

5(1):2011

Ventana

No. 1 • Año 5, 2011

Revista Informativa, Sociocultural de Acción Local y Universitaria • Sede San Carlos, Instituto Tecnológico de Costa Rica.

BIBLIOTECA SAN CARLOS

I.T.C.R



RSC012693

- **FAO impulsa Proyecto de Ganadería Sostenible en Costa Rica**
- **Cooperativismo y Sociedad Su impacto en la Zona Norte**
- **Actividades de Integración Todo un Éxito**
- **VII Festival Interuniversitario Centroamericano de la Cultura y el Arte FICCUA 2011**

TEC | Tecnológico de Costa Rica

Sede Regional San Carlos

CONTENIDO

Editorial	3
PRUEBAS DE ADN ANIMAL PARA INVESTIGACIÓN	
Elemento probatorio importante en los Tribunales	5
FAO impulsa Proyecto de Ganadería Sostenible en Costa Rica	6
Costa Rica como segundo destino en inversión de centroamérica	
Informe de la CEPAL	7
Feria de Ideas de Negocios	
Estudiantes de la SEDE exponen su ingenio	8
Piden Incentivar Inversiones en Equipo Eléctrico Eficiente.	
Empresas hoteleras logran grandes ahorros anuales	11
SEDE LE DA LA BIENVENIDA A MAS DE 100 NUEVOS ESTUDIANTES.	
Actividades de integración Todo un Éxito.....	12
Innovación en Educación	
¿Qué, Cómo y para Qué Enseñar en Nuestro tiempo?	19
PROGRAMA DE TUTORÍA ESTUDIANTIL Y PROYECTO RAMA	
Estudiantes con mejor rendimiento académico.....	20
Benjamín González Santamaría	
Entrevista	22
COOPERATIVISMO Y SOCIEDAD	
SU IMPACTO EN LA ZONA NORTE	24
Creación de 'Spin-off' Universitarias.	
Empresas Tecnológicas nacen en jardines del TEC	26
Costa Rica uno de los tres países más tecnológicos de América Latina	
Estudio del Foro Económico Mundial.....	27
Madurez Tecnológica en el Tercer Mundo	28
Semana Universitaria 2010 Carrera de Computación	
Del baúl de los recuerdos.....	29
Colegio Científico de San Carlos	
Ser Mejor para Servir Mejor a Costa Rica.....	31
FICCUA 2011	
Participación de los estudiantes de la SEDE en Panamá	33
LOS VEGETALES	
Color, sabor y beneficios en un mismo alimento	35
Reseñas en la sombra	
Poesía.....	35



Revista Ventana

Publicación Semestral

Nº 1, Año 5, Enero-Julio 2011

Revista Informativa y Sociocultural de la Acción Local y Universitaria. DEVESA.

Sede San Carlos, Instituto Tecnológico de Costa Rica.

DIRECTORA

Licda. Telka Paulette Guzmán Alvarado

ASISTENTE

Magaly Maria Alfaro Bogarin.

Estudiante de Administración de Empresas.

CONSEJO EDITORIAL

Liz Angulo, Directora del DEVESA

Dr. Oscar López Villegas

Lic. Luis Corella Viquez

Lic. Alfredo Aguilar Calderón

Master. Adolfo Chaves Campos
(Miembro ad-honorem)

Departamento de Vida Estudiantil y

Servicios Académicos (DEVESA)

Sede San Carlos

Instituto Tecnológico de Costa Rica

FOTOGRAFÍAS

M.Sc. Oscar Córdoba

DISEÑO GRÁFICO Y DIAGRAMACIÓN

Unidad de Publicaciones, TEC

INSTITUTO TECNOLÓGICO DE COSTA RICA

Sede San Carlos Instituto

Tecnológico de Costa Rica

Santa Clara, San Carlos, Costa Rica

Teléfonos: (506) 2401-3093

Telefax: (506) 2475-5085

Email: revistaventana@itcr.ac.cr



Editorial

*Licda. Telka Puylette-
Guzmán Alvarado*

Directora

Desde su creación, en 2007, la Revista Ventana ve con orgullo como cada generación de estudiantes pone en alto el nombre del Tecnológico de Costa Rica a través del trabajo impecable que realizan en las distintas empresas e instituciones donde son contratados.

Y es que detrás de la formación académica de estos profesionales, hay un grupo de experimentados que los prepara para ser los mejores en su campo. Profesores, psicólogos, trabajadoras sociales y personal administrativo les enseñan día a día, con el ejemplo, como se trabaja en equipo para así poder alcanzar las metas propuestas.

Sabemos que el método de trabajo en equipo pretende aplicar estructuras de trabajo, que puedan canalizar y resolver algunas de las debilidades del ser humano; para muestra un botón, desde el primer día que ingresan a la

Institución y gracias a la organización de los Juegos Cooperativos, que aparte de darles la bienvenida procuran demostrarles que en la unión esta la fuerza, los jóvenes llegan aprender que en algunas ocasiones, que la debilidad de uno puede ser la fortaleza de otro, es así como queda demostrado que el ser humano necesita de los demás para poder subsistir.

Además los jóvenes estudiantes de primer ingreso de nuestra Sede llegan a comprender que en el trabajo de equipo es fundamental el trabajo individual, pero para que éste se haga es imprescindible que se deleguen las diferentes tareas, de esta forma se sabrá lo que tiene que hacer cada alumno, sirviendo esto no solo en su vida escolar sino también en la vida profesional.

Es así como los Juegos Cooperativos estimulan la creatividad de los estudiantes ya que hay que definir los objetivos de la acción, las zonas de responsabilidad de los miembros del equipo, las formas de renegociación de la acción del equipo, de interpelación, es decir todo lo que se realiza con la acción y la forma de funcionar del equipo.

De esta forma a través de simples juegos, cada estudiante de la Sede empieza a demostrar sus cualidades y sin querer los líderes dan sus primeros pasos ya que no solamente generan dedicación individual sino también la capacidad de organizar, ellos tienen que ser capaces de traducir el rumbo organizacional en las directivas, la visión en práctica y el propósito en proceso.

Es maravilloso como por más de tres décadas la Sede del Tecnológico, en San Carlos, no solo se ha distinguido por su gestión académica, sino que destaca su preocupación por formar mejores personas, con valores y principios, ejemplo de ello son estas actividades de integración.

No cabe duda, la universidad es una institución con la función de transmitir y producir cultura, de inculcar hábitos, actitudes y modos de comportamiento, de reproducir un orden político cultural y existencial.

Desde esta Ventana propios y extraños pueden observar como la participación de los estudiantes en estos juegos cooperativos ayudaran a moldear el carácter de quienes en un futuro serán los profesionales de este país.

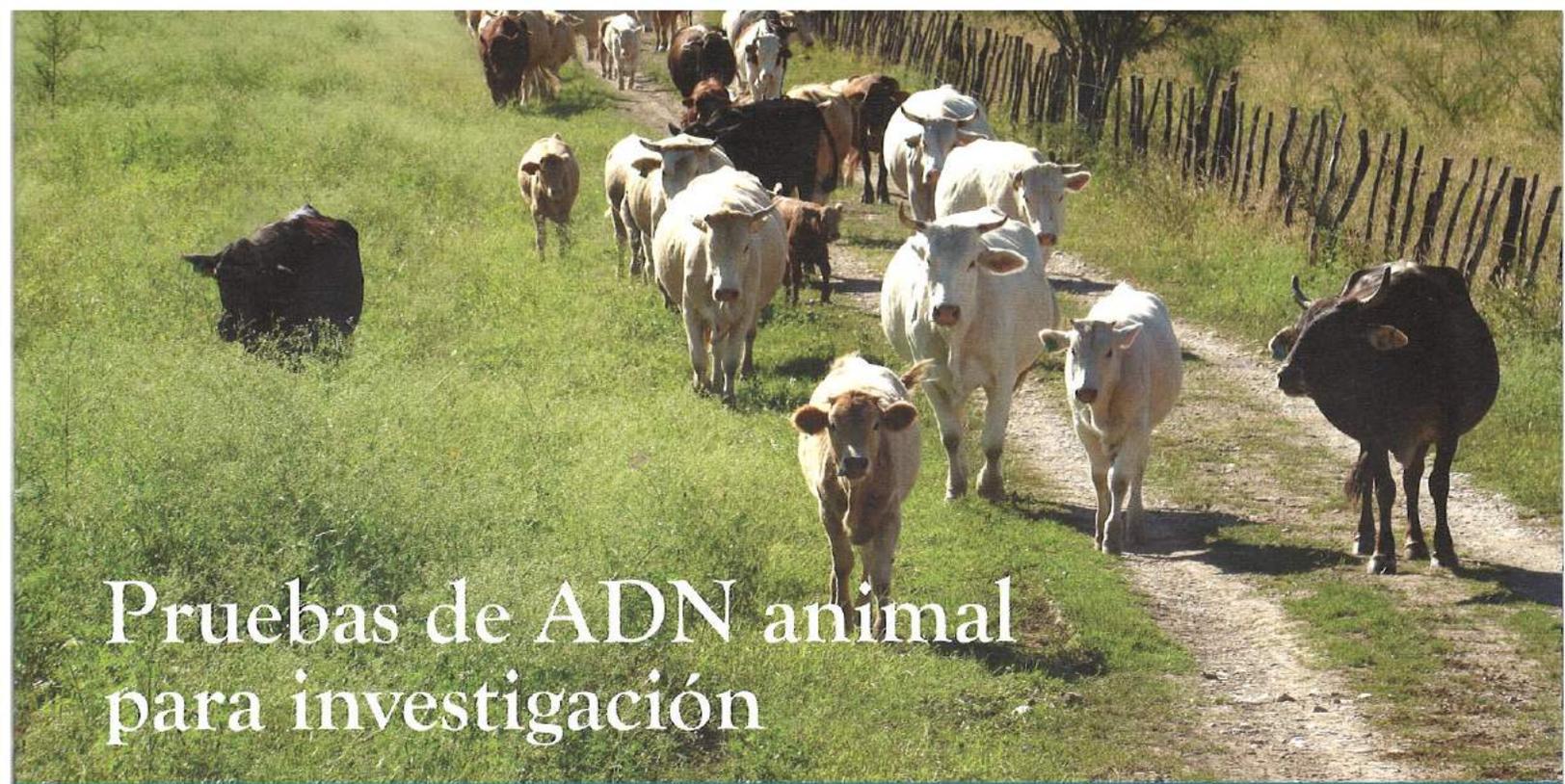
NORMAS BASICAS DE REDACCION TECNICA Y PRESENTACION DE ES- CRITOS PARA REVISTA VENTANA

