

Año 3 - N° 37 Una mirada a junio de 2021

## ¡UPAL: UNA COMUNIDAD!



*Querida comunidad universitaria:*

*Nuestra vida está llena de actividades y quehaceres, que paso a paso nos permiten avanzar hacia la realización de los proyectos y sueños que nos inspiran.*

*Queridos estudiantes, el participar activamente en su propio proceso de formación, con el apoyo permanente de nuestros docentes, les proporcionará las herramientas requeridas para convertirse en los profesionales que necesita este mundo, con competencias técnicas y humanas y sobre todo con la consciencia de convertirse también, en seres que brinden un verdadero servicio a la humanidad.*

*Es también tiempo de despedidas a los seres que amamos, pero que siempre mantendremos vivo su recuerdo en nuestros corazones, como de nuestro querido compañero José Luis Bustamante.*

*Mandamos todo nuestro amor y compromiso a ustedes querida comunidad universitaria, cerrando el 1-2021 y preparándonos para iniciar la nueva gestión 2-2021. Ánimos para continuar, no se desalienten, que el ser humano es maravilloso en su inmensa capacidad de resiliencia.*

*Un fuerte abrazo para toda nuestra comunidad universitaria de UPAL.*

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

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

Patricia Miranda Chávez  
RECTORA

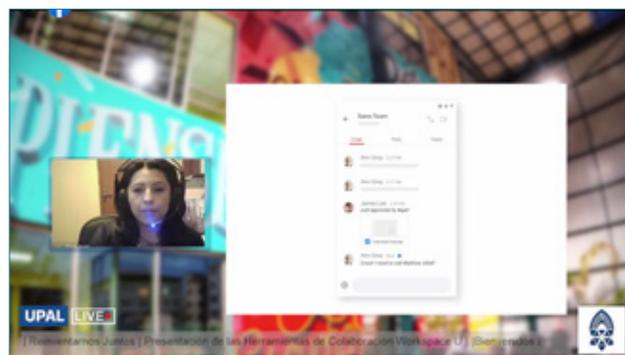
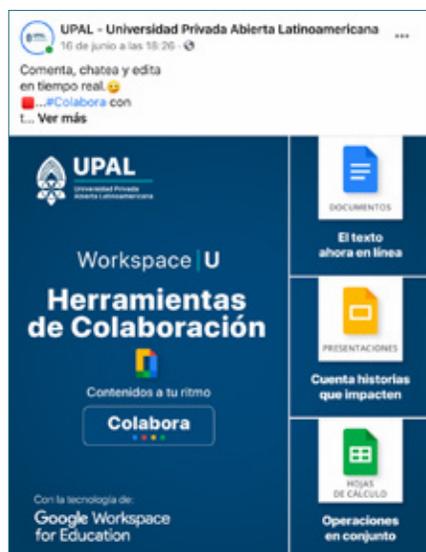
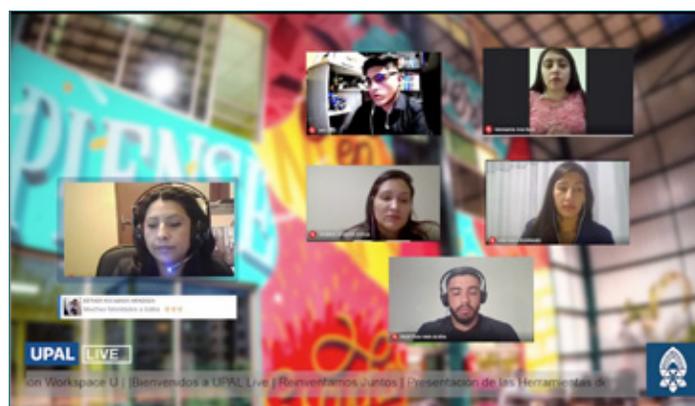
## ÁMBITO ACADÉMICO

### HERRAMIENTAS DE GOOGLE FOR EDUCATION AL ALCANCE DE NUESTRA COMUNIDAD

En el mes de junio nuestra Universidad llevó adelante espacios de diálogo en torno a las nuevas herramientas "Workspace U", con la tecnología de Google Workspace for Education, que contemplan herramientas de colaboración en línea, herramientas de almacenamiento, entre otras.

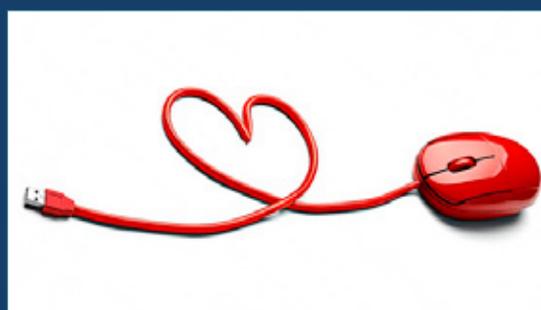
En la oportunidad personal de la Dirección Nacional de Gestión e Innovación Académica compartió información de utilidad, al igual que algunos estudiantes que ya se encuentran muy familiarizados con estas herramientas.

El objetivo fue el de familiarizar a nuestra comunidad universitaria con la tecnología de Google para entornos educativos, a la cual tienen acceso gratuito todos nuestros estudiantes.



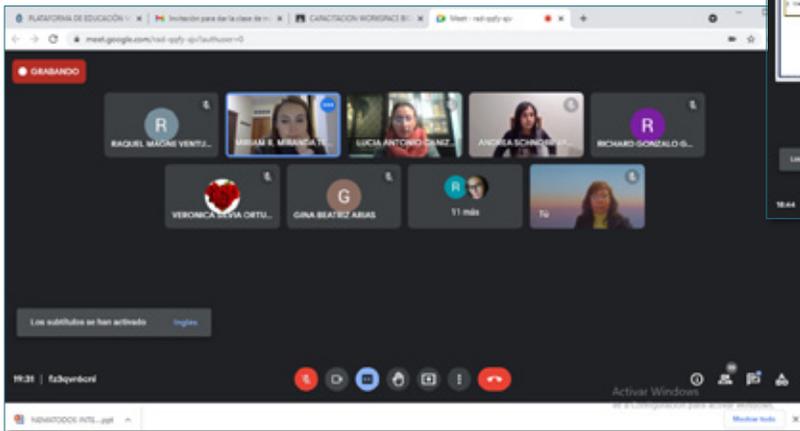
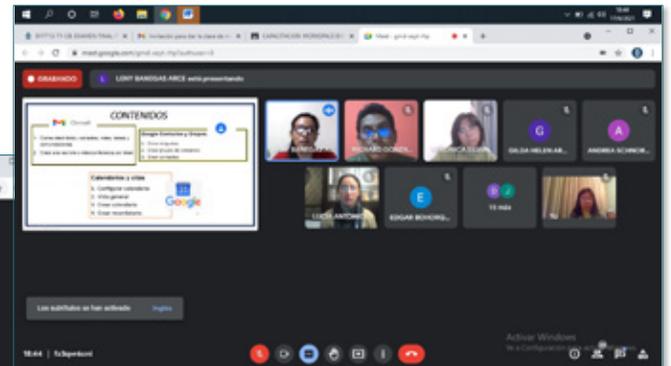
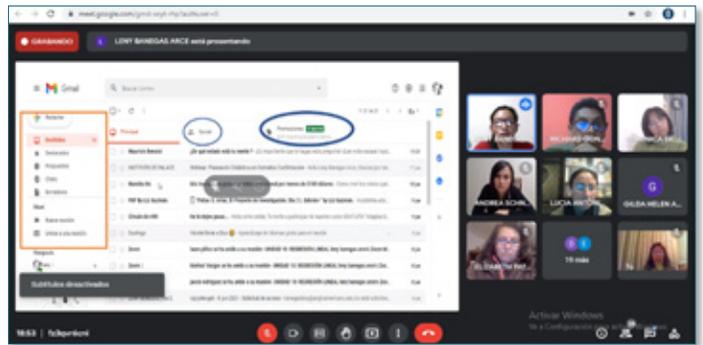
## CRECEMOS

*Por que sabemos que tras la tecnología  
lo que verdaderamente nos conecta es el corazón*



## ENCUENTROS CON DOCENTES EN TORNO A GOOGLE WORKSPACE FOR EDUCATION

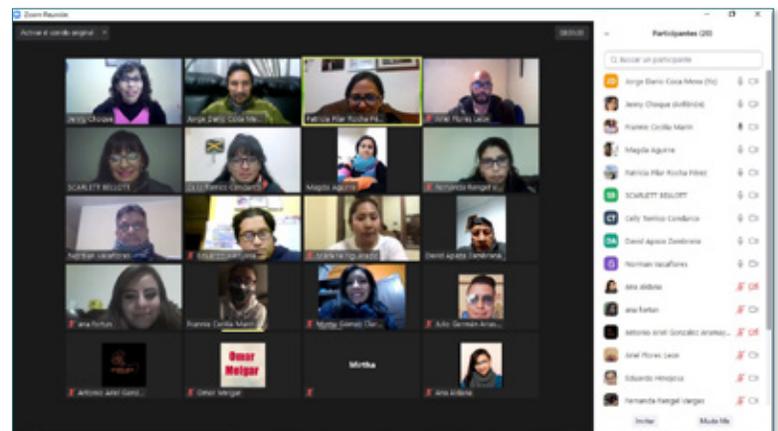
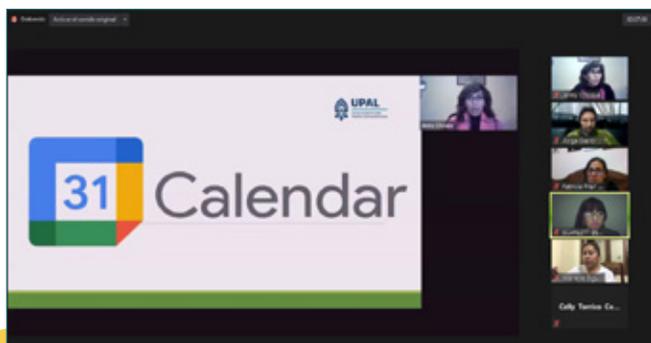
A fines de junio, la capacitación en torno a las herramientas de Google Workspace for Education, se compartió igualmente con docentes de las diferentes carreras, entre ellas la Carrera de Bioquímica y Farmacia, de nuestra Sede Central en Cochabamba, abarcando una amplia variedad de contenidos como el uso de Gmail, Google contactos y grupos, Calendario de Google, Google Meet, Presentaciones de Google, Google Drive, Documentos de Google, Google Chat y Formularios, entre otros, con todas las posibilidades de cada uno de estos recursos.



Participaron como facilitadores pares docentes capacitados como Leny Banegas, Andrea Schnorr, Richard Gonzales, Miriam Miranda y María René Calzadilla, Directora de la Carrera de Bioquímica y Farmacia.

## ENCUENTROS CON DOCENTES EN TORNO A GOOGLE WORKSPACE FOR EDUCATION

En la ciudad de Oruro se realizaron talleres similares para docentes de las distintas carreras, con lo que se dio un salto significativo que permitirá mejorar distintos procesos.

