctima y por única vez, atendiendo a que el agresor no cuente con antecedentes penales.

Así, algunos procesos han tenido una conclusión y en alguna medida se ha restablecido el núcleo familiar. Empero, en algunos casos, la consecuencia de la detención del agresor en casos de violencia familiar o doméstica, ha determinado que el agresor, asuma la decisión de no volver al entorno familiar, ya sea como consecuencia de una medida de protección o finalmente el resentimiento creado en el agresor por haber sido detenido, lo cierto es que, frente a este hecho, la familia ha quedado desprotegida y disgregada.

Sin duda, lo esgrimido en líneas precedentes, obedecerán a un análisis profundo por parte del legislador, con la finalidad de resolver adecuadamente los problemas identificados en este contexto y fundamentalmente establecer los alcances del espíritu primigenio de la Ley 348. Siendo importante además anotar que entre las autoridades llamadas por Ley para la atención de estos hechos de violencia, se encuentra el Ministerio Público (Fiscalía) y; la Fuerza Especial de Lucha contra la Violencia (FELCV).

APOYO PSICOLÓGICO

Durante el periodo de la pandemia por Covid 19, la UPAL ha fortalecido el servicio de apoyo a nuestra comunidad y adecuado el servicio a la realidad actual, a través del Gabinete Psicológico tanto en la Sede Central Cochabamba como en la Subsede Oruro, a fin de brindar el soporte emocional frente a situaciones desfavorables producto del confinamiento, el estrés, violencia doméstica o situaciones de crisis familiar, entre otros.





UPAL
Universidad Privada
Abierta Latinoamericana

Te ayudamos a mantener un estilo de vida mentalmente saludable.

Ponemos a tu disposición profesionales que te brindarán información fiable y útil para mantener un buen estado emocional y psicológico durante esta pandemia.

¡Coordina tu cita!

<p>Lic. Cristina Borda PSICÓLOGA CLÍNICA CEL.: 71743050</p>	
<p>Lic. Ninon Besse PSICÓLOGA CLÍNICA CEL.: 72775300</p>	
<p>Lic. Doris Viscarra PSICÓLOGA CLÍNICA CEL.: 70747825</p>	
<p>Lic. Carol Pacheco PSICÓLOGA CLÍNICA CEL.: 77901445</p>	
<p>Lic. Mariela Camacho PSICÓLOGA CLÍNICA CEL.: 69446046</p>	
<p>Lic. Nayra Barrientos PSICÓLOGA CLÍNICA, ESPECIALISTA EN NIÑOS, ADOLESCENTES Y ADULTOS. CEL.: 72222030</p>	



UPAL
Universidad Privada
Abierta Latinoamericana

Te ayudamos a mantener un estilo de vida mentalmente saludable.

Ponemos a tu disposición profesionales que te brindarán información fiable y útil para mantener un buen estado emocional y psicológico durante esta pandemia.

¡Coordina tu cita!

Lic. Ana Gabriela
Aldana Maldonado
PSICÓLOGA
CEL.: 69601094



ARTICULISTA INVITADO

LOS BENEFICIOS DEL EJERCICIO FISICO PARA LA SALUD FRENTE AL
POST COVID-19

Por: Lic. Henry Ariel Valverde Omoya

La aparición de la pandemia del Covid-19 ha causado estragos en nuestro cotidiano vivir en diferentes esferas, no solo enfocado en la vida cotidiana de todos, sino también ha jugado un papel muy importante en el quehacer de todo y de todos, como por ejemplo, nos preguntamos “que podemos hacer y que no podemos hacer”, “el antes y el después” y muchas otras situaciones que revelan que nuestra vida cambió.

En la actualidad, la pandemia del Covid-19, está dejando millones de fallecimientos a nivel mundial y un mayor número de infectados, entre ellos, en la mayoría de los casos después de “recuperarse” de una fase aguda de la enfermedad, presentan secuelas importantes desde el punto de vista funcional, biológico, psicológico, social, económico, en simples palabras “afectó la calidad de vida de todos”.

