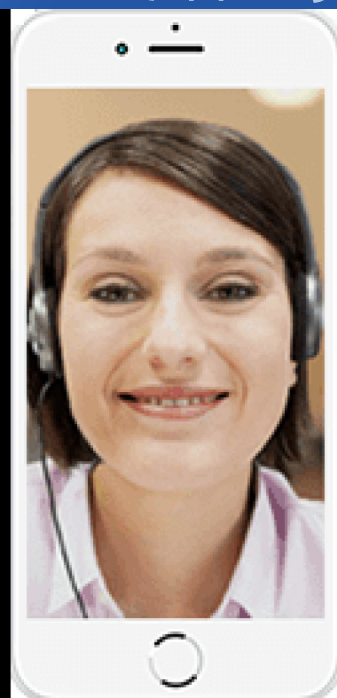


Cúcuta Segundo Semestre
2020

Aiuna

BOLETÍN
INFORMATIVO

ISSN: 2744-8096



Cúcuta Segundo Semestre
2020

Aiuna

**BOLETÍN
INFORMATIVO**

ISSN: 2744-8096

COMITÉ EDITORIAL

LUISA LORENA RAMÍREZ NOVOA
gruposysemilleros@cucuta.udes.edu.co
El Bosque, Avenida 4 10N-61
Tel: 5791008 Ext. 225-227

ZULMARY CAROLINA NIETO SÁNCHEZ
coordinvestigaciones@cucuta.udes.edu.co
El Bosque, Avenida 4 10N-61
Tel: 5791008 Ext. 225-223

DIAGRAMACIÓN

JESÚS REINALDO RINCÓN CARRILLO
visibilidad@cucuta.udes.edu.co
El Bosque, Avenida 4 10N-61
Tel: 5791008 Ext. 225

TABLA DE CONTENIDO

Artículos	1-2
Comunidad UDES	3-7
Estudiante destacado	8-10
Eventos	11-14



ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS Y JÓVENES

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la actividad física como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía o gasto energético por encima de los niveles de reposo” (1). Por tanto, existen múltiples formas de realizarla durante las diferentes actividades diarias de las personas y acompañada de otros hábitos de vida como una dieta saludable, constituyen la mejor herramienta de los niños y jóvenes para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles como la hipertensión arterial sistémica, eventos cardiovasculares y cerebrovasculares, diabetes y osteoporosis entre otros en la edad adulta.

En Colombia según datos del Análisis de la Situación de Salud 2018 (2), el 65.4% de las atenciones en salud entre el año 2009 y 2018, fueron por enfermedades crónicas no transmisibles, siendo la primera causa de atención a partir de la infancia en el país. Es así que para la población entre 6 y 11 años se reporta que las enfermedades no transmisibles causaron el 55.8% de las atenciones, para el grupo de edad entre 12 y 18 años el 60.10%, para el grupo entre 18 y 24 años 59.10% y para el grupo entre 27 y 59 años 74.02%.

Esta problemática se incrementa con hábitos de vida sedentarios y bajos niveles de actividad física, como consecuencia de lo anterior la población no alcanza los niveles mínimos recomendados de actividad física diaria. Situación que se considera un problema de salud pública y dentro de sus causas se encuentra el uso inadecuado y prolongado de la tecnología, el uso de transporte vehicular o público para los desplazamientos cortos, la inseguridad, entre otros (3). Estos aspectos acompañados de una dieta poco saludable incrementan el sobrepeso y la obesidad en la población desde la infancia.

En atención a lo anterior, la OMS (4) emite recomendaciones para la actividad física acorde a la edad con base en la evidencia científica. Para la población de 5 a 17 años sugiere acumular un mínimo de 60 minutos diarios en actividades moderadas o vigorosas de juego, deporte, desplazamientos, educación física, ejercicios programados. Adicionalmente se sugiere realizar fortalecimiento muscular al menos 3 días a la semana lo cual contribuye al fortalecimiento del sistema óseo. Las actividades que se propongan deben ser del agrado de los niños, apropiadas para la edad y variadas.

Para personas mayores de 18 años se debe acumular un mínimo de 150 minutos semanales de actividad física aeróbica moderada, o 75 minutos de actividad física aeróbica vigorosa en actividades recreativas o de ocio, desplazamientos cortos, tareas domésticas, juegos, deportes etc.

Es así como los investigadores del Programa de Fisioterapia de la Universidad de Santander, vinculados al

ARTÍCULOS

Grupo de investigación Entropía de la Facultad de Ciencias de la Salud trabajan en el tema hace varios años, tanto en el diagnóstico de la situación en población preescolar y escolar, como en el diseño e implementación de programas que promuevan la actividad física. Como resultado de estas investigaciones se ha determinado que la promoción de la actividad física y el cumplimiento de las recomendaciones dadas por la OMS desde la primera infancia requiere un compromiso de los actores sociales involucrados en su atención integral y permite el desarrollo de hábitos de vida saludables que impactarán favorablemente la salud (5). Respecto a la actividad física de los escolares se mide en niveles, catalogados como inactivo, poco activo, moderadamente activo, muy activo y extremadamente activo. Para poder identificarlos se ha utilizado el cuestionario de uso libre PAQ-C (Physical Activity Questionnaire for Children), que mide la actividad física realizada en los últimos 7 días, contiene 9 preguntas sobre la actividad física en la escuela, en el tiempo libre y la práctica de deportes y juegos (6).

Los resultados en población escolar de 9 a 12 años han identificado que es moderadamente activa, pero disminuye a medida que aumenta la edad y en general los niños son más activos que las niñas. Así mismo se ha evidenciado que los niños son más activos en el tiempo libre cuando realizan juego activo y deporte. En cuanto al hogar la actividad física depende de las actividades extracurriculares o labores a desarrollar y en la escuela se ve influenciada por las horas semanales asignadas que generalmente son 2 por semana (7).

Acorde a estos estudios, los investigadores continúan

trabajando en la identificación de los niveles de actividad física en los escolares de colegios públicos y privados de forma que sea posible identificar la situación en la población escolar de Cúcuta como línea de base para promover programas de actividad física y estilos de vida saludable que impacten a los educadores y a las familias.