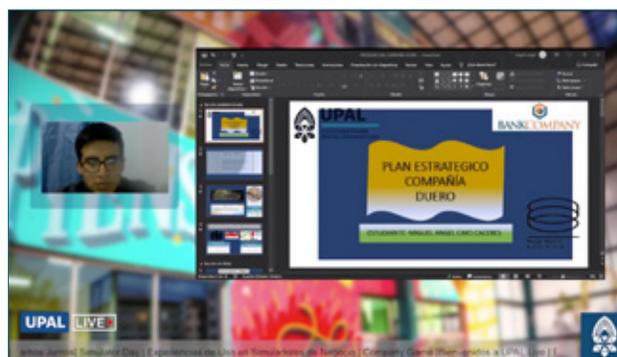
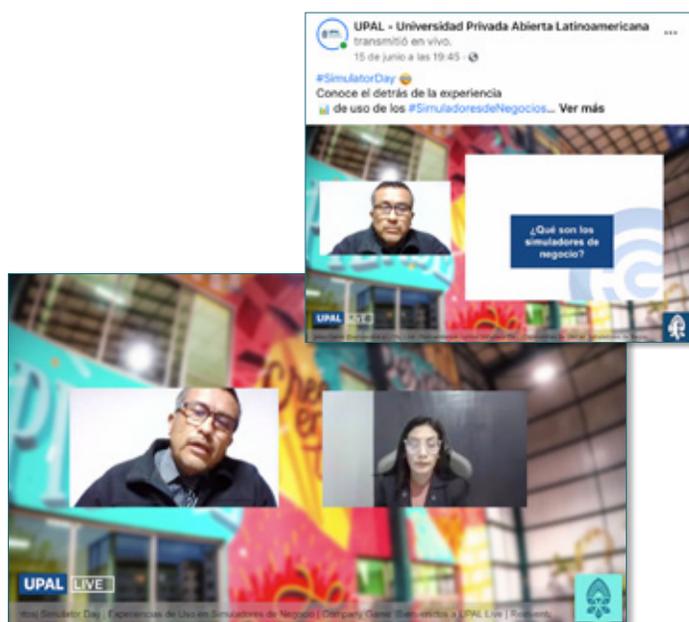
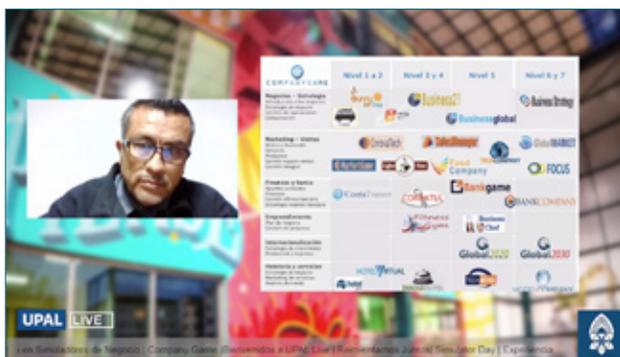


Docentes de UPAL Oruro durante la capacitación

## ÁMBITO ACADÉMICO

### ENCUENTRO NACIONAL EN TORNO AL USO DE SIMULADORES DE NEGOCIO

El 15 de junio se llevó a cabo el 1er Encuentro Nacional de Simulación de Negocios, evento que reunió a todos los estudiantes de Ingeniería Comercial, Administración Estratégica de Empresas, Marketing e Ingeniería Financiera, tanto de la Sede Cochabamba como de Oruro. Fue un espacio donde todos compartieron sus experiencias en el proceso de simulación que desarrollaron a lo largo del Semestre usando el Simulador de Negocios de CompanyGame, el cual consiste en una plataforma E-Learning basada en modelos de simulación que permiten motivar e involucrar a los estudiantes en una actividad dinámica e innovadora aplicando y consolidando los conocimientos aprendidos a través del aprendizaje por descubrimiento.



## ÁMBITO ACADÉMICO

### CURSO INTERNACIONAL ESPECIALIZADO EN ODONTOLOGÍA LEGAL Y DEONTOLOGÍA

El pasado 23 de junio, se llevó adelante el Curso Expediente Clínico y Consentimiento Informado - Odontología Legal y Deontología, a cargo de Lorena Gonzáles, de nacionalidad argentina, especializada en el área con amplia experiencia práctica.

La actividad fue organizada por la Carrera de Odontología de nuestra Universidad y estuvo dirigida a docentes y estudiantes de la carrera, personal administrativo, profesionales del área y personas interesadas.

La Dra. González es Especialista en Cirugía y Traumatología Bucomaxilofacial, Especialista en Odontología Legal, Profesora de Cátedra de Cirugía y Traumatología Bucomaxilofacial en la Facultad de Odontología de la Universidad de Buenos Aires, Auditora Odontológica, Evisceradora del Instituto de Ciencias Forenses y Perito de Parte y de Oficio del Poder Judicial en Argentina.

UPAL - Universidad Privada Abierta Latinoamericana  
22 de junio a las 10:32

Se parte de nuestro  
#CursoInternacional  
Odontología Legal ... Ver más

**UPAL**  
Universidad Privada Abierta Latinoamericana

CURSO EXPEDIENTE CLÍNICO Y CONSENTIMIENTO INFORMADO  
**ODONTOLOGÍA LEGAL Y DEONTOLOGÍA**

**Miércoles 23** Junio 2021  
Hrs.: 18:00 pm.

Participa del curso internacional gratuito.

Dirigido a: Personal Administrativo, Docentes y Estudiantes

Transmisión vía: YouTube LIVE

Disertante Internacional:  
**Prof. Dra. Esp. Lorena González**

- Especialista en Cirugía y Traumatología Bucomaxilofacial.
- Especialista en Odontología Legal.
- Profesora de la Cátedra de Cirugía y Traumatología Bucomaxilofacial de la Facultad de Odontología de la Universidad de Buenos Aires.
- Auditora Odontológica.
- Evisceradora del Instituto de Ciencias Forenses.
- Perito de Parte y de Oficio del Poder Judicial.



**TERAPIA COGNITIVA BASADA EN MINDFULNESS PARA EL MANEJO DE SÍNTOMAS DE LA ANSIEDAD**  
(Dentro del ámbito académico en estudiantes de 5to a 10mo semestre de la universidad UPAL)

### PROPUESTAS DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA

En el contexto de la pandemia se generan propuestas de las investigaciones desde la disciplina de la psicología. Los estudiantes presentaron y defendieron sus propuestas investigativas orientadas a trabajar en el ser humano desde la disciplina.

Para este fin se hizo un acercamiento a diferentes públicos y realidades que requieren propuestas e intervenciones de mejora.

Seguimos comprometidos con la realidad a través de la investigación.



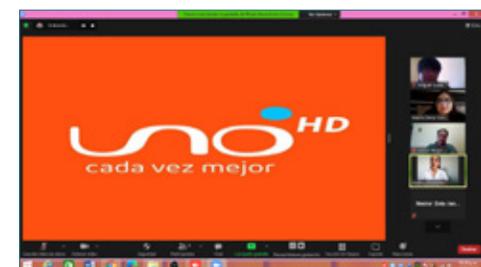
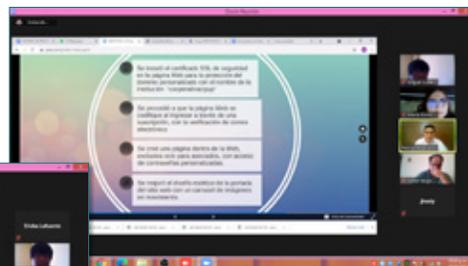
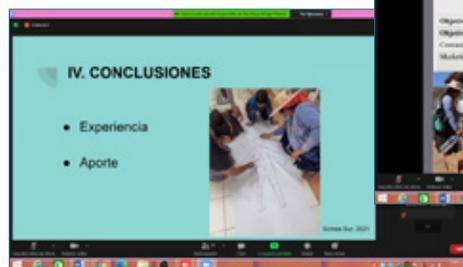
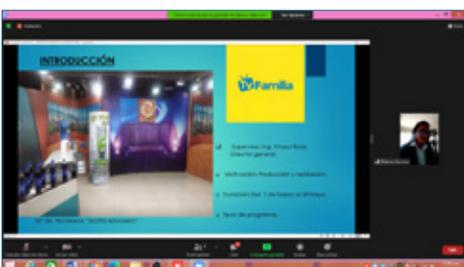
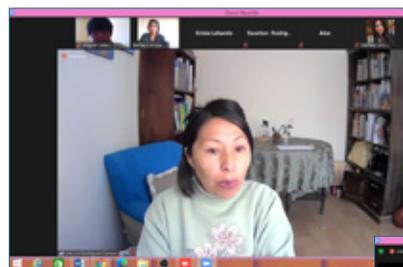
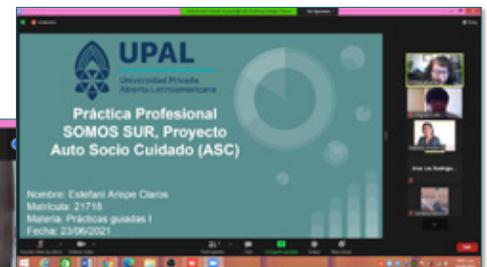
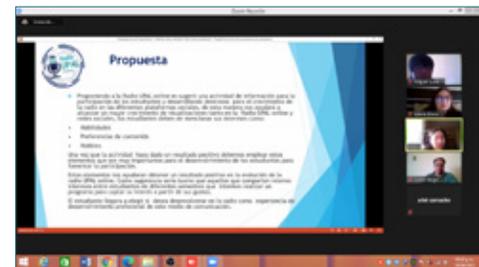
## ÁMBITO ACADÉMICO

### PRÁCTICAS EN LA CARRERA DE COMUNICACIÓN

Nuestra Carrera de Comunicación Social organizó la actividad de presentación de resultados y defensas de las prácticas realizadas de parte de los estudiantes de la Carrera en diferentes instituciones del medio y de espacios en el contexto de nuestra propia institución.

Algunas de las prácticas se llevaron adelante en entornos como la Televisión Digital UPAL, Radio UPAL, Red Uno, TELEC, Radio Fides, Empresas de comercialización de productos, la entidad "Somos Sur", Hábitat para la Humanidad, Canal 29, TV Familia entre otras.

Las mismas se destacaron por su trabajo dedicado y compromiso en las labores realizadas.



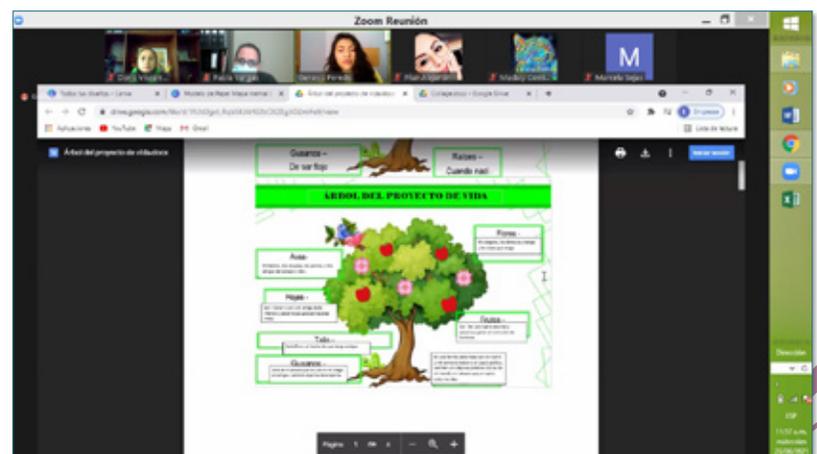
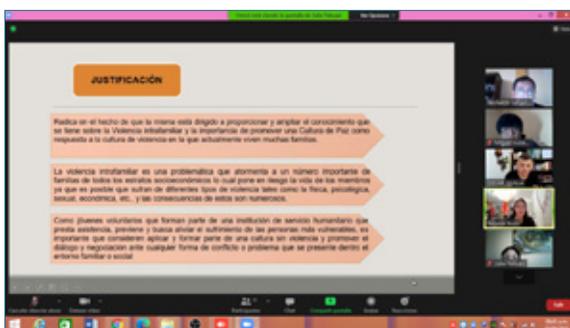
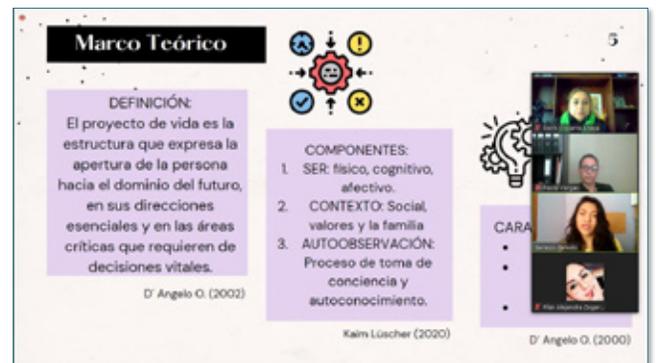
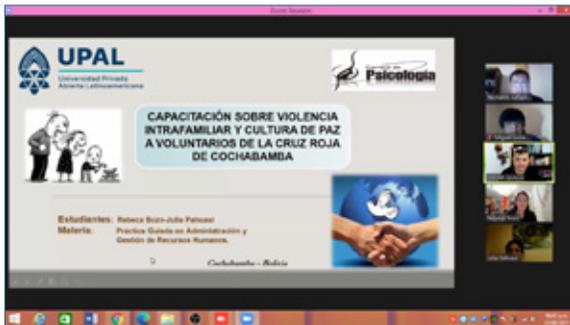
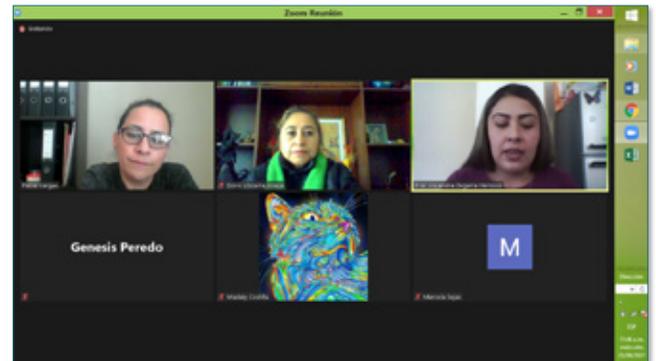
## ÁMBITO ACADÉMICO

