

Año 3 - Nº 36 Una mirada a mayo de 2021

¡UPAL: UNA COMUNIDAD!



Querida comunidad universitaria:

Saludo a todos ustedes como su nueva Rectora, agradeciendo a la autoridad que me antecedió Boris Morales Oña por su dedicación y compromiso con nuestra Universidad, deseándole lo mejor en su nuevo camino.

Estamos cerca de concluir el semestre 1 - 2021, avanzando en la realización de los planes de estudio de las diferentes asignaturas y en la construcción de las competencias que les permitirán avanzar en el campo profesional que han elegido, a través de nuevas maneras de hacer las cosas.

Es importante continuar y darnos ánimos como comunidad, para no dejarnos sobrepasar por lo que ocurre en nuestro entorno; mirar hacia adentro, hacia nosotros mismos y encontrar o recuperar esa poderosa energía que nos viene del universo.

Es un tiempo valioso de introspección, que sirve también para recordar la vocación de servicio que está dentro de cada uno de nosotros, que hace valiosos nuestros esfuerzos para con nosotros mismos, nuestro entorno, nuestra comunidad y nuestro planeta. Concentrémonos en construir desde nuestro interior una visión positiva, para proyectarla hacia una realidad futura deseable, que todos construiremos con amor.

Su Universidad UPAL está con ustedes, queridos estudiantes, docentes y administrativos, acompañándolos en su proceso de transformación aquí y ahora.

Patricia Miranda Chávez
RECTORA

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

Colaboración:
Directores de Área
y de Carreras UPAL

INSTITUCIONAL

UPAL FIRMA CONVENIO PARA PARTICIPAR EN LA VACUNACIÓN CONTRA EL COVID 19

Asumiendo el importante compromiso de aportar de forma efectiva a preservar la salud de la población, nuestra Universidad y el Ministerio de Salud y Deportes, el jueves 6 de mayo suscribieron un Convenio Interinstitucional de Cooperación, con el objeto de coadyuvar con la vacunación contra el Covid 19 en el Departamento de Oruro, contribuyendo así a la contención y reducción de contagios por esta enfermedad.

Este convenio permite encarar de forma coordinada el Plan Nacional de Vacunación en función a la disponibilidad de vacunas e insumos necesarios, haciendo partícipes a docentes y estudiantes del área de la Salud, quienes conformarán brigadas de salud capacitadas en los procedimientos a seguir y considerando estrictos protocolos de bioseguridad, a la vez de velar por las condiciones exigidas como la preservación de la cadena de frío de las vacunas y el respectivo control de calidad.

El Convenio contempla además, la coordinación de protocolos de investigación que apunten a generar conocimiento que contribuya a la toma de decisiones pertinentes en el proceso de vacunación como: el efecto de las vacunas en la población, la inmunogenicidad de las vacunas, la relación de los impactos en condiciones socio-económicas y demográficas, la capacidad de las vacunas para inmunizar genotipos circulantes, entre otros.



Boris Morales, Rector de nuestra Universidad hasta esa fecha, firmó este importante Convenio en representación de la UPAL, a tiempo de cerrar un ciclo de aporte significativo a nuestra Institución.



INSTITUCIONAL

POSESIÓN DE LA RECTORA DE LA UPAL

El pasado 10 de mayo fue posesionada la nueva Rectora de nuestra Universidad, cargo que asume por segunda vez la Ing. Patricia Miranda Chávez, quién retorna a la Sede Central de nuestra institución para asumir nuevos y desafiantes retos orientados a fortalecer nuestros servicios educativos de calidad, en el marco de la filosofía institucional, a la par de dar continuidad a la permanente adecuación a las exigencias tecnológicas y pedagógicas del contexto actual.

La posesión estuvo a cargo de Daniel Maldonado Arandia, Presidente Ejecutivo de la Entidad Civil UPAL, en un acto significativo acompañado por los miembros del Consejo Universitario, Juntas Académicas y personal de la institución tanto de la Sede Central Cochabamba como de la Subsele Oruro, quienes participaron del acto a través de plataformas virtuales.

Le deseamos a la nueva autoridad éxito en las funciones que le toca desempeñar en este importante periodo.



Daniel Maldonado Arandia, Presidente de la Entidad Civil UPAL, hace entrega del Nombramiento de Rectora de la UPAL a Patricia Miranda Chávez.



En la oportunidad Daniel Maldonado Arandia, destacó los importantes logros de la UPAL en este periodo al igual que los retos y el compromiso que acompaña la formación de educación superior en el contexto de la virtualidad. De igual modo puso en relieve el compromiso de la nueva autoridad con la calidad de los distintos ejes sustantivos que hacen a nuestro organismo sustentados en el pilar del ser desde la formación integral.

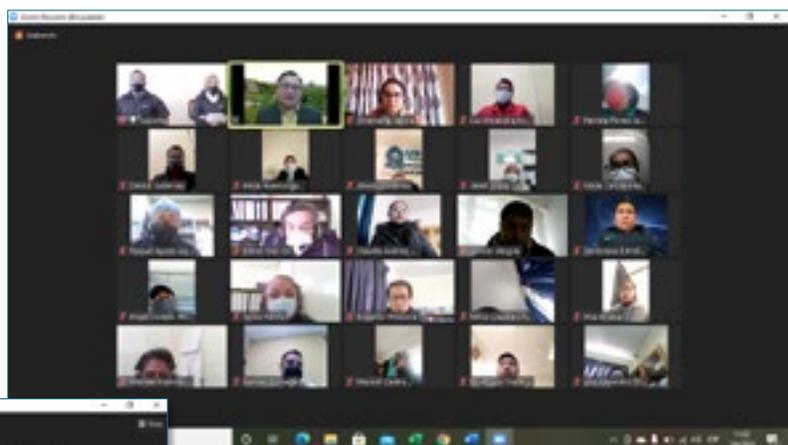
INSTITUCIONAL

POSESIÓN DE NUEVO VICERRECTOR EN LA SUBSEDE DE LA UPAL EN ORURO

El 1 de junio, acompañando el cierre de la edición del Boletín InfoUPAL de mayo, se llevó adelante la posesión del nuevo Vicerrector de la Subsede Oruro, cargo que recayó en José Miguel Luna, quien hasta la fecha se desempeñó como Director de las Carreras del área empresarial en nuestra Sede Central en Cochabamba y quien reemplaza a Patricia Miranda Chávez, tras ser posesionada como Rectora de la Sede Central.

El acto efectuado a través de la plataforma Zoom estuvo presidido por Daniel Maldonado Arandía, Presidente de la Entidad Civil UPAL y contó igualmente con la participación de Patricia Miranda Chávez, Rectora; Ginamaría García Garcés, Vicerrectora Académica Nacional, Directores de Área y de Carrera, así como personal de la institución, además de la nueva autoridad en Oruro.

En la ocasión se destacó el importante rol de la Universidad en la formación integral de futuros profesionales, siendo el recurso humano fundamental para contribuir significativamente al desarrollo y bienestar de la comunidad en su conjunto, al igual que el rol preponderante de la UPAL en el departamento de Oruro, donde se constituye en un referente de educación superior de calidad.

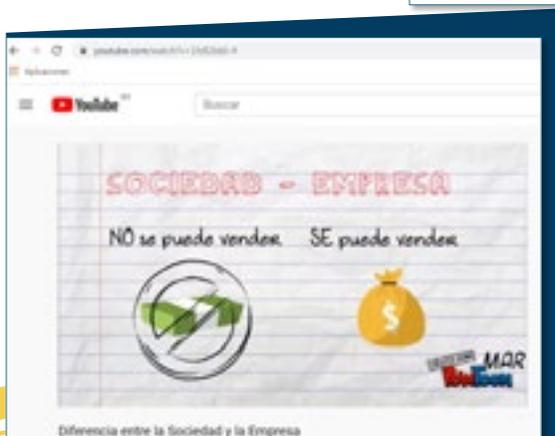
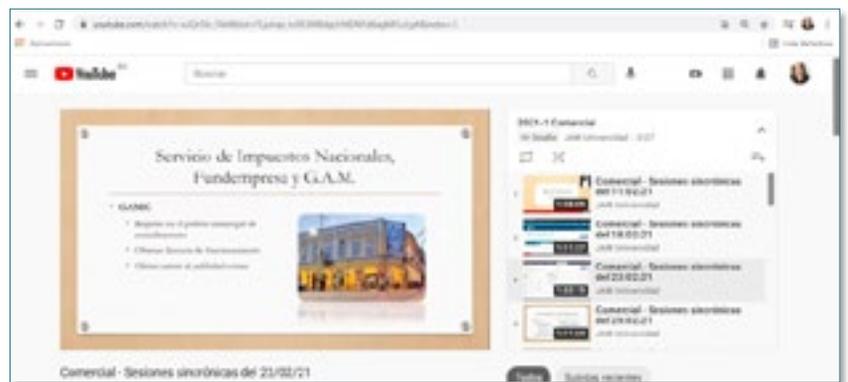
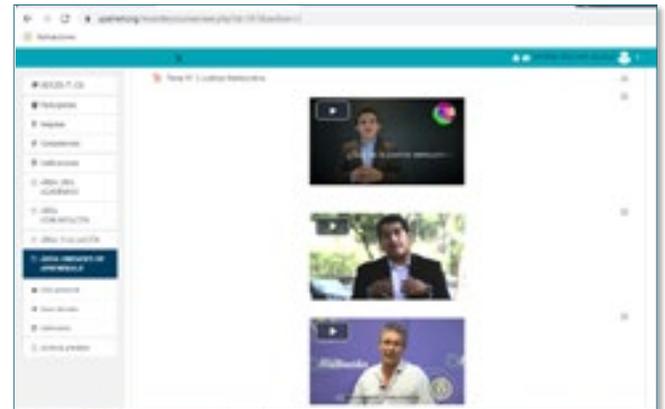