Ante este escenario de “realidad” impuesto por el virus, en nuestra propia comunidad orureña y boliviana en general, existe un gran número de personas que han “pasado” por la enfermedad, fruto de muchos factores han provocado un fenómeno de “inactividad física” o rechazo al tratamiento fisioterapéutico, por ser considerado innecesario, sin considerar que fruto de esta inactividad muchos de estos pacientes tienen un mayor riesgo de hospitalización e ingreso a una Unidad de Terapia Intensiva por las secuelas dejadas, hasta inclusive la muerte.

La realización regular de ejercicio físico en todas sus formas, como parte de un tratamiento fisioterapéutico ha demostrado de forma clínica, la reducción considerable de las complicaciones graves, moderadas y leves del Covid-19, considerando que el ejercicio físico como parte del tratamiento fisioterapéutico, ha demostrado múltiples beneficios en estos pacientes, por ejemplo: el aumento de la actividad



Lic. Henry Ariel Valverde Omoya
Licenciado en Fisioterapia y Kinesiología
Docente de la Asignatura Fisioterapia Deportiva, de la
Carrera de Fisioterapia y Kinesiología de la Subsede Oruro.

neuromuscular, refuerzo del sistema inmunitario, recuperación de la capacidad cardiorespiratoria y en simples palabras, disminuir de forma exponencial el riesgo de muerte.

Pero no solo hablando de los beneficios directos sobre las secuelas del Covid-19, el ejercicio físico como parte del tratamiento fisioterapéutico, presenta gran virtud ante la presencia de la ansiedad, la depresión, el sobrepeso, el stress, etc. favoreciendo también de forma efectiva a tratar estas secuelas indirectas del Covid-19.

Ante esta realidad, la Universidad Privada Abierta Latinoamericana a través de la carrera de Fisioterapia y Kinesiología ha adoptado estrategias y mecanismos para jugar un papel muy importante en la formación de nuestros estudiantes, con una formación basada en la evidencia científica, fruto del trabajo de campo en primera línea del cuerpo docente y la información actualizada del Covid-19, la formación de los estudiantes ha sufrido un giro de 180° en su formación, que ha logrado capacitar y generar capacidad de afrontar al Covid-19 y sus secuelas de forma efectiva y objetiva.

Esta actitud adoptada por nuestra universidad, a la vanguardia de la lucha contra el Covid-19, ha significado un refuerzo al ya debilitado sistema de salud nacional. Inyectando profesionales idóneos y calificados para esta dura lucha, de no solo combatir al Covid-19, sino también, de romper la tesis de lo “innecesario” del papel del fisioterapeuta y el tratamiento fisioterapéutico, como especialmente de las bondades del ejercicio físico.

PROGRAMA DE CULTURA

INICIO DE ACTIVIDADES DEL CLUB CULTURAL

Las actividades culturales en la UPAL arrancaron este mes de abril con la incorporación de nuevos estudiantes al Club Cultural, a través del Ballet Folklórico UPAL, a cargo del profesor Rafael Morales y al Ensamble Musical UPAL, a cargo del profesor Ismael Coca, quienes tras una audición virtual en cada una de las disciplinas, seleccionaron a los estudiantes que reunieron los requisitos para integrarse a los ensayos virtuales y presentaciones previstas para esta gestión.

En esta ocasión para la etapa de audición se registraron 28 estudiantes para el Ballet Folklórico y 32 para el Ensamble Musical, de la Sede Central y la Subsele, de los cuales los mejores se sumarán a los grupos ya consolidados para recibir clases virtuales gratuitas de técnica e interpretación en la disciplina correspondiente y participarán de los ensayos para las presentaciones.

Los estudiantes que forman parte de estas actividades, así como los que participan del Taller de Teatro, que retomará sus actividades la gestión II - 2021, forman parte del Club Cultural UPAL, un espacio de desarrollo de talentos artísticos y confraternización, que es parte del Programa de Cultura de la UPAL, impulsado desde la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural.