REFERENCIAS

- (1) Organización Mundial de la Salud. Actividad Física. [Internet] s.f. [citado 10 jul 2020]. Disponible en <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- (2) Colombia. Ministerio de Salud y protección Social. Análisis de la Situación de Salud en Colombia 2018. [Internet] 2019 [citado 10 jul 2020]. Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/asis-colombia-2018.pdf>
- (3) Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. [Internet] s.f. [citado 11 jul 2020]. Disponible en https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/
- (4) Organización Mundial de la Salud. Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. [Internet] [citado 11 jul 2020]. Disponible en https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf?ua=1
- (5) París O., Álvarez N., Calvo V. Actividad física en instituciones de atención integral a la primera infancia. [Internet] 2019 [citado 11 jul 2020]. Revista de Salud Pública, [S.l.], v. 21, n. 4, p. 1-7, jul. 2019. ISSN 2539-3596.
- (6) Herazo-Beltrán, A., Domínguez-Anaya, r. Confiabilidad del cuestionario de actividad física en niños colombianos. Rev. Salud pública. 2012; 14(5): 802-809.

ARTÍCULOS

<https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/78694>

(7) Álvarez N., Cárdenas L., Atehortúa W. Asociación entre nivel y dominios de actividad física en escolares de 9 a 12 años. [Internet] 2020 [citado 11 jul 2020]. Revista de Salud Pública, [S.l.], v. 22, n. 1, p. 1-7, feb. 2020. ISSN 2539-3596. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/77760/75210>.

Gloria Cecilia Carrascal Jácome
Olga María París Pineda
Lisette Katherine Cárdenas Sandoval

Docentes Programa de Fisioterapia



LA UDES FRENTE AL COVID Y LA SALUD MENTAL

Las circunstancias actuales han llevado a la humanidad a procesos de transformación sorprendentes que no dan espera. Un día transcurría con normalidad y a la mañana siguiente, se tomaban medidas preventivas y de bioseguridad para el afrontamiento de la pandemia. Un cambio drástico que afectó nuestras rutinas, nuestro trabajo y nuestra relación con los demás.

Estudios de la Organización Mundial de la Salud demuestran que esta pandemia ha afectado de manera significativa la salud mental.

Y usted que está leyendo este artículo, muy seguramente durante estos meses, ha pasado por situaciones de estrés, miedo, tristeza y soledad, que dependiendo de las circunstancias terminan en casos de ansiedad y depresión que requieren de un manejo especializado. No es para menos, los estudios de casos desarrollados en Bienestar Institucional de la Universidad de

ARTÍCULOS

Santander Campus Cúcuta, han evidenciado que los docentes, administrativos y estudiantes han tenido dificultades en sus procesos de adaptación a esta nueva modalidad de trabajo virtual y remoto.

Manifiestan sentir más agotamiento, frustración, y una sensación de impotencia frente a situaciones como la conexión con el internet, la imposibilidad de establecer un contacto directo con las personas y el cumplir con varios roles dentro de la casa, en donde hay que atender las necesidades de la familia, convertir el comedor en oficina y atender todo al mismo tiempo.

La incertidumbre, el temor y la tristeza son emociones muy presentes en este tiempo de pandemia y es válido experimentarlas y permitir que nos conecten con la humanidad. De manera frecuente y por mandato cultural, los seres humanos evadimos las mal llamadas emociones negativas, las cuales de manera directa conectan al ser, con ese “YO”, poco aceptado y reprimido. Pero es precisamente la validación y el reconocimiento de dichas emociones, lo que conlleva al desarrollo de la creatividad y al descubrimiento o redescubrimiento de un sinnúmero de potencialidades humanas.

Es por ello que la UDES, desde el ejercicio mismo de la comprensión, la empatía y la compasión, se ha propuesto la tarea de generar con la comunidad educativa un ejercicio de confrontación desde el amor y el respeto para el mejoramiento de la salud mental. Cada una de las estrategias han sido pensadas para acompañar a todos sus miembros a preguntarse de manera frecuente “¿Qué tesoro oculto puedo encontrar en la

situación actual?”. Definitivamente es un tema de decisión personal y de manera positiva se ha visto cómo un gran porcentaje de la población ha decidido dar ese paso hacia la búsqueda de la comprensión más amplia y transformadora que le permitirá adaptarse a las nuevas circunstancias sin poner en riesgo su salud mental.

Al asumir este reto transformador, se puede observar con orgullo el crecimiento de una comunidad educativa, en la cual los docentes comprendidos asumen su verdadero rol en la vida de sus estudiantes, reflexionando sobre la importancia de traspasar el método de transmisión exclusiva de conocimiento y permeado cada una de sus clases con la expresión íntegra de su ser y su pasión por su quehacer profesional. Los directivos y administrativos desarrollan deferentes habilidades técnicas, profesionales y humanas, las cuales permiten la conexión oportuna y permanente entre toda la familia UDES, lo que genera la constitución de redes de apoyo fortalecidas tanto para estudiantes, padres de familia y docentes. Los estudiantes, la razón de ser de la Universidad, valoran cada esfuerzo realizado por sus docentes, directivos y administrativos, puesto que han experimentado el calor humano que tan difícil se creía que se iba a lograr desde la virtualidad.

La familia UDES cien por ciento transformada, elogia a cada uno de sus miembros por tan invaluable compromiso tanto con la institución, como con ellos mismos, sus familias y el medio ambiente. Hoy sin duda alguna, se puede sostener que cuando esta gran comunidad, tenga la oportunidad de reencontrarse en presencia, tendrá más palabras sentidas desde el corazón y muchos más abrazos desde el alma, porque se ha logrado avanzar en el camino del redescubrimiento humano, el cual no termina y se ha constituido en el reto permanente de la UDES campus Cúcuta.

Indira Villa Belluci
Docentes Bienestar Institucional

COMUNIDAD UDES

¿IMPACTÓ EN SU SALUD FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONAL, EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL CON RELACIÓN A LA NO PRESENCIALIDAD EN LA UNIVERSIDAD?
QUÉ SUGIERE DESDE SU EXPERIENCIA PARA AFRONTAR ESTA SITUACIÓN



Yenni Magaly Moreno Sánchez
Directora Programa de Enfermería

Para todas las personas el distanciamiento social en su primer momento represento un concepto nuevo y todos lo afrontamos de forma distinta. En mi caso el primer impacto fue en cómo organizar mi casa para que el espacio familiar no se viera afectado por el hecho de tener que combinar las funciones de esposa, madre y trabajadora al mismo tiempo, esta organización implicaba una mayor carga mental para que toda la familia pudiera desarrollar sus actividades de forma adecuada. Con el paso del tiempo la sobrecarga mental y tal vez el esfuerzo físico por el requerimiento de más horas frente a las herramientas TIC generaron una sobrecarga que de alguna manera repercutió en los procesos físicos y mentales.

