



UNINAVARRA INFORMA

Boletín Nº 395 / Julio 2022

UNINAVARRA comprometida con
la prevención en salud.

CONTENIDO

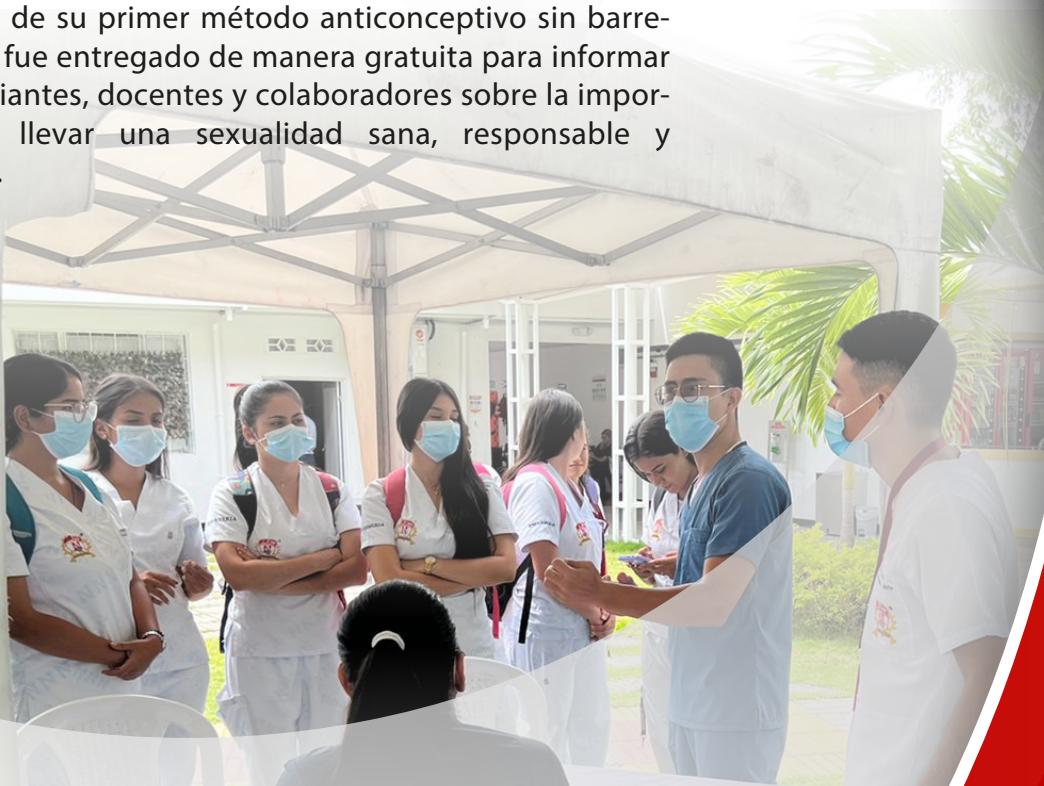
Conmemoración del Día Mundial de la Planificación Familiar	3
El Cáncer de Piel es por mucho el más común entre todos los tipos de Cáncer	6
Cáncer de Próstata: Factores de riesgo y medidas de prevención.....	9
Taller de Prevención de Hepatitis.....	13
Inducción Docente Cirugía Decimo Semestre Periodo Académico 2022-2.....	15



CONMEMORACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Con acciones intensivas de difusión y promoción **UNINAVARRA** sensibilizó a la población sobre los beneficios del uso de los métodos anticonceptivos.

Conscientes de la necesidad de trabajar constantemente en torno a una educación anticonceptiva de calidad, se realizó el pasado 26 de julio de 2022 una jornada lúdico-recreativa con la finalidad de brindar asesorías en planificación familiar, orientar a la comunidad estudiantil en la elección de su primer método anticonceptivo sin barreras, el cual fue entregado de manera gratuita para informar a los estudiantes, docentes y colaboradores sobre la importancia de llevar una sexualidad sana, responsable y sin riesgos.