ENSAMBLE VOCAL UPAL GESTIÓN I 2021 - INCRITOS PARA AUDICIÓN

Nº	NOMBRE	SEDE	CARRERA	MATRÍCULA
1	Gabriel Marquez Cossio	Oruro	Derecho	22688
2	Andres Antonio Chambi Dorado	Oruro	Medicina	23224
3	Neyda Cindhel Flores Valeriano	Oruro	ByF	27533
4	Veronica Isabel Miranda Gonzales	Oruro	Medicina	27781
5	Ariel Valencia	Oruro	Medicina	19247
6	Lenny Paola Rios Mamani	Oruro	Medicina	27589
7	Dayana Angelo Fernández	Oruro	Medicina	15208
8	Paola Andrea Miranda Torrez	Oruro	Derecho	27687
9	Elian Leonel Vallejos Paco	Oruro	Medicina	27103
10	Dayvis Vladimir Morales Alcoer	Oruro	Fisioterapia	15795
11	Victoria Belem	Cochabamba	Adm. Empr.	28137
12	Luis Alberto	Cochabamba	Medicina	27907
13	Rossi Davar	Oruro	Medicina	20102
14	José Jhami	Oruro		
15	Luisa Leañi	Oruro		
16	Carlos Ant	Oruro		
17	Roy Balder	Oruro		
18	Matia Belem	Oruro		
19	Andres An	Oruro		
20	Cristal Est	Oruro		
21	RUTH CO	Oruro		
22	Camila Ar	Oruro		
23	Valeria Er	Oruro		
24	ALELI ES	Oruro		
25	Linnet Ma	Oruro		
26	Veronica	Oruro		
27	Mith Mid	Oruro		
28	Alvaro J	Oruro		
29	Luz Yan	Oruro		
30	Karen D	Oruro		
31	Edwin B	Oruro		
32	Andres	Oruro		

BALLET FOLKLÓRICO UPAL GESTIÓN I 2021 - INCRITOS A LA AUDICIÓN

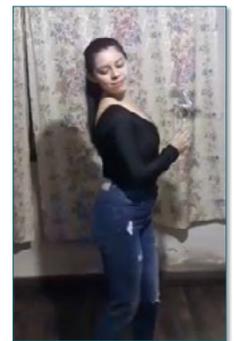
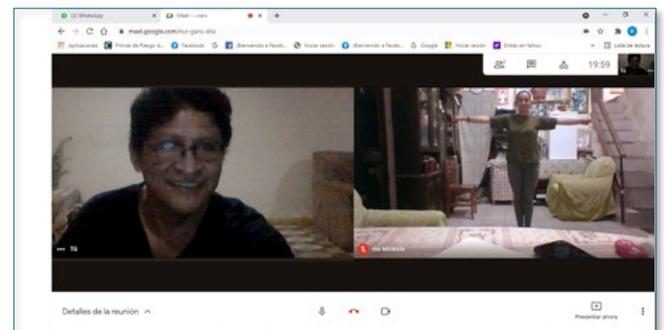
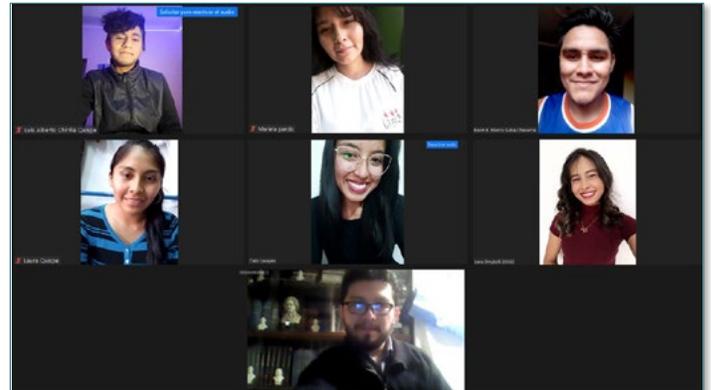
Nº	NOMBRE	SEDE	CARRERA	MATRÍCULA
1	Sharym Illatarco	Cochabamba	Derecho	26527
2	Cerle Tola	Oruro	Medicina	22862
3	Lenny Paola Rios Mamani	Oruro	Medicina	27589
4	Veronica Isabel Miranda Gonzales	Oruro	Medicina	27781
5	Ariel Valencia	Oruro	Medicina	19247
6	Gheraldy Cruz	Oruro	Medicina	27589
7	Carolina Claire	Oruro	Medicina	19247
8	IFSLIS BRAYAN COLQUIF CONTRERAS	Cochabamba	Derecho	25856
9	Doris Coria Sorobia	Oruro	Medicina	26218
10	Jhosabet Cabrera Fernandez	Cochabamba	Psicología	28015
11	Nicol Nayely Estrada Coceres	Oruro	ByF	11878
12	Luisa Leañi Mina	Cochabamba	Odontología	20935
13	Adriana Patricia Sequeiros Rios	Oruro	Medicina	26807
14	Daniela Tayra Soliz	Cochabamba	Medicina	26037
15	Rosario Lara Ramos	Oruro	ByF	27815
16	Melani Alcoer	Oruro	ByF	20813
17	Emely Gabriela Cortez Aguayo	Oruro		24569
18	Sharlin Torres	Oruro		
19				