Se puso en relieve el compromiso tanto de la nueva autoridad como de la institución frente a los nuevos retos de la formación virtual, sustentados en la filosofía institucional.

ÁMBITO ACADÉMICO

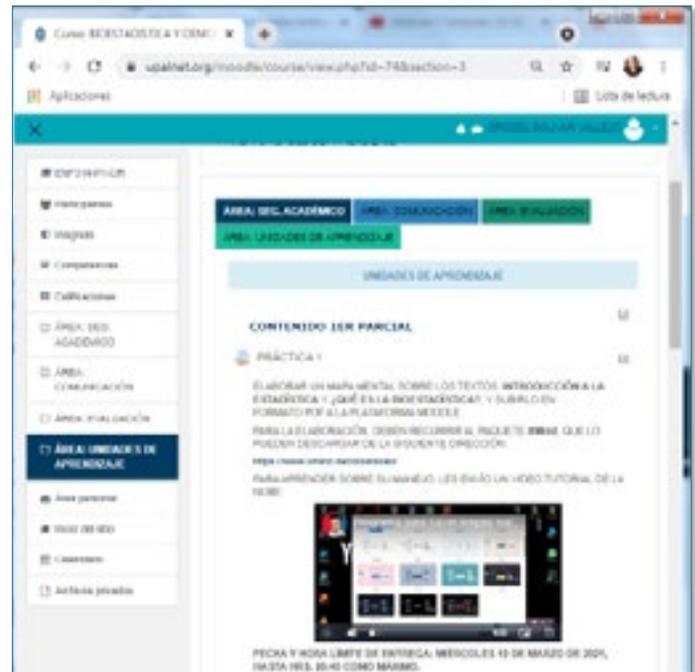
UNA MIRADA A LAS AULAS VIRTUALES DE LA CARRERA DE DERECHO

Nuestros docentes de la Carrera de Derecho utilizan diversas herramientas y recursos tecnológicos y creativos para el abordaje del contenido de la asignatura, a fin de facilitar el proceso de enseñanza aprendizaje. Algunos de estos recursos son de producción propia y otros de la Plataforma e-Libro que la UPAL puso a disposición de toda nuestra comunidad universitaria para su acceso gratuito, con contenido académico de calidad.

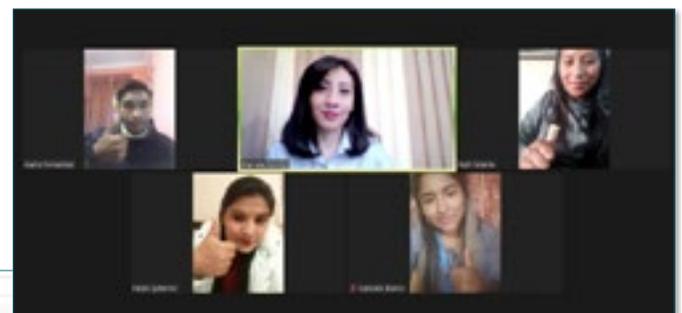
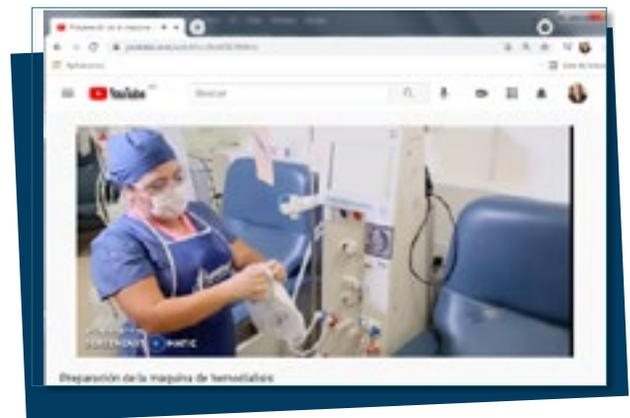


AULAS VIRTUALES: UNA MIRADA A LA CARRERA DE ENFERMERÍA

Los docentes de la Carrera de Enfermería en Oruro, recurren a material textual, audiovisual y otros adecuados a la virtualidad, tanto de producción propia como otros de calidad disponibles en las Plataformas virtuales para la Universidad, como e-Libro, a la cual nuestros estudiantes tienen acceso gratuito.



• Otros profesionales implicados son los psicólogos clínicos, el personal de enfermería especializado, los trabajadores sociales y algunos consejeros pastorales.



La Lic. Marcela Torrico, docente de la Carrera de Enfermería en la Subsede Oruro, con algunos de sus estudiantes.

ÁMBITO ACADÉMICO

JORNADAS ACADÉMICAS EN DISTINTAS DISCIPLINAS EN LA SUBSEDE ORURO

En el mes de mayo se realizaron una serie de Jornadas Académicas en disciplinas diversas, abordando temáticas de interés relacionadas a la coyuntura actual, como parte de las actividades de actualización docente y estudiantil de la Subsede Oruro.

El evento contó con la participación de expositores de diferentes campos y con amplia experiencia en las temáticas que tuvieron a cargo y fue muy bien recibido por los asistentes dada la pertinencia y enfoque en los diversos campos.

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

Miércoles 26 | Mayo 2021
Hrs.: 19:00

Transmisión vía zoom

INJERTO DE TEJIDO CONECTIVO PARA RECUBRIMIENTO RADICULAR
Expositora: **Dra. Selenka L. Ruvalcaba**
Especialista en Endodoncia y Tratamiento de Tejido Conectivo Radicular

BIOSEGURIDAD EN ODONTOLOGÍA
Expositor: **Dr. Rolando Aguilar Vargas**
Especialista en Odontología y Bioseguridad

USO DE LUZ ULTRAVIOLETA COMO SISTEMA DE DESINFECCIÓN ANTE EL COVID - 19
Expositora: **Dra. Lourdes Grinewth Vega Cruz**
Especialista en Endodoncia y Tratamiento de Tejido Conectivo Radicular

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

IMPLEMENTACIÓN DE LAS TIC'S EN EL IMPARTIR JUSTICIA EN ÉPOCAS DE PANDEMIA

Martes 25 | Mayo 2021
Hrs.: 18:00 pm.

Transmisión vía zoom

Expositora: **Mgr. Farida Brigida Velasco Alcocer**
Especialista en Derecho Constitucional y Procesal Civil y Penal

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

PREVENCIÓN DEL SÍNDROME DE BOURNOT

Martes 25 | Mayo 2021
Hrs.: 10:00 am.

Transmisión vía zoom

Expositora: **Mgr. María Luz Quispe Salcedo**
Especialista en Psicología y Psicología Clínica

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

Miércoles 26 | Mayo 2021
Hrs.: 09:00 am.

Transmisión vía zoom

MUERTE, DUELO Y SUBJETIVIDAD EN TIEMPO DE PANDEMIA
Expositor: **Lic. Norman Gonzalo Macalofares Sánchez**
Especialista en Psicología y Psicología Clínica

PANDEMIA, DUELO E INFANCIA
Expositora: **Mgr. Angélica Gloriana Paredes Torres**
Especialista en Psicología y Psicología Clínica

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

REPERCUSIONES FÍSICAS CAUSADAS POR EL ESTRÉS LABORAL

Lunes 24 | Mayo 2021
Hrs.: 10:00 am.

