

UBB llamó a la comunidad a prevenir enfermedades cardiovasculares al finalizar el Mes del Corazón

**La Escuela de Enfermería, el Departamento de Nutrición y Salud Pública y la Sala de Primeros Auxilios de la ACHS en la UBB, realizaron actividades de difusión y promoción de la salud orientadas a estudiantes, académicos y funcionarios administrativos. En Chile, las enfermedades cardiovasculares representan el 30% de las muertes a nivel general, siendo la primera causa de muerte entre los hombres mayores de 35 años y entre mujeres mayores de 50 años.**



Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en Chile con un 30%, cifra similar a la de la Región del Biobío.

Considerando este inquietante indicador y en el marco del Mes del Corazón que ya finaliza, la Escuela de Enfermería, el Departamento de Nutrición y Salud Pública y la Sala de Primeros Auxilios de la ACHS en la UBB realizaron una actividad con el propósito de sensibilizar a la comunidad universitaria sobre las medidas de prevención para evitar estas patologías.

La académica del Departamento de Nutrición y Salud Pública, Luz Lobos Fernández, quien además es representante ante la Mesa Regional Intersectorial de Salud Cardiovascular, expresó que es fundamental sensibilizar a la comunidad sobre materias de autocuidado, mediante la práctica de estilos de vida saludable e identificando factores protectores para evitar el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.



“Las estudiantes de Nutrición y Dietética, así como las estudiantes de Enfermería y personal del Policlínico han realizado acciones de evaluación del estado nutricional, medición del índice de glicemia, estimación del riesgo cardiovascular con medición de perímetro de cintura, toma de presión arterial, medición de peso y talla, y consejería. Por ejemplo, debemos conocer aspectos de la nueva Ley de Etiquetado Nutricional para sensibilizar sobre la necesidad de realizar una compra consciente de los alimentos que estamos consumiendo a diario, entendiendo que hay límites del aporte nutritivo de los alimentos que establece la ley. También debemos aprender a estar más alerta sobre lo que nos sucede, conocer y entender que los síntomas como la paralización de un costado del cuerpo, el hablar en modo incoherente, entre otros, son un llamado de alarma para responder oportunamente y evitar secuelas”, comentó la académica Luz Lobos.

Por su parte, la académica del Departamento de Enfermería, Natalia Bello Escamilla, también integrante de la Mesa Regional Intersectorial de Salud Cardiovascular y de la Mesa Provincial de Salud Cardiovascular. Destacó que junto con las acciones ya descritas, se orientó a la comunidad sobre la necesidad de realizarse el Examen de Medicina Preventiva que se brinda en forma gratuita en los Centros de Salud Familiar (Cesfam) o bien a través de los centros que defina la Isapre, dependiendo el caso.



“Básicamente nos hemos orientado a la prevención de la Hipertensión Arterial (HTA) mediante la toma de presión. Si se detecta alguna presión arterial elevada nuestras estudiantes derivan a la persona para que se practique el Examen de Medicina Preventiva (EMP) que se realiza en los Centros

de Salud Familiar (Cesfam) o a través de su Isapre. Dicho examen, que se practica en forma gratuita a las personas entre 15 y 65 años, detecta los factores de riesgo cardiovascular, no sólo Hipertensión, sino también Diabetes, Dislipidemia, Tabaquismo, entre otros. La idea es prevenir estos factores de riesgo y tratarlos oportunamente. La primera causa de mortalidad en Chile corresponde a Accidentes Cerebrovasculares, por lo tanto es muy importante prevenir su ocurrencia y alertar sobre todo en el caso de la Hipertensión Arterial, que es el principal factor de Accidente Cerebrovascular en la población”, describió la académica Natalia Bello.

Igualmente, la académica Bello Escamilla describió que en el caso de las personas mayores de 65 años, se aplica el Examen de Medicina Preventiva del Adulto Mayor (EMPAM), también gratuito, que además de la pesquisa de riesgos cardiovasculares incluye una evaluación funcional del adulto mayor.