Esta sobrecarga impactó la salud mental, el cambio en el patrón del sueño, la sensación de agotamiento, las múltiples reuniones y algunas al mismo tiempo, me llevaron a organizar aún más el plan trazado para el desarrollo del semestre y que este no afectara también a mi familia. El apoyo del equipo de trabajo y de mi familia permitieron que todo se desarrolle de la mejor manera y que esta adaptación a trabajo desde casa sea lo más agradable y satisfactorio.



Luis Fernando Dávila
Tutor Semillero SEMICOMEX

En el periodo 2020-B, la situación de confinamiento y necesidad de establecer el distanciamiento como una medida para preservar la vida y bienestar colectivo, ha repercutido notoriamente en todas las actividades, principalmente en el ámbito educativo. En mi caso, la situación se ha tornado hostil, es un cambio abrupto a los hábitos que se venían establecimiento cotidianamente donde se mantenía un régimen deportivo, de interacción e intercambio, donde la presencia en la Universidad era fundamental para concebir temas formativos y la constante afiliación con la institución y los estudiantes. Sin duda, estos cambios han desestabilizado algunas funciones físicas, pareciera que el confinamiento y la incapacidad de acercarnos a los estudiantes y tener encuentros presenciales, ha generado un desequilibrio en las funciones biológicas, alteraciones del sueño e incluso presencia en ocasiones de estrés y ansiedad.

COMUNIDAD UDES

¿IMPACTÓ EN SU SALUD FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONAL, EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL CON RELACIÓN A LA NO PRESENCIALIDAD EN LA UNIVERSIDAD? QUÉ SUGIERE DESDE SU EXPERIENCIA PARA AFRONTAR ESTA SITUACIÓN

La presencia en la institución por lo general era una experiencia motivadora, genera dentro de la profesión el interés por investigar, aprender cada día, preparar las clases, que por lo general podrían establecer una interacción inmediata y procurar aprendizajes significativos en el estudiante, la correlación de la atención de los planteamientos de los docentes, porque en ocasiones los vacíos de aprendizaje son evidentes, los estudiantes no toman los contenidos con empeño de aprender sino por el contrario como un cumplir, y eso lastimosamente no es lo que queremos dentro de la institución.

La sugerencia que establecería, estaría ligada a fomentar espacio interactivo con frecuencia presencial, siguiendo los protocolos de bioseguridad, a fin de lograr captar el interés de los estudiantes. Si bien es cierto, que la virtualidad ha servido como una experiencia significativa que permite avanzar en el tiempo, aun en medio de estas emergencias sanitarias, también es cierto, que para alcanzar las metas formativas, se requiere

que los estudiantes estén formados para cubrir las expectativas, por lo cual, la apropiación de estrategias de aproximación a la universidad mediante un cronograma particular podría incentivar a los estudiantes a aprender más y asumir el nivel de compromiso necesario para su perfil profesional.



Yaneth López Rangel
Docente Investigador

Desde la experiencia frente al COVID – 19, hay que hacer reflexiones de cómo se ha enfrentado, afrontado y confrontado este fenómeno a nivel personal y que sin quererlo ha afectado en la gran mayoría de personas su calidad de vida en cuanto al equilibrio entre expectativas, esperanzas, sueños y realidades.

En mi rol profesional como psicóloga clínica y de la salud, considero que este es un tema de estudio muy interesante, saber si en verdad contamos con la capacidad para afrontar sucesos vitales como fue este confinamiento para adaptarnos o ajustarnos a estas condiciones atípicas que han impactado de una u otra manera en nuestra vida personal, familiar, profesional y social, el cual se encuentra estrechamente conectado con determinados indicadores biológicos, psicológicos, sociales y conductuales.

Ahora bien, es importante resaltar que la calidad de vida se compone de indicadores objetivos e indicadores subjetivos (presentes en la interacción social y en nuestra experiencia personal), por lo que cuando existe una crisis como la vivida por la pandemia, las metas, expectativas y esperanzas se ven afectadas o modificadas (Calman, 1987). Por otro lado, Gómez, Barrera y Cruz

COMUNIDAD UDES

¿IMPACTÓ EN SU SALUD FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONAL, EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL CON RELACIÓN A LA NO PRESENCIALIDAD EN LA UNIVERSIDAD?
¿QUÉ SUGERE DESDE SU EXPERIENCIA PARA AFRONTAR ESTA SITUACIÓN?

(2007) proponen otra perspectiva ligada al bienestar psicológico, refieren la importancia del factor subjetivo que tiene este, la forma en que se evalúa dicha situación crítica, desde lo cognitivo, lo afectivo y el accionar, tomando en cuenta cuatro componentes: satisfacción con la vida; afecto positivo; afecto negativo y satisfacción con dominios importantes de la propia vida.

En este orden de ideas, al presentarse una situación o crisis que representa un riesgo para la calidad de vida o el bienestar psicológico, se pueden presentar síntomas de estrés o exacerbar alguna condición que ya se encontraba presente. Semmer, McGrath y Beehr (2005) explican que el estrés está presente, siempre y cuando: (1) haya una expresión verbal donde se declare el estar estresado o sobrecargado, (2) muestra signos observables que evidencian un estado de nerviosismo, ansiedad, reacciones defensivas, huye o toma actitudes similares, (3) muestra signos fisiológicos como el aumento de frecuencia cardíaca, presión arterial, niveles hormonales, etc. La combinación e intensidad con la que se presentan dichos síntomas sirve como indicador de la valoración que le da la persona a la ocurrencia de un evento estresante o en un caso a la exposición a un estresor.

Tal es el caso, de los docentes universitarios, porque son varios factores los que inciden; aparte de lidiar con el confinamiento de la familia, también ayudar a los estudiantes a asumir una actitud resiliente para que no se vea afectada su salud mental; en mi experiencia personal y profesional es importante fortalecer los recursos psicológicos que permitan vivenciar, afrontar y confrontar esta situación crítica de una manera saludable, armónica y tendiente a apoyarse en ejercicios noéticos que potencialicen el aspecto espiritual, psicológico y físico; porque soy una convencida que si una persona está bien, los que se encuentren a su alrededor también lo estarán.