PROGRAMA DE CULTURA

Nuestros estudiantes y graduados de Cochabamba y Oruro de distintas carreras, que se integraron al Club Cultural, reciben las capacitaciones virtuales de los profesores, partiendo de la técnica y la consolidación de grupos de trabajo.

Felicidades a todos ellos!!



El 29 de abril, en ocasión el día Internacional de la Danza, el Ballet Folklórico UPAL recibió un Certificado del Gobierno Autónomo Municipal de Cochabamba, por el constante y arduo trabajo en la promoción, formación, apoyo y difusión de las artes.

PROGRAMA DE CULTURA

TALLER DE HABILIDADES COMUNICATIVAS

En el marco del Programa de Cultura de nuestra Universidad, a cargo de la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural, se lanzó la convocatoria al Taller gratuito de Habilidades Comunicativas Profesionales, dirigida a estudiantes de 7mo semestre en adelante, con el objetivo de desarrollar habilidades que les permitan ejercitar recursos y estrategias comunicativas de utilidad tanto para la defensa de tesis y defensa de grado, como para el futuro desempeño profesional.

El taller se llevará a cabo mediante la Plataforma de la Universidad con el uso de recursos virtuales y mediante la Metodología MABE, Metodología de Aprendizaje Basada en Artes Escénicas.

Su implementación estará a cargo de Enrique Escobar Klose, Comunicador Social con especialidad en Dramaturgia y Dirección de Actores, además de Docente de nuestra Universidad y estará distribuido en 7 sesiones con una amplia oferta de horarios disponibles.

Si eres estudiante UPAL de últimos semestres ¡Esta información es para tí!

Taller
Habilidades comunicativas profesionales

Prepárate para tu Defensa de Tesis o Defensa de Grado y para tu desenvolvimiento profesional.
Siete sesiones virtuales gratuitas.
Metodología de Aprendizaje Basada en Artes Escénicas (MABAE)
Sin costo
Facilitador: Lic. José Enrique Escobar Klose
Coordinación: Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Válido para la Sede Cochabamba y Subsede Oruro



IMPORTANTE:

- Plazo de Inscripción: 4 de mayo
- Inicio: Primera semana de mayo según el horario elegido
- Los talleres inician con un mínimo de 5 estudiantes.
- Se tomarán en cuenta a las 15 primeras personas inscritas en cada grupo
- Inscripción sin costo para nuestros estudiantes

HORARIOS DISPONIBLES:

GRUPO	DÍA	HORARIO
1	Lunes	08:15 a 09:45
2	Lunes	09:45 a 11:15
3	Lunes	15:00 a 16:30
4	Martes	16:00 a 17:30
5	Miércoles	15:00 a 16:30
6	Jueves	15:00 a 16:30
7	Sábado	15:00 a 16:30

Inscríbete desde
AQUÍ



ASOCIACIÓN DE GRADUADOS UPAL

HANS ALBERTO ROCABADO CAMACHO DESTACADO GRADUADO DE LA CARRERA DE MEDICINA

Nuestros graduados cumplen un rol fundamental en la sociedad y se destacan en distintos ámbitos, siendo el de la Medicina, uno de los más sobresalientes.