Por su parte, la Técnico en Enfermería de Nivel Superior de la Sala de Primeros Auxilios de la Empresa de Servicios de la Asociación Chilena de Seguridad (ESACHS), emplazada en el Campus Fernando May, Claudia Parra Navarrete, hizo hincapié en que el autocuidado, la prevención y diagnóstico temprano disminuyen el riesgo coronario. “Por eso nosotros desarrollamos acciones de prevención orientadas a los funcionarios de la Universidad. Queremos que todos conozcan los factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares y los hábitos saludables que permiten evitar esos factores de riesgo.

La prevención siempre será el mejor y más eficaz consejo para evitar un infarto al corazón. Por ello, la recomendación es modificar aquellos factores de riesgo. Entre los más importantes se cuentan: abandonar el hábito de fumar, mantener un peso adecuado realizando actividad física diariamente, mínimo 30 minutos al día y alimentarse saludablemente disminuyendo azúcares y grasas, y aumentado el consumo de pescados, frutas y verduras.

Entre los factores de riesgo para las enfermedades cardiovasculares se encuentran la hipertensión o presión alta, la diabetes tipo 2 y el colesterol elevado, destacó Claudia Parra.



---

### Alumnos de Diseño Gráfico UBB protagonizan Primera Muestra de Investigación Social Científica

**Estudiantes de las asignaturas de Taller y Seminario de 4º y 5º Nivel de la Escuela de Diseño Gráfico UBB, protagonizaron la Primera Muestra de Investigación Social Científica 2016. Instancia en que los jóvenes de pregrado expusieron los productos de las investigaciones científicas desarrolladas. En ella los alumnos de 4º año dieron cuenta de su investigación y producto digital aplicado, en tanto que sus pares de 5º año presentaron un paper científico para revista indexada, junto con un poster de investigación impreso.**



La académica del Departamento de Comunicación Visual a cargo de las asignaturas y coordinadora de la muestra, Dra. Leda María Muñoz Henríquez, dio cuenta del propósito de dicha actividad. “Queremos con ello, mostrar lo que hemos hecho para formar investigadores estudiantes como capital humano requerido en investigación a nivel país, y como futuros integrantes de equipos académicos y postulantes a estudios de postgrado en la Universidad. La idea también incluye la posibilidad de que podamos acordar formación multidisciplinaria con asignaturas afines de otras carreras, en la que nuestros alumnos puedan experimentar la investigación social que hoy se imparte en las universidades más prestigiosas del mundo, en la necesidad de impulsar el desarrollo y la innovación país”, describió la docente.

La muestra se realizó en la Sala A3 de las Aulas Marta Colvin, ocasión en que los estudiantes se refirieron a sus proyectos y a los aprendizajes logrados.

Los estudiantes participantes, valoraron el enfoque y metodología adquirida en el contexto de las asignaturas, pues sus trabajos finales respondieron a la aplicación de habilidades científicas con el propósito de detectar problemas sociales de comunicación visual, con propuestas eficaces e innovadoras.



La alumna de 5° año de Diseño Gráfico, María Fernanda Rodríguez, comentó que, junto a su grupo de trabajo, desarrollaron una investigación en un colegio diferencial femenino de Chillán. Ellos pretendían averiguar el número de padres que comparten fotografías de sus hijos en Internet, y al mismo tiempo, hacerles ver las consecuencias de su publicación indiscriminada. Esto porque muchas veces no se discrimina si los niños o niñas figuran con o sin ropa, o aportan más información de lo adecuado. “Muchas de estas fotografías son retiradas del Facebook por terceros, como hackers o personas que se encuentran en la disweb, y las comercializan como pornografía infantil. Esas fotografías pueden ser utilizadas para secuestrar niños o niñas y dar paso, por ejemplo, al tráfico de niños”, advirtió la joven.

María Fernanda Rodríguez explicó que para el desarrollo del trabajo, se valieron de una metodología cualitativa, conversaron con informantes, realizaron una encuesta y una entrevista anónima para que los padres respondieran con mayor libertad y confianza. “Tras eso hicimos una triangulación de datos para llegar a la conclusión de que prácticamente el 80% de esos papás publica fotos en Internet, y que de ese 80% el 30% lo sube por moda, y sólo el 40% sabe cuáles son las consecuencias, pero aun así no dejaban de hacerlo”, aseveró.



La joven comentó que a través de dicho trabajo pretendían generar una campaña de concientización junto con la Policía de Investigaciones (PDI), considerando casos reales, para que los padres comprendieran efectivamente las consecuencias de la publicación indiscriminada de fotografías de sus hijos en Internet.