Mónica Fuentes Liévano
Directora Programa Terapia Ocupacional

En el SA-2020 sucedió un hecho inesperado e imaginable que nos cambió la vida a toda la humanidad, en un abrir y cerrar de ojos conocimos del virus Covid -19 que pronto se convirtió en pandemia, transformando nuestras vidas en todos los contextos personal, familiar, laboral, social, económico, entre otros. Ejerciendo tal poder de cambio que nos restringió la posibilidad de salir, vernos, abrazarnos, visitarnos, de continuar trabajando, en aquello que podíamos hacerlo. Por primera vez sin distinción de país, raza, credo, política y status, la afectación del virus nos podía llevar a una complicación respiratoria, llevarnos a la unidad de cuidados intensivos, al manejo de secuelas y hasta la muerte. Hoy después de 6 meses, de esta difícil situación, enfrentamos la pérdida de grandes personajes del sector salud, amigos, compañeros de trabajo, vecinos que nos dejaron un enorme vacío.

COMUNIDAD UDES

¿IMPACTÓ EN SU SALUD FÍSICA, MENTAL Y EMOCIONAL, EL DISTANCIAMIENTO

SOCIAL CON RELACIÓN A LA NO PRESENCIALIDAD EN LA UNIVERSIDAD?

QUÉ SUGIERE DESDE SU EXPERIENCIA PARA AFRONTAR ESTA SITUACIÓN

Por lo tanto, sí, la vida nos cambió; no nos imaginábamos cual iba a hacer su impacto. El país, el sector productivo y la informalidad paralizada, grandes despidos y pérdidas económicas, a nivel personal y familiar generó cambios en las relaciones interpersonales unas se estrecharon, otras se distanciaron y el conflicto llegó hasta la violencia. El confinamiento, el aislamiento y la soledad pasaron factura a la salud física y mental de todos, generando irritabilidad, ansiedad, labilidad emocional, trastornos de sueño y alimentación, pérdida de rutinas, sobrecarga con las labores hogareñas, el cuidado de los niños en casa, con el acompañamiento de sus padres en las clases virtuales y el tiempo sin control, llevándonos a trabajar más de 12 y 20 horas sin parar.

Entonces, la pregunta es ¿Cómo se logró el Trabajo en Casa, además de las otras actividades también asumidas por esta pandemia? gracias a la tenacidad, valentía, esfuerzo, capacidad adaptativa, resiliencia del ser humano que habita en el colombiano, símbolo de transformar la adversidad con el valor y entereza de un guerrero que a pesar de todo busca ser feliz, con la esperanza de que todo puede ser mejor mañana.

En mi casa UDES, después de haber finalizado un semestre complejo, pero con sentimientos de victoria, con cambios radicales como fue pasar de un día para otro de la modalidad presencial a una remota en un 100 %, dejar actividades pendientes por no permitir procesos de práctica en la formación, el aplazamiento de muchas de las funciones investigativas y de extensión, nuestra familia siguió en pie, garantizando los procesos for-

mativos con calidad, manteniendo una estrecha comunicación y ofreciendo a su comunidad el ánimo y motivación para no desfallecer en el intento.

Como siempre lo he dicho, después de la tormenta viene la calma, y si bien es cierto esta pandemia no ha terminado, nos permitió crecer como institución, transformar las dificultades en oportunidades, consolidar un trabajo entre los campus de la UDES, obtener el reconocimiento de un trabajo acelerado en el manejo de las Tics al igual que los aportes de las prácticas formativas desde el Tele salud, tele orientación en salud y tele apoyo en las diversas áreas de intervención.

Sólo me queda decir que esto no finalizará pronto, que debemos aprender a convivir con la incertidumbre, a prepararnos y a estar dispuestos a ser cada día más humanos, abrimos a la innovación y aceptar las cegueras del conocimiento, como nos la refirió hace unos años Edgar Morin.

ESTUDIANTE DESTACADO



Sara Valderrama, Jairo Moncada

Bacteriología y Laboratorio Clínico
Semillero: CUDLAVI

Mensaje de los estudiantes:

Hace cuatro años comenzamos esta aventura de formarnos como profesionales en Bacteriología y Laboratorio Clínico, cuya carrera está estrechamente ligada al campo de la investigación, a medida que iban pasando los semestres, nos dimos cuenta la importancia de participar en los eventos de investigación que la Universidad nos ofrecía, y comenzó a crecer en nosotros el gusto por ser parte de aquellos que buscan darle solución a los diferentes problemas que a diario presenta la comunidad, es por ello que el primer paso fue hacernos parte del semillero de investigación CUDLAVI, liderado por la docente Karina Ríos, la cual nos acogió de la mejor forma posible y junto con sus conocimientos fuimos profundizando aquellos aprendidos en las aulas de clase, con el paso del tiempo esto nos fue forjando como investigadores, razón por la cual reiteramos que es de vital importancia para el profesional, no solo en el área de la salud, sino en general, llevar consigo mismo ese espíritu de investigador, lo cual se logra en principio participando en los semilleros y sus diferentes encuentros organizados por la academia, como el VI Encuentro Regional de Semilleros de Investigación de la REDCOLSI, en el cual participamos y de la cual podemos decir que ha sido una de las experiencias académicas

más gratificantes para nosotros, en el cual logramos interactuar con diferentes apasionados de la investigación y lo más importante, pudimos dar a conocer el proyecto de investigación en el cual estábamos trabajando.

Finalmente agradecemos a todas las personas que han sido parte de este proceso formativo, como nuestros familiares, amistades, a la Universidad de Santander y principalmente a nuestra tutora, la cual nos acompañó en todo momento y siendo pieza clave en este transitar, de igual extender la invitación a toda la comunidad estudiantil a que saque provecho de estos espacios extracurriculares y a que hagan parte de los diversos semilleros de investigación de la universidad, para que como nosotros puedan vivir esta experiencia tan enriquecedora para la vida profesional.