Ventana es una Revista informativa y socio-cultural de la acción local y universitaria. Está adscrita al Departamento de Vida Estudiantil y Servicios Estudiantiles de la Sede San Carlos, Instituto Tecnológico de Costa Rica, por lo tanto todos los artículos, columnas de opinión, notas informativas y otros, deberán estar en consonancia con los siguientes objetivos:

- Informar sobre las actividades académicas, de investigación, y de extensión que realiza la Sede de San Carlos del Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR) y su impacto en el desarrollo de la zona de influencia (Región Huetar Norte).
- Crear un espacio de información, opinión y análisis de la importancia de la gestión y la acción local en el desarrollo de las comunidades y sus actores sociales.
- Vincular a la Sede de San Carlos del ITCR con otros actores de la comunidad mediante la información que se genera en el trabajo cotidiano de la Sede, que se relaciona con la gestión, la acción local y la cultura.
- Potenciar la ganancia social del quehacer universitario en la zona Huetar Norte.
- Brindar a las diferentes organizaciones de la zona, personas, estudiantes e investigadores que realizan y estudian la gestión local, un espacio de divulgación de su quehacer.
- Informar sobre la cultura popular y las costumbres de la zona Huetar Norte propiciando su arraigo para así colaborar con su fortalecimiento.

CARACTERISTICAS DE LOS ARTICULOS

- Escritos en Word, en letra Times New Roman 14, que no exceda de tres páginas a espacio y medio. (El espacio de fotografías no se considera como parte del texto).
- Cuando el artículo sea de opinión, el autor se responsabilizará totalmente por el contenido del mismo, exonerando al Instituto Tecnológico de Costa Rica de las opiniones vertidas en el escrito.
- El lenguaje y vocabulario utilizado tanto en las columnas de opinión como en los artículos deberán guardar las normas de respeto, decoro y nunca se utilizará el espacio para ofensas de tipo personal hacia ninguna persona.
- El lenguaje de los escritos debe ser sencillo, claro y entendible, tomando siempre en cuenta el público al que va dirigida la revista: (Estudiantes universitarios, colegiales, miembros de organizaciones sociales y empresariales, tomadores de decisiones, profesores universitarios y docentes de todo nivel. En general puede ser leída por cualquier público).
- Cualquier persona puede sugerir su tema para publicar en la Revista, únicamente debe hacerlo previa coordinación con la Dirección de la Revista para efectos de espacio y coordinación.



Pruebas de ADN animal para investigación

Al año se roban más de once mil millones de colones en ganado en Costa Rica.

Pruebas de ADN podrían ser elemento probatorio importante en los Tribunales

Licda. Telka Papulette Guzmán Alvarado

periodista, sede regional san carlos
tkguzman@itcr.ac.cr

Expertos en biología, microbiología, genética y zootecnia, representantes de diferentes instituciones se han reunido para definir los protocolos más adecuados para que una prueba de ADN animal sea utilizada en un Tribunal de Juicio como elemento probatorio con la validez científica necesaria.

Y es que del año 2004 al 2007, a través de un convenio entre el Poder Judicial y la Universidad de Costa Rica se realizaron análisis de este tipo utilizando de 14 a 18 marcadores moleculares, de los cuales, 22 casos fueron utilizadas en diferentes procesos judiciales de manera positiva y como evidencia importante.

Sin embargo, la falta de presupuesto ha hecho que en los últimos años dichos procedimientos no hayan podido realizarse, quedando muchos de los casos de hurto de ganado en la impunidad.

GRAVES CONSECUENCIAS PARA LA SALUD Y EL BOLSILLO DE LOS COSTARRICENSES

Uno de los principales problemas lo tienen los pequeños ganaderos, ya que son los más afectados por los robos a sus hatos. Ellos conforman más del 85% del total de los empresarios en este campo, y por lo general son personas de escasos recursos, quienes tienen entre cuatro y ocho vacas, y alternan sus ingresos con labores agrícolas.

Cabe destacar que, según el Lic. Alexander Chavarría, Investigador destacado en el robo de ganado, estudios recientes demuestran que al año estos pequeños productores pierden alrededor de once mil millones de colones por el hurto de su ganado.

Por otro lado, las prácticas de destace de los animales en el potrero, en medio de las heces de los mismos animales y las condiciones insalubres, hacen que la carne proveniente de este ganado esté altamente contaminada y sea peligrosa para el consumo humano, incluso por su posible incidencia en el cáncer gástrico.

COMISIÓN DEL DELITO

Según Chavarría, hay cuatro delitos identi-

ficados en nuestro país con relación al hurto de ganado. Entre ellos está el Robo y Hurto de ganado en pie, es decir vivo; el destace de ganado en el potrero, el cual se torna peligroso por la alta contaminación de la carne; el lavado de ganado y el contrabando de ganado bobino de Nicaragua hacia Costa Rica y de ganado equino desde Panamá hacia nuestro país.

Tomando lo anterior en cuenta, el Ministerio de Ciencia y Tecnología junto con el Organismo de Investigación Judicial han abierto un espacio de diálogo para que los expertos de la comunidad científica intercambien criterios sobre las metodologías más adecuadas para hacer pruebas de ADN en torno a la resolución de casos de robo de ganado.

Al taller asistieron representantes del Ministerio de Ciencia y Tecnología (MICIT), de la Universidad de Costa Rica (UCR), la Universidad Nacional (UNA), el Instituto Tecnológico de Costa Rica (TEC), el Banco de Sangre, el Servicio Nacional de Salud Animal (SENASA), laboratorios del Poder Judicial, representantes del Ministerio Público, Ministerio de Salud, la Cámara Nacional de Productores de Leche, la Corporación de Fomento Ganadero (CORFAGA), representantes de la empresa Dos Pinos, Analytical Instruments, Laboratorios Labi Clin, Laboratorios Echandi y la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS).

Fuente: Ministerio de Ciencia y Tecnología.

FAO impulsa Proyecto de Ganadería Sostenible en Costa Rica

Alonso Mejía
periodista

El Ministerio de Agricultura y Ganadería (MAG), presentó ante el sector agropecuario el proyecto: "Políticas Diferenciales de Apoyo al Desarrollo Sostenible del Sector Ganadero en Centroamérica con Énfasis en el Pequeño Productor Familiar", que busca movilizar recursos públicos y privados para el desarrollo de un sector ganadero más sostenible en los países Centroamericanos.

La iniciativa forma parte de un proyecto regional de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), en el que también participan Belice, El Salvador, Guatemala, Honduras, Nicaragua y Panamá.

En Costa Rica, el proyecto fue posible gracias al diálogo entre actores del sector ganadero del país, liderado por el Ministerio de Agricultura y Ganadería de Costa Rica.

El principal desafío de esta propuesta es encontrar nuevas posibilidades para que el sector ganadero contribuya de manera más eficaz a mitigar la pobreza, disminuir la inseguridad alimentaria y potencializar el desarrollo económico equitativo en Centroamérica. La solución a esto, dependerá en gran medida de los instrumentos de política pública en el área de desarrollo ganadero que diseñemos y adoptemos los países en los próximos años.

"Este proyecto beneficiará el sector ganadero y también la ganadería familiar, acciones que estamos proponiendo para la ganadería y el Sector Agroalimentario", declaró la Viceministra de Agricultura y Ganadería, Tania López Lee.

"Este proyecto se presenta orientado a conformar una agenda de desarrollo ganadero sostenible a largo plazo (15 años)", comentó Octavio Ramírez, Oficial a cargo de la Representación de la FAO en Costa Rica.