Transmisión vía zoom

Expositor: **Lic. Herick Omar Ocaña Bejar**
Especialista en Medicina del Trabajo y Salud Ocupacional

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

Miércoles 26 | Mayo 2021
Hrs.: 19:00

Transmisión vía zoom

INJERTO DE TEJIDO CONECTIVO PARA RECUBRIMIENTO RADICULAR
Expositora: **Dra. Selenka L. Ruvalcaba**
Especialista en Endodoncia y Tratamiento de Tejido Conectivo Radicular

BIOSEGURIDAD EN ODONTOLOGÍA
Expositor: **Dr. Rolando Aguilar Vargas**
Especialista en Odontología y Bioseguridad

USO DE LUZ ULTRAVIOLETA COMO SISTEMA DE DESINFECCIÓN ANTE EL COVID - 19
Expositora: **Dra. Lourdes Grinewth Vega Cruz**
Especialista en Endodoncia y Tratamiento de Tejido Conectivo Radicular

UPAL
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

Jornadas Académicas

CARACTERÍSTICAS DEL MANEJO HOSPITALARIO DEL COVID 19 EN EL PERSONAL DE SALUD

Lunes 24 | Mayo 2021
Hrs.: 10:00 am.

Transmisión vía zoom

Expositor: **Dr. Arnoldo Job Nava Palanque**
Especialista en Medicina Interna y Medicina de Emergencias

ÁMBITO ACADÉMICO

ESTUDIANTES UPAL ELABORAN PRODUCTOS COSMÉTICOS EN LABORATORIOS DE BIOQUÍMICA

Alexandra Estrella Coca Flores y Nayeli Velazques Coro, estudiante de la Carrera de Bioquímica y Farmacia de nuestra Sede Central en Cochabamba, elaboraron dos productos cosméticos asociados al área dermatológica en la Asignatura Control de Medicamentos I. Se trata de una crema anti acné y cicatrizante a base de canela con aldehído cinámico, eugenol y alcohol cinámico y una crema facial con acción antioxidante a base de cúrcuma.



TESTIMONIO

La idea de realizar una crema a base de canela para nosotras fue algo innovador y agradable de realizar. El desarrollo de este proyecto nos aportó mucho aprendizaje que es importante para el avance de nuestra carrera como futuras bioquímicas farmacéuticas.

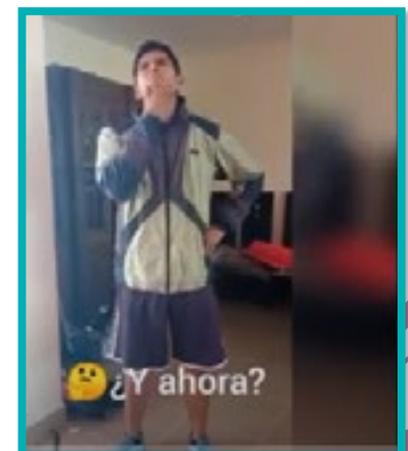
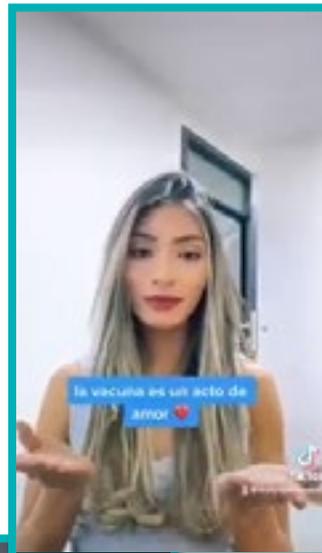


La elaboración de productos cosméticos y dermatológicos es una de las áreas de aplicación de los conocimientos adquiridos en el ámbito de Bioquímica y Farmacia, siendo un área de potencial desarrollo para profesionales de esta disciplina.

ÁMBITO ACADÉMICO

NUEVAS FORMAS DE EXPRESIÓN EN AULAS VIRTUALES

Acorde con las nuevas experiencias educativas desarrolladas en el mundo de la virtualidad, estudiante de la asignatura Medicina Social, a cargo de la Dra. Virginia Rosa Villarroel de nuestra Carrera de Medicina, realizaron infografías, podcast y videos sobre distintas temáticas relacionadas al ámbito de la salud.



ÁMBITO ACADÉMICO

CARRERA DE MEDICINA

Infografías desarrolladas por nuestros estudiantes en la asignatura de Medicina Social, con el uso de recursos tecnológicos

YACUNA PENTAVALENT

El Pentavalente protege a los niños de cinco enfermedades graves: difteria, tétanos, tos ferina, poliomioselitis y hepatitis B.

- OBJETIVO:** Evitar la muerte provocada por las bacterias Clostridium tetani, Corynebacterium diphtheriae, y el virus de la poliomioselitis.
- INDICACIONES:** A los niños de 6 meses a 5 años de edad.
- CONTRAINDICACIONES:** Alergia a cualquiera de los componentes de la vacuna.
- EFECTOS SECUNDARIOS:** Fiebre, dolor en el sitio de inyección.

ANSIEDAD

La ansiedad es un sentimiento de temor o preocupación excesiva que puede afectar a cualquier persona.

TIPOS DE ANSIEDAD:

- Ansiedad generalizada
- Ataque de pánico
- Fobia
- Trastorno de ansiedad social

CAUSAS: Factores genéticos, ambientales, psicológicos y biológicos.

DEJAR DE FUMAR

Dejar de fumar es el mejor camino para mejorar tu salud y la de tu familia.

¿CÓMO DEJAR DE FUMAR?

- Identificar los momentos de mayor consumo.
- Buscar apoyo profesional.
- Utilizar medicamentos de ayuda.

¿CÓMO TRATAR SIEMPRE SOLO EN CASO?

- Evitar el consumo de alcohol.
- Evitar situaciones de estrés.
- Evitar el consumo de drogas.

VENENOS EN EL HOGAR

El almacenamiento de los venenos en el hogar debe ser responsable y seguro.

¿CÓMO TRATAR SIEMPRE SOLO EN CASO?

- Evitar el consumo de alcohol.
- Evitar situaciones de estrés.
- Evitar el consumo de drogas.

COMO EVITAR ENVENENAMIENTOS

- Evitar el consumo de alcohol.
- Evitar situaciones de estrés.
- Evitar el consumo de drogas.

SEDENTARISMO!

¿QUÉ ES?

El sedentarismo es una actividad física mínima o nula.

PRODUCE:

- Obesidad
- Diabetes
- Enfermedades cardiovasculares
- Alzheimer
- Depresión

Realizar ACTIVIDAD FÍSICA puede reducir el riesgo de:

- Obesidad
- Diabetes
- Enfermedades cardiovasculares
- Alzheimer
- Depresión

La actividad física EVITA LA MUERTE

TRASTORNO DE ANSIEDAD

El trastorno de ansiedad es un grupo de enfermedades que se caracterizan por un estado de tensión y preocupación excesiva.

TIPOS DE TRASTORNO DE ANSIEDAD:

- Ansiedad generalizada
- Ataque de pánico
- Fobia
- Trastorno de ansiedad social

TRATAMIENTO DE ESTOS TRASTORNOS:

- Terapia psicológica
- Fármacos

EL Tabaquismo

El tabaquismo es una adicción a la nicotina que puede causar graves problemas de salud.

¿CÓMO DEJAR DE FUMAR?

- Identificar los momentos de mayor consumo.
- Buscar apoyo profesional.
- Utilizar medicamentos de ayuda.

¿CÓMO TRATAR SIEMPRE SOLO EN CASO?

- Evitar el consumo de alcohol.
- Evitar situaciones de estrés.
- Evitar el consumo de drogas.

ENFERMEDADES REEMERGENTES

Las enfermedades reemergentes son aquellas que habían sido controladas o eliminadas, pero que ahora están volviendo a aparecer.

TIPOS DE ENFERMEDADES REEMERGENTES:

- Enfermedades zoonóticas
- Enfermedades transmitidas por insectos
- Enfermedades transmitidas por agua
- Enfermedades transmitidas por alimentos

CAUSAS: Cambio climático, deforestación, urbanización, viajes internacionales.

INVESTIGACIÓN

TALLER SOBRE USO DE WORD PARA BASE DE DATOS CIENTÍFICOS Y CITACIONES

La Dirección Nacional de Investigación de la UPAL realizará un Taller sobre Uso de Word para Base de datos Científicos y Citaciones, del 24 de mayo al 4 de junio, dirigido a docentes y estudiantes de nuestras sedes.

A partir del taller los participantes conocerán las funciones de Word para realizar citaciones y bibliografías automáticas según normas internacionales, a la vez de crear una base de datos de información científica que facilitará las investigaciones de los usuarios, habilitándolos para que sus investigaciones sean visibles desde la red en el Repositorio Nacional de Investigación.