Gracias a la articulación entre la Fundación Universitaria Navarra, Laboratorios Abbott, ESE Carmen Emilia Ospina y la Secretaría de Salud Municipal, se logró hacer un abordaje integral del tema, que incluyó la realización de 34 pruebas rápidas con asesoría pre y post para VIH y hepatitis b y c, proceso que contó con el apoyo de un equipo interdisciplinario altamente calificado para la toma de las pruebas rápidas, entre ellos una psicóloga, un enfermero y una bacterióloga.

De igual forma se desataca la participación de 81 estudiantes de los programa de enfermería y medicina, quienes recorrieron los diferentes estands y disfrutaron de las diversas actividades lúdico – recreativas que tuvieron lugar en el International Campus de la sede principal de UNINAVARRA.



Este tipo de actividades son claves para el ejercicio pleno de los derechos a la salud sexual y reproductiva, en este mismo sentido, aportan significativamente al bienestar de la comunidad , debido a que con una base educativa de calidad en salud sexual y anticonceptiva, se podrían reducir el número de embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual, razón por la cual el uso de métodos anticonceptivos se constituye como un práctica imprescindible para una sexualidad segura y responsable.





Estos espacios generados desde el área de Promoción y Prevención de UNINAVARRA, sumado con las constantes asesorías sobre este tema garantizan el acceso de la comunidad Uninavarrista a los servicios de planificación familiar, evidenciando el compromiso de la institución con el bienestar de la comunidad.



