

Presentan Informe de Monitoreo del PGDU a Junta Directiva UBB



El miércoles 31 de mayo de 2017 se presentó a la Junta Directiva, el segundo Informe de Monitoreo del Plan General de Desarrollo Universitario, PGDU 2015-2019, documento que evidencia el avance al año 2016, respecto del logro de las líneas estratégicas. El respectivo avance de ejecución alcanza un 77,79%.

En la oportunidad se informó acerca de los avances de cada una de las cinco líneas estratégicas y los desafíos comprometidos para el año 2017. Adicionalmente, se expresó el nivel de articulación del PGDU 2015-2019 con los proyectos “Convenios Marco”, que posee nuestra institución.

La directora general de Planificación y Estudios, Patricia Huerta, valoró la actual etapa de planificación institucional, resultado de avances en la cultura de planificación, lo cual es un reconocimiento a la comunidad universitaria en el logro de los resultados alcanzados en el PGDU.

Esta información se encuentra disponible para la comunidad a través de la página web de la Dirección General de Planificación y Estudios <http://www.dgpe.ubiobio.cl/> y en la intranet institucional.

Destacan beneficios de una alimentación consciente y terapéutica

La nutricionista Ana María Vidaurre Latorre brindó la conferencia denominada “Alimentación Consciente y Terapéutica”, enmarcada en la línea de la nutrición integrativa, actividad que congregó a estudiantes de Pedagogía en Educación Parvularia y académicas de la carrera.



La conferencia fue organizada por alumnas de tercer año de la Escuela de Pedagogía en Educación Parvularia junto con la académica Dra. Ana Gajardo Rodríguez. La iniciativa respondió al interés de las propias estudiantes por conocer y profundizar sobre un aspecto fundamental en el desarrollo y formación de niños y niñas.

Los alimentos naturales otorgan al organismo los nutrientes que realmente requiere y por tanto poseen facultades terapéuticas. Sobre esta premisa base, la nutricionista clínica Ana María Vidaurre, expuso su conferencia dando cuenta de diversos enfoques como la medicina occidental, la homeopatía, la medicina tradicional china, el ayurveda, el naturismo y la medicina biológica.

La conferencia se realizó en la Sala Schäfer del Centro de Extensión de la Universidad del Bío-Bío y fue presidida por la directora de la Escuela de Pedagogía en Educación Parvularia, Carmen Mena Bastías, académicas de la carrera y estudiantes.



Abordó igualmente del concepto de medicina integrativa, que en términos muy generales, integra a la medicina tradicional y los conocimientos de la medicina natural. Según explicó, la medicina integrativa considera al individuo en su integralidad, abarcando las dimensiones fisiológicas, psicológicas, nutricionales y sociales. En este contexto explicó que la enfermedad, en muchas ocasiones, surge como consecuencia de malos hábitos alimenticios y estilos de vida poco saludables.

La expositora consideró muy pertinente que estos temas sean conocidos por las futuras Educadoras de Párvulos, puesto que ellas desarrollan un vínculo muy estrecho con niños y niñas así como con los padres y familiares. De este modo, pueden oficiar como agentes socializadores y promotores de una alimentación más natural combinada con estilos de vida saludable.

“Los niños y niñas, sobre todo hasta los 7 años, aprenden observando a los adultos. Entonces, si se come cualquier cosa, los niños observan eso como lo adecuado y luego copian. Permanecer a diario 6 o 7 horas con los niños es una gran oportunidad para transmitir estos mensajes, en lo teórico, pero también en lo práctico. En algo tan sencillo como invitar a los niños y niñas, a sus padres, a que lleven una fruta y así compartimos una colación natural. O llevar manzanilla y hacer un agua de hierba, la idea es que las Educadoras de Párvulos tengan este conocimiento y lo puedan transmitir y compartir con los niños y sus padres”, ilustró.



Ana Vidaurre Latorre explicó que la alimentación natural no supone una postura rígida o inflexible que excluya de plano a algunos alimentos, pues reconoce que en torno a éstos giran muchas de las actividades sociales de las personas. “Esto no se trata de pensar que sólo debo consumir ciertos alimentos y otros no. La alimentación tiene una connotación social gigantesca, y así como se comparten cumpleaños, matrimonios, fiestas, durante la semana perfectamente podemos seguir cierta pauta, y también se puede concurrir a un cumpleaños o a un evento distinto y disfrutar de lo que se apetezca. La alimentación sana sí incluye un 20% de comidas que no son tan sanas o naturales. Eso hay que tenerlo en cuenta porque de otro modo las personas se resisten y piensan que debe ser algo demasiado estricto”, aseveró.



En términos muy simples, desde esta perspectiva se alienta a consumir alimentos menos procesados, con menores niveles de azúcar y sal. “Esta también es una invitación a cocinar más en el hogar. Es factible comprar harina integral, avena, semillas, miel y hacer nuestras propias galletas, nuestra propia granola, el propio pan o tortillitas que reemplacen el pan. Comprar las materias primas y cocinar en la casa lo más que se pueda”, aconsejó.

Ana María Vidaurre también precisó que no es del todo efectivo que esta apuesta implique un costo mayor de la alimentación. La clave está en saber buscar los productos en mercados, ferias o tostaderías, pues efectivamente algunos productos alcanzan un mayor precio en los supermercados. “Por ejemplo, un kilo de semilla de chía en un supermercado puede costar el triple de lo que cuesta en el mercado. Por eso es importante saber buscar. Lo otro es que hay que pensar que si opto por alimentos más naturales o menos procesados también dejo de comprar cereales procesados, bebidas, jugos, jamones o carnes que son caros. Entonces, la idea es dejar de comprar cosas que sí son caras y buscar opciones y lugares más económicos”, explicó.