Mensaje del tutor:

La función de Cudlavi es darles a sus miembros las herramientas necesarias para potenciar capacidades específicas reconocidas en cada uno a su llegada, orientadas al trabajo con y para la comunidad. Cada estudiante tiene la posibilidad de aportar mejoras a su proceso de formación investigativa; razón por la cual, es muy gratificante presenciar la evolución de cada uno de los jóvenes y verlos convertidos en entes generadores de cambio social, académico e investigativo.

Sara y Jairo desde su llegada a Cudlavi demostraron alto nivel de compromiso y pertenencia hacia el semillero. Reconozco como tutora a dos seres extraordinarios con grandes capacidades aún por explorar, lo cuáles de proponerse continuar por el camino de la investigación en enfermedades infecciosas, pueden llegar muy lejos.

ESTUDIANTE DESTACADO

Poseen la capacidad de cuestionamiento propia de lo potenciales investigadores y como equipo han logrado complementar muy bien sus fortalezas, transformando también sus debilidades como elementos a favor. No es de extrañar el excelente desempeño presentado en el último encuentro de semilleros por lo que auguramos alcanzarán más logros producto de su esfuerzo y dedicación.

Karina Rios
Tutora Semillero CUDLAVI



Krisvel M. Díaz Sánchez, Marián L. Cristancho Durán.

Bacteriología y Laboratorio Clínico
Semillero: RADIJAC

Mensaje de los estudiantes:

En este punto de nuestra carrera profesional queremos dar a conocer una parte de la experiencia que fue ser integrantes del semillero RADIJAC, donde tuvimos la oportunidad de ampliar nuestros conocimientos con el objetivo principal de crecer como personas y también como excelentes profesionales. El proyecto de investigación no solo implicó un proceso lleno de etapas, sino

también de esfuerzo para lograr alcanzar las diferentes metas propuestas desde el principio de este, el cual tuvo como enfoque formular una propuesta innovadora en el área de biotecnología, logrando participar en el Encuentro Regional y Nacional de la RedColsi.

Gracias a nuestra participación en estos encuentros pudimos experimentar cómo, con esfuerzo y dedicación se puede avanzar hasta obtener excelentes resultados, no solo a nivel práctico en el laboratorio sino también en la manera como expresas o comunicas los avances obtenidos frente a un público y lo más importante, siempre con el apoyo de nuestra tutora Claudia Díaz, quien con su esfuerzo y dedicación ha sido una pieza fundamental para sacar adelante este proyecto. A ella, damos las gracias infinitas por tener fe en nuestras capacidades.

Finalmente, damos gracias a esta experiencia por todos los conocimientos y herramientas adquiridas entre ellas el hablar en público o como tal realizar una ponencia de calidad pero sobre todo por permitirnos afianzar nuestros lazos de amistad, la satisfacción del deber cumplido y la vivencia de nuevas experiencias que sin duda alguna dejarán una huella imborrable en nuestra etapa universitaria y nada más queda darle gracias a Dios y a nuestros padres por apoyarnos en todos estos éxitos obtenidos y en los que vendrán.

Mensaje del tutor:

Pese a todas las circunstancias, buenas y no tan buenas que ha traído consigo esta pandemia, es de resaltar, el entusiasmo y el empeño que nuestros estudiantes de semilleros han puesto para el desarrollo de sus proyectos. Tal es el caso del semillero Radijac que año tras año con sus propuestas de investigación busca apostarle a la innovación y el desarrollo de la región nortesantandereana. De ahí la importancia de conocer muy de cerca los planes de desarrollo y las necesidades reales de la

ESTUDIANTE DESTACADO

región; solo de esta manera es como el semillero Radijac ha llegado a ser asertivo a la hora de formular propuestas de gran valor agregado para la región, lo que ha permitido su permanencia cada año en los diferentes eventos tanto regionales como institucionales y lo que ha trazado un camino de reconocimiento no solo para el semillero sino también para el programa de Bacteriología y L.C.

Claudia Elizabeth Díaz Castañeda
Tutora Semillero RADIJAC



Camilo Duarte, Heilen Sanabria

Enfermería
Semillero: [SEJISAP](#)

Mensaje Camilo Duarte:

Mi experiencia en el semillero comenzó desde el 2do o 3er semestre, pero solo estuve un semestre colaborándole a algunos compañeros. Luego ingreso por la invitación de la profesora Zulmary Nieto, quien en ese momento era mi tutora de investigación de la tesis para graduarnos como enfermeros. Ella, nos aclara que allí podríamos tener más ayuda de demás docentes para darle conclusión o finalizar nuestra investigación, ya que era una tesis que era muy poco vista por el programa de Enfermería; o sea, fue el primer insumo que se pudo entregar por parte de Enfermería en la parte de calidad

académica. Entonces, vamos a la primera reunión; es una reunión muy dinámica donde nos presentamos, hicimos diversos juegos y luego comenzamos a debatir sobre investigaciones, sobre encuentros, y allí pues nos colaboró mucho la profe Zulmary. En ese momento la jefe Isabel Soledad nos colaboraba con SEJISAP. Ahí concluimos la tesis con el apoyo de ellas. En 2020-B participamos también en unas ponencias locales de la universidad y siento que nos fue muy bien. Por parte mía no fue la primera experiencia con demás investigadores propiamente dicha o con profesionales en investigación, en el colegio donde me había graduado, hacíamos ese tipo de eventos; ya había participado en el grupo de Semilleros del colegio. Para mis compañeros sí fue la primera vez; pero fue una experiencia muy enriquecedora. Los jurados que nos tocaron en ese momento y la tutoría que teníamos nos ayudó muchísimo, nos dio mucha confianza. Se llevó todo de la mejor manera y hubo un excelente proceso de comunicación. Siento que fue una experiencia muy chévere. Definiría el éxito de los semilleros con tres palabras clave: comunicación, compromiso y responsabilidad por parte de los profesores y estudiantes. Para el mejoramiento en la gestión de los semilleros en la universidad, cuando estábamos en presencialidad era muy chévere porque las reuniones se hacían mucho más seguido, se hacía de una forma más dinámica. En este tema de la virtualidad no sentí tanto acompañamiento como anteriormente; yo creo que mejoraría eso, hacer que la forma virtual sea con más seguimiento y más encuentros.