Para participar de este servicio gratuito, los interesados deben registrarse asistiendo a una sola de las sesiones que forman parte de la oferta.

Grupo	Día	Hora	Fechas	URL corta
1	LUNES	8:15 - 09:15	24-may-21 31-may-21	https://bit.ly/3uMRo8
2	LUNES	10:00 - 11:00	24-may-21 31-may-21	https://bit.ly/2R9h7Uv
3	LUNES	15:30 - 16:30	24-may-21 31-may-21	https://bit.ly/200v8V
4	LUNES	20:00 - 21:00	24-may-21 31-may-21	https://bit.ly/3s5yeb3
5	MARTES	08:10 - 09:10	25-may-21 01-jun-21	https://bit.ly/3xOWYx
6	MARTES	13:00 - 14:00	25-may-21 01-jun-21	https://bit.ly/3fMqJfw
7	MARTES	14:00 - 15:00	25-may-21 01-jun-21	https://bit.ly/3uHfWU1
8	MARTES	15:30 - 16:30	25-may-21 01-jun-21	https://bit.ly/3upqleU
9	MARTES	16:30 - 17:30	25-may-21 01-jun-21	https://bit.ly/39MvM4q
10	MARTES	18:30 - 19:30	25-may-21 01-jun-21	https://bit.ly/3t4yRhx
11	MÉRCOLES	08:15 - 09:15	26-may-21 02-jun-21	https://bit.ly/3x5yGgh
12	MÉRCOLES	9:30 - 10:30	26-may-21 02-jun-21	https://bit.ly/310cPUw
13	MÉRCOLES	14:00 - 15:00	26-may-21 02-jun-21	https://bit.ly/39JTbat



TALLER SOBRE USO DE WORD PARA BASE DE DATOS CIENTÍFICOS Y CITACIONES

Dirigido a docentes y estudiantes de las Sedes Cochabamba y Oruro.

Seleccione el día y hora de su conveniencia e ingrese al link para efectuar su inscripción, esta se cerrará una hora antes del inicio del taller, los cupos son limitados.

Una vez realizada su inscripción recibirá el link de acceso en su correo electrónico.

Costo Gratuito
Se otorgarán certificados a quienes lo soliciten.
Solo es necesario asistir una vez.

Grupo	Día	Hora	Fechas	URL corta
14	MÉRCOLES	16:00 - 17:00	26-may-21 02-jun-21	https://bit.ly/3mwKUH
15	MÉRCOLES	18:30 - 19:30	26-may-21 02-jun-21	https://bit.ly/3dL0fyv
16	JUEVES	07:00 - 8:00	03-jun-21	https://bit.ly/3cQB5P
17	JUEVES	09:00 - 10:00	03-jun-21	https://bit.ly/3sSrDEZ
18	JUEVES	10:00 - 11:00	03-jun-21	https://bit.ly/3dEpe2C
19	JUEVES	14:00 - 15:00	03-jun-21	https://bit.ly/3wrHFjV
20	JUEVES	15:00 - 16:00	03-jun-21	https://bit.ly/2P8AuhN
21	VIERNES	08:00 - 09:00	28-may-21 04-jun-21	https://bit.ly/3mkkid0
22	VIERNES	9:00 - 10:00	28-may-21 04-jun-21	https://bit.ly/3woRDCJ
23	VIERNES	14:00 - 15:00	28-may-21 04-jun-21	https://bit.ly/3stOrfp
24	VIERNES	16:15 - 17:15	28-may-21 04-jun-21	https://bit.ly/2Ox41dw
25	VIERNES	18:00 - 19:00	28-may-21 04-jun-21	https://bit.ly/2PXF6c5

CAPACITACIÓN DOCENTE

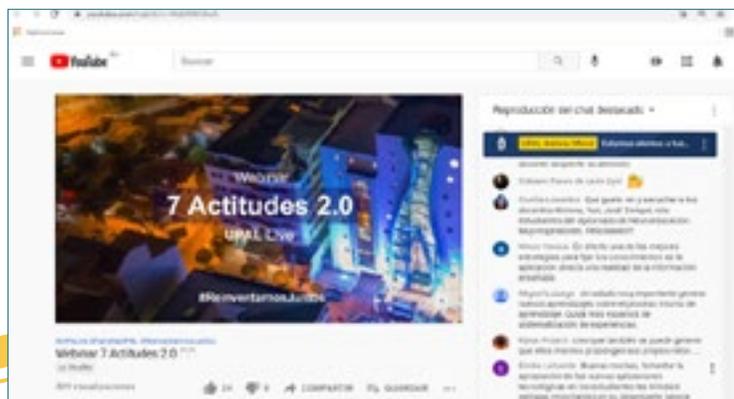
WEBINAR INTERNACIONAL PARA DOCENTES UPAL "7 ACTITUDES 2.0"

Los días 13 y 14 de mayo, se llevó adelante el Webinar internacional "7 Actitudes 2.0 para potenciar las Competencias Digitales y la innovación educativa desde la cocreación", evento organizado por la Dirección de Gestión e Innovación Académica de nuestra Universidad, con participación de dos facilitadores colombianos con amplia experiencia en este campo, como son y Luis David Tobón López y Blanca Correa Cano.

Luis David Tobón López es Director y fundador de la metodología internacional Actitudes 2.0, docente, asesor y consultor senior con más de 20 años de experiencia en innovación, comunicación, educación, con énfasis en la formación basada en competencias, planificación curricular y competencias digitales del siglo XXI, además de docente certificado por Google y de Microsoft, diseñador de experiencias disruptivas de apropiación de TIC, talento humano metodologías activas de docencia y co-creación, entre otros.

Blanca Correa Cano es Licenciada en Educación Preescolar, pedagoga y artista. Es también docente, consultora y capacitadora en formación basada en competencias, evaluación por competencias y diseño curricular por competencias. Certificada igualmente como docente de Google y de Microsoft, coordinadora de diseño de experiencias pedagógicas y didácticas con herramientas TIC en la metodología Internacional Actitudes 2.0. y Embajadora de Educación de hp LATAM.

En las dos sesiones dispuestas para este evento, docentes UPAL de Cochabamba y Oruro que desarrollaron experiencias pedagógicas asociadas a actitudes docentes en la nueva realidad, compartieron igualmente sus propuestas enriqueciendo el proceso de enseñanza aprendizaje.



ÁMBITO ACADÉMICO

JUNTA ACADÉMICA DE LA CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

En la gestión 2021 se instaló la junta de carrera de Comunicación Social. La Junta de la carrera está conformado por docentes, un titulado y un estudiante. Esta instancia tiene representación de todos los estamentos de la carrera.

Los docentes que son parte de la Junta de carrera son: MSc. Victor Hugo Rojas Alcocer, Lic. María René Dorado, Lic. Georgete Alejandra Dominguez Aguilera, Lic. Rodrigo Antezana Patton, Mgr. Daniel Khatib Aviles y Lic. Nestor Silvestre Hurtado. La estudiante que se encuentra en la junta es Ángela Melissa Alurralde Cutiri y la titulada, Ivonne Karina Oraqueni Apaza.



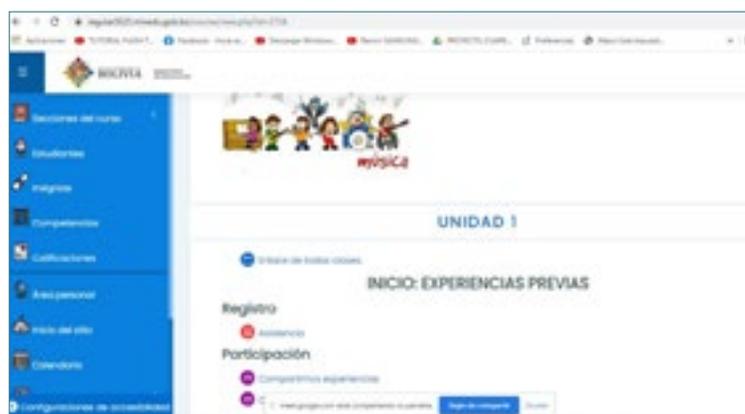
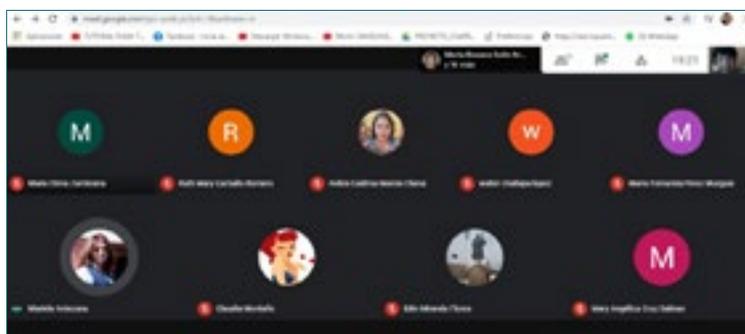
Miembros de la Junta de Carrera de Comunicación Social durante la sesión de conformación de la misma.