María Fernanda destacó que este enfoque de trabajo, que incorpora metodología y habilidades científicas, pone en valor el grado académico que les otorga la Licenciatura en Comunicación Visual.

“La Licenciatura nos diferencia porque nos otorga un grado académico que nos abre un montón de puertas, empezando por la educación. Nosotros, con el grado académico podemos hacer clases durante cuatro años sin especializarnos en un postgrado, por ejemplo. Podemos trabajar en equipos multidisciplinarios, o en equipo con otras profesiones. Habitualmente se nos suele asociar netamente con la realización de ‘monitos’, logos o la publicidad, sin embargo, creo que nosotros tenemos que generar conciencia a través de lo que estamos desarrollando. Nosotros ejercemos desde tres propósitos de comunicación, entre ellos la comunicación educativa, que es el grado más complejo y que se confirma a largo plazo, porque es en ese nivel donde es posible desarrollar aprendizajes significativos”, describió la estudiante.



Por su parte, la estudiante Mística Valenzuela, también de 5° año, dio cuenta de los aprendizajes obtenidos a través del desarrollo de su seminario de título.

“El Diseño Gráfico es una herramienta que culturiza e influye en la conducta de las personas a través del mensaje visual y la percepción”, expresó.

### **Motivaciones de la Innovación Metodológica**

La académica Dra. Leda María Muñoz, manifestó que la inquietud que le movilizó a implementar dicha innovación metodológica en la formación de estudiantes de Diseño Gráfico de la UBB, hace ya más de 5 años, surgió a partir de algunas interrogantes que se planteó en el ejercicio de la docencia. Entre ellas, que los alumnos de Diseño Gráfico tenían muchas dificultades para detectar una necesidad y convertirla en su problema de diseño para darle una solución cuando debían resolver proyectos”.

Según explicó la académica, se han estado dando en paralelo dos formas de diseñar: un Diseño por Inspiración que privilegia la creación formal y el estilo de moda, que está en el campo de la autoexpresión y el placer estéticos; y un Diseño Informado que se preocupa de detectar en el contexto la necesidad-problema y sus efectos, y conocer los afectados y su entorno para transmitirle un mensaje eficaz.



Su desafío docente apuntó entonces a generar habilidades científicas como parte de la formación para la resolución de problemas. “El programa PISA de la OCDE, que evalúa competencias científicas de los escolares de sus países miembros como parte de su labor de apoyo, define la competencia científica como –“el uso que de esos conocimientos haga un individuo para identificar preguntas, adquirir nuevos conocimientos, explicar los fenómenos científicos, y sacar conclusiones basadas en evidencias sobre asuntos relacionados con la ciencia”-. En esto existirían tres aspectos claves: Identificar asuntos o temas científicos al aplicar el conocimiento a determinadas situaciones, identificando información y reconociendo los rasgos fundamentales de una investigación científica; explicar científicamente los fenómenos describiendo o interpretando los fenómenos científicamente y prediciendo cambios; y emplear la evidencia científica para interpretar y sacar conclusiones y comunicarlas”, ilustró la Dra. Muñoz.

La académica del Departamento de Comunicación Visual aseveró que hoy no es posible evitar esta nueva forma de educar, porque es un objetivo prioritario de Conicyt para la formación científica universitaria desde el pregrado impulsándolo con los fondos VIU, y porque la UBB formula como un

objetivo estratégico de su Plan de Desarrollo Estratégico 2015-2019, la incorporación de estudiantes de pre y postgrado a la investigación científica académica. “Concluimos que debemos formar un profesional que no solo aporte con comunicaciones eficaces validando su aporte, sino también, como científico generador de conocimiento e innovación de valor al servicio de los requerimientos de la sociedad, su calidad de vida y bienestar, abordando equipos multidisciplinarios y proyectos de alta complejidad”, finalizó la Dra. Leda María Muñoz.



### **Voz de las protagonistas**

La estudiante Nicole Monsalvez comentó que en el caso de su grupo se presentó la oportunidad de trabajar en el contexto, lo cual les permitió conocer cómo vive y siente la gente en situaciones vulnerables, dando sentido al aprendizaje de la responsabilidad y la empatía. “En nuestro caso seleccionamos, por su grado de vulnerabilidad social y económico, niños de familias “disfuncionales” y con trastornos de aprendizaje. Fue una experiencia enriquecedora para nuestro aprendizaje desde la vulnerabilidad”, aseveró.