PROYECTO DE TRES FASES

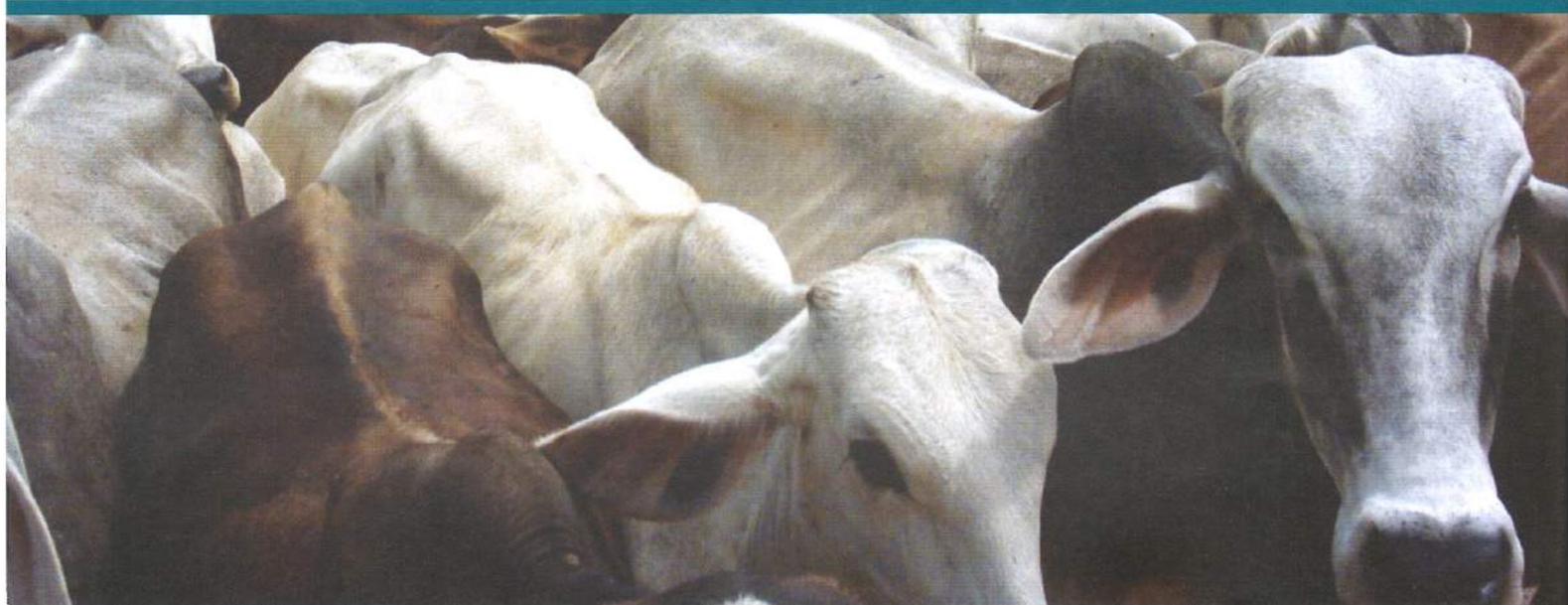
El proyecto tiene una duración de 24 meses y contiene 3 fases de ejecución: Una primera

fase se centra en la elaboración de un diagnóstico sobre los desafíos del sector ganadero para incrementar su nivel de sostenibilidad desde el punto de vista económico, social, ambiental e institucional.

En una segunda fase, que comienza a mediados de 2012, se espera establecer una comisión de desarrollo ganadero sostenible que vaya construyendo una agenda de discusión.

Finalmente, la tercera fase, es la concreción de esa agenda en un documento que contenga una propuesta de desarrollo ganadero sostenible a largo plazo.

La FAO aporta la asistencia técnica y será un agente facilitador del proceso, donde los principales actores responsables son los gremios del sector ganadero junto al sector privado, y el respaldo del gobierno. Además se contará con el apoyo del Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza (CATIE) y de la Unidad Regional de Asistencia Técnica (RUTA).



Informe de CEPAL, Costa Rica como segundo destino en inversión de Centroamérica.

Luis Ulloa,
El Pregón.

El documento señala a Costa Rica como un destino atractivo para el sector servicios, principalmente por la reciente apertura del mercado de seguros y los servicios empresariales

Según un informe de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), este coloca a Costa Rica como el segundo principal destino de la inversión extranjera que de manera directa recibe Centroamérica.

Medios internacionales informaron que Panamá sigue siendo el principal receptor de inversión. Éste recibió solo el año pasado 2.363 millones de dólares, lo que significa un crecimiento del 3 % con respecto al año anterior; por otra parte Costa Rica recibió 1.412 millones de dólares, ésto se traduce en un crecimiento de un 7 %.

Por otro lado, el informe posiciona a EEUU como el principal inversor en Costa Rica con un total de 772 millones de dólares durante 2010, secundado por España (82 millones), Canadá (36 millones), Reino Unido (32 millones) y Holanda (29 millones).

Además y en particular, se menciona que China es un socio relevante solo para Costa Rica en Centroamérica; y destacó la inversión de más de 700 millones de dólares que realizará la China National Petroleum Corporation (CNPC) en conjunto con la Refinadora Costarricense de Petróleo (RECOPE) para la construcción de una nueva refinería.

De acuerdo con este informe, en conjunto Panamá y Costa Rica reciben el 64 por ciento de la inversión extranjera directa que recibe la región.





Escuela de
Administración de Empresas
Eco-Hair Fresh
“The
Natural
Way if
Living”

Kimberly Barquero Mora
Marlene Molina Campos
Verónica Ugalde Cordeiro
Adolfo Chaves Cambronero
Esteban Vásquez Vargas
César Castillo, Ramírez
Esteban José Jiménez Sánchez

Unas de las cosas que nos motivó a crear un producto nuevo es el de satisfacer una necesidad. En este caso lo que nos motiva es el saber que hay personas enfermas en las camas que no pueden pararse para bañarse o asearse, así con este champú en seco que es de gran ayuda para ellos, puedan lavarse el cabello sin levantarse de la cama ya que es de muy fácil uso.

También nos ubicamos en la necesidad de que la gente siempre anda muy ajetreada en el día y le falta tiempo para terminar sus tareas, así con este nuevo producto estas personas puedan asearse el cabello de una forma rápida y sin dañar su cabello ya que está compuesto de ingredientes orgánicos.

DESCRIPCIÓN DE LA IDEA

Eco Hair Fresh está conformado por una mezcla de sustancias orgánicas no dañinas para el cabello, que se encarga de ablandar el cuero cabelludo, penetrar en la suciedad del cabello y absorber todas las impurezas que son eliminadas mediante el cepillado dejando el cabello suave y limpio. Entre los ingredientes orgánicos en pro del ambiente se encuentra el almidón, la avena y el aceite de almendra entre otros.

El proceso de lavado del cabello con este



champú es bastante sencillo, hay que aplicar el producto en el cabello y frotar con un cepillo enérgicamente para retirarlo, así el champú arrastra la suciedad (grasa) que hay en el cabello y el resultado es un cabello brillante y con volumen, como si nos lo hubiéramos lavado como hacemos con nuestro champú habitual.

SEGMENTO DE MERCADO:

Personas que presentan discapacidades físicas o impedimentos los cuales no les permiten realizar las actividades de higiene cotidianas que una persona normal desempeña.

El producto presenta una forma innovadora de lavar el cabello de las personas sin la utilización del recurso hídrico, ahorrando tiempo y facilitando el proceso para las personas con alguna afección en la salud o personas mayores. También está dirigida aquella población que carece del tiempo necesario para realizar un adecuado lavado de cabello, igualmente para un segmento importante como lo es la población Europea que tiene problemas con la escasez de agua que se presenta en esta región.

VENTAJAS COMPETITIVAS

La satisfacción del cliente es lo más importante y lo que se pretende lograr y para ello se debe hacer amplio análisis de los tipos de mercado de cliente para luego segmentar los mercados y obtener un mercado meta. El champú en seco se enfocará en los mercados de consumidores los cuales son individuos y hogares que comprenden bienes y servicios para su uso personal, asimismo, los mercados de distribuidores los cuales adquieren el producto para luego revenderlos y obtener ganancias.

El champú en seco está dirigido a aquellos consumidores o clientes que se preocupen por el aspecto ambientalista y natural ya que se ofrece una forma de lavar el cabello ahorrando agua y tiempo; así también, si bien es cierto el producto es conocido en el mercado de la belleza, este va enfocado al segmento de mercado que posee algún impedimento con su salud, la cual no les permite realizar algunas funciones de higiene en condiciones normales por lo que el champú viene a suplir estas necesidades y permitirles una mejor calidad de vida.

Hay fuertes competidores en el mercado los cuales ofrecen un mismo producto con características prácticamente idénticas, es por eso que nosotros para tener éxito debemos de ofrecer mayor valor y satisfacción a nuestros clientes en comparación con ellos. Si estudiamos las estrategias competitivas de marketing de cada uno de los productos anteriores podemos observar como solamente se enfocan en una nueva forma de lavar el cabello sin tomar en consideración otros aspectos.

Son estos aspectos la clave de nuestra estrategia de mercado para poder diferenciarnos y posicionarnos; le daremos valor hacer un producto eco-amigable y “verde”, atendiendo este segmento de mercado promoviendo el ahorro de agua, ya que conocemos que en pocos años este recurso será escaso en muchos países y actualmente en países desarrollados; en Europa la posibilidad de bañarse todos los días es un lujo que no todos pueden disfrutar, esto debido a la escasez del recurso hídrico, manifestado en su alto costo de adquisición para muchos pobladores.

Ingeniería en Computación. Proyecto: Tecno-Kn

Antonio Vindas Carvajal
Francinny Sánchez Cortés
Frarlon Rodríguez Porras
Gabriel Mejías Badilla
José Vargas Méndez

Estamos interesados y motivados en desarrollar nuestra idea de negocio, principalmente por la labor de ayudar a las personas con discapacidad visual.

Contamos con la información general sobre la realización del dispositivo, principalmente obtenidas durante el proceso de argumentación y exposición de una idea de negocio para el curso de *Desarrollo de Emprendedores*.

DESCRIPCIÓN DE LA IDEA

Las personas con discapacidad visual poseen las mismas habilidades con las que cuentan la mayoría de las personas. A pesar de que se realizan suficientes campañas para evitar que se sientan excluidos y sean capaces de desenvolverse eficientemente en la sociedad, es claro que sus limitaciones siempre estarán presentes.

La idea de negocio consiste, básicamente, en la creación de un bastón que incorpora la tecnología GPS y comandos de voz, para lograr que la persona no vidente acceda a lugares que no conoce y también esté al tanto del lugar exacto donde se encuentra y a la vez, generar un tipo de interrelación entre el bastón y su portador. Aunque la aplicación de estas herramientas tecnológicas parece algo muy complicado, el dispositivo estará diseñado para que el usuario



lo pueda utilizar sin más problema que el que pueda causar su portación.