CARRERA DE COMUNICACIÓN SOCIAL: ACTIVIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

La carrera de comunicación social en el marco de las acciones con unidades educativas y las necesidades emergentes ha constituido un equipo para la realización de acciones de capacitación en entornos virtuales a maestros de Unidades Educativas.

La carrera de Comunicación mediante un equipo implementó la capacitación de maestros de la Unidad Educativa Bolivia del municipio de Sacaba. Las mismas se realizaron en tres sesiones con el fin de implementar las herramientas virtuales que se requieren.

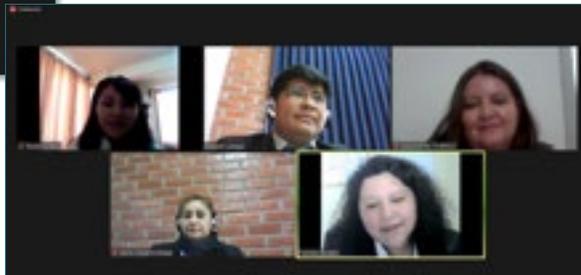
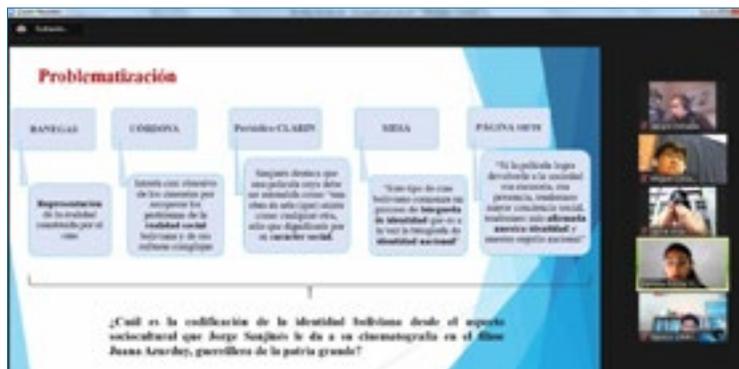
Esta actividad se constituye en un reto de colaboración que busca replicar experiencias, herramientas y estrategias aprendidas en este proceso desde la UPAL a otros contextos educativos.



ÁMBITO ACADÉMICO

DEFENSAS DE GRADO VIRTUALES EN COMUNICACIÓN SOCIAL Y PSICOLOGÍA

Continuando a con los procesos académicos de Defensas de Grado adecuadas a la virtualidad, las Carrera de Comunicación Social y Psicología de nuestra Universidad, han estado dando curso a las Defensas de Grado de nuestros estudiantes, quienes han llegado hasta esta etapa acompañados de sus docentes guía y de las Direcciones de Carrera, con resultados académicos de calidad.



ÁMBITO ACADÉMICO

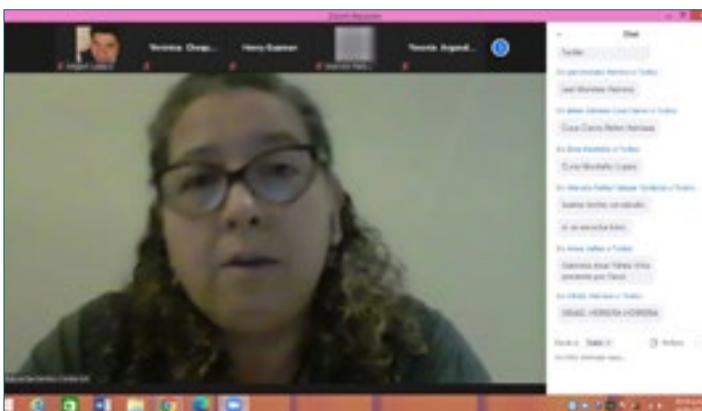
JUNTA ACADÉMICA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EN LA SEDE COCHABAMBA

En la gestión 2021 se instaló la Junta Académica de la Carrera de Psicología en la Sede Central de Cochabamba, la misma que está conformado por docentes, un titulado de la Carrera y un estudiante. Esta instancia tiene representación de todos los estamentos de la Carrera.

Los docentes que son parte de la Junta de carrera son: Lic. Doris Viscarra Anaya, Lic. Nayra Barrientos Centurión, Hernando Achá Chinchilla, Lic. Ninón Besse Franck, Lic. Thamer Prieto Barrientos y Ximena Soliz Cartagena. La estudiante que se encuentra en la junta es Yesenia Argandoña Contreras y la titulada, Daniela Alejandra Ríos Pérez.



Integrantes de la Junta Académica de la Carrera de Psicología durante su primera reunión de la presente gestión.

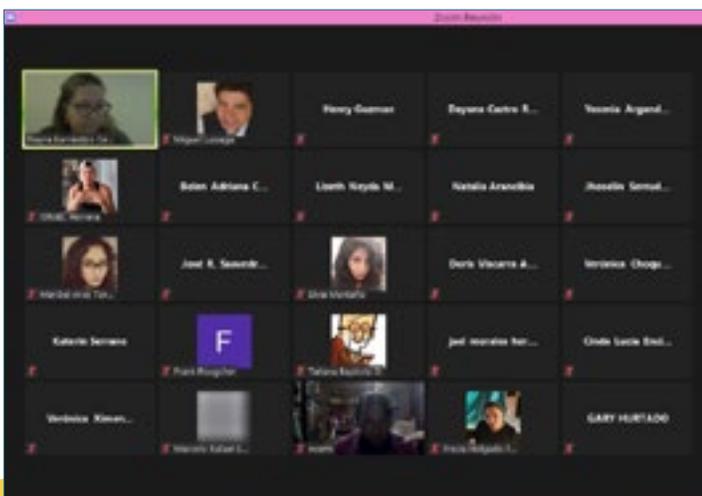


SEMINARIO FREUD Y EL INICIO DEL TRATAMIENTO BAJO TRANSFERENCIA

El día 14 de mayo la Carrera de Psicología, a través del Departamento de Psicoanálisis, llevó adelante el Seminario "Freud y el inicio del tratamiento bajo transferencia" evento que estuvo a cargo de la Lic. Nayra Barrientos, docente de nuestra Universidad.

La actividad académica tuvo muy buena aceptación por parte de las personas inscritas, lográndose importantes niveles de interacción luego a la exposición, a través del uso de la plataforma ZOOM.

La Carrera de Psicología de nuestra Universidad, se ha destacado los últimos años por la organización de eventos de calidad desde la disciplina, a través del Departamento de Psicoanálisis, facilitando eventos con participación de docentes propios e invitados especiales nacionales e internacionales.

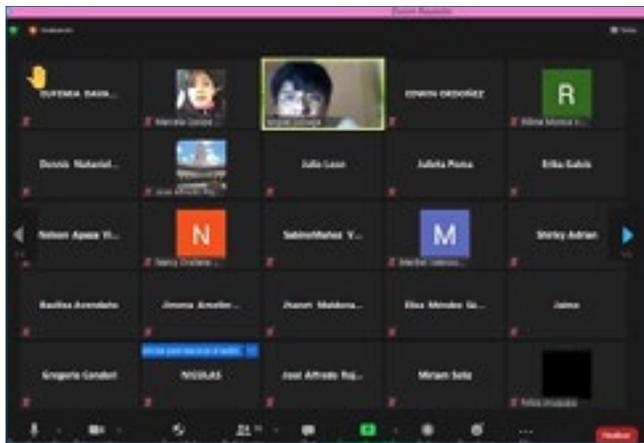


ÁMBITO ACADÉMICO

SEMINARIO SÍNTOMA Y TRANSFERENCIA DEPARTAMENTO DE PSICOANÁLISIS

El 21 de mayo la Carrera de Psicología de nuestra Universidad realizó el Seminario “Síntoma y Transferencia” a cargo del Lic. Thamer Prieto. La misma se llevó adelante como parte de las actividades del Departamento de Psicoanálisis de la Carrera.