Fundación Universitaria Navarra
UNINAVARRA
VIGILADA MINEDUCACIÓN



CENTRO DE INVESTIGACIONES E INNOVACIÓN UNINAVARRA

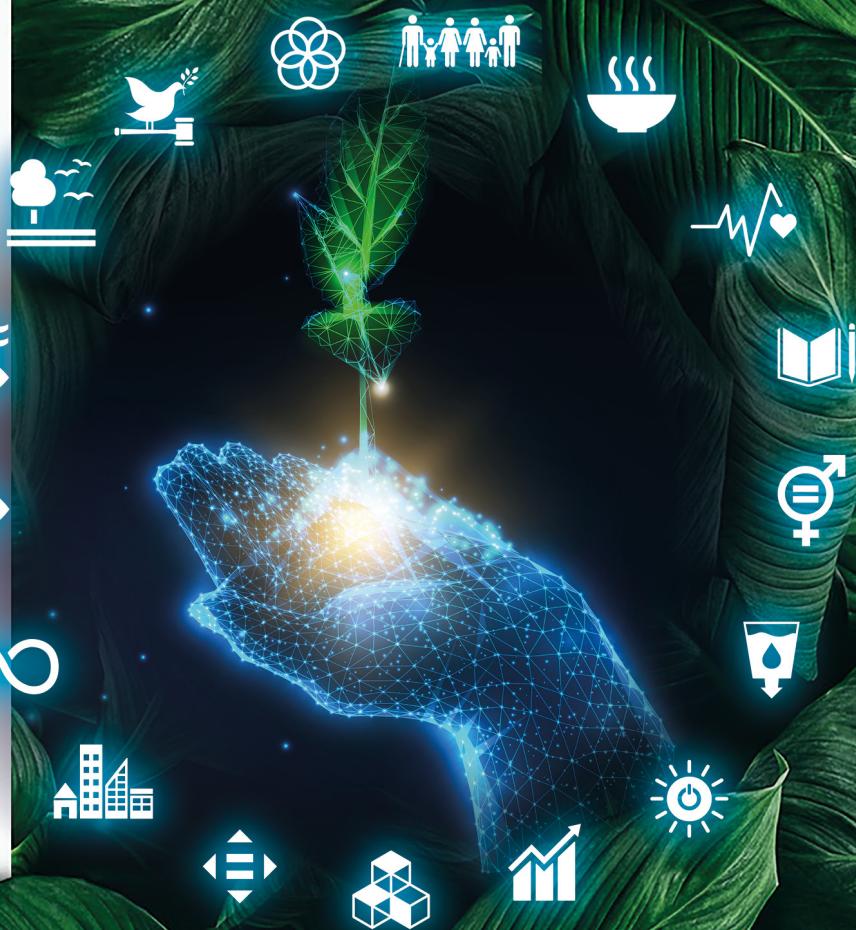
V CONGRESO

Internacional de Investigación e Innovación

PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE

23 - 26 AGOSTO DE 2022

Club los Lagos (km. 1 vía Neiva - Palermo)



NEIVA - HUILA - COLOMBIA

www.uninavarra.edu.co/cina

EL CÁNCER DE PIEL ES POR MUCHO EL MÁS COMÚN ENTRE TODOS LOS TIPOS DE CÁNCER

Conscientes del aumento de los casos de cáncer de piel, desde UNINAVARRA se generan acciones encaminadas a promover la prevención de este tipo de patología.

El pasado sábado 23 de julio se llevó a cabo el taller de prevención de cáncer de piel en la sede principal de UNINAVARRA, con el propósito de brindar información y sensibilizar sobre la importancia de la prevención y la detección temprana de este tipo de cáncer. Según cifras de Globocan los casos de esta enfermedad van en aumento dado que en el transcurso del 2020 se produjo un incremento del 20% en el número de nuevos casos, convirtiendo a esta patología en una de las más frecuentes, misma entidad que reportó 1.522.708 casos nuevos de cáncer de piel y 120.774 muertes por este diagnóstico.

Culturalmente estamos acostumbrados a exponernos al sol sin preocupaciones, además existe la creencia de que en días nublados el sol no es problema, sin embargo, con sol o sin sol la piel necesita protección solar, recordemos que la piel se encuentra compuesta por tres capas diferentes y en cada una existen distintas células que pueden dar origen a diferentes tipos de cáncer de piel, provocado por el daño acumulativo ocasionado por los rayos UV, es decir, que los rayos del sol, principalmente los ultravioleta causan daño en el ADN de la piel, sin embargo existen otros factores de riesgo como la exposición a las cámaras de bronceo, factores genéticos, rayos X, medicamentos o inmunosupresión.

CÁNCER DE PIEL: TIPOS Y SÍNTOMAS

MELANOMA

- Un área grande y amarronada con pintitas más oscuras
- Un lunar que cambia de color, tamaño o sensación, o que sangra
- Una lesión pequeña con un borde irregular y partes que aparecen de color rojo, rosa, blanco, azul o azul oscuro
- Una lesión dolorosa que pica o arde
- Manchas oscuras en las palmas de las manos, en los pies, las yemas de los dedos o los pies, o en la mucosa de la boca, la nariz o los ojos



Factores de riesgo para el Cáncer de Piel

- Piel Clara
- Antecedentes de quemaduras por el sol
- Exposición excesiva al sol
- Lesiones cutáneas precancerosas
- Antecedentes familiares de Cáncer de piel
- Lunares
- Antecedentes personales de cáncer de piel
- Exposición a la radiación
- Sistema inmunitario debilitado

La agenda del taller contó con la participación de ARL Positiva e incluyó el abordaje de temas tan importantes como, los tipos de cáncer de piel más frecuentes, entre ellos el carcinoma baso celular que representó el 52,7% de casos, seguido del Carcinoma escamo celular con el 22,6% y finalmente el cáncer tipo melanoma con el 16,1%. Se estima sobre este mismo registro que la incidencia de melanoma maligno es de 4,6 por 100.000 en mujeres y 4,4 por 100.000 en hombres.

Fuente: Pozzobon, (Acosta, & Castillo, 2018)
INC Colombia.