### PRÁCTICAS EN LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

Los estudiantes de la Carrera de Psicología hicieron sus prácticas de rotación en el área Clínica, Laboral, Social y Educativa en diferentes instituciones. Estuvieron en Unidades educativas, La Cruz Roja, Unidades militares, Centro de formación de capacidades especiales entre otros.

Las actividades que cumplieron fueron la realización de diagnósticos, talleres y actividades de estimulación.

En tiempo de pandemia seguimos con las prácticas.

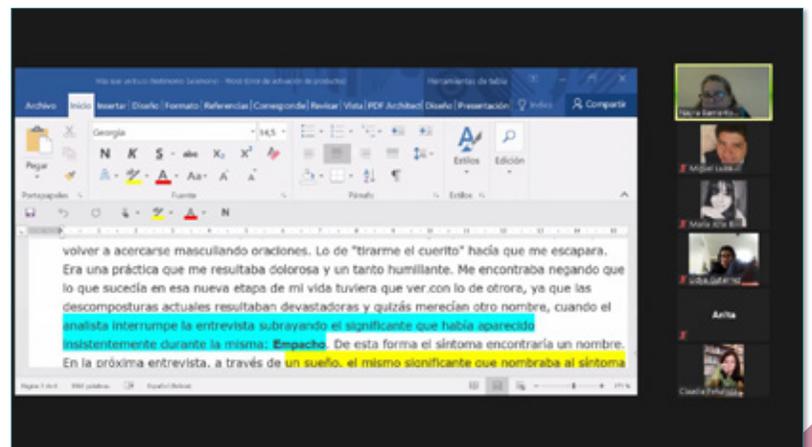
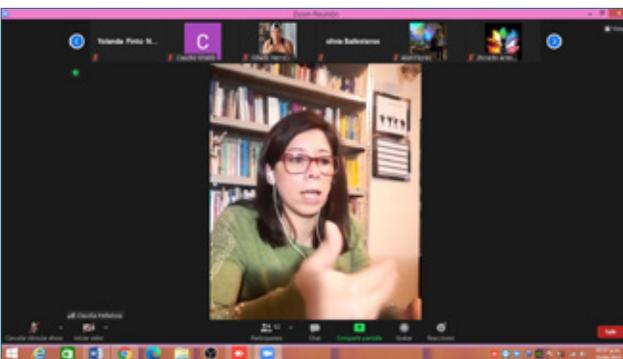
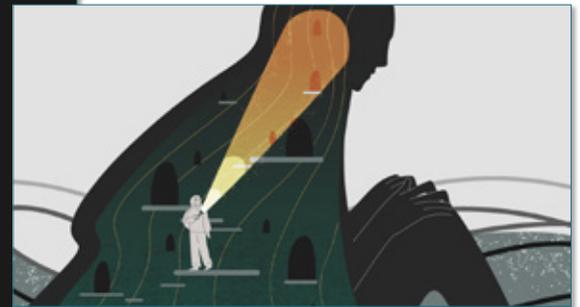
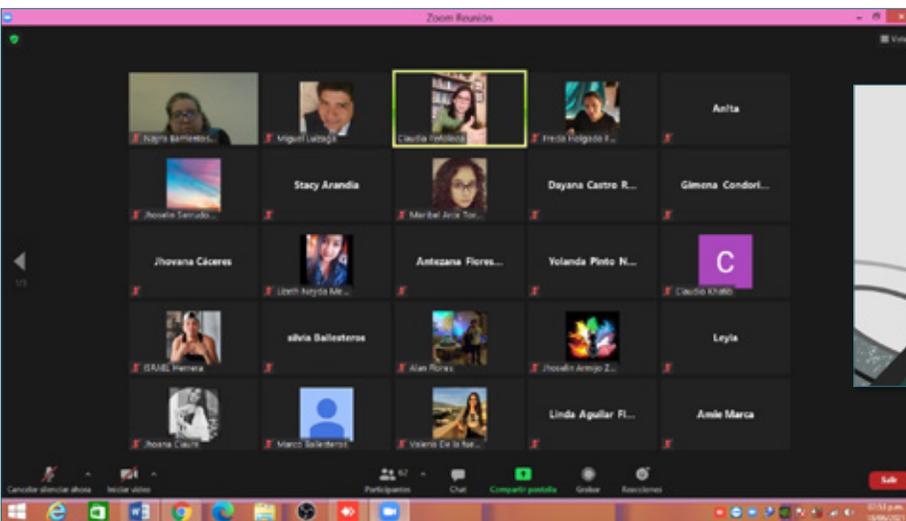
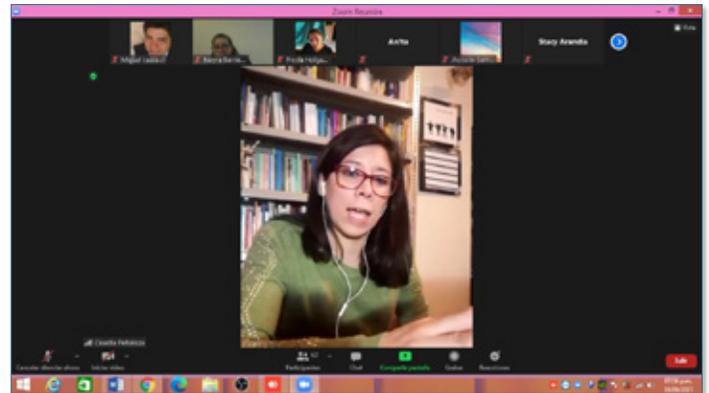


## ÁMBITO ACADÉMICO

### PRÁCTICAS EN LA CARRERA DE PSICOLOGÍA

El Departamento de Psicoanálisis de la UPAL y la Carrera de Psicología el 18 de junio llevaron a cabo el Seminario sobre la "Transferencia e Interpretación" actividad académica a cargo de Claudia Peñaloza. Fue un espacio de reflexión y aclaración de dudas en el proceso de interpretación en el trabajo de la transferencia.

En tal actividad participaron profesionales del medio, docentes, estudiantes y entusiastas del psicoanálisis. Se tuvo casi un centenar de participantes que manifestaron sus inquietudes.

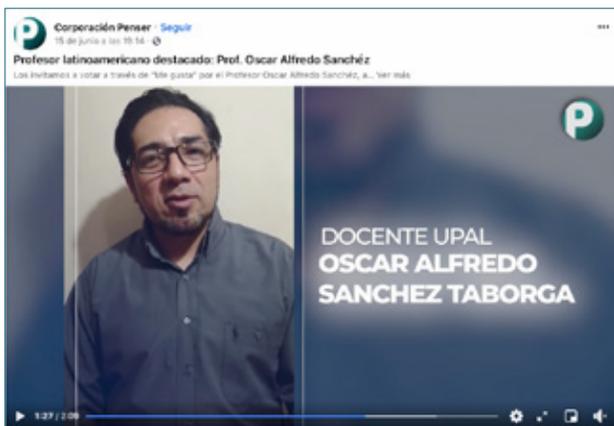


## ÁMBITO ACADÉMICO

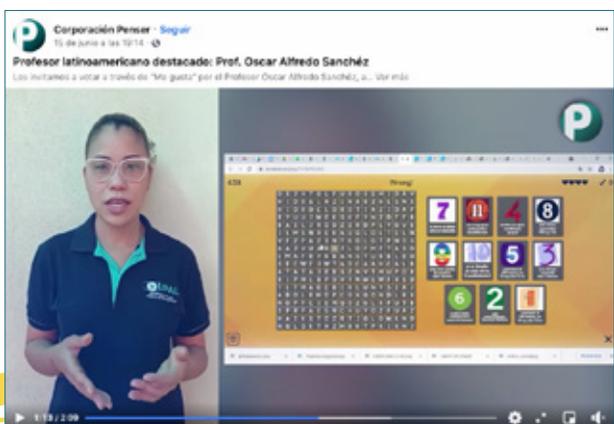
### DOCENTE UPAL SELECCIONADO COMO PROFESOR LATINOAMERICANO DESTACADO

El Dr. Oscar Sánchez Taborga, Médico Cirujano, docente de la materia de Farmacología y Terapéutica, y Epidemiología de la Carrera de Medicina de la UPAL en Cochabamba, es uno de los 3 ganadores como “Docente Destacado” en la categoría “Innovación pedagógica” en el marco de la convocatoria lanzada por la Corporación PENSER.

Tras la convocatoria, se recibieron postulaciones de todo latinoamérica, las que se sometieron a una evaluación por parte de un tribunal de la Corporación PENSER y a una posterior votación pública a través de medios digitales, quedando seleccionados como ganadores en la categoría “Innovación pedagógica” representantes de Bolivia, Chile y Argentina en la categoría.



El Dr. Sánchez, es uno de nuestros docentes que incursionó en la innovación tecnológica con estrategias y recursos diversos para mejorar la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Superior, en el campo de la salud.



Estudiantes, docentes y profesionales del área de la salud que conocen de cerca el innovador trabajo docente del Dr. Sánchez apoyaron su postulación, destacando su valioso aporte.



## ÁMBITO ACADÉMICO

### ENCUENTRO POR EL "DÍA DEL MAESTRO"

En la jornada del 6 de junio, los docentes de la Carrera de Comunicación Social y Psicología se reunieron de modo virtual en ocasión de la Celebración del "Día del Maestro".

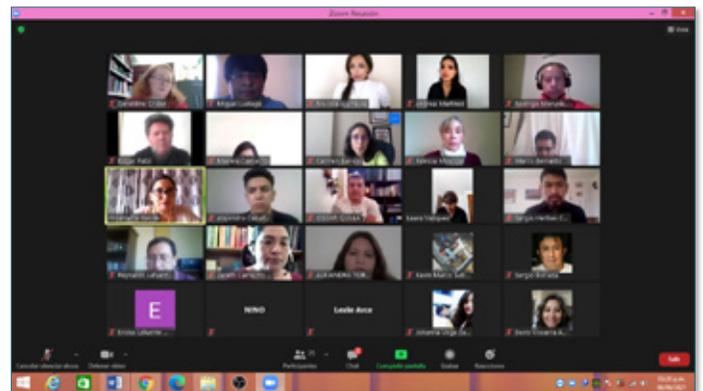
Las autoridades de la universidad, los estudiantes y graduados brindaron unas palabras de felicitación en honor a la labor docente que se realiza de modo incansable.