Mensaje Heilen Sanabria:

Estar en los semilleros, ha sido una experiencia muy bonita. Yo siempre he tratado de estar en semillero y

ESTUDIANTE DESTACADO

hay una diferencia muy grande entre quien está y el que no está en un Semillero, porque uno aprende se motiva mucho para poder investigar. Lo motivan mucho a uno en el proyecto de investigación. He visto compañeros que no han estado en investigación y le piden a uno ayuda o asesoría en cuanto al proyecto, lo cual uno ya sabe porque ya ha pertenecido al Semillero, en el cual se enseña acerca de la metodología, el marco teórico. Con mi compañera Paola, entráramos a participar en el concurso de investigación decidimos ponernos a realizar las diapositivas respecto a lo que ya teníamos del planteamiento del proyecto y la justificación, porque aún era un proyecto en curso en el cual no teníamos aún los resultados, pero íbamos a presentar la propuesta. Fue muy bonito porque la Covid-19 es una enfermedad que se desarrolló a partir de diciembre de 2019, entonces, es muy interesante porque mucha gente está realizando estudios en cuanto qué es la Covid-19 y cómo puede afectar a los individuos alrededor del mundo. Nosotras nos enfocamos en la percepción del estudiante en cuanto a cómo se vieron afectados durante la pandemia; como futuros profesionales cómo nos vimos afectados durante la pandemia ante estas eventualidades que ocurrieron, porque es diferente hacer las prácticas presenciales a hacerlas en la casa por medio de un computador. Entonces es muy bueno plantearnos este tema porque nosotros como programa de Enfermería tenemos mucho énfasis en estas enfermedades. Es muy importante que los compañeros investiguen en cuanto a las enfermedades que se generan a raíz de la Covid-19; se desencadenan muchas cosas a raíz del encierro, como la ansiedad, estrés, insomnio. Pero también las personas que no han tenido la enfermedad pueden verse afectadas en la salud mental. Con este proyecto se rescata y analiza la vivencia del estudiante,

y la nueva representación que tiene ante la sociedad. Es muy motivante investigar en el área de la salud y en cualquier área, porque la investigación es la base del conocimiento. Mostrarse ante otros me parece gratificante, me satisface que nuestro proyecto sea visible en otras instituciones.

Mensaje del tutor:

Inicio manifestando que soy maestra por vocación, amo mi profesión y por ello, disfruto compartir con mis estudiantes y compañeros docentes. Cuando, inicié en la universidad, fui escogida como tutora del Semillero SEJISAP del programa de Enfermería, reto que asumí con responsabilidad y compromiso. Los semilleros de investigación, innovación y creación de la universidad constituyen en una estrategia de investigación formativa orientada al fomento de capacidades y competencias científicas e investigativas en los estudiantes, que fijan las bases para planificar, diseñar, gestionar y ejecutar investigaciones científicas o de creación; asimismo, desarrollar una actitud reflexiva y crítica para la construcción de soluciones a los retos de la sociedad y al fomento del desarrollo territorial.

Los estudiantes son los actores principales del semillero, se consideran como promotores y difusores del proceso investigativo. Las potencialidades científicas y el grado de motivación hacia el trabajo desarrollado por este, al igual que la demostración de respeto, tolerancia y capacidad de trabajo en equipo han permitido alcanzar los logros reflejados en sus participaciones en los distintos Encuentros institucionales, regionales y nacionales.

Las expectativas se han cumplido, los estudiantes han fortalecido sus competencias investigativas, comunicación asertiva e interacción efectiva en diferentes contextos, trabajo en equipo, uso de herramientas tecnológicas, distribución del tiempo, planeación,

implementación, evaluación, seguimiento y sistematización de procesos, además fundamentación teórico-práctica desde las capacitaciones recibidas, el trabajo de autoformación y mi rol como tutora en la formación situada.

La experiencia ha sido maravillosa considerando que se logró la participación en eventos regionales y nacionales e internacionales de REDCOLSI Colombia. Las dificultades encontradas producto de la pandemia, fueron subsanadas sobre la marcha, tratándose que el uso de distintas plataformas, escenarios virtuales, y nuevas condiciones, se resolvieron satisfactoriamente.

Zulmary Carolina Nieto Sánchez
Tutora Semillero SEJISAP

EVENTOS

VI ENCUENTRO DEPARTAMENTAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN



REDCOLSI

NORTE DE SANTANDER

VI ENCUENTRO REGIONAL Semilleros de Investigación 2020

El Comité Ejecutivo Nodal (Nodo Norte de Santander) de la Fundación Red Colombiana de Semilleros de Investigación, llevó a cabo los días 7, 8, 9 Y 10 de octubre de 2020, a través de las plataformas virtuales de todas las Instituciones del Nodo Norte de SANTANDER, el VI ENCUENTRO DEPARTAMENTAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN, bajo el lema “La investigación formativa pilar esencial en el aprendizaje de los estudiantes”. En este evento nuestra alma mater UDES- Cúcuta tubo la participación de 33 proyectos en sus distintas modalidades representados por lo Semillero RADIJAC, CUDLAVI, BIOCENCIAS, DOLLY, SINAPSIS, EXPLORADORES, VISIONARIOS, SEJISAP, DIME, RESIDE, ORUGAS y SITO.

En este encuentro los semilleros RADIJAC y CUDLAVI obtuvieron los más altos puntajes. Felicitaciones a todos los tutores y a sus estudiantes por permanecer en la búsqueda de conocimiento y en el fortalecimiento de la gestión investigativa. Y muy especialmente, los elogios para los estudiante y tutores de los proyectos ganadores.