El aparato se dirige a un mercado muy específico y es al de las personas no videntes o con ceguera parcial en Costa Rica; con el tiempo se espera adoptar un sistema de producción que abarque un destino mucho mayor: la comercialización del bastón en el extranjero. Como mercado potencial, concebimos cubrir al menos un uno por ciento de la población no vidente, tanto en el interior como en el exterior del país.

Tecno_Kn se vale de herramientas tecnológicas, como el localizador satelital y los comandos de voz, para mostrarse atractiva a su posible adquirente. Posiblemente esta sea la fórmula con la cual se pretende abrir camino hacia su colocación en el mercado y darse a conocer a los futuros compradores y distribuidores, pues la inclusión de este innovador sistema es lo que nos identifica y nos diferencia de los productos ya existentes.

La estrategia a seguir para lograr un crecimiento porcentual de las ventas, consiste en lograr un uso adecuado de la materia prima para obtener una producción acorde con la demanda y genere un precio justo que permita su rápida y efectiva comercialización.

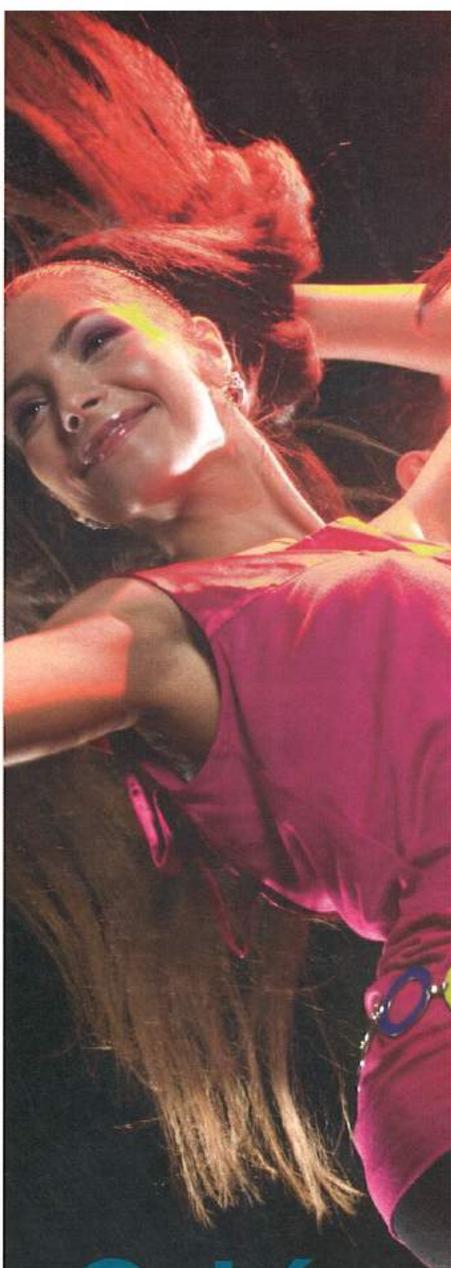
La distribución del bastón estará a cargo, principalmente, de asociaciones solidaristas y centros hospitalarios, pues es el medio que está en contacto más directo con las personas no videntes. La venta al detalle también está estipulada como forma de entrega al cliente.

VENTAJAS COMPETITIVAS

Según algunas investigaciones que hemos realizado, notamos que no existe en el mercado un aparato igual, en cuanto a utilidades, a Tecno-Kn. Pensamos aprovechar esta oportunidad para colocarnos al frente de este tipo de comercio; creemos que al incorporar nuevas tecnologías, lograremos llamar la atención de los posibles clientes hasta convencerlos de comprar y recomendar el uso del bastón.

Preexisten algunos bastones que incluyen características similares a las que incorporaremos en Tecno-Kn; sin embargo, contienen componentes que, en la mayoría de los casos, son muy difíciles de conseguir, producir y hasta de utilizar; apostamos a la propuesta de obtener materia prima de excelente calidad, que sea amigable con el ambiente, o sea, que genere cantidades mínimas de desechos a la hora del montaje y que las piezas utilizadas sean altamente reciclables, y que además, no esté vulnerable al inestabilidad en los precios -que mantenga su coste a lo largo de cierto tiempo.

Nuestros intereses se centran en conquistar canales de distribución que tengan un acercamiento directo con las personas incapacitadas visualmente -por ceguera total o ceguera parcial inhabilitante, como por ejemplo, empresas que ofrecen seguros de invalidez (gubernamentales primariamente o no gubernamentales), Club de Leones, etc. Este mecanismo nos permitiría un tipo de promoción muy acertada, ya que el cliente (por su situación de no vidente) constantemente visita estos sitios.



¿Sabías qué...

Las personas extrovertidas son más creativas que aquellas que se lo guardan todo para sí mismas, especialmente cuando están de buen humor, según revela un nuevo estudio realizado por psicólogos de la Universidad de Portsmouth (EE.UU.).

Según Lorenzo Stafford, responsable de la investigación, la mayor creatividad de los sujetos extrovertidos, que ha identificado a través de sus experimentos con 86 personas de diferentes edades, se explica porque sus cerebros tienen mayores niveles de dopamina, la "molécula de la felicidad".



Feria Ideas de Negocios

Escuela de Administración de Empresas DUO-CREST

Cornejo Vivar Teresa de Jesús
Bartly Monge Cindy Johanna
Soto Arce Jaime Leonardo

Con DUO-CREST se pretende satisfacer una necesidad fisiológica básica del ser humano que es la higiene bucal ofreciendo un solo producto: cepillo con pasta incluida; ya que actualmente en el mercado existen 2 productos para cubrir esta única necesidad que son la pasta y el cepillo de dientes por separado.

Además, queremos enfatizar el cuidado y la importancia de estos objetos, para que sean exclusivamente de uso personal, ya que este producto garantiza que no exista contaminación de la pasta al momento de usarla, que es lo que sucede cuando se comparte entre varias personas.

El mercado al que dirigiremos DUO-CREST es a las personas que trabajan y estudian, debido a que todo el tiempo están fuera de su hogar, tienen que llevar consigo sus objetos personales de uso diario. Recordemos que la higiene bucal es indispensable después de cada comida, por lo que el cepillo y la pasta son necesarios, sin embargo suele ocurrir que alguno de estos dos accesorios son olvidados por las personas.

Estamos seguros que los clientes notarán nuestro producto, ya que se destaca de los de-

más por su innovación. Les facilitará el llevar un solo artículo en lugar del cepillo y la pasta dental por separado; además nuestros clientes esperan que el producto les brinde salud bucal, lo cual ofrecemos de una manera sencilla, práctica y económica.

Nuestro producto tiene un estilo único en presentaciones varias para niños y adultos. Por un lado, la pasta dental satisfará las necesidades de diferentes consumidores, es decir, la tendrán a disposición para dientes sensibles, para proteger y fortalecer el esmalte de los dientes, para blanqueamiento gradual de los dientes.

Por otro lado, el cepillo contará con cabezales intercambiables y diferentes tipos de los mismos, ya sea para niños, para adultos y otros con cerdas especiales para personas que usan frenillos.

DUO-CREST BRINDA BENEFICIOS EXTRAS A LOS CONSUMIDORES:

- Comodidad al ser fabricado de una manera compacta.
- Información básica de higiene bucal.
- Manual de uso del producto
- Información de los componentes del producto.

Piden incentivar inversiones en equipo eléctrico eficiente

71 pequeñas empresas hoteleras logran ahorros anuales por electricidad no-facturada de US\$180 mil

Luis Castrillo Marín

luiscastrillo86@hotmail.com
<http://www.bun-ca.org>

La creación de esquemas de incentivos para promover las inversiones rentables que permitan sustituir equipo eléctrico obsoleto se puede convertir en una de las mejores estrategias para reducir el consumo de energía.

Para el Director de la Fundación Red de Energía (BUN-CA), José María Blanco, el tema de la eficiencia y el uso de la energía eléctrica reviste especial importancia para las economías de Centroamérica debido a la importación y uso de los combustibles fósiles importados para la operación de plantas energéticas.

La Fundación BUN-CA desarrolla sus acciones en varios sectores como el apoyo gubernamental a las políticas públicas e incentivos al uso eficiente de la electricidad particularmente en los sectores industrial y comercial.

Además, apoya el desarrollo de los pequeños proyectos de generación eléctrica como las pequeñas centrales hidroeléctricas buscando eliminar las barreras existentes para que estas inversiones promuevan el desarrollo local, movilicen el interés de la banca comercial y contribuyan a reducir el calentamiento global.

“Existen dos formas para lograr el ahorro en el consumo de electricidad las cuales deben ejecutarse en forma complementaria. Por un lado las inversiones rentables para sustituir equipos eléctricos obsoletos y de alto consumo de energía eléctrica por equipos más eficientes; por ejemplo, las bombillas incandescentes por lámparas fluorescentes compactas y; por otro, la aplicación de buenas prácticas por parte del recurso humano; es decir, un cambio cultural en la forma en que la gente usa la energía en hogares, empresas y oficinas”, recomendó el Director de BUN-CA.

EJEMPLO DE AHORRO

Durante los últimos cinco años esta Organización No Gubernamental (ONG) ha llevado a cabo el Programa de Eficiencia Energética en el Sector Turismo (PEEST) de El Salvador, Costa Rica y Nicaragua. En esos tres países 71 pequeñas empresas hoteleras han registrado impactos económicos significativos, logrando ahorros anuales por electricidad no-facturada en el orden de 1,171 MWh; es decir, unos US\$180

mil que se dejan de pagar a las empresas distribuidoras de electricidad cada año gracias a una inversión inicial de unos US\$250 mil. Esto representa también unas 245 toneladas de CO₂ que se dejan de emitir a la atmósfera.