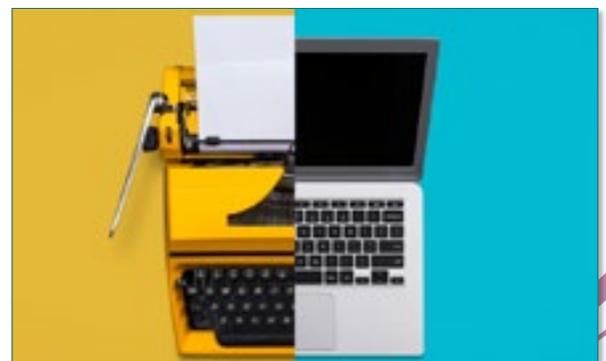
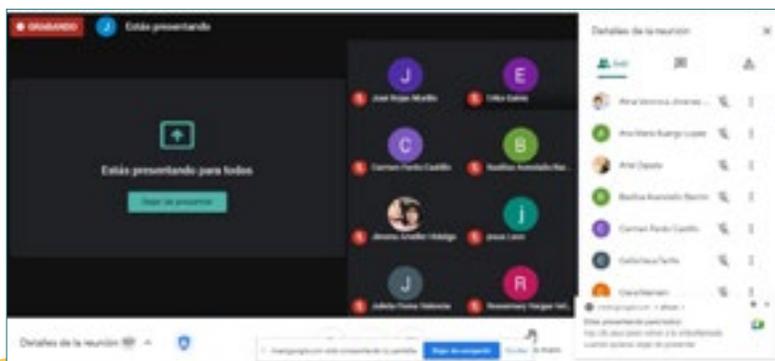
En la oportunidad se contó con una amplia participación de un público diverso, compuesto por profesionales, estudiantes, titulados y personas interesadas.



ACTIVIDADES DE INTERACCIÓN DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

En respuesta a la nueva realidad, la Carrera de Psicología de nuestra Universidad implementó una serie de talleres dirigidos a diferentes públicos, en temas vinculados a la educación sobre el uso de nuevas tecnologías y la gestión de emociones. Esto con el fin de paliar situaciones de crisis en el tiempo de la pandemia.

Hasta la fecha se contó con una gran participación de diferentes actores de la educación, especialmente profesores de unidades educativas.



MEDITACIÓN CON DOCENTES DEL ÁREA DE CIENCIAS EMPRESARIALES

El pasado 4 de mayo se llevó a cabo la conferencia “Meditar en nuestro Ser”, la cual contó con la participación de todos los docentes de las carreras de Ciencias Empresariales y Derecho, quienes pudieron conectarse y participar a través de Facebook Live de la UPAL. El evento estuvo bajo la dirección de J. Miguel Luna, en ese momento Director de Carrera de Ciencias Empresariales y como invitada especial, además de facilitadora, Doris Viscarra Anaya.

La conferencia se centró en la meditación y en su influencia positiva en el Ser consciente de cada persona, generando una sensación de calma, paz y equilibrio emocional. Nuestros docentes aprendieron cómo llevar adelante un proceso de meditación y los beneficios que puede traer su vida personal, pero además de cómo utilizar la meditación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

UPAL
UNIVERSIDAD PRIVADA
ABIERTA LATINOAMERICANA

Conferencia sobre el Ser consciente y la Meditación

MEDITAR EN NUESTRO SER

Dirigida por docentes de las Carreras de Ciencias Empresariales, Derecho y Administración

Martes 04 Mayo 2021
Hrs.: 19:00 pm.

Transmisión en vivo en Facebook Live y YouTube

Facilitadora:
Doris Viscarra Anaya

Aprendizajes a:

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



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

EL CONSUMO DE GRANOS INTEGRALES

En comparación con las harinas refinadas, las harinas integrales ofrecen una serie de beneficios para nuestro organismo porque al preservar todas sus partes de los granos integrales (salvado, germen y endospermo) ofrecen un alto contenido de fibra y nutrientes como la vitamina B, hierro, folato, selenio, magnesio y potasio.

Los granos integrales son mucho más saludables, son ricos en fibra y generan la sensación de estar satisfecho lo cual ayuda también a mantener un peso saludable. Su consumo regular se relaciona con la disminución de riesgos de enfermedades cardíacas, diabetes, cáncer y otras enfermedades.

Los granos integrales son las semillas de las gramíneas cultivadas como alimento. Podemos encontrarlos enteros o molidos en harinas integrales conservando todas las partes de la semilla.

En la actualidad encontramos granos y harinas integrales diversas en el comercio. Entre los más comunes están la cebada, el arroz integral, el trigo burgol (trigo partido), el mijo, la avena, las palomitas de maíz y también pan, fideos o galletas saladas integrales.

En el caso el pan, que es muy común en nuestro medio, es muy importante verificar los ingredientes, puesto que en ocasiones puede no tratarse de harina integral, sino de colorante.

Si adquieres el hábito de consumir granos y harinas integrales únicamente, es importante complementar con el consumo de productos que contengan ácido fólico, dado que este es un componente que se agrega a las harinas refinadas y que no contienen en sí las harinas integrales. En este caso es importante incluir en la dieta frutas, verduras y legumbres, especialmente aquellas ricas en ácido fólico y con mayor razón en caso de mujeres embarazadas.



¿CÓMO INCLUIR EL CONSUMO DE GRANOS INTEGRALES EN LA DIETA DIARIA?

- En el desayuno, mezclando hojuelas de salvado, avena y otros con leche o yogurt.
- Sustituyendo el pan de harina refinada por pan integral, para el desayuno, meriendas o sándwiches.
- Consumiendo tortillas integrales.
- Alternando el consumo de arroz blanco con quinua, cebada u otros granos integrales.
- Preparar hamburguesas, albóndigas y otros mezclando la carne con quinua, avena y pan molido integral.

Con estas sugerencias, no solo varías los sabores, sino principalmente aportas a tu salud desde tu alimentación.



ARTICULISTA INVITADA

OTOÑO: OBTENER ENERGÍA Y NUTRICIÓN POR MEDIO DE LA ALIMENTACIÓN BASADA EN LOS CINCO SABORES: DULCE, AMARGO, AGRIO, PICANTE Y SALADO

Por: Paula Lujan Lopez

El otoño es la estación para cosechar. Es tiempo para almacenar energía, comida y ropa abrigada. Cada estación se caracteriza por tener tipos de comida que nutren al cuerpo conforme lo que este necesita para hacer frente a la temperatura predominante puesto que se necesita conservar calor en todo el organismo.

En general, cada día necesitamos un poco de los cinco sabores (dulce, amargo, agrio, picante y salado) para equilibrar la energía interna del organismo. Para cada estación cambia el énfasis de los alimentos dentro de cada categoría de los cinco sabores. A continuación, doy ejemplos de alimentos y su sabor para ir consumiendo hasta fines de junio.

Los tubérculos dulces como la oca y el camote nos dan energía y vitaminas. El camote aporta vitamina E y la oca vitamina B. Ambos pueden combinarse con carnes blancas. La oca y el camote son los tubérculos a ser consumidos de forma preferente cada otoño.

El sabor agrio es el sabor predominante para el otoño y se lo puede obtener consumiendo la variedad de manzanas semi-agrias de la zona de Vinto; pomelo y limón también son cítricos bienvenidos. Dentro de esta categoría de alimentos también está el yogurt (mejor si es sin azúcar ni saborizante). Verduras preparadas en escabeche también colaboran en el bienestar en esta época cuando el frío se va acrecentando poco a poco hasta la entrada del invierno.

El sabor amargo proveniente de alimentos como el nabo, quinoa, amaranto, rúcula, achicoria, espinaca normal y apio hace que se pueda eliminar toxinas por medio del sistema digestivo puesto que tienen efecto purgante. El otoño es buena estación para depurar el organismo y los alimentos amargos colaboran en este proceso de desintoxicación por medio del sistema digestivo.

El sabor salado sirve para entonarse tanto con el otoño como con el invierno. Las personas que no tengan contraindicación pueden utilizar sal en sus comidas para mejorar la digestión. La sal sirve no solo para cocinar sino para realizar gárgaras durante toda la época de frío. Mejor si es la sal rosada, que tenemos acceso aquí en Bolivia, porque contiene minerales que ayudan al cuerpo a equilibrar la energía interna durante esta estación.

El sabor picante proveniente del ajo, jengibre, pimienta cayena, ají amarillo, ají rojo, locoto, consumidos de tiempo en tiempo sirve para expulsar la mucosidad ocasionada por alimentos como lácteos y carnes.



Paula Lujan Lopez, propietaria de la Biotienda Soltieraluna desde 2007. Experiencia práctica en salud saber y bienestar

Hoy en día cada persona suele tener preferencia bien establecida en cuanto a sabores y al mismo tiempo evitar uno o dos de los cinco sabores.

Luego de leer estas líneas te propongo que vayas armando un menú diario en función a los sabores para que puedas ver cuáles son tus hábitos alimenticios actuales y dónde y cuándo puedes ir introduciendo uno o más sabores que dejaste en el olvido.