Nicole Monsalvez explicó que las habilidades científicas aprendidas ayudan al desarrollo profesional del alumno. “Entre las que más destaque están Aprender investigación de campo investigando el proceso; Comunicarse con el socio comunitario y llegar a un acuerdo de mutuo beneficio; Establecer criterios para seleccionar informantes y participantes, y para la selección de instrumentos de recogida de información”.

“También relevo la búsqueda de información de rigor, indagando con fuentes confiables el desarrollo del informe de investigación y el trabajo multidisciplinario. Ese proceso implica la adquisición de muchas habilidades y valores, además de los que se aprenden cuando el equipo es multidisciplinario, como lo fue el nuestro con la estudiante de Psicología Katya Orellana”, destacó Nicole Monsalvez.





Amalia Gatica, alumna de 5° año, se refirió al aprendizaje logrado dentro de la investigación cualitativa que experimentó en las asignaturas de Taller de Diseño Contextualizado III el 2014 y Seminario este año 2016. “En lo académico he aprendido mucho, y lo que rescato como más importante son los siguientes aspectos: metodología de investigación, autorregulación, rigor y trabajo multidisciplinario. De todos estos aspectos, el más importante desde el punto de vista de mi aprendizaje, es el rigor. El rigor es lo que nos llevó a realizar toda la investigación en una síntesis muy completa de la metodología a través de la investigación científica. Basándose en el rigor en el cumplimiento de esta normativa científica, es que se van generando el informe, el paper y el póster como productos de la investigación. Y todo esto para detectar y encontrar una solución a una problemática social. En lo personal y profesional, también están todos los valores que uno va adquiriendo a través de la investigación. Nuevos valores para desarrollarse y compartir con las demás personas y también, en el propio grupo, como valores de honestidad, respeto, tolerancia y responsabilidad entre muchos otros”, ilustró.



La estudiante de 3° año de Psicología, Katya Orellana Elizondo valoró la oportunidad que se le dio de trabajar con futuros profesionales del Diseño Gráfico.

“Observé la diferencia que hacemos de forma significativa, tanto en Psicología como en Diseño Gráfico, en cuanto al trato, profundidad y foco que hacemos de la comunicación. Sin embargo, como dato curioso, observo que a pesar de que ambos tratamos con la comunicación y de estar tan cerca,

no estamos comunicados. A modo profesional creo que trabajar en conjunto es relevante para ambas carreras porque tenemos mucho en común. Entre otras cosas, no solo la formación, sino además asignaturas comunes. Ustedes trabajan con bases psicológicas y nosotros desde bases de comunicación. Los equipos multidisciplinares existen. El trabajar con profesionales de otras carreras implica conocer lo que ellos piensan. Es cambiar el paradigma respecto de una investigación. Es tener otro punto de vista de lo que estamos viendo de una misma problemática. Es fundamental que este tipo de instancias se potencien porque ambos vemos las deficiencias de la comunicación, y somos nosotros quienes de forma conjunta podemos y sabemos hacerlo profesionalmente con éxito”, expresó.



Camila Ortega, estudiante 4° año, dio cuenta de la experiencia de su grupo con una escuela vulnerable de Chillán en la que apreciaron las distintas realidades que se viven en la educación chilena.

“Pudimos comprender que nosotros como diseñadores no solamente estamos capacitados para trabajar con la imagen, sino además, para hacer aportes significativos, como en este caso, mejorar la educación a través de distintas acciones y soportes desde la comunicación visual. En nuestro caso indagamos lo que los niños opinaban mediante dibujos en una consulta para saber lo que sentían sobre la educación que se les estaba brindando. Por esta razón quisimos abocar esta investigación desde la evaluación del niño, utilizando como solución a la problemática un Objeto Virtual de Aprendizaje “OVA”. Damos la opción que el docente pueda actualizarlo y reutilizarlo, consultado simultáneamente desde múltiples plataformas tecnológicas como celulares, tablets y computadores. Es una solución moderna de acuerdo a los lineamientos de la política educacional chilena”, describió.