“Un programa de eficiencia energética reduce directamente en una disminución del consumo de electricidad y mejora la imagen corporativa con una visión de sostenibilidad, ya que se contabilizan las toneladas de dióxido de carbono que una empresa -en este caso un hotel- deja de emitir a la atmósfera gracias al ahorro energético, lo cual contribuye sensiblemente a la certificación de sostenibilidad ambiental en los servicios hoteleros”, precisó Blanco.

Los proyectos desarrollados por BUN-CA se ejecutan junto con socios estratégicos en el nivel nacional con los que se firman acuerdos de cooperación para crear sinergias, desarrollar capacidades y magnificar resultados.

Entre los sectores con que se trabaja están las universidades en procura de ir formando nuevos profesionales más conscientes del ahorro de energía y la energía renovable, las agrupaciones gremiales privadas de la industria y comercio, importadores y distribuidores de equipo, la banca comercial, los fondos privados de inversión y; desde luego, se mantiene una estrecha coordinación con las autoridades del sector energético en todo Centroamérica.



Actividades de Integración.

Sede le da la bienvenida a más de 100 nuevos estudiantes

*Licda. Telka Paylette
Guzmán Alvarado*

periodista, sede regional san carlos
tkguzman@itcr.ac.cr

En un acto oficial celebrado en el Salón Bromelia, autoridades de la Sede Regional, San Carlos, recibieron a casi el 80% de los es-

tudiantes que iniciarían lecciones a partir de la primera semana de febrero, esto como parte de la inauguración de la semana de integración. Además de darles la bienvenida, los profesores instaron a los futuros profesionales para que aprovechen la oportunidad que tienen de estudiar en el Tecnológico.

El primer día se realizaron charlas de información y formación, tertulias con estudiantes y profesores. Cada director de Carrera tuvo la

oportunidad de conocer más a los alumnos de nuevo ingreso, gracias a las actividades que organizaron por separado cada escuela.

EXPECTATIVAS...

Todo inicio de curso lectivo trae nuevos retos, sueños e intereses para profesores y estudiantes, este no es la excepción, así que quisimos saber cuáles son las expectativas de los protagonistas de este nuevo año.



Arnoldo Gadea Rivas, Director de la Carrera de Agronomía.

¿Qué expectativas tiene de los estudiantes de nuevo ingreso? Yo espero que estos estudiantes asuman con responsabilidad la oportunidad que les está dando el país de estar en una Universidad Pública, que adquieran un compromiso, una responsabilidad con los sectores productivos a través de su formación profesional.

¿Que pueden esperar los estudiantes de la carrera? Primero, estamos comprometidos con su formación y segundo, que tienen el espacio, la infraestructura correcta para formarse como profesionales en el campo agropecuario, además nosotros hemos hecho todos los cambios que tienen que ver con innovación

tecnológica, cambios en el plan de estudios, modificación en infraestructura y espacios de formación para que podamos mantenernos actualizados y al día, tan es así que nuestra carrera es una carrera acreditada por el Sistema Nacional de Educación Superior.

¿Cambios importantes en la carrera? En nuestro proceso de mejoramiento continuo estamos siempre analizando la formación que le damos a nuestros estudiantes, siempre hacemos ajustes en los planes de estudio eso en la parte de formación, tenemos que mejorar los aspectos relacionados con el tema de la investigación, estamos orientados a la formación de posgrado, estamos apoyando los programas de maestría y apoyando los proyectos de investigación en la producción con aplicaciones para la agricultura.



Bryan Rodríguez Rojas, Zarcero.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Por la comodidad y porque es una excelente Universidad, destacada a nivel nacional e internacional".

¿Por qué Agronomía?" Me llama la atención sembrar y todo lo que se lleva a cabo, en mi casa sembramos espinaca, cebollín, culantro y otros, un poco se vende en Zarcero otro en Guanacaste. Solo yo en mi familia escogí esta carrera, mi familia me dice que siga adelante y que no me rinda".



Annia Lizet Vázquez C., Guatuso.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Me parece que es la mejor Universidad de Costa Rica en el campo de la agronomía, aparte que esta Sede tiene mucho campo para practicar".

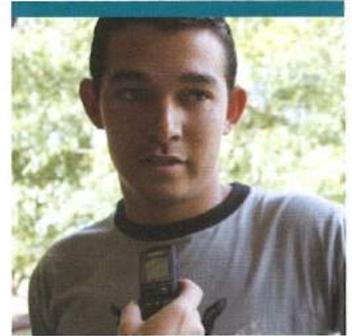
¿Por qué Agronomía? "Porque crecí en el campo, en una finca y me gusta mucho la agronomía y me gustaría conocer más de ella para ayudar a preservarla, hay que tener vocación, sinceramente a mí me gusta mucho ponerme un par de botas y una gorra, me encanta estar mezclada con los animales, siento que es mi charco".



Josebeth Rodríguez U., la Tigra.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Es la mejor opción en Costa Rica, es adecuado a la carrera que escogí, además me queda cerca.

¿Por qué Agronomía? "Me gusta todo lo que es campo, las verduras, porque me gusta comer, y todo eso me llama la atención, los animales, el ganado me encanta; mi familia se dedica a la agricultura, entonces con esto los apoyo y les ayudo. Es la primera vez que alguien en mi casa estudia esta carrera".



Bryan Quiros Rojas, Buenos Aires de Venecia.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Es la mejor opción para estudiar y gracias a Dios pase el examen".

¿Por qué Agronomía? "Mi papá siempre ha trabajado con lo que es ganado y a mí siempre me ha gustado, me apasiona el tema de la agronomía, una prima estudia acá y mi hermano el menor casi que va por el mismo camino".



Eileen Barrantes, Coordinadora de la Carrera de Administración de Empresas.

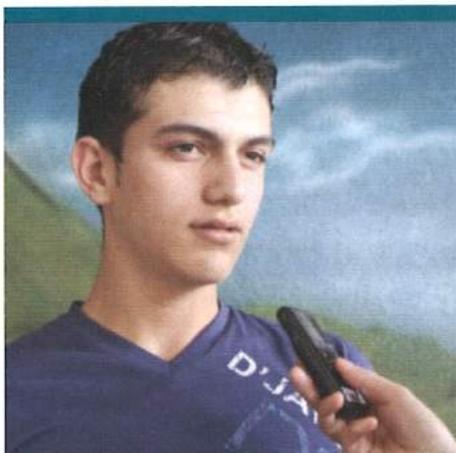
¿Qué expectativas se tiene de los estudiantes de nuevo ingreso? Expectativas positivas

como con los demás grupos de estudiantes de las diferentes generaciones. Que sean estudiantes con vocación para ser administradores y que demuestren interés y ojala con un previo desarrollo de las habilidades que esperamos potenciar acá en la carrera que son de liderazgo, trabajo en equipo, comunicación y que se conviertan en tomadores de decisiones adecuadas para contribuir al desarrollo socio empresarial del país y si fuera internacional aun mejor.

¿Que pueden esperar los estudiantes de la carrera? Pueden esperar el compromiso que siempre hemos planteado, que es una carrera de mejoramiento continuo en donde les trataremos de brindar todo el apoyo y los servicios que sean necesarios para un adecuado desarrollo profesional, tanto en el campo académico como administrativo de la carrera y también de los servicios institucionales que desarrollan todas las unidades organizacionales de la misma

institución para hacer un servicio integral tanto en la parte académica, deportiva, cultural y de apoyo psicológico, económico que necesiten en este caso.

¿Cambios importantes en la Carrera? Sí, esperamos tener cambios muy importantes a partir del proceso que estamos llevando a cabo, que es el proceso de autoevaluación y acreditación; tenemos que entregar el informe al SINAES en octubre de este año y esperando que sea satisfactorio la revisión de este para poder obtener la acreditación de la carrera para el año 2012, si Dios nos lo permite. Esto engloba muchos de los cambios que a partir de allí se puedan general; en este informe se analiza en que cosas estamos bien y en que debemos mejorar y en que compromisos de mejoramiento tenemos que empezar a trabajar, algunos ya los estamos ejecutando y otros se ejecutaran según el informe general que tengamos en este proceso.



Huber Ricardo Monge Castro, Aguas Zarcas.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Porque es una de las mejores Instituciones por excelencia y por todas las comodidades, en lo que son las instalaciones, igual por los profesores porque son excelentes".

¿Por qué Administración? "Porque en San Carlos hay mucho comercio y cada comercio necesita un administrador, estudios de mercadeo, contaduría, etc. El comercio nacional e internacional necesita de un administrador".

¿Qué Expectativas tiene? "Que me vaya bien y que los profes sean excelentes"



Carol Valenciano Castro, San Juan de Lajas, Zarcero.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Porque me interesaba mucho, por su prestigio, por que las instalaciones son las más cercanas al lugar de donde vengo"

¿Por qué Administración? "Porque me encantan las matemáticas desde la escuela y no quería dejarlo de lado".

¿Qué Expectativas tiene? "Espero solo cosas buenas, me gusta estudiar, es muy importante desarrollarse como profesional".

¿Proyectos a corto plazo? "Me gustaría mucho empezar a trabajar en un banco, me gusta mucho hacer lo que hacen allí".





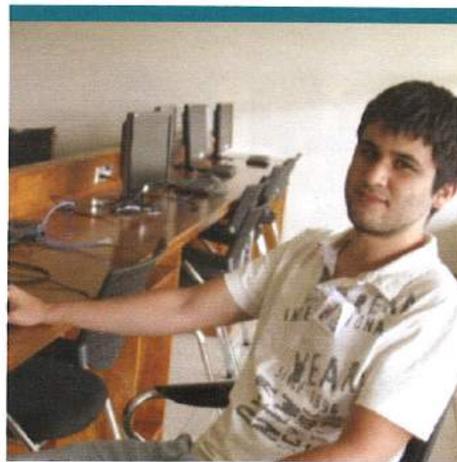
Vera Gamboa, Coordinadora de la Carrera de Ingeniería en Computación.