De esta manera al consumir los cinco sabores estarás activando tu organismo como si fuese la comida un masaje interno para todo tu ser integrado por sus diferentes órganos y sus funciones.

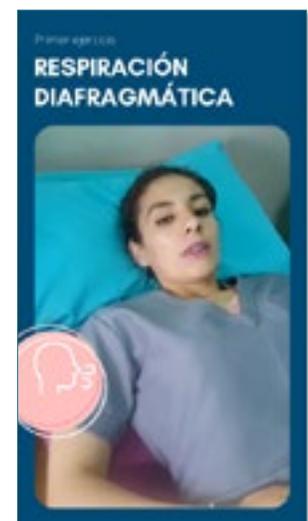


RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

TEMAS DE UTILIDAD E INTERÉS PARA LA COMUNIDAD EN DISTINTAS DISCIPLINAS

Con el objetivo de llegar a la población en general con temas de interés en distintos ámbitos, asociados a las disciplinas que ofrece nuestra Universidad a la vez de cumplir un rol de Responsabilidad Social Universitaria, la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural en coordinación con las distintas Carreras inició un ciclo de producción de material que será compartido paulatinamente en redes sociales, entre otros.

Entre los temas previstos se tiene aspectos relacionados al COVID 19 desde distintas miradas, temas de salud, prevención de la violencia, medio ambiente, educación financiera, entre otros.

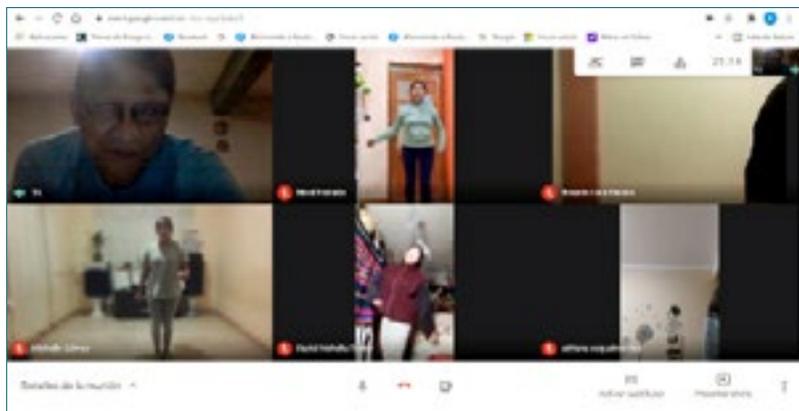
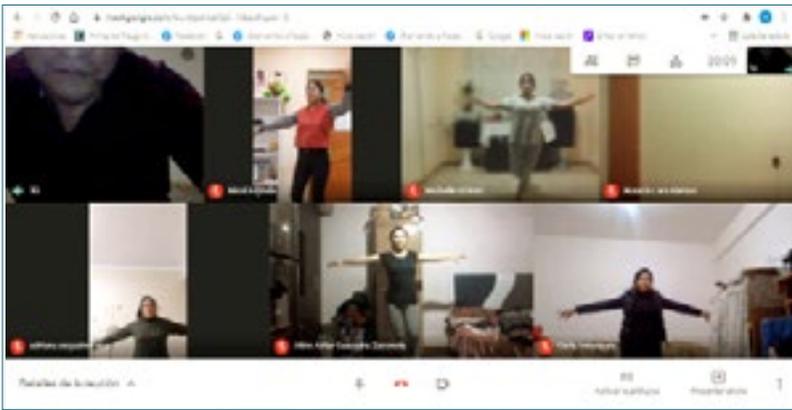
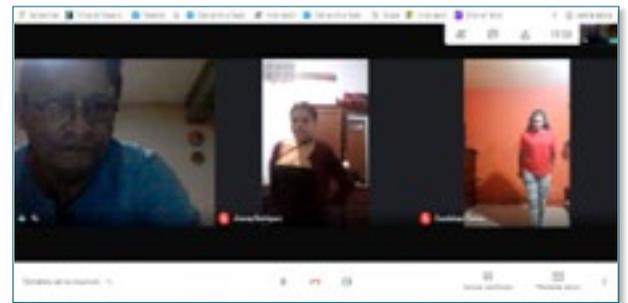
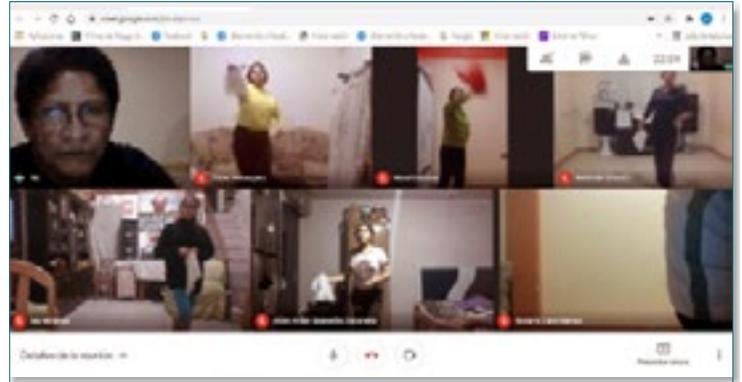


PROGRAMA DE CULTURA

RITMO EN EL BALLETO FOLKLÓRICO UPAL

A pesar de la distancia física por la pandemia, el Ballet Folklórico UPAL continúa activo según lo previsto en el marco del Programa de Cultura de nuestra Universidad.

Nuestros estudiantes de Cochabamba y Oruro participan regularmente de los ensayos a cargo del Profesor Rafael Morales desde sus casas y con el uso de plataformas virtuales. En breve se iniciará la primera grabación de video que será compartido luego a través de medios digitales.



El arte es sobre todo un

Estado del alma

Marc Chagall

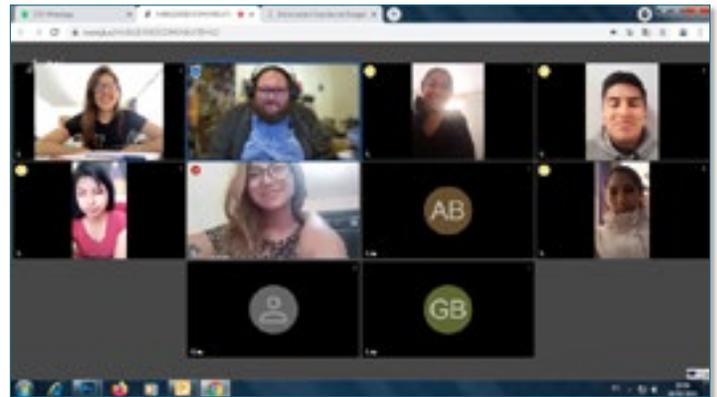


PROGRAMA DE CULTURA

TALLER DE HABILIDADES COMUNICATIVAS

En mayo inició el Taller Desarrollo de Habilidades Comunicativas, dirigido a estudiante de últimos semestres de nuestras distintas carreras y sedes de la UPAL, con el objetivo de desarrollar competencias comunicativas en nuestros estudiantes, de utilidad para la defensa de tesis y defensa de grado, así como para el desenvolvimiento en general y el desarrollo profesional.

El taller impulsado desde la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural, está a cargo de Enrique Escobar Klose, Comunicador Social con experiencia y formación en el campo del teatro, quién imparte el Taller con el uso de la Metodología de Aprendizaje Basada en Artes Escénicas (MABE).



ASOCIACIÓN DE GRADUADOS UPAL

JORGE RODRIGO SAAVEDRA SUAZNABAR DESTACADO MÉDICO CIRUJANO EN LA CIUDAD DE ORURO

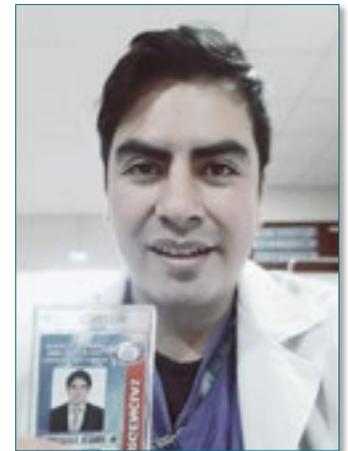
Acompañar los logros de nuestros graduados siempre es una satisfacción, tanto por su aporte a la comunidad desde el ejercicio de la profesión, como por el concepto que guardan de su etapa formativa en nuestras aulas.

Hoy nos aproximamos a la experiencia de Jorge Rodrigo Saavedra Suaznabar, Médico Cirujano graduado de nuestra Subsede Oruro, quien se ha venido destacando en hospitales de renombre de dicha ciudad, cumpliendo un rol social importante en el área de la salud.