En la oportunidad brindaron su felicitación la Ing. Patricia Miranda Chávez, Rectora; Ing. Ginamaria García Garcés, Vicerrectora Académica Nacional; Mgr. Janeth Camacho Porrez, Directora de Gestión e innovación Académica y Mgr. José Miguel Luizaga Velasco, Director de Carrera.

En el espacio uno de los estudiantes deleitó con un par de piezas musicales dándole un toque especial al encuentro.

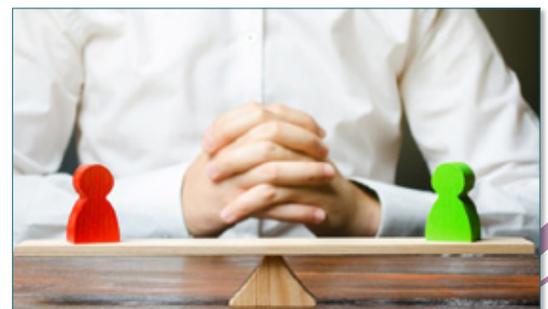
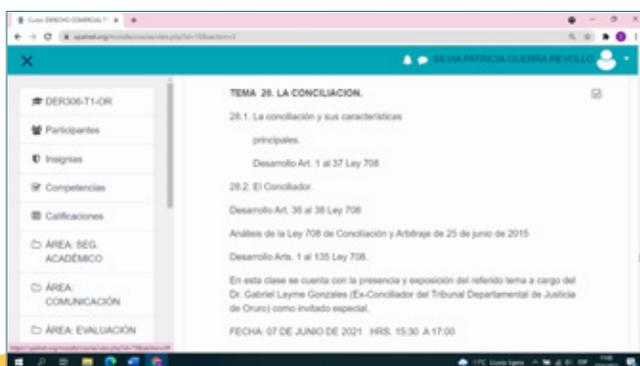
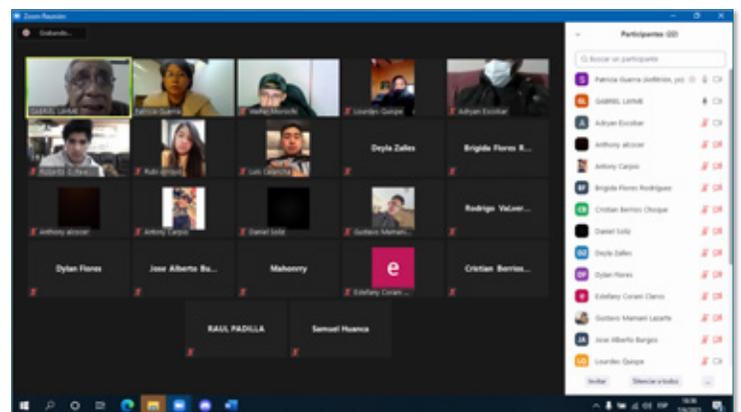


*Patricia Miranda Chávez, Rectora de nuestra Universidad destacó de manera afectuosa el rol de nuestros docentes especialmente en el marco de los nuevos desafíos y de la formación integral.*



### CHARLA MAGISTRAL SOBRE CONCILIACIÓN EN LA CARRERA DE DERECHO EN ORURO

En la Carrera de Derecho de nuestra Subsede Oruro, el pasado 7 de junio se contó con la participación del Dr. Gabriel Layme Gonzales, profesional con amplia experiencia en el ámbito del Derecho, con quién se abordó la temática de la Conciliación a partir de una charla magistral, que fue muy bien recibida por nuestros estudiantes de la Carrera de Derecho.

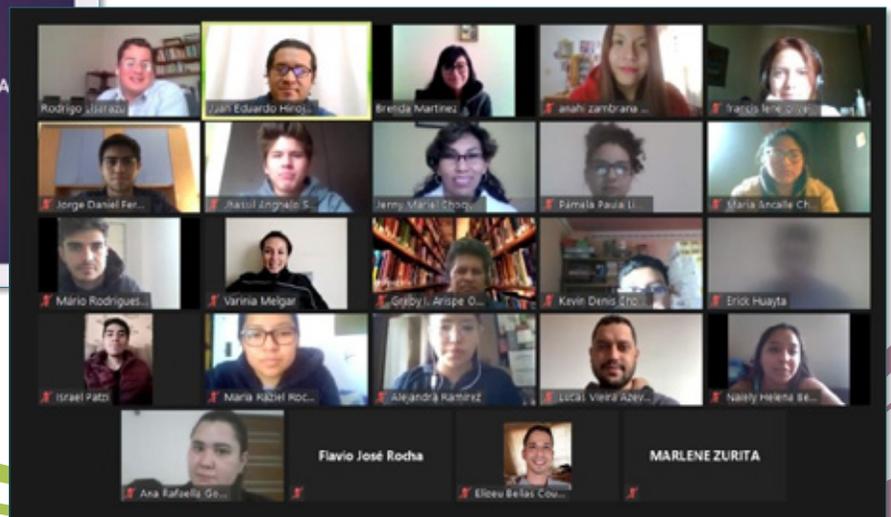
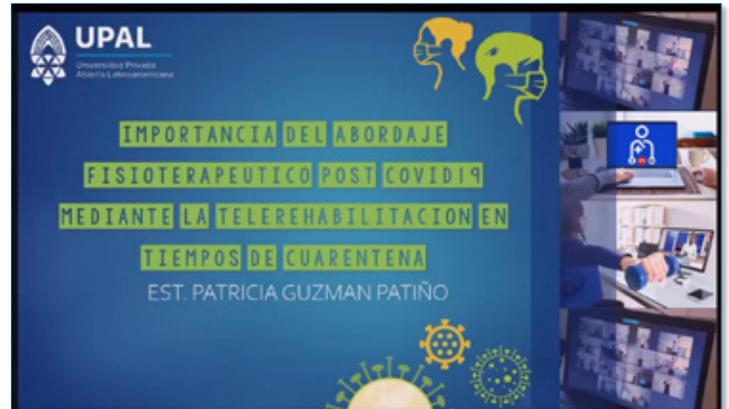


## INVESTIGACIÓN

### ATENEO DE LA SOCIEDAD CIENTÍFICA UPAL

El 11 de junio se llevó a cabo el 3er y último Ateneo Científico de la gestión I - 2021, impulsado por la Dirección Nacional de Investigación, logrando avances importantes en las siguientes investigaciones, relacionadas a diversas disciplinas:

- Precisión diagnóstica de pruebas rápidas de detección de anticuerpos para SARS -CoV-2.
- Percepción de los estudiantes de la UPAL sobre clases semipresenciales en tiempo de pandemia de COVID - 19.
- Efectos económicos en empresas privadas de la ciudad de Cochabamba a causa de la pandemia del COVID - 19.
- Los niveles de estrés a causa de la pandemia por SARS-CoV2 en la población latinoamericana.
- Influencia sobre el manejo del Neuromarketing en consumidores de los restaurantes.
- Síndrome de Asperger: Un análisis sobre su evolución y características en el ser humano.
- Meditación para estudiantes.
- Desnutrición infantil en Cochabamba - Bolivia.
- Uso de esteroides anabolizantes.
- Incidencia de afección diabética en pacientes diagnosticados con COVID - 19 en el Hospital Clínico Viedma.
- Los telómeros y su relación con la inmortalidad celular.
- Avances en los tratamientos de corrección de pectus excavatum en América Latina.
- Influencia del Consumo de Alcohol en el medio ambiente social.
- Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios.
- Enfermedad cardiovascular crónica.
- Enfermedad de chagas.
- La reelección como un derecho humano o no.



## PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

### CULTIVA PARTE DE TUS ALIMENTOS

Uno de los aspectos interesantes que trajo la pandemia es el incentivo de cultivos de ciertos productos en el hogar, en micro, pequeña o mediana escala, lo cual aporta distintos beneficios desde los prácticos, económicos, de salud y emocionales, entre otros.

En términos prácticos una importante variedad de vegetales como la lechuga, espinaca, acelga, rábanos, tomates, vainitas, además de las hierbas aromáticas como el perejil, orégano, menta, romero, cilantro, apio, entre otros, pueden cultivarse en macetas o botellas de plástico, prácticamente cualquier época del año. Esto permite disponer de productos frescos y a la mano en cualquier momento.

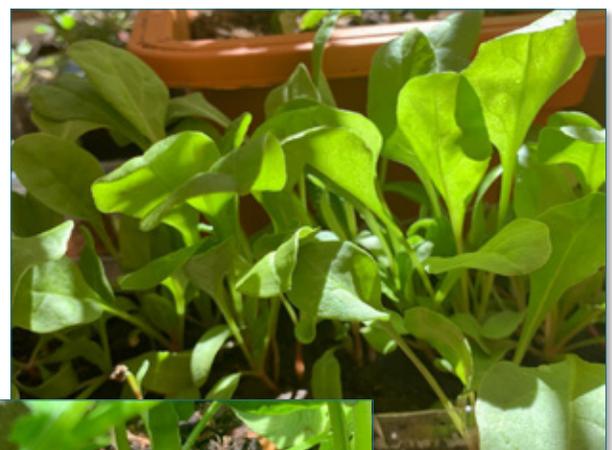
Si bien su impacto económico puede no ser tan significativo, es importante en un periodo de crisis, más aún de crisis sanitaria como la que hemos estado viviendo en contexto de la pandemia por Covid 19.

En términos de salud, uno de los principales beneficios es el tener a la mano productos frescos y variados, libres de pesticidas, plaguicidas y fertilizantes químicos, lo que aporta significativamente a una alimentación saludable, permitiendo incorporar a la dieta productos que aportan agua, nutrientes, hidratos de carbono, minerales y vitaminas de forma natural.

La práctica de los cultivos ha demostrado igualmente, en especial en este periodo de pandemia, aportar a la salud emocional de quienes hacen de esta práctica algo gratificante. El contacto con la naturaleza, el trabajo al aire libre, el ver el proceso de transformación de la naturaleza, la sensación de producir alimentos saludables y cuidar a la familia, tiene un impacto muy positivo en la salud emocional en la persona.

Actualmente encontramos en nuestro medio proveedores de semillas variadas, productos naturales para el control de plagas y ofertas relacionadas a precios muy accesibles.

**ANÍMATE!!!**



Texto y Fotografías:  
Grissel Bolívar

## ARTICULISTA INVITADA

**POSTURA, MOVIMIENTO, RELAJACIÓN  
CREANDO CONDICIONES ADECUADAS EN EL HOGAR PARA EL ESTUDIO  
Y EL TELETRABAJO**

Por: Ma. Angélica Morales Morales

Al inicio del año 2020, nadie imaginó lo que acontecería meses después, la pandemia vino con mucho para dar y enseñar, a lo que tuvimos que adaptarnos de manera abrupta a nuevas formas de estar y de ser, tanto a nivel personal como laboral. Antes de la cuarentena, teníamos una forma de movernos-movilizar, tomando en cuenta que, cada cuerpo es diferente a otro, con el tiempo hemos imprimido diferentes posturas a través y de acuerdo a nuestros aprendizajes escolares, sociales, laborales, circunstancias vitales diversas, cada uno tenía una forma de estar, en el cotidiano vivir. Muchos con el ir y el venir del trabajo, no prestaban atención a las necesidades del cuerpo, y mucho menos a un movimiento consciente corporal.