Uno de nuestros graduados que cuenta con un importante recorrido profesional y que en el periodo de la pandemia ha estado cumpliendo un rol fundamental es Hans Alberto Rocabado Camacho, Médico Cirujano titulado en nuestra Sede Central Cochabamba, quién se desempeña en el Hospital Municipal Andrés Cuschieri, actualmente como Jefe de Emergencias.

Alberto Rocabado jugó un papel importante en el proceso de transición del Hospital Cuschieri, cuando pasó de ser privado a constituirse en un hospital público municipal en la gestión 2015, siendo parte de la Comisión de Apertura y co fundador. En dicho hospital, fue también Jefe de Enseñanza de Internos y durante toda esta última temporada estuvo a cargo de la Brigada Covid 19 desde el registro de los primeros casos en Colcapihua, donde tenía a su cargo el recojo e ingreso de pacientes con Covid a la Unidad de Terapia Intensiva del Hospital.

Ha desarrollado igualmente cursos, Diplomados y Maestrías relacionados a Emergencias y Urgencias, Emergencia y Urgencia Pediátrica, Manejo de Paciente Crítico y Manejo Vital de la Vía Aérea, siendo uno de los pocos especialistas en el Área.



El apoyo del Dr. Rocabado en la formación de Internos ha sido fundamental y su apoyo es muy bien valorado.

El rol del Dr. Rocabado en la consolidación del Hospital Cuschieri como Hospital Municipal y su desempeño profesional es apreciado por la autoridades del Municipio de Colcapihua.



GRADUADO UPAL



Hans Alberto Rocabado Camacho, Médico Cirujano
Graduado destacado de la Carrera de Medicina de la
UPAL - Sede Central Cochabamba

TESTIMONIO

Mi vida como estudiante de la UPAL es una experiencia que nunca voy a olvidar. Conocí a buenas personas, buenos docentes quienes me enseñaron mucho de lo que sé y muy buenos compañeros de aula que hoy son mis colegas.

En aquella época me formé en el edificio del Campus América y se estaba iniciando la construcción del Campus Túpac Amaru. Hoy veo cómo ha crecido la Universidad, pero estoy seguro que pese a los avances en la infraestructura, la calidad educativa fue y es algo muy destacable en la UPAL.



El Dr. Rocabado con Internos del Hospital
Cuschieri en Colcapihua.

TALENTO UPAL

JESSICA RASSIEL ARANCIBIA BARRETO Destacada nadadora - UPAL Oruro

Jessica Rassel Arancibia Barreto, estudiante de la carrera de Medicina de nuestra Subsede Oruro de la UPAL, nació el 15 de enero de 2002, desde sus 11 años, demostró inclinación al deporte de la natación, esta disciplina motivó la práctica a nivel competitivo, en la que por su dedicación y compromiso, logró participar en diferentes competencias a nivel local y nacional, logrando medallas de oro, plata, bronce y otros reconocimientos otorgados por FEBONA Federación Boliviana de Natación.

Bajo la instrucción de Fernanda Rangel del club de Natación Neptuno de Oruro, obtuvo los siguientes logros, premios y reconocimientos:

- En 2015 ascendió a la categoría ELITE de Bolivia en la competencia Nacional Promocional Clausura Sucre.
- En 2015 fue distinguida como deportista destacada por la Gobernación de Oruro, como la mejor nadadora femenina, obteniendo el Faro de plata.
- Participó en los Juegos Olímpicos Plurinacionales, representando al Colegio Donato Vásquez, donde obtuvo sitial de privilegio siendo merecedora de medallas y trofeos.

Uno de sus sueños en el ámbito deportivo es, ser clavadista profesional al representar a Oruro y Bolivia en campeonatos nacionales e internacionales.

TESTIMONIO

Mi Vida Universitaria en la UPAL

En la Carrera de Medicina, encontré mi verdadera vocación, ello me impulsa a seguir esforzándome cada día más, para obtener un rendimiento académico óptimo de acuerdo a las expectativas que tengo durante mi formación profesional.