¿Qué expectativa tiene de los estudiantes de nuevo ingreso? La expectativa es que dentro

de 4 años el 100% sean ingenieros, estar en la graduación con todos y cada uno de ellos.

¿Que pueden esperar los estudiantes de la carrera? De la carrera pueden esperar bastante, empezando por el recurso humano ya que estamos para atenderlos, no solo en la parte técnica sino en la parte humana, en la parte social y en todos los aspectos que podamos servirles, que no nos vean como profesores sino como sus amigos, como su apoyo, como su complemento que requieren aquí para ayudar a realizar sus sueños. A Dios gracias nuestra carrera cumple 17 años de estar en la zona rural, la zona de influencia que no solamente es San Carlos sino Guatuso, los Chiles, Upala, Sarapiquí y por qué no, también la zona de Zarceró, además de San Ramón y Palmares; lo que es la informática ya se tiene que ver como un complemento, ya la sociedad y la informá-

tica trasciende fronteras es algo no solo para especialistas sino en nuestra vida cotidiana en todo nuestro quehacer ya estamos influenciados en todo lo que es la tecnología, los teléfonos, en todo lo que son dispositivos, en todo está presente la tecnología, es por ello que es importante la carrera de computación en la Zona Norte para darle oportunidad no solo en el gran área metropolitana sino a tantos cantones que tienen tantos problemas y que están tan deprimidos económicamente y socialmente, principalmente, en lo que son las zonas fronterizas y las zonas rurales estamos diciendo presentes, además de que la carrera está acreditada por que es una carrera de calidad.

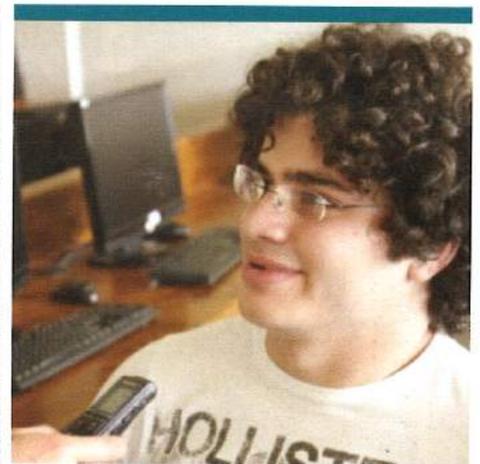


Josué David Molina León, Florencia.

¿Por qué estudiar en el TEC? "En computación es el líder de la enseñanza tengo amigos aquí, ya yo había estudiado computación en otro lado, por ende cuando los veía a ellos comparaba y obviamente se notaba la calidad".

¿Por qué Computación? "Porque ahora estamos en el ambiente de la tecnología, además a uno se le facilita todo eso".

¿Proyecto? Entrar en una empresa grande, por que ponerse una propia esta difícil.



Hugo Armando Chávez Vásquez, La Granja de Palmares.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Porque es el mejor de Costa Rica, está acreditado y tiene muy buenas bases. Me encanta Programar".

¿Qué expectativas tiene? "Espero terminar con éxito mis estudios, espero aprender todo lo que es programación, bases de datos, ojala algo de telemática. Me gustaría trabajar para INTEL o HP porque son empresas internacionales y me gustaría viajar a otros países"



Grace Damazio, Carrera de Turismo Rural Sostenible.

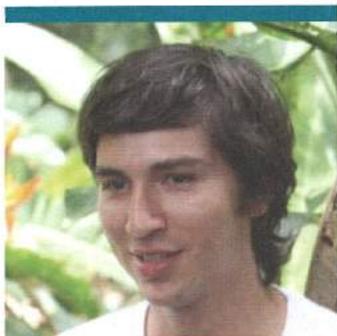
¿Que pueden esperar los estudiantes de la carrera? Esta es una carrera corta, de 2 años, además del conocimiento que ellos traen de los colegios

universitarios. La idea es fortalecerlos en algunas áreas como gestión ambiental, proyectos sostenibles, cómo trabajarlos y cómo montarlos.

Tenemos apoyos importantes de profesionales de otras carreras como administración de empresas, gente del área de sociología que trabaja mucho el tema de ambiente, turismo y sociedad, esto les permite salir al mercado laboral con una espectriz, mucho de motivación y sensaciones, a vivir una realidad de lo que está pasando. Afuera se está dando toda una dinámica, toda una serie de políticas que se están desarrollando para darle fortalecimiento a proyectos de turismo rural que es la especialidad que ellos sacan con su bachillerato Universitario.

Hay una situación que adolece a los empresarios que se dedican al pequeño turismo rural, ya que les cuesta mucho insertarse en el desarrollo económico, no tienen opciones para solicitar préstamos bancarios, ellos no tienen como practica el turismo, no son expertos en turismo, no tienen visión futuro porque

su trabajo de toda la vida fue en el campo de la agricultura y la ganadería, buscaron una opción de "cabinitas" y hacer un tour pero no saben cómo hacerlo, ahí es cuando estos muchachos juegan un papel importante como punta de lanza para desarrollar una serie de manifestaciones que el gobierno ha tratado de implementar como la ley de turismo rural y otras leyes que tienen que ver con el tema ambiental para poder fortalecer a estas empresas y organizaciones comunales en no dejar caer un proyecto sino mas bien fortalecerlo con la experiencia, el apoyo y el conocimiento de un experto que sale de aquí, es duro, es un mercado difícil que ellos van a tener y ya lo saben desde que entran que van a ser los gestores de propuestas nuevas.



Juan José Torres S., Venecia.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Es la mejor opción y la más cercana. El plan de estudios del TEC es muy completo, espero que abran la licenciatura"

¿Por qué estudiar Turismo? "Desde que Sali del cole siempre me llamo la atención la naturaleza, la atención al cliente y todo el intercambio cultural que se vive con los visitantes en nuestro país. Además el turismo es una de las industrias que le da más dinero al país.

Vengo del CUC (Colegio Universitario de Cartago) quiero seguir con mis estudios y no simplemente quedarme con el diplomado".

¿Qué Expectativas tiene? "Me gustaría tener mi propia empresa y ser mi propio jefe pero la verdad antes debe existir una empresa que te de ese empujón. Hay muchos lugares para trabajar y en San Carlos al igual que en toda Costa Rica, es una zona bastante rica y llamativa para trabajar con turismo nacional y extranjero".



Tatiana Vanesa Platero M., Santa Ana, Nicoya.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Porque es la mejor opción además es la Sede que me queda más cómoda para estudiar, yo estoy ingresando por convenio, la Universidad Técnica Nacional me da la oportunidad de ingresar aquí".

¿Por qué Turismo?"Desde que estaba en el cole me gustaba la naturaleza, ser guía de turismo, me encantan los animales, aprenderme los nombres científicos, todo esto me gusta mucho"

¿Qué Expectativas tiene?" Aprender mucho, aprender de mis profesores, adquirir conocimientos para llegar a ponerlos en práctica".



Viviana Villalobos, Guatuso.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Tengo un diplomado y una de mis metas es seguir con el bachillerato y como hay un convenio con la UTN, además por la cercanía, es más cómodo".

¿Por qué Turismo? "Me gusta más lo que es la naturaleza, la sostenibilidad, los animales, aprender nombres científicos, me gusta la parte de la biología".

Mensaje: "En Costa Rica hace falta más educación ambiental, esta debe de empezar desde las escuelas, hay niños que no saben el valor y la importancia de proteger a los animales, se debe trabajar con el ejemplo y con la educación"



Laura María Alvarado Amador, Bijagua de Upala.

¿Por qué estudiar en el TEC? "Por el convenio que hay con la Universidad Técnica Nacional, además siempre me hablaron bien de la institución y la carrera me llama la atención y vengo por nuevas experiencias académicas.

¿Por qué Turismo? "Siempre me ha llamado la atención el tema de la sostenibilidad, me preocupa el tema de los desechos a nivel nacional y mundial, uno de mis mayores deseos es formarme muy bien y capacitarme en el tema de la sostenibilidad y aprovechar que soy de un área rural y es una comunidad que empieza a desarrollarse en el tema de turismo, así que quiero especializarme y dar un aporte a mi comunidad.



ACTIVIDADES...

Para el segundo día el comité organizador de las actividades de integración encabezado por la MSc. Noidy Salazar y el MSc. Wilberth Méndez, con ayuda de estudiantes regulares, realizaron los tradicionales Juegos Cooperativos donde se abren espacios de entretenimiento como competencias deportivas, en las que se demuestran las habilidades, actitudes y aptitudes de los estudiantes.



Msc. Noidy Salazar Arrieta, Área de Orientación y Psicología.

¿Objetivo de las Actividades de Integración?

Que los estudiantes se conozcan entre sí, que los jóvenes que pertenezcan al programa de residencias vayan seleccionando a sus compañeros de cuarto y además para que no se sientan tan perdidos en los primeros días de clases. Además estas actividades les facilitan el proceso de integración cuando se les solicite hacer grupos de estudio.

Compartir en el espacio de juegos, en el de charlas y en el de preguntas, permite que se pierda el miedo en el momento de solicitar ayuda algún compañero. A demás aprenden sobre el trabajo en equipo, comunicación asertiva tanto verbal como no verbal, solidaridad, confianza; se ponen en práctica una serie de competencias que se desarrollan en todos los juegos como el de usar estrategias, acá se ve quienes tienen indicadores de líderes positivos y quienes tienen resistencia, se ven los perfiles del tipo de estudiantes que tendremos para el 2011.