PROYECTO	SEMILLERO
Efectividad de diferentes formulaciones sobre la calidad organoléptica de una bebida estimulante a base de café molido tostado y harina de pleurotus ostreatus.	RADIJAC
Actividad citotóxica y acanthamoebicida del aceite esencial de myrcianthes leucoxylla.	CUDLAVI
Presencia de vibrio sp, clostridium sp, campylobacter sp y yersinia spp como endosimbiontes de amebas de vida libre aisladas de agua de diez puntos de muestreo de los ríos Zulia y Pamplonita, 2019-2020.	CUDLAVI
Desarrollo de un bloque nutricional a base de harina de codornaza y candida utilis como alternativa de alimentación para conejos.	RADIJAC
Presencia de staphylococcus spp, salmonella spp y bacillus cereus como endosimbiontes de amebas de vida libre de los ríos pamplonita y el Zulia, 2019-2020.	CUDLAVI
Evaluación de la actividad antibacteriana y antimicótica de extractos de perseá americana (aguacate) variedad choquette sobre el crecimiento de microorganismos causantes de infecciones urinarias: escherichia coli, proteus mirabilis, klebsiella sp, candida.	BIOCENCIAS
Acanthamoeba spp como hospedero de helicobacter sp en diferentes tipos de agua de Cúcuta, norte de Santander, 2018-2018.	CUDLAVI
Niveles de osmotolerancia y termotolerancia de amebas de vida libre aisladas de aguas recreativas del área metropolitana de Cúcuta, 2018-2019.	CUDLAVI
Termotolerancia in vitro de amebas de vida libre aisladas de ambientes hostiles de norte de Santander.	CUDLAVI
Actividad antiprotozoaria de tres tipos de vinagre sobre aislamientos de blastocystis spp de muestras humanas y ambientales de la ciudad de Cúcuta, 2020.	CUDLAVI
Determinación del estado serológico para igg e igm frente a toxoplasma gondii y factores de riesgo relacionados, en gestantes de primer trimestre atendidas en una institución de salud de Cúcuta, Colombia, en el año 2018.	DOLLY
Amebas de vida libre y bacterias endosimbióticas en agua de consumo del área metropolitana de Cúcuta, 2018.	CUDLAVI
Evolución de la terapia neurocognitiva de peretti en el tratamiento de pacientes con secuelas de accidente cerebrovascular: una revisión documental.	SINAPSIS
Identificación de prácticas medioambientales de los jóvenes universitarios de la ciudad de Cúcuta con miras a la culturización y sensibilización desde la gestión del marketing ambiental.	EXPLORADORES
Propuesta de sistema de salvamento para escape de altura en el edificio chitateros de la universidad de Santander campus Cúcuta.	VISIONARIOS

EVENTOS

Imaginario social de los conceptos de cuidado y salud en estudiantes del primer semestre de enfermería universidad de Santander? 2019.	SEJISAP
Propuesta de un sistema de separación, recolección y transformación de residuos sólidos orgánicos domiciliarios para conjuntos residenciales en san José de Cúcuta, norte de Santander.	VISIONARIOS
Relación entre la hemoglobina y el colesterol circulante con la interleuquina il-6 en mujeres pre menopáusicas y postmenopáusicas en la universidad simón bolívar 2019-2020.	BIOCIENCIAS
Determinación del estado serológico para virus de rubéola, citomegalovirus, virus herpes simplex tipo 1/2 y factores de riesgo relacionados, en gestantes de primer trimestre atendidas en una institución de salud en Cúcuta, Colombia, año 2017.	DOLLY
Arte participativo y transformación cultural en espacios urbanos en la ciudad frontera.	DIME
Influencia de la motivación en el desempeño del rol laboral de afrodescendientes víctimas del conflicto armado residentes en Tame, Arauca. 2019-2020.	RESIDE
Análisis de los procesos productivos que influyen en el ausentismo de los trabajadores de las pymes en el sector textil en el periodo 2015-2017 de la ciudad de Cúcuta norte de Santander.	VISIONARIOS
Determinación de la prevalencia de parásitos intestinales en manipuladores de alimentos del plan de alimentación escolar (PAE) en norte de Santander, 2019-2020.	ORUGAS
Evaluación de la viabilidad de microorganismos probióticos: lactobacillus rhamnosus y saccharomyces boulardii para el desarrollo de una mezcla en polvo funcional.	ORUGAS
Propuesta de detección y evaluación de signos neurológicos blandos en estudiantes remitidos al programa de éxito estudiantil de la universidad de Santander campus Cúcuta.	SINAPSIS
Evaluación de la calidad microbiológico de harinas de semillas nativas moringa oleífera, plukenetia volubilis, chenopodium quinoa.	ORUGAS
Diagnóstico y diseño de un plan promocional que vincule y active los semilleros de investigación de la universidad de Santander campus Cúcuta.	EXPLORADORES

Estrategia de comunicación para mitigar el estado de depresión en los jóvenes de la ciudad de Cúcuta.	EXPLORADORES
Relación entre hemoglobina, la proteína c reactiva y el citocromo p450 en mujeres pre menopáusicas y postmenopáusicas de la universidad de Santander campus Cúcuta 2019-2020.	BIOCIENCIAS
Determinación de blatem y blactx-m en enterobacteriaceae productoras de blee en aislados clínicos de individuos con infecciones urinarias de la ips loma de bolívar, 2018-2019.	CUDLAVI
Efectividad de la harina de torta de sachá inchi y candida utilis sobre el rendimiento productivo de juveniles de bocachico del catatumbo (prochilodus reticulatus).	RADIJAC
Determinación de características físico químicas in situ en aguas de piscinas de cinco hoteles de san José de Cúcuta año 2019-2020.	ORUGAS
Determinación de la información sensorial del sistema vestibular y propioceptivo que se requiere para el desarrollo motriz en los niños y niñas de 6 meses a 2 años del centro de desarrollo infantil nuevo amanecer Cúcuta.	SITO



VII SEMANA DE DIBULGACIÓN CIENTIFICA

Pese a la situación de pandemia que se vive en el mundo y que nos mantiene en la no presencialidad en las aulas de clase y a los espacios universitarios, la Coordinación De Investigaciones UDES Campus Cúcuta y la Coordinación de semilleros de investigación llevó a cabo la VII SEMANA DE DIBULGACIÓN CIENTIFICA, donde nuestros semilleros tuvieron la oportunidad de dar a conocer sus proyectos de investigación, a la vez que les permitió optar por su participación en el encuentro Institucional de semilleros a celebrarse el próximo lapso académico 2021-A. Este evento contó con la participación de 49 proyectos presentados por los semilleros EXPLORADORES, DOLLY, TISOS, SEMICOMEX, CUDLAVI, VISIONARIOS, DIME, INSPIRA,

EVENTOS

VIDENS, SILPRO, SINAPSIS, SINFI, SIEN, SEJISAP, RADIJAC, ORUGAS, PSIQUE Y CONDUCTA Y SITO. Los semilleros con la mayor puntuación fueron TISOS Y SEJISAP. Felicitaciones a todos los que conforman los semilleros por el trabajo conjunto, característica propia de verdaderos equipos.