En cuanto a los docentes de tan prestigiosa Universidad (UPAL), debo mencionar que son de muy alto nivel que imparten sus conocimientos con experiencia en el área.

TALENTO UPAL



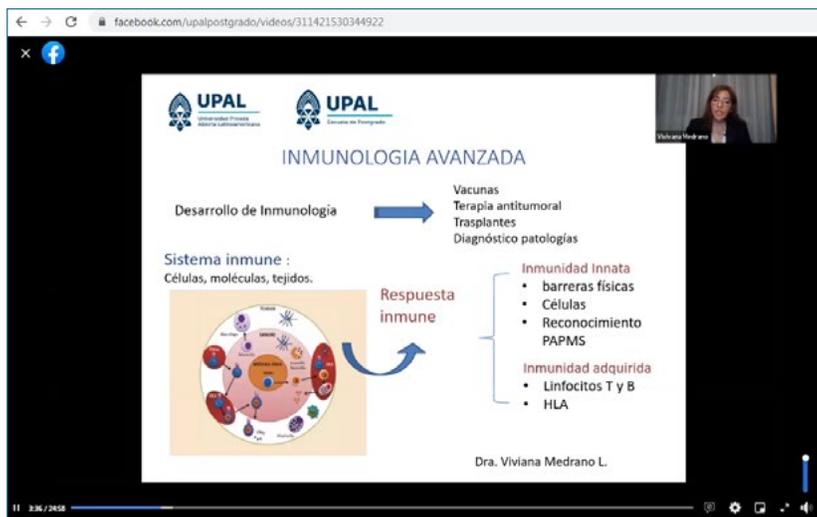
Jessica Arancibia Barreto
Estudiante de la Carrera de Medicina en UPAL Oruro
Una nadadora con grandes logros



PROGRAMA DE POSTGRADO

SEMINARIO SOBRE PATOLOGÍAS DEL SISTEMA INMUNE

El 13 de abril se llevó a cabo el “Seminario Científico Patologías del Sistema Inmune”, actividad impulsada por la Dirección Nacional de Postgrado, mismo que contó con la participación de las siguientes profesionales: Dra. Viviana Medrano López (Inmunóloga), Dra. Marlene Zurita (Especialista en Farmacología Clínica) y Dra. Brenda Martínez (Inmunóloga). El seminario sirvió como una antesala de presentación del Diplomado en Inmunología Avanzada, que viene generando mucha expectativa en nuestro medio.



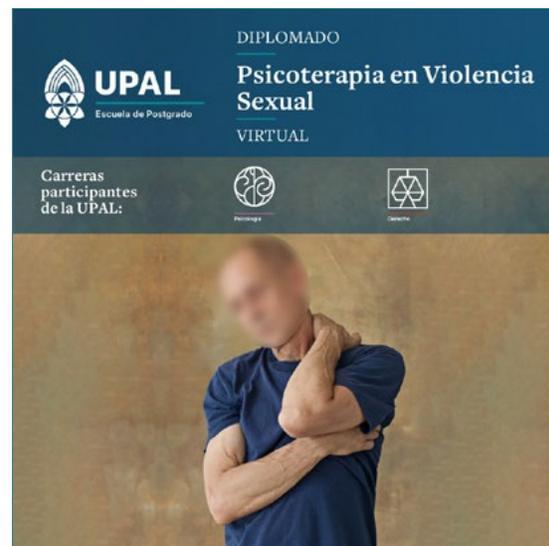
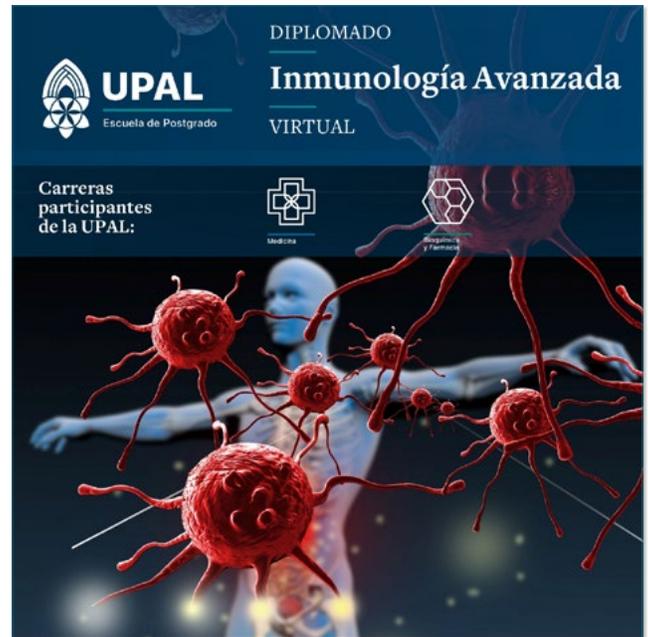
Accede al Seminario desde **AQUÍ**