LA PREVENCIÓN LA MEJOR ALIADA DE NUESTRA PIEL

■ Evita el sol durante el mediodía

Los rayos solares son mas fuertes entre las 10:00am a las 4:00pm.

■ Usa protector solar todo el año

Que tenga un amplio espectro con un FPS mínimo de 30, que proteja tanto de los rayos UVA como contra los rayos UVB; úsalo siempre, incluso en días soleados.

■ Usa ropa de protección

Los protectores solares no garantizan una protección completa contra los rayos UV, por lo que es necesario usar prendas ajustadas de preferencia en tonos oscuros que protejan los brazos y piernas, recuerda hacer uso de un sombrero, gorra o sombrilla.

■ Cuidado con los medicamentos fotosensibilizantes

Algunos medicamentos, incluidos antibióticos pueden hacer que la piel sea mas sensible a la luz solar.

■ Evita las camas solares o lámparas de rayos ultravioleta

Las luces usadas en las camas solares emiten radiación UV y pueden incrementar el riesgo de padecer de cáncer de piel.

Es importante anotar que los efectos dañinos del sol no se evidencian de manera inmediata, el cáncer de piel aparece con los años, como producto del daño acumulativo provocado por el sol.

El cáncer de piel suele ser diagnosticado en la edad adulta mayor, aparece en las áreas del cuerpo con mayor exposición al sol; sin embargo, según el Instituto Nacional de Cancerología la prevención y la detección temprana deben iniciarse desde la infancia.



Evento liderado por Bienestar Universitario y Egresados en coordinación con HSE y Talento Humano.

Smart University 4.0 con Innovación Educativa para la Alta Calidad y Sostenibilidad

CÁNCER DE PRÓSTATA: FACTORES DE RIESGO Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN



En el Internacional Campus de la Fundación Universitaria Navarra, se realizó el pasado 27 de julio de 2022 la conmemoración del día para la prevención del cáncer de próstata.

Con el ánimo de informar y sensibilizar a la comunidad Uninavarrista sobre los factores de riesgo y las medidas de autocuidado, se llevó a cabo el Taller de Prevención de Cáncer de Próstata, un espacio liderado por el área de Bienestar Universitario y Egresados desde Promoción y Prevención; evento que también contó con el apoyo de la Dirección del Programa de Medicina y La Liga Contra el Cáncer Seccional Neiva; gracias a esta articulación se logró el abordaje de los principales factores de riesgo, medidas de prevención, signos y síntomas para detectar este tipo de cáncer.

“En el año 2021, la Sociedad Americana de Cáncer estimó que se diagnosticarían 248,530 casos y que 34,130 hombres morirían a causa de la enfermedad.”

Según el Ministerio de Salud, en Colombia uno de cada tres hombres mayores de 50 años padece esta patología, que se constituye como la segunda causa de muerte por cáncer y que se consolida como el más común entre la población masculina, según la evidencia científica la aparición de esta enfermedad está directamente relacionada con la edad, por tanto, a mayor edad, mayor es el riesgo de padecer este cáncer.

Factores de riesgo asociados con la aparición del cáncer de próstata:

- Antecedentes familiares con cáncer de próstata: Parece ser que existe un factor hereditario o genético, sin embargo, también ocurre en hombres que no tienen antecedentes familiares.
 - La edad: Según las cifras 6 de cada 10 casos de cáncer de próstata se detectan en hombres mayores de 65 años, la probabilidad de padecer esta enfermedad aumenta rápidamente con los años.
 - La raza / grupo étnico: Se presenta con mayor frecuencia en los hombres de raza negra y en hombres del Caribe con ascendencia africana, que, en comparación con los hombres de otras razas, también se destaca que es menos frecuente en los hombres estadounidenses de raza oriental y en los hispanos/latinos que en los hombres blancos que no son de origen hispano. Sin embargo, no existe claridad en las razones de estas diferencias raciales.
 - Alimentación: Aun no se tiene certeza sobre cómo influye la alimentación, no obstante, parece ser que los hombres que consumen muchos productos lácteos tienen mayor probabilidad de desarrollar este cáncer.
 - Obesidad: existen algunos estudios que han encontrado una relación entre la obesidad y el aumento del riesgo de padecer cáncer de próstata.
- Infecciones de Transmisión Sexual:** los estudios no han logrado conclusiones sólidas, pero existe cierta relación entre las infecciones de transmisión sexual (como gonorrea o clamidia) y el aumento del riesgo.