Cuando ingresamos al confinamiento, el cambio se hace evidente, a este tiempo le denominé "el movimiento aquietado" que al contrario de lo que sucedía antes del confinamiento, con lo descrito en el primer párrafo, la pausa del movimiento corporal, provoca un acontecer de ciertas manifestaciones que se hicieron evidentes, conscientes, como; malestares físicos, dolores, tensiones, cansancio, sueño, más conciencia del cuerpo, más conciencia de los objetos que nos rodean, claro está que cada quien lo percibió de manera diferente. El confinamiento nos llevó a adaptarnos a nuevos modos de estar en el cuerpo en horas, minutos y segundos; marcando los datos del espacio temporal en intensidades, temperaturas, estados de ánimo y posturas fijas prolongadas, en sedestación además de movimientos articulares, musculares repetitivos, sobre todo en el miembro superior, por el manejo del ratón y el teclado en las clases virtuales y el teletrabajo. Provocando fatiga muscular, sobrecarga, en algún caso dolor y en algún caso ocasionar lesiones.

Poco a poco nos adecuamos a esta forma de trabajo, sin embargo, es importante mejorar las condiciones tanto físico corporales, mentales y emocionales.

Cuanto mayor sea el repertorio de posturas disponibles de una persona, menos riesgos de padecer fijaciones tónicas tendrá, liberar estas fijaciones de un cuerpo permitirá a la persona adquirir posturas más cómodas, menos esforzadas y más variadas. Al terminar el trabajo, es importante realizar ejercicios de compensación con el otro brazo que no está sujeto al movimiento continuo y mantenido, es decir, producir liberación, distensión física, además de lo mental y emocional.



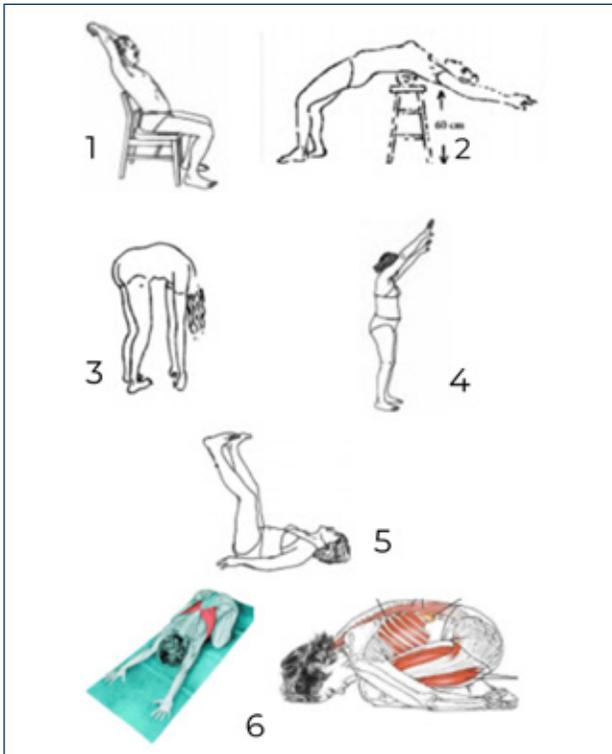
Maria Angélica Morales Morales  
Licenciada en Fisioterapia  
Formación en Danza Movimiento Terapia.  
Docente de la carrera de fisioterapia y kinesiología  
Upal subsección Oruro, en la materia de danzaterapia-musicoterapia

Desde mi experiencia y percepción profesional, propongo algunas sugerencias, que permitan liberar las tensiones musculares, articulares, que se generan por el tiempo prolongado frente al ordenador o el celular.

Sugerencia de posturas antes y después del trabajo.

1. Entrando en contacto-estirarse hacia atrás (30 segundos)
2. Fortalecer respiración y relajar la tensión entre los hombros (1 min.)
3. Sentir el contacto con las piernas y los pies y estimular la respiración abdominal, relajando la pared delantera del cuerpo, especialmente la musculatura abdominal. (1 min.)
4. Estiramiento del gozo de estar vivo (1 min.)
5. Vibraciones en las piernas (1 min.)
6. Postura del niño y postura del niño extendido (1 a 3 min.)

Sugerencia de posturas antes y después del trabajo



**Respiración.** Es importante experimentar con la respiración que nos introduce una dimensión lúdica corporal. Establecer un contraste entre relajación y regulación del tono. Esto nos facilita relajar, soltar las tensiones.

**Movimiento.** Los movimientos naturales son simétricos, porque el cuerpo es simétrico, sin embargo, los movimientos asimétricos, que son patrones de movimiento opuestos, permiten compensar los movimientos y salir de las posturas fijas y simétricas en las que se encuentra la mayor parte del cuerpo, cuando estamos frente al ordenador o celular.

Algunas sugerencias de movimiento:

- Sacudir diferentes partes del cuerpo, como una forma de descarga de tensiones y liberación de cargas emocionales.
- Mecer, balancear, el cuerpo con los ojos cerrados, puede provocar calma y relajación.

Todos tienen la posibilidad de experimentar y encontrar su forma, trabajando a partir de sus propias capacidades corporales. Percibir los propios límites y las propias posibilidades corporales.

**Relajación.** En mi experiencia puede darse: pasivo y activo.

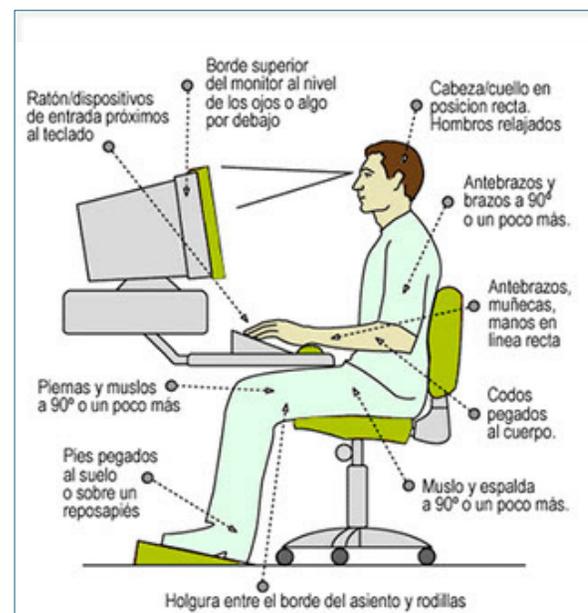
**Pasivo,** sobre el piso, donde el peso del cuerpo se abandona, deja de luchar contra la gravedad, los músculos se hacen laxos con predominio de la "entrega" los músculos antigravitatorios no precisan estar activas para sostener el cuerpo.

**Activo,** a partir del movimiento, que lleve a liberar, soltar, descargar para producir relajación de cada parte del cuerpo.

Algunas otras sugerencias:

- Silla ergonómica, que permita una postura adecuada, cuidando las articulaciones tanto de miembro superiores a inferior, en ángulos de 90 grados.
- Espacio acogedor, que permita conectarse con uno mismo.
- Colchoneta, que nos permita descargar el peso del cuerpo.
- Música, del agrado y disfrute de uno. Identidad sonora personal.

Para terminar, un cuerpo de tono flexible es un cuerpo capaz de multiplicidades, dispuesto a alejarse de su formato conocido, para experimentar otras sensibilidades. Lo que se entiende por un cuerpo flexible y no solo en las articulaciones y músculos, esto también se abre a un mar de emociones, dándonos la posibilidad de percibir, sentir nuevas sensaciones, que nos lleva a cambiar ciertos hábitos. Simplemente prestar atención a cuerpo-mente, como movernos, nos genera vida, libertad.



## ARTICULISTA INVITADA

## REFLEXIONES SOBRE LA RESILIENCIA EN LA EDUCACIÓN

Por: Varinia M. Melgar García

**Consideraciones previas**

Para comprender las reflexiones que se encuentran contenidas en este artículo, es importante resaltar previamente algunas ideas.

Es conocido que Charles Darwin en su libro “el origen de las especies”, implantó el concepto de evolución. Explicó que todas las especies provienen de un ancestro común, sin embargo, como fruto de la adaptación de los seres a su entorno, surgen variaciones físicas que favorecen la supervivencia, por medio de la transmisión de rasgos genéticos heredables.

De acuerdo con la Real Academia Española, se comprende por evolución a las “transformaciones continuas que va experimentando la naturaleza y los seres que la componen”. Por lo tanto, cuando nos referimos a la evolución del ser humano, además, es necesario considerar los cambios de comportamiento que surgen a través del tiempo. Por ejemplo, el estilo de vida que teníamos cuando utilizábamos herramientas de piedra en tiempos prehistóricos, en comparación con la actualidad, momento en el cual las tecnologías informáticas y la transmisión de información digital son parte de la vida cotidiana.

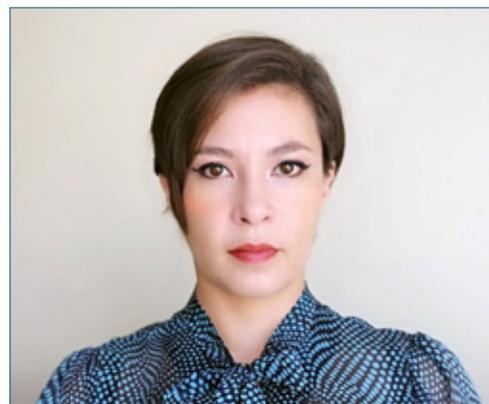
La evolución humana ha sido posible por la capacidad de adaptación al entorno. En este sentido, mantenernos vigentes en el tiempo es factible por la evolución física, social, emocional, y por nuestra habilidad de habituarnos a nuevos estilos de vida.

**Resiliencia y pandemia**

Se conoce como resiliencia a la capacidad de transformar las experiencias negativas en oportunidades de cambio y fortalecimiento. La pandemia de COVID-19 provocó un fuerte impacto a nivel global. Este evento no nos dejó otra alternativa que encaminarnos hacia la resiliencia y adaptar nuestros estilos de vida.

Aunque las fronteras geográficas entre países hayan permanecido cerradas durante un tiempo, la transmisión de información y conocimiento ha disfrutado de un auge. Durante el tiempo de cuarentena gradualmente surgieron iniciativas educativas y recreativas en formato digital, cada vez más numerosas, que se distribuían de forma gratuita.

Del mismo modo, la comunidad académica se ha enfrentado al reto de evolucionar y modificar la modalidad de enseñanza, como también, la transmisión de la información. Este cambio no ha sido fácil para nadie, sin embargo, nuestra resiliencia y capacidad de



Varinia Melgar García  
Licenciada en Medicina y Cirugía  
Docente de la UPAL en las asignaturas Medicina Social  
e Interculturalidad

adaptación nos ha impulsado a trasladar el aula presencial hacia los entornos virtuales.

Las instituciones educativas, docentes y estudiantes hemos sido desafiados a profundizar en nuevas formas de aprender y enseñar. No todos iniciamos con los conocimientos y las habilidades básicas para desempeñar nuestra labor en modalidad virtual, de todas formas, con el paso del tiempo logramos adquirir competencias y herramientas que facilitan el proceso enseñanza-aprendizaje.

**Experiencia didáctica**

Diversos estudios científicos señalan que la capacidad de concentración en clase, es de aproximadamente 45 minutos de duración, así mismo, es importante mencionar que los primeros 15 minutos son los que conservan una atención más intensa.

El aula invertida o flipped classroom, es una metodología didáctica que se caracteriza porque el estudiante toma un papel protagónico y el docente goza del rol de orientador. Funciona de manera que, el estudiante revisa previamente el contenido a abordar en la clase, y posteriormente, el tiempo de instrucción es empleado para fortalecer lo aprendido.

De acuerdo con estudios científicos, esta estrategia es altamente efectiva cuando los estudiantes toman un rol activo en el proceso de aprendizaje, lo que favorece la participación estudiantil, se adapta al tiempo de duración de la atención, y finalmente, logra como resultado una clase más dinámica, interactiva y eficiente.

Durante la gestión 1-2021, elegí esta metodología didáctica y en las clases sincrónicas pude observar un incremento en la participación de algunos estudiantes. Aquellos que demostraban una preparación previa, obtuvieron calificaciones más altas en las evaluaciones realizadas. Al mismo tiempo, otro grupo de estudiantes parecían tomar un rol pasivo, pretendiendo recibir clases magistrales (típicas de la enseñanza tradicional), para este grupo fue un poco más dificultoso adaptarse a esta metodología.