Se destaca en su experiencia reciente su desempeño en el Hospital General San Juan de Dios Oruro Corea, donde hasta hace pocos días tuvo a su cargo la Jefatura de Emergencias de dicho Hospital, así como su desempeño actual en la Policlínica Oruro igualmente en el área de Emergencias.

El ejercicio de la profesión no es el único reto. A lo largo de los años a continuado su formación logrando obtener una Maestría en Razonamiento y Práctica Clínica en la Universidad de Alcalá en España, un Diplomado en Urgencias Médicas en La Universidad de Murcia en España y diversos cursos de actualización en especialidades médicas en nuestro país.

GRADUADO UPAL



Médico Cirujano
Graduado destacado de la Carrera de Medicina
de la UPAL - Subsede Oruro

TESTIMONIO

El haber sido estudiante de medicina en la UPAL, contribuyó a desenvolverme de manera eficiente profesionalmente, debido al acceso de las prácticas constantes que me proporcionaba la Universidad.

Una vez que gracias a Dios tuve la oportunidad de acceder a cursos en el exterior, no tuve dificultad al momento de homologar mi título en el país de España y así poder ampliar mis conocimientos a partir de la importante base que me dio la Universidad.



TALENTO UPAL

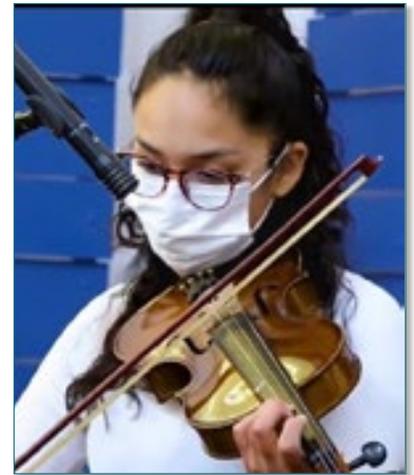
MARÍA BELÉN SÁNCHEZ ROCHA Violinista, estudiante de Medicina - UPAL Oruro

Nuestra comunidad UPAL está llena de jóvenes talentosos, que a la par de su formación académica le sacan tiempo al tiempo para perfeccionar algún talento especial. Ese es el caso de María Belén Sánchez Rocha, estudiante de 3er semestre de la Carrera de Medicina de nuestra Subsede en Oruro, quien le dedica una buena parte de su vida al estudio y ejecución del violín.

María Belén empezó a tocar el violín a los 13 años con el profesor Jaime Vito Chambi, quien con dedicación le enseñó a tocar el violín tal como ella lo dice “con pasión y sentimiento”, para luego ser parte de la Orquesta Filarmónica de Oruro donde participó en eventos nacionales y actos universitarios.

En el mes de enero de este año con un grupo de jóvenes músicos fundaron la Orquesta de Cámara de Economía, espacio que le permite a Belén perfeccionar su técnica y perfilarse como candidata a solista.

TALENTO UPAL



María Belén Sánchez Rocha
Estudiante de la Carrera de Medicina
en UPAL Oruro
Con el arte en las venas.

TESTIMONIO

Mi experiencia como estudiante de la UPAL, en la carrera de Medicina a sido única, ya que hay muy buenos docentes quienes enseñan y comparten todos los conocimientos en el área, impulsando a seguir esforzándonos día a día para en el futuro ser buenos profesionales.

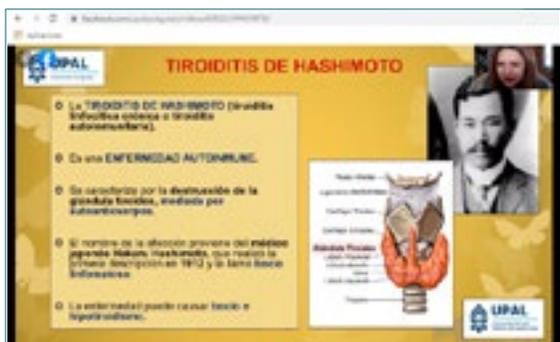


Balancear los estudios con el arte, ámbos de mucha exigencia, es un verdadero desafío.

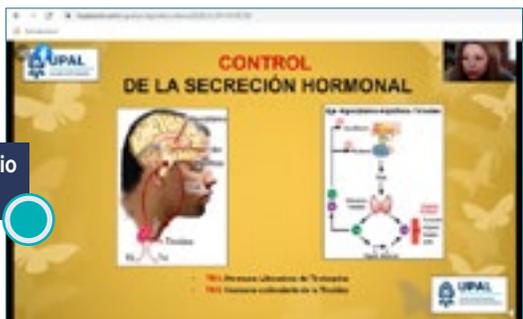
PROGRAMA DE POSTGRADO

SEMINARIO SOBRE PATOLOGÍAS DEL SISTEMA INMUNE

En el mes de mayo se llevó adelante el “Seminario Científico Patologías del Sistema Inmune”, actividad impulsada por la Dirección Nacional de Postgrado, contando 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 es parte de las actividades académicas que corresponden al Diplomado en Inmunología Avanzada.



Accede al Seminario desde AQUÍ



Accede al Seminario desde AQUÍ



POSTGRADO

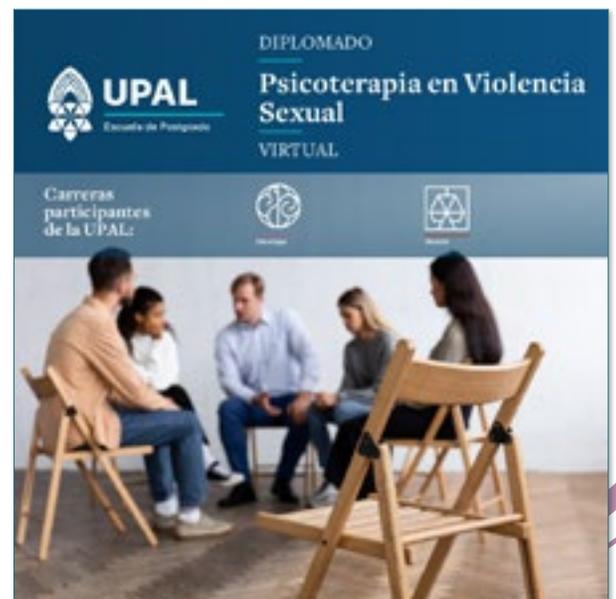
Tres programas virtuales que inician en junio:

- Diplomado en Fisioterapia Dermatofuncional.
- Diplomado en Educación Superior por Competencias: Gestión y Administración Académica.
- Diplomado en Psicoterapia en Violencia Sexual



Conozca algo del contenido del Diplomado en Fisioterapia Dermatológica desde la voz de los docentes internacionales

Ingresar desde
AQUÍ



MOMENTOS

ACOMPAÑANDO A LA FAMILIA UPAL EN EL DÍA INTERNACIONAL DEL TRABAJO

En el mes de mayo celebramos momentos importantes con nuestro personal acompañando la celebración del Día del Trabajo, oportunidad óptima para reconocer el esfuerzo y compromiso de esta gran familia con nuestra comunidad. En la ocasión el Presidente del organismo UPAL, Daniel Maldonado envió un mensaje muy emotivo. Igualmente se hizo entrega de un presente especial a todo el personal, través de la Jefatura Nacional de Recursos Humanos.



En la ocasión se hizo entrega de un reconocimiento especial a las señoras Elsa Figueroa y Rosario Irueta, por su significativo aporte al espíritu de la UPAL durante sus años de servicio a la institución.



MOMENTOS

CELEBRANDO EL DÍA DE LA MADRE EN LA UPAL

En mayo también acompañamos a las mamás de nuestro organismo en la celebración del Día de la Madre, una ocasión que conmemora el valiente rol de la mujer en la historia de la independencia de nuestro país y el rol social de la mujer madre en todas sus facetas.



Ingresar desde
AQUÍ



Nuestros estudiantes también compartieron sus admiración y cariño por sus madres, en este día especial.

CELEBRACIONES DE MAYO



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

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

Liámarnos o escríbenos
a los siguientes números.



INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO
A-B-C-D	61701699
E-F-G-H	61681307
I-J-K-L	61683626
M-N-O-P	60436722
Q-R-S-T-U	61830614
V-W-X-Y-Z	79739127

COCHABAMBA

INICIAL APELLIDO PATERNO	AGENTE ASIGNADO
A-B-C-D-E	60739587
F-G-H-I-J	
K-L-M-N	
N-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	
N-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 via 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			
N-O-P-Q-R	79350758	N-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.**