- Inflamación en la próstata: Se ha sugerido que la prostatitis puede aumentar el riesgo de cáncer de próstata, sin embargo, no se ha llegado a un consenso al respecto.

Los síntomas presentes en las primeras etapas del cáncer de próstata son escasos, por tanto, es importante realizar chequeos médicos periódicos para detectar este padecimiento en las etapas tempranas. La Sociedad americana del cáncer menciona los siguientes síntomas asociados con las etapas tardías del cáncer de próstata:

- Incapacidad de orinar
- Flujo de orina débil o discontinuo
- Dificultad para empezar o parar el flujo de la orina
- Micción frecuente, especialmente de noche
- Sangre en la orina
- Ardor al orinar
- Dolor constante en la espalda, pelvis y parte superior del muslo.

En caso de presentar algunos de los síntomas es necesario consultar con un médico, cabe aclarar que estos síntomas también se pueden presentar como consecuencias de otros factores.



Detección y diagnóstico

La detección temprana es fundamental en cualquier tipo de patología, en este caso una prueba de antígeno específico de próstata (PSA por sus siglas en inglés) ayuda a detectar el cáncer de próstata. Para un diagnóstico definitivo será necesario evaluar otros factores, lo que a su vez ayudará a detectar el tratamiento idóneo para esta enfermedad.

¿Es posible prevenir el cáncer de próstata?

No existe evidencia que asegure que se puede prevenir en un 100%, debido a que existen factores de riesgo que no se pueden evitar, tales como la edad, la raza y los antecedentes familiares, factores que no podemos suprimir o controlar, sin embargo, existen algunas prácticas que pueden ayudar:

- Realizar actividad física periódicamente.
- Tener una alimentación saludable, evitando los excesos de alimentos procesados y productos lácteos.
- Mantener un peso dentro del rango saludable.