El éxito de estas actividades se da gracias a la colaboración y el apoyo de los estudiantes regulares, la Dirección de Sede y el DEVESA, con el objetivo de que el estudiante de nuevo ingreso se sienta bien, aclaren dudas, y desde ya tengan un sentido de pertenencia.





COLABORADORES...

Detrás de una buena organización está la participación de un grupo de jóvenes interesados por que los estudiantes de nuevo ingreso se sientan como en casa.



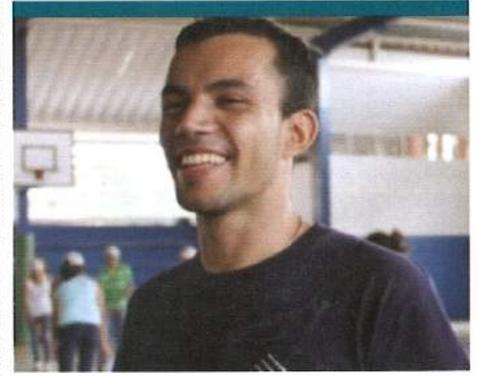
Ana Lucia Quesada Araya, Colaboradora:
Carrera de Administración.

"Me encanta participar en los juegos Cooperativos, doy la colaboración a Noidy como en: movimiento de materiales, coordinación con los equipos, colaboro con las estaciones, mido el tiempo e incluso participo como jurado, es importante que los nuevos se sientan bien"



Emanuel Carrillo Chavarría,
Colaborador: Carrera de Computación.

"A estado muy vacilón, nos hemos organizado muy bien. Es un trabajo cansado pero vale la pena, me veo reflejado en la cara de estos jóvenes estudiantes, lástima que estas actividades de integración solo se realicen a principio de año."



Yeudi Ruiz Carbajal, Colaborador:
Carrera de Administración.

"Es una bonita experiencia porque se logra vincular a los nuevos estudiantes con otros compañeros que van a tener durante el tiempo que estén por acá, además se explica el roll mientras estén acá. En esta actividad se conocen entre ellos y eso es muy importante."

HOMENAJEADOS...

Más de cien estudiantes de nuevo ingreso participaron de los Juegos Cooperativos que se realizan en su honor cada inicio de año en la Sede Regional del Tecnológico en San Carlos, esto con el objetivo de establecer una relación de camaradería entre toda la comunidad estudiantil.



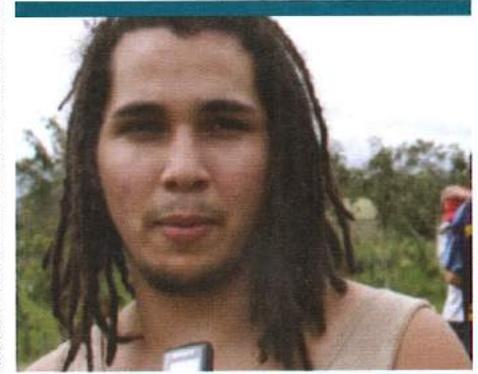
Mariana Rojas Córdoba,
Estudiante de Administración.

"Esta experiencia es única, es muy divertido, la he pasado muy bien, conocí mucha gente, con estos juegos pone uno en práctica el trabajo en equipo, además nos divertimos un rato antes de entrar a la carrera. Lo que más me llamo la atención es que nos hacen trabajar en equipo por que más adelante nos servirá para futuros trabajos".



Juan Pablo Arias Saborio,
Estudiante de Agronomía.

"Es interesante conocer gente nueva, a los profesores, las instalaciones y un poco sobre lo que vamos a ver estos años. Me llamo la atención las instalaciones y todos los beneficios con los que cuentan los estudiantes aquí se preocupan por el estudiante".



Christopher Chacón Villalobos,
Estudiante de Programación.

"Es muy bonito conocer a sus compañeros y a gente de otras carreras que normalmente en otras universidades no se van a relacionar. Me gusto mas el juego de las globos, lástima que no hay juegos más de lógica"

Innovación en educación: Qué, cómo y para qué enseñar en nuestro tiempo

Flora Salas
Docente De la
Universidad de Costa Rica.
fsalasmadriz@gmail.com



La innovación y la creatividad son fenómenos complejos y las dificultades para comprenderlos varían en contextos específicos. Para el caso de la producción de bienes y servicios, la innovación está asociada a un impacto favorable en el mercado, que conlleva beneficios nuevos a quienes los consumen y ganancias adicionales para quienes los producen. Es fácil catalogar como tales los iPods y iPads de la compañía Apple o el pago de servicios públicos en línea en bancos públicos y privados. Pero, ¿qué ocurre cuando hacemos referencia a la creatividad y la innovación en educación?, ¿cómo se determina su impacto favorable en las personas y la sociedad?

Especialistas en el campo del comportamiento humano y la Educación coinciden en que se debe promover la creatividad en estudiantes y docentes. También, hay consenso en que se debe innovar la enseñanza para alcanzar ese propósito; es decir, es necesario innovar los sistemas y procesos educativos de manera tal que favorezcan, estimulen y potencien la creatividad de quienes intervienen en ellos: docentes y estudiantes. Esto implicaría que la innovación en Educación debe tener como resultado que las personas sean individual y socialmente funcionales y productivas a lo largo de sus vidas, y capaces de aprovechar los avances culturales y del conocimiento para beneficio propio y el desarrollo socioeconómico y cultural. En principio, este proceso garantizaría el avance sostenido o "progreso" individual y social. Desde esta perspectiva, la Educación es un medio, ya que las personas deben educarse para ser productivas y comportarse en concordancia con lo que se espera de ellas en los distintos ámbitos de la vida, en particular en el trabajo.

De igual forma, se espera que la Educación permita a las personas pensarse a sí mismas y al entorno para comprenderse y comprender el mundo, tomar mejores decisiones y ser "felices", por lo que es un fin en sí misma. En

consecuencia, tiene una doble intención: ser un medio y un fin en sí misma, por cuanto presupone, además de la construcción de un ser humano socialmente funcional y productivo, la posibilidad de acceder al conocimiento propio y encontrar sentido a la existencia, porque debe ser una experiencia que ofrezca la posibilidad de encausar la propia vida.

No olvidemos que el principal legado de la cultura es el lenguaje y la primera tarea de la educación moderna es, precisamente, la enseñanza de la lectura y la escritura. Gracias a la invención y desarrollo del lenguaje y los medios de comunicación, y a nuestra competencia para hablar, leer y escribir somos capaces de pensar y comunicarnos. Sin estas extraordinarias innovaciones socioculturales, el ser humano no hubiese sido posible y toda civilización inviable.

La doble intención de la Educación nos lleva a las viejas preguntas filosóficas sobre ella: ¿qué enseñar?, ¿para qué enseñar?, ¿cómo enseñar? La primera hace referencia al nivel epistemológico, que supone los conocimientos científicos y culturales socialmente relevantes; la segunda, al nivel ético pues implica los fines prácticos y últimos de la educación: vivir y convivir; la tercera, al nivel teórico-práctico porque involucra los marcos explicativos, métodos y actividades concretas de enseñanza para favorecer el aprendizaje, en atención a los fundamentos epistemológicos y los fines prácticos y últimos que soportan la vida en sociedad.

Así las cosas, ¿cómo entendemos la innovación en Educación? A mi parecer, las preguntas problemáticas al respecto se relacionan con los niveles epistemológico y teórico-práctico, porque los fines persisten y sobreviven a los cambios de época. Una Educación que sólo sirva como medio es insuficiente, porque deshumaniza, resta sentido a la existencia y vuelve la vida infeliz y la convivencia imposible. Entendida como un fin en sí misma es inútil, porque desconoce el vínculo inherente entre el conocimiento de la realidad y la realidad, y nos recuerda la moraleja del mito del Rey Midas, a quien Dioniso -el dios del vino- le otorgó el poder de convertir en oro todo lo que tocara,

sin percatarse que tal don implicaba el riesgo de morir de hambre y sed...

Determinar qué se debe enseñar y cómo enseñarlo es el principal desafío para innovar en Educación en nuestro tiempo. Mientras esto no esté claro, seguiremos presenciando como la inercia termina devorando innovaciones superficiales y cosméticas, que fortalecen y camuflan el conservadurismo, alejándonos de los cambios que realmente pondrían la Educación a la altura de los tiempos.

¿Qué les parece? ¿Qué se debe enseñar en la Sociedad de la Información y el Conocimiento? ¿Al amparo de qué teorías se debe sostener la práctica de la enseñanza para satisfacer las demandas educativas del presente? Manuel Castells nos da algunas ideas para responder a estas preguntas. Les recomiendo escuchar sus tesis, en el enlace a la conferencia que dictó en Costa Rica, en ocasión del IV Congreso de Administración de la Educación.

Etiquetas: Filosofía de la Educación, innovación en educación, innovar la educación en la SIC.

Me llamo Flora Eugenia Salas Madriz y soy educadora. En 1994 empecé a trabajar como profesora en Estudios Generales de la Universidad de Costa Rica y debido a que me gradué en Filosofía, desde mis primeros años como docente tuve la oportunidad de impartir algunos cursos para la Facultad de Educación relacionados con mi especialidad. También, participé en la formación de Psicólogos en la Universidad Centroamericana de Ciencias Sociales. El contacto con la formación de profesionales en Educación y Psicología me motivó a estudiar ambas disciplinas. Hice una Maestría en Administración Universitaria en 1997 y la licenciatura en Psicología en 2003. Actualmente estoy terminando mi tesis en el Doctorado Latinoamericano en Educación de la Universidad de Costa Rica y trabajo como docente e investigadora en la Escuela de Administración de la Educación en la Facultad de Educación de la UCR.

Programa de Tutoría Estudiantil y Proyecto Rama

MSc. Noidy Iliana Salazar Arrieta
Orientación y Psicología.