POSTGRADO

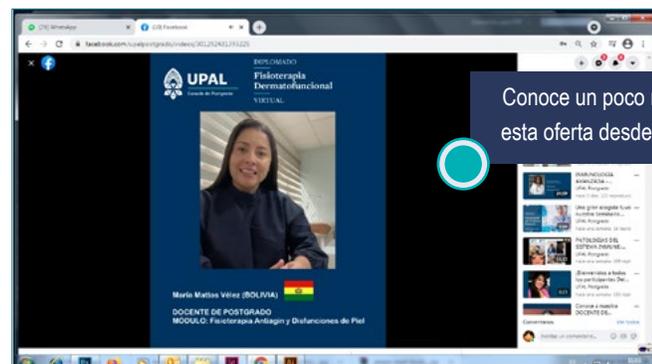
En mayo el área de Postgrado inicia los siguientes programas:

- Diplomado Dirección de Recursos Humanos.
- Diplomado en Educación Superior por Competencias: Gestión y Administración Académica.
- Diplomado en Psicoterapia en Violencia Sexual.
- Diplomado en Inmunología Avanzada.
- Diplomado en Fisioterapia Dermatofuncional.



Solicita mayor información a la Escuela de Postgrado.

Ingresar desde **AQUÍ**



Conoce un poco más de esta oferta desde **AQUÍ**



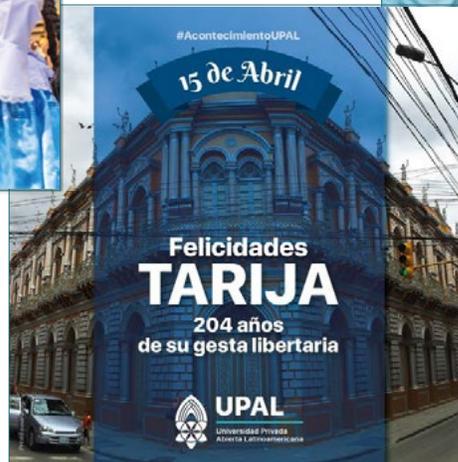
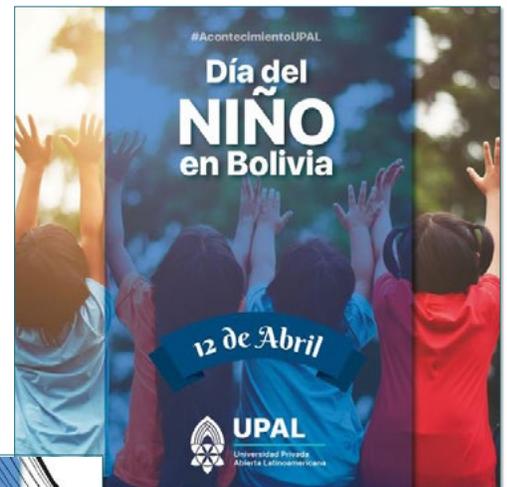
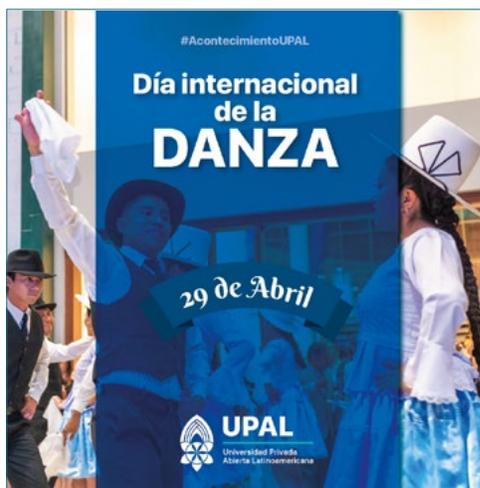
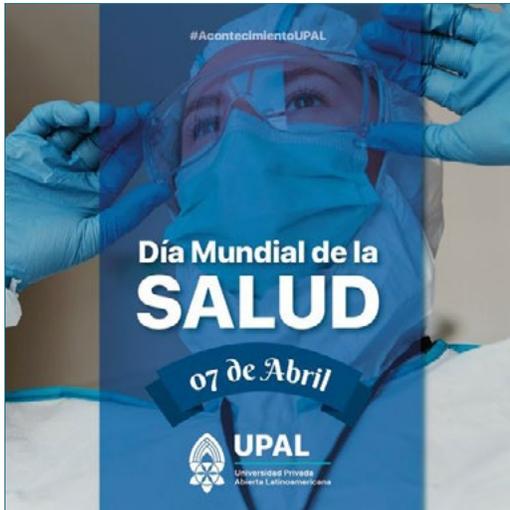
MOMENTOS