Vale la pena mencionar que, en algunas sesiones, espontáneamente surgieron espacios interesantes de conversación, debido a que los estudiantes vincularon el contenido teórico de la asignatura, con la realidad del Sistema de Salud boliviano y las decisiones tomadas respecto a la lucha contra la pandemia de COVID-19.

#### **Desafíos para la educación en modalidad virtual**

Como sociedad, el impacto de la pandemia nos ha dejado secuelas psicológicas, sociales y económicas. También nos ha señalado los desafíos que debemos resolver en el tema de la educación. En la era digital, la educación ya no puede ser la misma, las estrategias educativas tradicionales no son eficientes en la modalidad virtual.

En este momento de la historia, es imprescindible evolucionar nuestra percepción sobre la educación, en todos los niveles. Especialmente para los protagonistas del acto educativo, al momento de enseñar en el rol de educadores, como también, para los educandos que aprenden.

Las barreras digitales, las dificultades en el acceso a las Tecnologías de Información y Comunicación y los problemas de conectividad siguen siendo el mayor reto a enfrentar. Nuestro Gobierno tiene la responsabilidad de garantizar la educación en todos los niveles, por lo tanto, el acceso a Internet es uno de los elementos fundamentales

para garantizar una educación virtual de calidad, la cual, además debe ser en condiciones de igualdad.

La Institución de Educación Superior debe generar una experiencia educativa positiva y motivar la confianza del acto educativo en modalidad virtual. Ya sea con la implementación y mejora de las plataformas educativas y las vías de comunicación, como también, por medio del establecimiento de normas y disposiciones que garanticen la satisfacción de las necesidades que surgen en la comunidad educativa.

Los docentes adquieren la responsabilidad de explorar nuevas estrategias didácticas y de generar metodologías creativas de enseñanza que sean acordes a la educación en modalidad virtual. Recordemos que la presencialidad y la virtualidad son espacios de enseñanza-aprendizaje diferentes, por lo tanto, las metodologías de enseñanza deben adecuarse a las particularidades de cada modalidad.

Es imprescindible que el estudiante asuma un rol activo en su propia formación. Con el modelo de educación por competencias, percibimos la importancia del aprendizaje autónomo. Es necesario que el estudiante sea responsable de regular su propio proceso de autoaprendizaje, de manera que se comprometa a adquirir todos los conocimientos y habilidades necesarias para desempeñarse de forma adecuada en su campo de instrucción.

#### **Conclusión**

Para finalizar, es importante mencionar que a nivel mundial, la pandemia de COVID-19 se convirtió en un problema de salud pública y en una catástrofe social. Como sociedad, nos dirigió hacia la evolución de determinados aspectos de nuestra vida, en el campo de la salud, la educación, la economía y la misma organización social.

Al mismo tiempo, exhibió nuestra capacidad de adaptación exponiendo un mayor desarrollo personal en nuestra cotidianidad. Como población universitaria nos deja nuevas oportunidades, herramientas y desafíos en educación. Y lo más importante, aprendimos a practicar la resiliencia.

Un momento en una sesión virtual con estudiantes de la Carrera de Medicina de la UPAL durante el periodo de la pandemia.



## RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

### POSESIÓN DE LOS COMITÉS MIXTOS DE HIGIENE Y SEGURIDAD OCUPACIONAL

En el marco del cumplimiento de las leyes bolivianas y acorde con la política de Responsabilidad Social Universitaria, el 28 de junio fueron posesionados los dos Comités Mixtos de Higiene y Seguridad Ocupacional de nuestra institución en la Sede Cochabamba, los cuales quedaron conformados de la siguiente manera:

#### PRIMER COMITÉ MIXTO

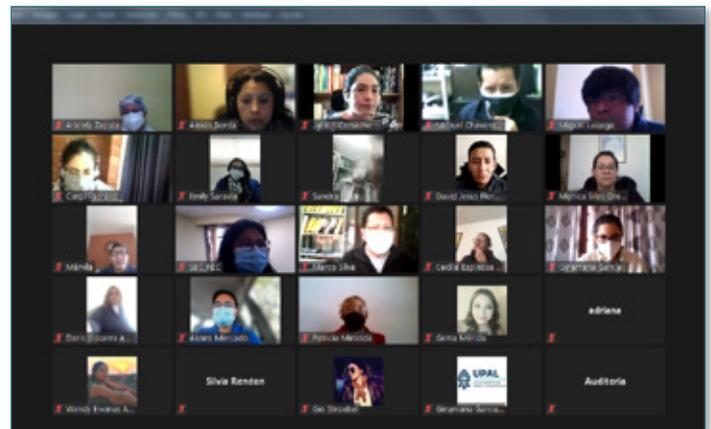
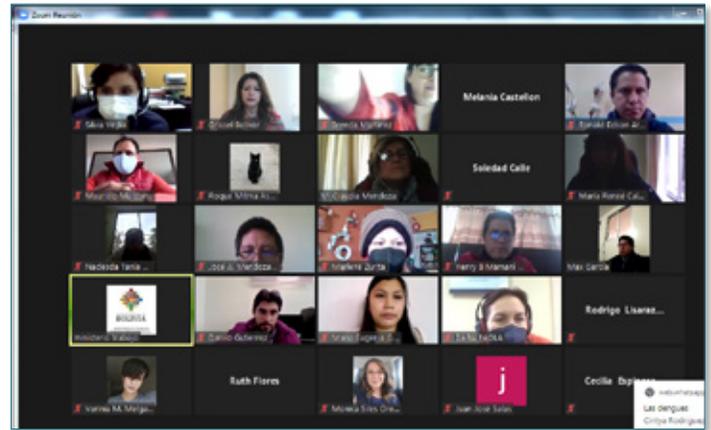
José Antonio Mendoza Aquino, 1er Presidente  
Manuel Chavarría Choque, 1er Secretario General  
María Eugenia Gabillo Peredo 1er Vocal  
Emily Saravia Morales 1er Vocal Suplente  
Víctor Mauricio Maldonado Lara, 1er Vocal  
Rodrigo Lisarazu Borda, 1er Vocal Suplente

#### SEGUNDO COMITÉ MIXTO

Mónica Amparo Siles Orellana 2da Presidente  
David Jesús Flores Cruz, 2do Secretario General  
Esther Gabriela Farfán Molina, 2do Vocal  
Juan Alfredo Bracamonte Padilla, 2do Vocal Suplente  
Álvaro David Mercado Millán, 2do Vocal  
María Rene Calzadilla Rivera, 2do Vocal Suplente

Los miembros del organismo acompañaron el acto de posesión a través de la Plataforma ZOOM.

Los Comités Mixtos tienen entre sus funciones colaborar a la Institución para el cumplimiento de la normativa nacional en temas de higiene, seguridad ocupacional y bienestar, así como en el cumplimiento de protocolos de bioseguridad en el contexto de la pandemia.



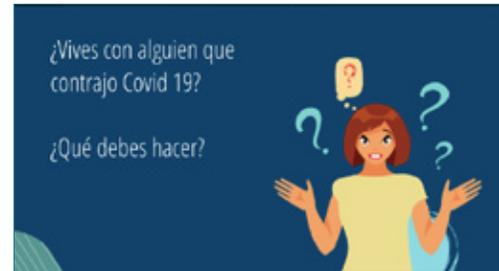
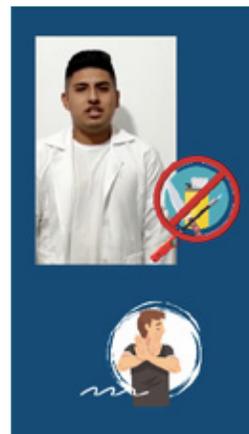
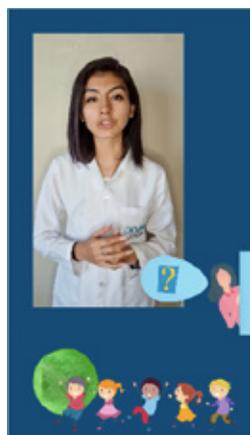
El personal de la UPAL acompañó el acto de posesión de los miembros de los Comités conformados, a través de la Plataforma ZOOM.



## RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA

### CONTINÚA EL CICLO DE PRODUCCIÓN DE TEMAS DE INTERÉS PARA LA COMUNIDAD

Siguiendo la línea de Responsabilidad Social Universitaria, continuamos con la producción de animaciones cortas en temas distintos de interés para la población en general desde la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural en coordinación con nuestras Carreras. El material se difunde a través de grupos de WhatsApp, redes sociales y de Radio y TV UPAL Digital.



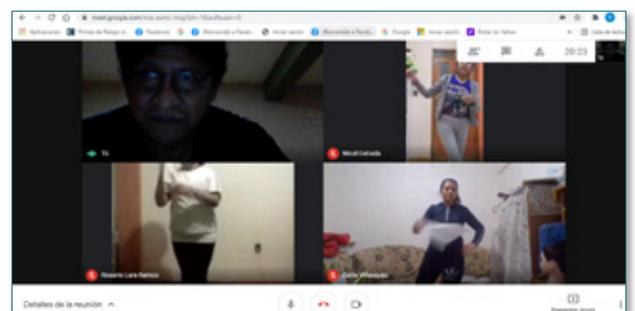
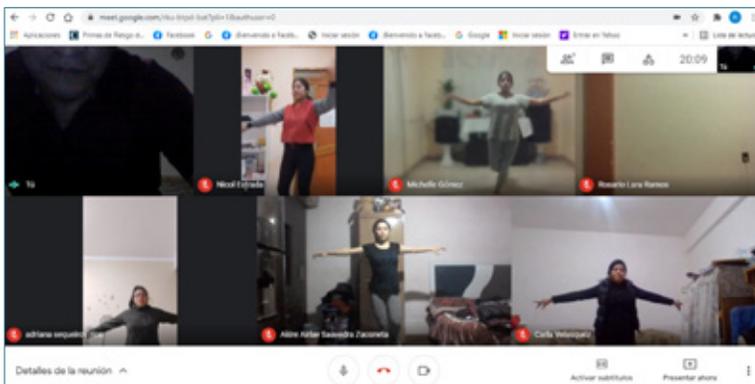
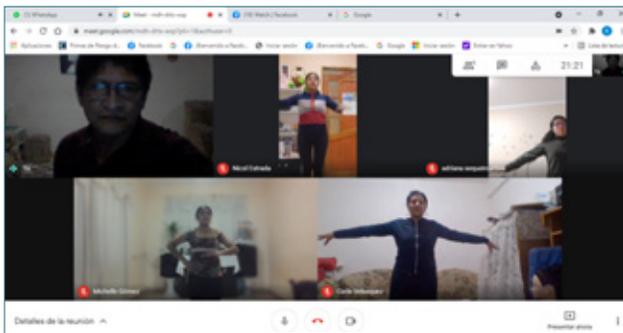
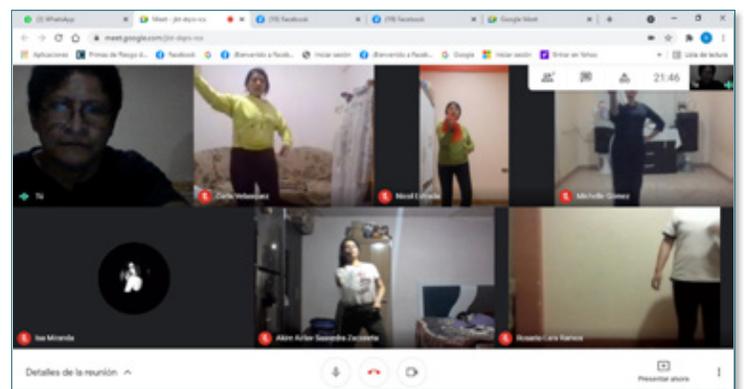
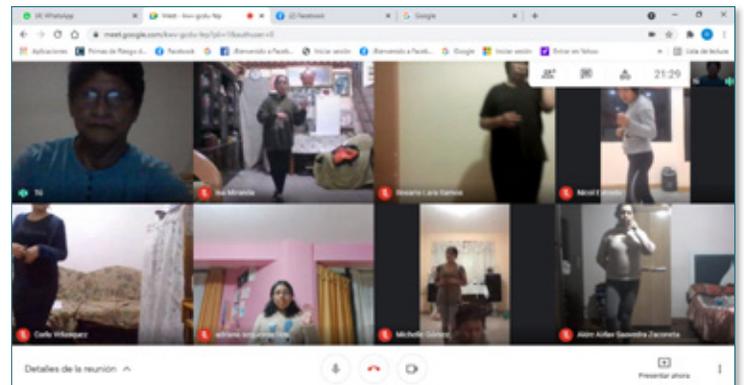
## PROGRAMA DE CULTURA