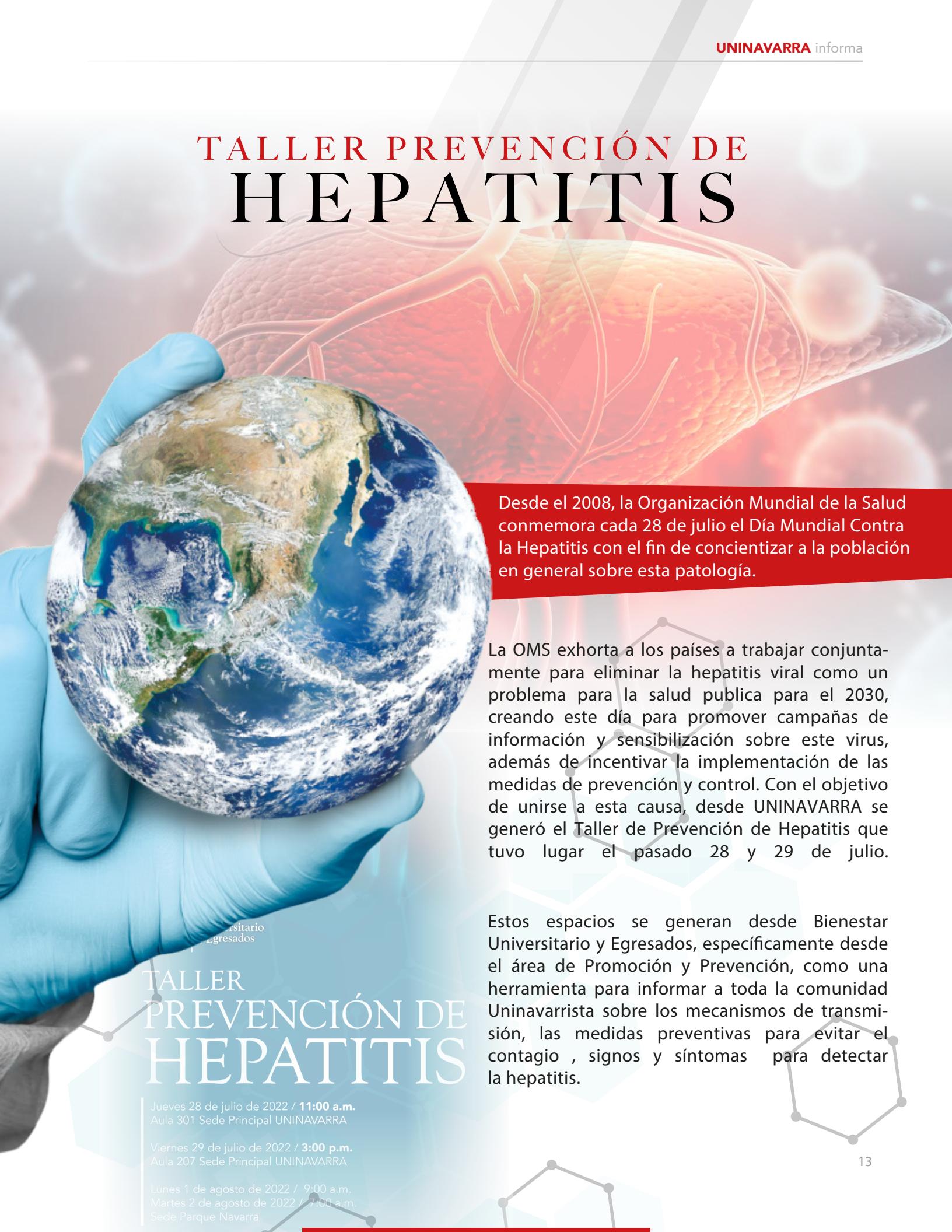
INSCRIPCIONES ABIERTAS

2022 - 2

 **317 514 1730**



TALLER PREVENCIÓN DE HEPATITIS



Desde el 2008, la Organización Mundial de la Salud conmemora cada 28 de julio el Día Mundial Contra la Hepatitis con el fin de concientizar a la población en general sobre esta patología.

La OMS exhorta a los países a trabajar conjuntamente para eliminar la hepatitis viral como un problema para la salud pública para el 2030, creando este día para promover campañas de información y sensibilización sobre este virus, además de incentivar la implementación de las medidas de prevención y control. Con el objetivo de unirse a esta causa, desde UNINAVARRA se generó el Taller de Prevención de Hepatitis que tuvo lugar el pasado 28 y 29 de julio.

Estos espacios se generan desde Bienestar Universitario y Egresados, específicamente desde el área de Promoción y Prevención, como una herramienta para informar a toda la comunidad Uninavarrista sobre los mecanismos de transmisión, las medidas preventivas para evitar el contagio, signos y síntomas para detectar la hepatitis.

Jueves 28 de julio de 2022 / 11:00 a.m.
Aula 301 Sede Principal UNINAVARRA

Viernes 29 de julio de 2022 / 3:00 p.m.
Aula 207 Sede Principal UNINAVARRA

Lunes 1 de agosto de 2022 / 9:00 a.m.
Martes 2 de agosto de 2022 / 7:00 a.m.
Sede Parque Navarra

Según MINSALUD se estima que "en Colombia alrededor de 347.580 personas viven con la hepatitis B, de las cuales solo conocen su diagnóstico cerca de 23.000 y unas 325.600 viven con la hepatitis C y solo unas 6.000 conocen su diagnóstico".