COMPARTIENDO UN POCO DE NOSOTROS

En abril llegamos a personas e instituciones amigas de nuestra Universidad, continuando la celebración por nuestro aniversario, que desde el pasado año nos ha permitido realizar diversas actividades académicas internacionales de impacto, así como conmemorativas a través de la virtualidad.



CELEBRACIONES DE ABRIL



INFORMACIÓN DE INTERÉS



UPAL
Universidad Privada
Abierta Latinoamericana

Digitalizamos nuestras modalidades de pago

Te damos más opciones para que realices el pago de tu colegiatura

Habilitado para estudiantes dentro o fuera del territorio nacional



UPAL
Universidad Privada
Abierta Latinoamericana

TE DAMOS OPCIONES DE PAGO DE TU COLEGIATURA

Opción 1
Pago en línea con tarjeta.
Esta opción es válida dentro y fuera del territorio nacional.

Opción 2
Pago en línea Tigo Money
Esta opción es válida dentro del territorio nacional.

Opción 3
Pago vía transferencia bancaria.
Esta opción es válida dentro y fuera del territorio nacional.

Opción 4
Pago en Cajas UPAL.
Esta opción es válida para las sedes de Cochabamba y Oruro.

Opción 5
Pago en ventanillas del Banco Económico.
Esta opción es válida para las sedes de Cochabamba y Oruro.

COCHABAMBA

INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO
A-B-C-D-E	60739587
F-G-H-I-J	
K-L-M-N	
Ñ-O-P-Q-R	79350758
S-T-U-V	
W-X-Y-Z	

ORURO

INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO
A-B-C-D-E	61845766
F-G-H-I-J	
K-L-M-N	
Ñ-O-P-Q-R	65433190
S-T-U-V	
W-X-Y-Z	

UPAL
Universidad Privada
Abierta Latinoamericana

#QuédateEnCasa

¿Ya realizaste el pago de tu colegiatura?

No olvides enviar el comprobante de la transferencia vía WhatsApp a la línea que te corresponde en el siguiente cuadro:

COCHABAMBA		ORURO	
INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO	INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO
A-B-C-D-E	60739587	A-B-C-D-E	61845766
F-G-H-I-J			
K-L-M-N			
Ñ-O-P-Q-R	79350758	Ñ-O-P-Q-R	65433190
S-T-U-V			
W-X-Y-Z			

Con los siguientes datos:

- Nombre completo del estudiante.
- Número de registro.
- Nombre a quien se emitirá la factura.
- Número de NIT al que se emitirá la factura.

Tiempo del proceso de atención para tu solicitud: **72 horas.**



**¡CELEBREMOS!
PORQUE NUESTRO TRABAJO ES UN SERVICIO**