### BALLET FOLKLÓRICO UPAL, ENTORNOS ACTIVOS

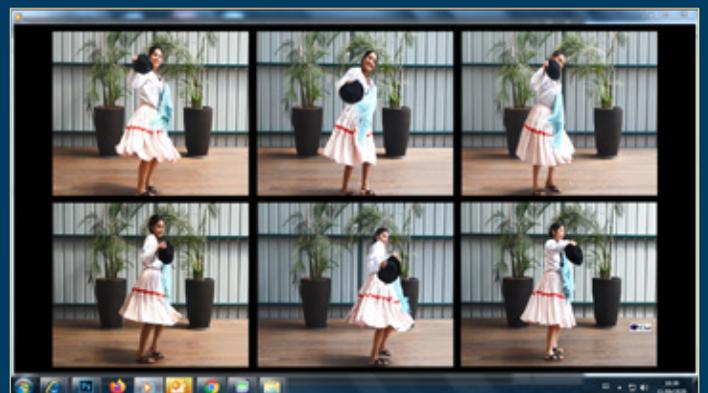
A fines de junio concluyó el primer ciclo de ensayos del Ballet Folklórico UPAL en la presente gestión, que a pesar de la distancia se llevó adelante con entusiasmo, con la participación de estudiantes de nuestras sedes de Cochabamba y Oruro.

En breve el Ballet Folklórico UPAL estará compartiendo parte del trabajo desarrollado durante los últimos meses a través de la virtualidad.

Estaremos atentos a la sorpresas!



*La danza  
Es una forma de sacar el  
alma a flote*

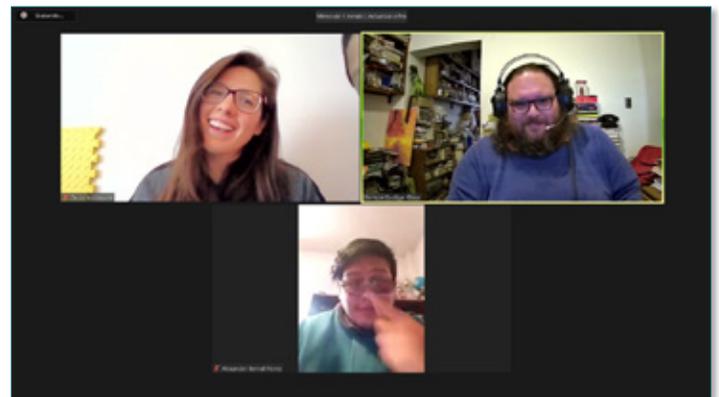
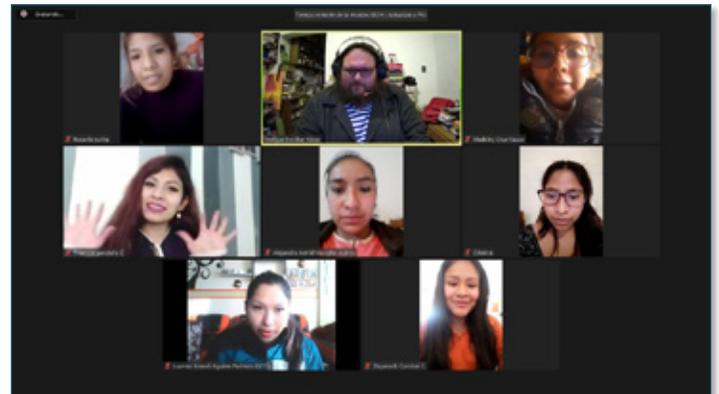


## PROGRAMA DE CULTURA

### TALLER DE HABILIDADES COMUNICATIVAS

A fines de junio concluyó el ciclo de Talleres en Habilidades Comunicativas impulsado desde la Dirección Nacional de Interacción Social y Difusión Cultural con participación de Enrique Escobar Klose como facilitador, con la finalidad de brindar a nuestros estudiantes de últimos semestres tanto de Cochabamba como de Oruro en las distintas carreras, la posibilidad de conocer herramientas y desarrollar destrezas comunicativas que les permitan complementar su formación profesional con miras a las defensas de tesis y de grado, así como su desenvolvimiento en la vida profesional.

Los talleres fueron bien valorados por los estudiantes participantes. Compartimos algunas apreciaciones.



**Marisel Gómez**  
BUENAS TARDES, RESUMIR LAS NUMEROSAS CLASES QUE TUVIMOS SERÁ COMPLEJO.  
  
LAS TÉCNICAS BRINDADAS POR EL LIC. ENRIQUE ES IMPORTANTE Y DE MUCHA UTILIDAD PARA EL DESEMPEÑO ADECUADO EN EL AULA, ASÍ MISMO EN EL DIARIO VIVIR.  
ES IMPORTANTE CONTINUAR CON ESTOS TALLERES QUE NOS BENEFICIA YA QUE EL CONOCIMIENTO ES INFINITO.  
LAS HABILIDADES COMUNICACIONALES DÍA A DÍA DEBEN SER FORTALECIDAS, YA QUE PUEDE PREVENIR VARIAS SITUACIONES NEGATIVAS.  
EL MANEJO ADECUADO DE LA COMUNICACIÓN NOS HUMANIZA MÁS.  
MUCHAS GRACIAS LIC. Y PEDIR QUE AL SIGUIENTE SEMESTRE SE SIGAN BENEFICIANDO OTROS ESTUDIANTES DE ESTOS TALLERES.

14:54

**Marisel Gómez**  
Muchas gracias Lic. Excelente las técnicas y herramientas que nos brinda, realmente es necesario estos talleres para tener mejor desempeño en las actividades de exposiciones y las defensas. Sería bueno que se continúe para los siguientes semestres.  
Y practicando se aprovecha más los conocimientos 😊  
Muchas gracias

12:07

**Cristhian Costa**  
Y algo aplicable todos los días, toda la vida. Muchas gracias Enrique. 😊

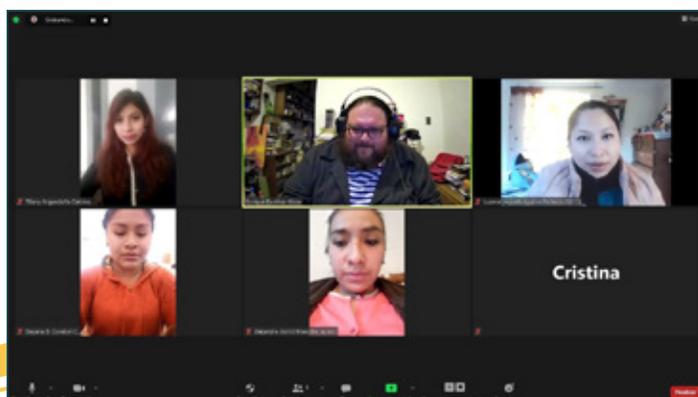
12:10

**Débora Vidaurre Collareta**  
Excelente! muchísimas gracias por las enseñanzas! Espero tenerlo como maestro en otra oportunidad, es muy bueno enseñando! Un capisimo! 😊 Muchas gracias!

15:48

**Iván Bernal Flores**  
Fue una muy grata experiencia lamentablemente no pude entrar a la última clase me ayudó a saber cuáles son mis errores de expresión mis falencias por eso estoy muy agradecido con el licenciado espero algún día poder conocerlo en persona.....

21:17



## ASOCIACIÓN DE GRADUADOS UPAL

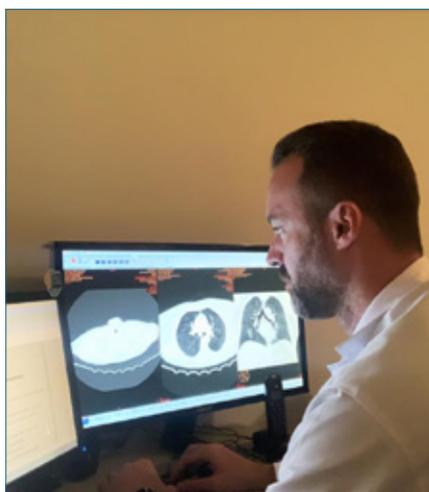
### LUIZ FERNANDO AGAPTO DE SOUZA MÉDICO CIRUJANO GRADUADO DE LA UPAL

Nuestra Universidad recibe estudiantes de diferentes países de Latinoamérica y en especial de nuestro país vecino Brasil, donde actualmente se desempeñan de forma exitosa muchos de nuestros graduados, aportando significativamente a la salud de la población en distintos entornos. Uno de ellos es Luiz Fernando Agapto de Souza, quién radica y ejerce la medicina en Sorocaba, Sao Paulo.

Luiz Fernando Agapto de Souza se formó en Medicina en nuestra Universidad, titulándose en 2016. Cuenta con título profesional revalidado por la Universidad Federal de Rondonia - UNIR, 2016.

Cuenta con una Especialización en Medicina y Salud Familiar de la Universidad Federal de Sao Paulo y una Especialización en Cardiología, del Hospital Israelita Alberth Einstein de Sao Paulo.

Ha trabajado en la Prefectura del Municipio de Botucatu en Sao Paulo como médico clínico general, en el Hospital de Clínicas de FMUNESP Botucatu, en la Prefectura Municipal de Angatuba en Sao Paulo, en la Hermandad Santa Casa de la Misericordia en Angatuba, donde entre otros cargos fue Director Clínico, en el Hospital Regional de Itapetininga y en el Hospital UNIMED de Tatui donde es actualmente Residente de Radiología Médica.



GRADUADO UPAL



Luiz Fernando Agapto de Souza  
Graduado destacado de la Carrera de Medicina  
de la UPAL - Cochabamba



Es grato saber que nuestros graduados de otras nacionalidades se desenvuelven de manera exitosa en sus países de origen, aportando a la salud en sus comunidades y que guardan un cariño especial por nuestra Universidad.

## TALENTO UPAL

### LARA DMYKELLI DA SILVA OLIVEIRA Cantante, estudiante de Medicina - UPAL Cochabamba

El talento de nuestros estudiantes se expresa en distintos campos, uno de ellos es la música, espacio en el que hemos encontrado gratas sorpresas. Una de ellas es Lara Dmykelli Da Silva Oliveira, estudiante de la Carrera de Medicina en Cochabamba, que se destacó con su bella voz desde la primera audición de talentos en canto organizada por la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural, ganando el primer lugar y participando desde entonces en el Festival de Danza y Canto Latinoamericano, actividades institucionales y en la grabación de video clips cantando junto a otros jóvenes de nuestra Universidad.

Actualmente cursa el 7mo semestre de la Carrera de Medicina y ello no le ha impedido encontrar un momento para compartir su talento aún durante el periodo de la pandemia.

#### TESTIMONIO

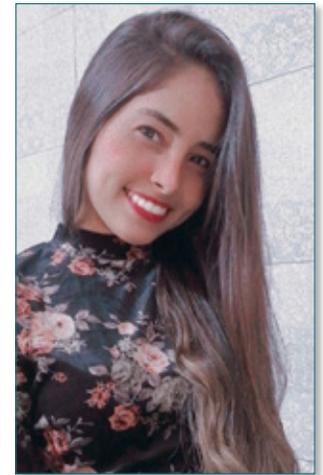
Mi papá es músico, entonces la pasión por la música vino muy temprano para mí. Empecé con el canto a los 6 años de edad y desde ahí no he podido parar.