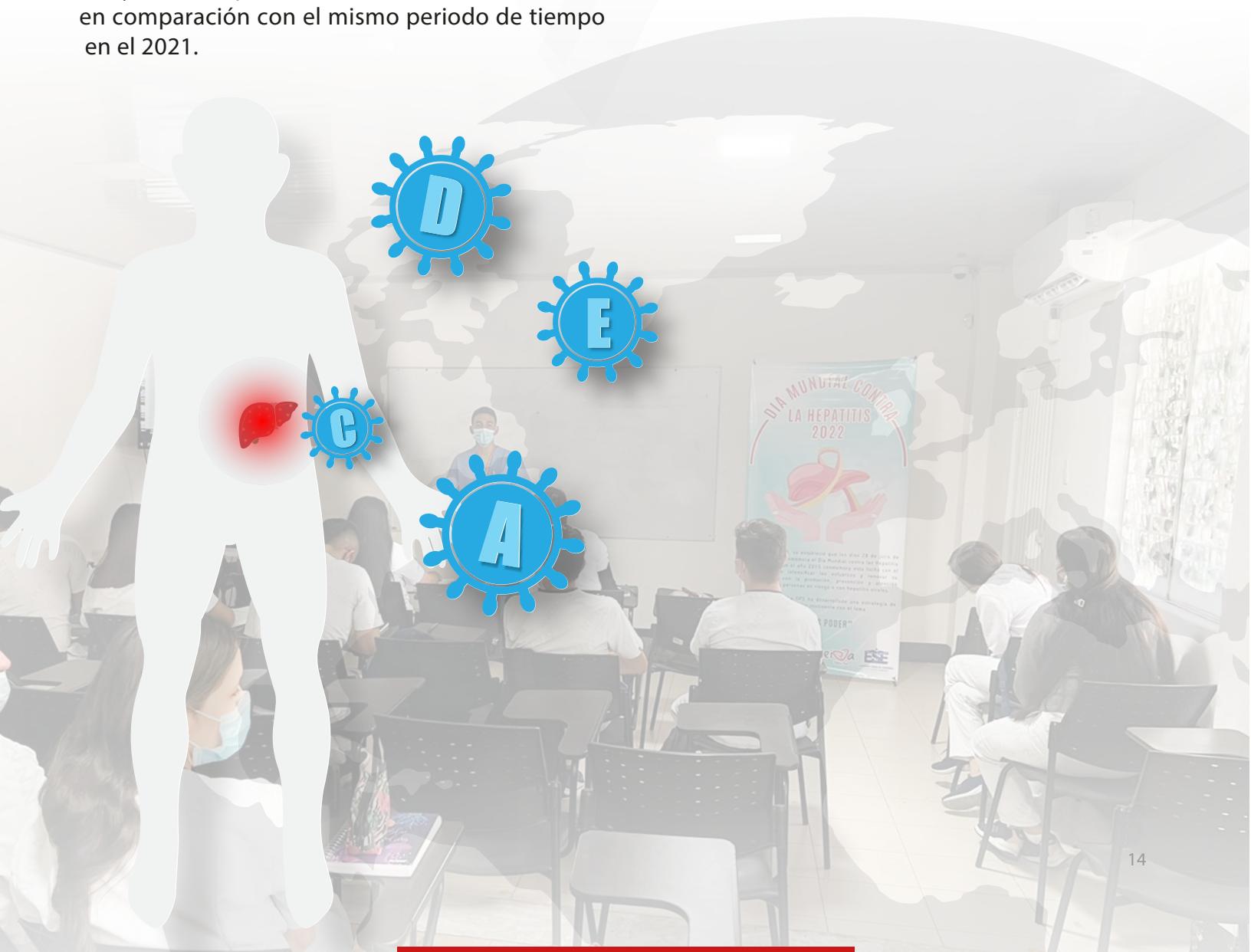
Panorama de la Hepatitis Viral en Colombia