TITULO DE LA PONENCIA	SEMILLERO
Aplicación móvil de servicios del turismo en el departamento de Norte de Santander.	TISOS
Representaciones sociales de los estudiantes de enfermería frente al aislamiento obligatorio durante la pandemia Covid -19 Universidad de Santander campus Cúcuta, 2020.	SEJISAP
Factores intervinientes del rendimiento académico de estudiantes de enfermería de la Universidad de Santander, año 2020.	SEJISAP
Desarrollo de un sistema de información para una estación de procesos didáctica basada en sistemas embebidos, software libre y tecnologías industriales.	TISOS
Evaluación del potencial antitumoral del extracto alcohólico de hoja de Moringa oleifera en líneas celulares de Cáncer Gástrico humano en el Laboratorio de Investigación en Ciencias Biológicas de la Universidad de Santander, Campus Cúcuta.	DOLLY
Programa educativo para la inclusión de estudiantes universitarios con discapacidad: estudio de caso - Parálisis cerebral espástica. Fase.	PSIQUE Y CONDUCTA
Habilidades para la vida y estilos de vida saludable en estudiantes de primer y segundo semestre de la universidad de Santander campus Cúcuta.	VIDENS
Presencia de Vibrio sp, Clostridium sp, Campylobacter sp y Yersinia spp como endosimbiontes de amebas de vida libre aisladas de agua de diez puntos de muestreo de los ríos Zulia y Pamplonita, 2019-2020.	CUDLAVI
Evaluación de la actividad antitumoral de los extractos de hoja de <i>Plukenetia volubilis</i> sobre líneas tumorales de Cáncer Gástrico Humano en el Laboratorio de investigación en Ciencias Biológicas de la Universidad de Santander, campus Cúcuta.	DOLLY
Influencia de factores volicionales en los niveles de bienestar y satisfacción con la vida de los adultos mayores pertenecientes a las asociaciones Inquebrantables, Arcoiris de colores, Camino a la vida.	SITO
Presencia e interacción de amebas de vida libre y pseudomonas spp en agua potable tratada envasada de la ciudad de Cúcuta, 2021.	CUDLAVI
La zona económica y social especial (zese) en norte de Santander y sus coyunturas con las zonas francas permanentes.	SEMICOMEX
Serie educativa animada que permita a los niños aprender sobre las problemáticas colombianas presentes en el siglo XXI.	DIME
Desarrollo de una croqueta con adición de harina de Pleurotus ostreatus in vitro como suplemento dietario de uso humano en la universidad de Santander.	RADIJAC
La migración venezolana como factor de desarrollo económico en la ciudad de san José de Cúcuta.	SEMICOMEX
Presencia de Staphylococcus spp, Salmonella spp y Bacillus cereus como endosimbiontes de amebas de vida libre de los ríos Pamplonita y Zulia, 2019-2020.	CUDLAVI

Diseño de un sitio web como apoyo a la rehabilitación de los pacientes con secuelas de evento cerebrovascular.	SINFI
Desarrollo de software didáctico de lecto-escritura en plataforma web como apoyo al desarrollo de competencias de niños, niñas y adolescentes entre 4 a 13 años de la fundación la frontera Villa del Rosario, Norte de Santander.	TISOS
Desarrollo de un aplicación asistente en el proceso de pruebas de software basado en la norma iso ISO 29119 como soporte en la implementación de una estrategia didáctica en el proceso formativo en educación superior.	TISOS
Efectividad de un suplemento a base de harina de codornaza sobre la ganancia de peso en conejos belier (<i>oryctolagus cuniculus</i>) en etapa de engorde Chinácota, 2020.	RADIJAC
Huella de carbono personal vs factores socio-demográficos como componente de los determinantes en salud en los estudiantes del programa de enfermería en la Universidad de Santander, campus Cúcuta.	SEJISAP
Identificación de prácticas medioambientales de los jóvenes universitarios de la ciudad de Cúcuta con miras a la culturización y sensibilización desde la gestión del marketing ambiental.	EXPLORADORES
Influencia del bienestar subjetivo en los niveles de autoestima en las personas adultas mayores del hogar centro día 12 de octubre del Municipio de los Patios 2020.	SITO

EVENTOS



XXIII ENCUENTRO NACIONAL Y XVII ENCUENTRO INTERNACIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN – FUNDACIÓN REDCOLSI

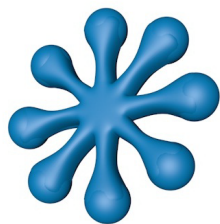
El XXIII ENCUENTRO NACIONAL Y XVII ENCUENTRO INTERNACIONAL DE SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN – FUNDACIÓN REDCOLSI se celebró a través de Plataforma virtual los días 24 al 27 de Noviembre de 2020. Nuestra querida casa de estudio estuvo representada por la participación de los semilleros RADIJAC, BIOCIENCIAS, DOLLY Y SINAPSIS. Nuestros estudiantes dignos representantes de sus semilleros, dejaron el alto el nombre del campus Cucuta y a sus semilleros.

PROYECTO	SEMILLERO
Efectividad de diferentes formulaciones sobre la calidad organoléptica de una bebida estimulante a base de café molido tostado y harina de <i>Pleurotus ostreatus</i> .	RADIJAC
Desarrollo de un bloque nutricional a base de harina de codornaza y candida utilis como alternativa de alimentación para conejos.	RADIJAC
Evaluación de la actividad antibacteriana y antimicótica de extractos de persea americana (aguacate) variedad choquette sobre el crecimiento de microorganismos causantes de infecciones urinarias: <i>escherichia coli</i> , <i>proteus mirabilis</i> , <i>klebsiella sp</i> , candida.	BIOCIENCIAS

Determinación del estado serológico para IgG e IgM frente a <i>Toxoplasma gondii</i> y factores de riesgo relacionados, en gestantes de primer trimestre atendidas en una Institución de Salud de Cúcuta, Colombia, en el año 2018.	DOLLY
Evolución de la terapia neurocognitiva de Perfetti en el tratamiento de pacientes con secuelas de accidente cerebrovascular: una revisión documental.	SINAPSIS

Aiuna

**CAMINANDO HACIA
LA INVESTIGACIÓN**



Red SI UDES
SEMILLEROS DE INVESTIGACIÓN