Tengo mucho que crecer todavía, pero no guardo para mí lo poco que sé y cantando intento enviar sentimientos bellísimos a quien me escucha. Canto en la Iglesia, matrimonios, cumpleaños, despedidas, en fechas conmemorativas y en actividades culturales de la Universidad.

Yo creo que la música toca el alma y el corazón de quien la siente. La música es mi refugio.

La universidad me dió la oportunidad de explorar y mostrar a los demás un poco de lo que siento al cantar. Al subir en el palco me siento en paz.

TALENTO UPAL



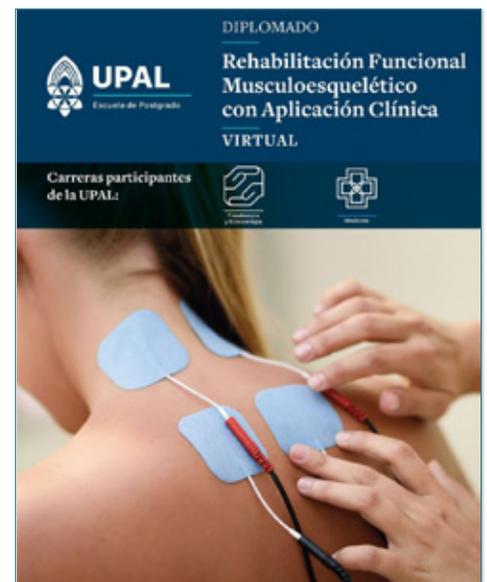
Lara Dmykelli Da Silva Oliveira  
Lugar de nacimiento: Zé Doca - Maranhão / Brasil  
7mo semestre de la Carrera de Medicina  
en Cochabamba



## POSTGRADO

Programas que inician en julio y agosto:

- Curso web: Inteligencia de Mercados en Negocios. 19 de julio 2021.
- Diplomado en Sistemas de Gestión de Calidad ISO 9001: 2015. 20 de julio 2021.
- Diplomado en Rehabilitación Funcional Musculoesquelética con Aplicación Clínica. 29 de julio 2021.
- Diplomado en Inmunología Avanzada. 3 de agosto 2021.
- Planificación Estratégica en Aula por Competencias, agosto.
- Diplomado en Gestión de Instituciones de Educación Superior Universitaria, agosto.

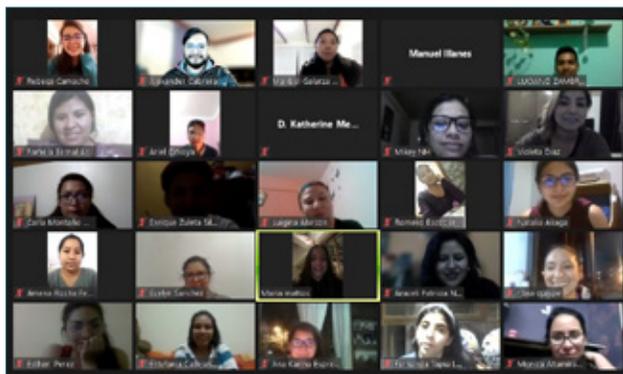
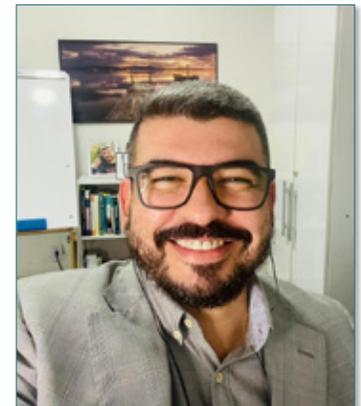


## POSTGRADO EN MARCHA

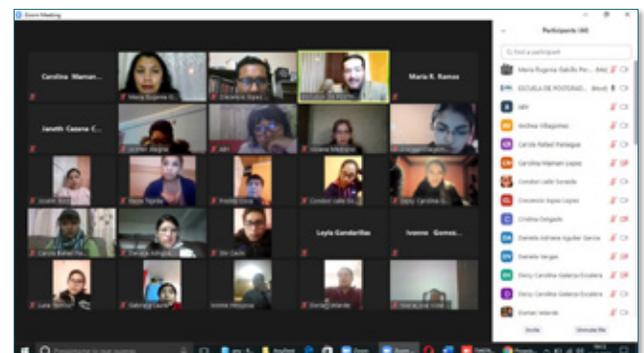
### UNA MIRADA A LAS AULAS VIRTUALES DE LOS DIPLOMADOS EN POSTGRADO

Los programas de Postgrado marchan de acuerdo a lo planificado, contando con la participación de profesionales de distintas disciplinas según el programa elegido, con resultados muy positivos y una motivada participación de los diplomantes.

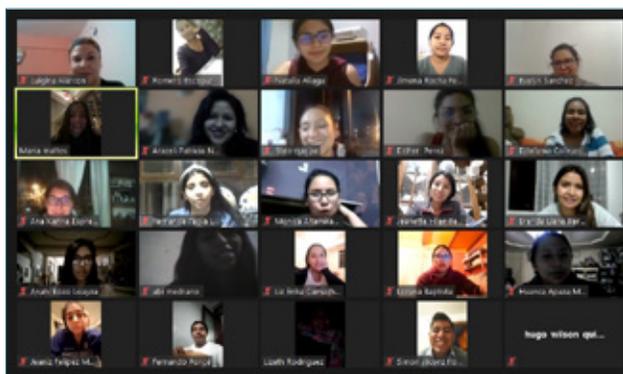
Dr. Carlos Varela (Brasil),  
uno de los docentes  
internacionales del  
Diplomado en Fisioterapia  
Dermatofuncional



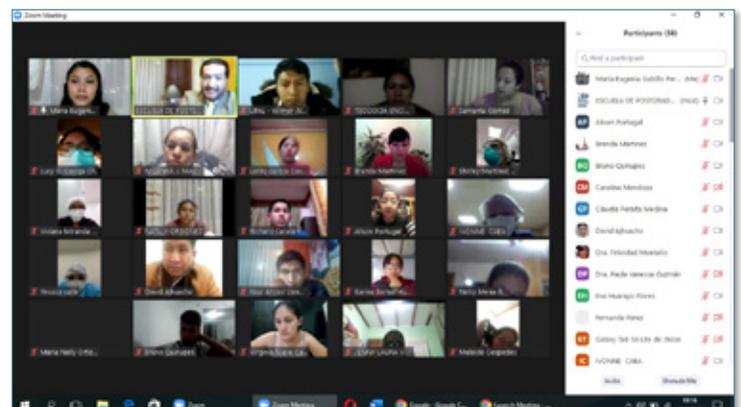
Diplomado en Fisioterapia Dermatofuncional



Diplomado en Educación Superior por Competencias



Diplomado en Recursos Humanos



Diplomado en Inmunología Avanzada



**RESPIRA**  
*y conecta tu energía  
con el universo*

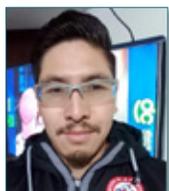
## RSU - PRÓXIMAMENTE

### EN JULIO: ENCUENTROS CON EXPERTOS PARA SOBRELLEVAR EL COVID 19

Sin límites territoriales, acompañando a las familias en el periodo de la pandemia y guiados por nuestro espíritu de Responsabilidad Social Universitaria, nuestros docentes expertos en sus áreas de trabajo, compartirán espacios de apoyo para sobrellevar el COVID 19 a través de 4 charlas breves muy orientadoras, abiertas al público en general de acuerdo al siguiente programa:



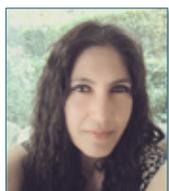
Medidas de protección en la convivencia con paciente Covid 19.  
Martes 6 de julio.  
Facilitador: Dr. Oscar Sánchez:  
Docente de Epidemiología y Farmacología y Terapéutica en la Carrera de Medicina de la UPAL Cbba.



Rehabilitación física y funcional de pacientes post Covid 19.  
Jueves 8 de julio.  
Facilitador: Lic. Ariel Valverde Omoya.  
Docente de Fisioterapia Deportiva, UPAL Oruro.



Fisioterapia respiratoria para pacientes post Covid 19.  
Martes 13 de julio  
Facilitadora: Lic. Adriana García Nogales.  
Docente de la Carrera de Fisioterapia y Kinesiología – UPAL Oruro.



¿Cómo afrontar la pérdida de un ser querido?  
Jueves 15 de julio.  
Facilitadora: Lic. Carol Pacheco Velasco.  
Psicóloga. Responsable del Gabinete Psicológico UPAL Cbba.

El encuentro es impulsado por la Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural, en coordinación con las Carreras de Medicina y Fisioterapia y Kinesiología.

UPAL Universidad Privada Abierta Latinoamericana  
**EMOTIVA**  
Diálogos para sobrellevar el COVID 19  
UPAL LIVE  
Te ayudamos con la orientación e información de nuestros especialistas  
Juntos ¡Los superamos!  
Programa de Responsabilidad Social Universitaria  
Coordinación: Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural UPAL

UPAL Universidad Privada Abierta Latinoamericana  
**EMOTIVA**  
Diálogos para sobrellevar el COVID 19  
**SEMANA 1**  
FISIOTERAPIA RESPIRATORIA PARA PACIENTES POST COVID 19  
Martes 13 de julio  
¿CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO?  
Jueves 15 de julio  
Hrs.: 17:30 pm. UPAL LIVE  
Juntos ¡Los superamos!  
Programa de Responsabilidad Social Universitaria  
Coordinación: Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural UPAL

UPAL Universidad Privada Abierta Latinoamericana  
**EMOTIVA**  
Diálogos para sobrellevar el COVID 19  
**SEMANA 1**  
MEDIDAS DE PROTECCIÓN EN LA CONVIVENCIA CON PACIENTES COVID 19  
Martes 06 de julio  
REHABILITACIÓN FÍSICA Y FUNCIONAL DE PACIENTES POST COVID 19  
Jueves 08 de julio  
Hrs.: 17:30 pm. UPAL LIVE  
Juntos ¡Los superamos!  
Programa de Responsabilidad Social Universitaria  
Coordinación: Dirección de Interacción Social y Difusión Cultural UPAL

## CELEBRACIONES DE JUNIO

En este nuevo año de desafíos, nuestro mayor reconocimiento por aquellos docentes que han demostrado su capacidad de respuesta, innovación, empatía y compromiso con la formación de nuevos profesionales que aporten con un sentido humano a la comunidad.



Celebrando en conciencia y compromiso.



## INFORMACIÓN DE INTERÉS



**UPAL**  
Universidad Privada  
Abierta Latinoamericana

**Prepárate**

**Cronograma**

**INSCRIPCIONES ESTUDIANTES REGULARES**

**Lo importante eres TU**  
**Sede Cochabamba**

| Facultad                               | Inicio de Inscripciones  |
|--|--|
| Medicina                               | Desde el 07 de julio<br>Las asignaciones del día y horario lo puedes encontrar en Mi Cuenta UPAL |
| Odontología                            | Desde el 05 de julio   |
| Bioquímica y Farmacia                  | Desde el 05 de julio   |
| <b>Ciencias Empresariales</b>          |  |
| Administración Estratégica de Empresas | Desde el 05 de julio   |
| Ingeniería Comercial                   | Desde el 05 de julio   |
| Ingeniería Financiera                  | Desde el 05 de julio   |
| Marketing                              | Desde el 05 de julio   |
| <b>Ciencias Sociales y Jurídicas</b>   |  |
| Comunicación Social                    | Desde el 05 de julio   |
| Derecho                                | Desde el 05 de julio   |
| Psicología                             | Desde el 05 de julio   |