Según el más reciente reporte del Instituto Nacional de Salud (INS) nuestro país presenta un incremento significativo en los casos con respecto al año inmediatamente anterior, tan solo en lo corrido del año 2022 se registran más de 2.000 casos de hepatitis viral. Este mismo informe muestra que, en el primer semestre de 2022, se han diagnosticado 422 casos de hepatitis A y 1.641 de B, C y D; cifras que evidencian un aumento del 50% en comparación con el mismo periodo de tiempo en el 2021.

Medidas preventivas contra la Hepatitis

1. Lava tus manos con frecuencia.
2. La higiene en los alimentos es fundamental.
3. Bebe solo agua potable o mineral.
4. Evita compartir jeringas, cuchillas o cepillos de dientes.
5. Mantén relaciones sexuales seguras con el uso del condón.
6. Usa elementos de manicura individual.
7. Vacúñate para prevenir la Hepatitis B.
8. Evita contacto con sangre infectada.
9. Reduce o evita el consumo de alcohol.
10. Realiza tatuajes y perforaciones en lugares autorizados.

¡La prevención siempre es la mejor opción!



INDUCCIÓN DOCENTES

CIRUGÍA

Decimo Semestre

Periodo Académico

2022-2

Como cada semestre desde el área de Talento Humano de UNINAVARRA se lidera la inducción y reinducción docente, en esta oportunidad el pasado martes 28 de junio los docentes de Cirugía de decimo semestre - periodo académico 2022-2, arribaron hasta el auditorio de la Clínica Medilaser con el propósito de potenciar su formación, preparación y sentido de pertenencia por la institución.



La inducción y reinducción docente se ha consolidado como una estrategia clave para brindar orientación e involucrar a otras áreas que se relacionan con el rol docente, con el fin de generar un clima organizacional idóneo. Este proceso incluye la presentación de importantes aspectos como la teleología institucional, logrando la apropiación y el sentido de pertenencia por la institución, además de generar un espacio para el fortalecimiento del trabajo en equipo, promoviendo así el cumplimiento del objetivo misional de la Fundación Universitaria Navarra - UNINAVARRA.



Los docentes son parte fundamental del proceso de aprendizaje, razón por la cual desde UNINAVARRA se realizan diversas estrategias encaminadas a brindar herramientas, capacitaciones y jornadas de inducción y reinducción, actividades que permiten contar con profesores altamente calificados y con competencias acordes con los retos que representa la enseñanza.

A lo largo del proceso de enseñanza, intervienen distintas áreas que trabajan articuladamente en la construcción de un ambiente propicio para el aprendizaje, asegurando de esta manera una educación de calidad, esta convergencia de distintas dependencias hace que la realización de la inducción se convierta en un proceso fundamental, para lograr el entendimiento del funcionamiento de la institución, dando a conocer información detallada sobre la estructura académica y administrativa de UNINAVARRA, facilitando así el desempeño de las funciones docentes.



La inducción docente se realiza al inicio de cada semestre, con el propósito de dar la bienvenida a los docentes nuevos y agradecer la continuidad de los docentes antiguos, favoreciendo el proceso de adaptación al entorno laboral, impactando positivamente en la comunidad académica.





Rectora - Presidenta: Sandra Liliana Navarro Parra;
Secretaria General: Laura Liliana Castillo Ortiz; Vicerrector General: Ricardo Pérez Sáenz;
Vicerrectora de Posgrados y Extensión: Martha Cecilia Abella.

Equipo de Comunicaciones y Mercadeo:
Katherine Rojas Tovar, Camilo Méndez, Erika Alarcón Calderón, Angie Jimena Silva Piñacué,
Tania Medina Vargas y Miguel Charry Suárez

2022

www.uninavarra.edu.co