El Área de Orientación y Psicología del DEVESA, cuenta con algunos programas de ayuda a los estudiantes en su rendimiento académico, dos de ellos son el Programa de Tutoría Estudiantil y el Proyecto RAMA para matemática, ambos programas son atendidos por estudiantes que tienen un buen rendimiento y coordinados desde el Área de Orientación y Psicología y con el apoyo de los profesores en curso.

PROGRAMA DE TUTORÍA ESTUDIANTIL:

El estudiante tutor goza de la beca de derechos de estudio y se le pagan adicional a ella \$520,00 la hora, que se le depositan al final del semestre una vez cumplido con el consentimiento. El requisito con que debe cumplir el estudiante es tener un buen rendimiento académico, donde ganó el curso con una nota superior a 85% y el promedio ponderado del semestre anterior es igual o superior a 80%.

Su función es importante ya que son de apoyo a estudiantes que tienen RN, o alguna adecuación en especial, que necesita un mayor

seguimiento para que el usuario del programa tenga un mejor proceso en su enseñanza aprendizaje.

El tutor dispone de 5 horas a la semana donde tres de ellas son para trabajar con el o los estudiantes y dos horas para planear, consultar al coordinador del curso o buscar apoyos en el DEVESA.

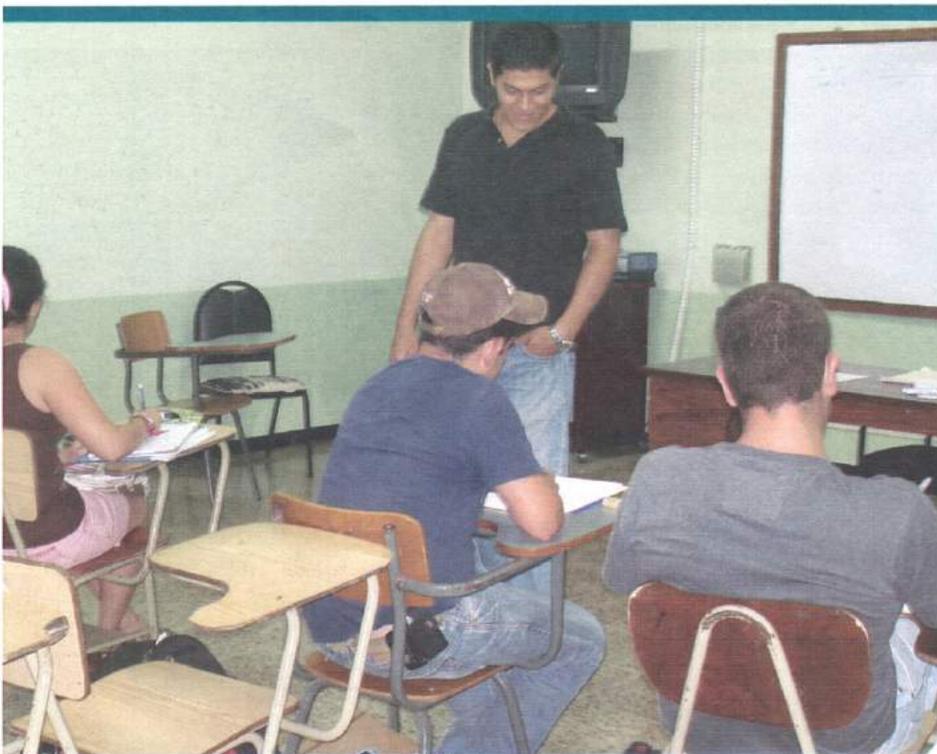
Los cursos que se apoyan son aquellos en que se ha encontrado una mayor dificultad por parte de los usuarios como lo son física, matemática, datos, biología entre otros.

PROYECTO RAMA PARA MATEMÁTICA:

Se inicia en el 2007 en la Sede Regional con estudiantes de la carrera de matemática de la Sede Central, es un plan a nivel nacional organizado por las Escuelas de Matemática en conjunto con las Vicerrectorías de Vida Estudiantil, de las cuatro universidades estatales, desde CONARE. Se inicia con la coordinación del profesor Greivin Ramírez desde Cartago, el área de matemática de la escuela de Ciencias y Letras y el Área de Orientación y Psicología del DEVESA. Hoy día la coordinación desde Cartago es con el Profesor Randal Blanco, con los profesores de matemáticas de la Escuela de Ciencias y Letras y el Área de Orientación y Psicología.

El estudiante tutor cuenta con la beca de pago de derechos de estudio, y un monto de \$32.000.00 mensuales, donde dispone de 10 horas a la semana para trabajar con los estudiantes y planeamiento, los usuarios son en especial aquellos estudiantes que tienen más de 2RN y casos especiales.

Los estudiantes que trabajan en los dos programas reciben capacitaciones en coordinación



con el programa de nueva generación de Coo-
cique R.L. a cargo del Lic. Diego Díaz, donde
se trabajan temas de comunicación y liderazgo,
comunicación asertiva, trabajo en equipo, y
otros temas que le permiten al tutor desarrol-
lar competencias para un mejor manejo de sus
pares.

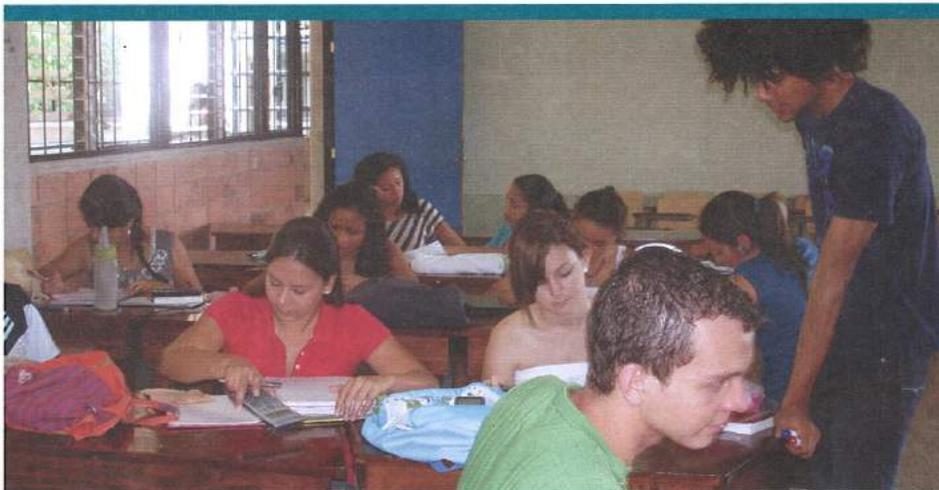
Se ha buscado que el tutor trabaje en un
aula, donde se le brinda las herramientas nece-
sarias para que se dé la tutoría en un habiente
de confianza y respeto, se lleva un control de
asistencia que debe ser entregado a la asesora
psicoeducativa de la Sede y a la vez llevar con-
trol de aquellos estudiantes que son usuarios
del programa de adecuación curricular y que
deben asistir tanto a tutorías como a las horas
consulta que brinda el profesor.

Se han contado con tutores que han dejado
huellas, para mencionar tuvimos en el 2008 a
Steven Méndez Dimarco de la Carrera de In-
geniería en Computación, que se graduó en

abril, a Roberto Campos Delgado de la Carre-
ra de Ingeniería en Agronomía que desde que
ingresó en el 2007, ha sido tutor iniciando en
el Programa de Tutoría Estudiantil y luego en
RAMA, que se ha destacado por tener siem-
pre una evaluación por parte del tutoriado de
excelente y que este sêmostre es el último que
nos colabora, lastimosamente para el progra-
ma bien por él porque entra a práctica y tantos
otros que han sido elementos muy valiosos que
ha fortalecido estos programas.

Los estudiantes tutorados han manifestado
el apoyo y la gran ayuda de estos programas ya
que han podido avanzar en estos cursos dónde
tal vez se ha llegado a tener hasta un RN4.

Para que una tutoría sea un éxito depende
sobre todo del trabajo en equipo, del docente
coordinador del curso, del tutor y los apoyos
que se le den, y de la actitud y motivación con
que el usuario reciba la tutoría.



¿Sabías qué...

Pasar una noche sin dormir equivale a
caminar tres kilómetros, según, estudios
de la Universidad de Colorado (Estados
Unidos). "Hemos descubierto que la gente
gasta más energía cuando está despierta
en la cama que cuando está dormida",
afirma el profesor Kenneth Wright, y explica
que los resultados han demostrado que en
ocho horas de vigilia se queman aproxima-
damente 135 calorías.

El estudio se basa en el análisis de siete
adultos que estaban obligados a permane-
cer en la cama durante los tres días que se
prolongó la investigación. Los participantes
pasaron la noche viendo películas, leyendo
y hablando. La cantidad de energía con-
sumida por estas personas durante las 24
horas de privación de sueño fue de hasta
un 7 por ciento, en comparación con una
típica noche de sueño. El gasto de energía
disminuyó un 5 % durante la "fase de recu-
peración", tras las 16 horas de vigilia.



Mis manos sucias, es la bendición que la tierra me da

Benjamín González Santamaría.

*Licda. Telka Papulette
Guzmán Alvarado*

periodista, Sede Regional San Carlos
tkguzman@itcr.ac.cr

En esta ocasión la Revista Ventana le brinda un homenaje a la persona que mantiene el color, la vida y la ilusión en nuestra Sede y es que gracias a la dedicación de su trabajo y al amor que le tiene a las plantas, los días en la Institución son más bellos.

Proveniente de los Chiles, Zona Norte, de una finca cuyo nombre fue San Jacinto, Benjamín González Santamaría es quien le da vida a los jardines de nuestro querido TEC.

Cursó el sexto grado a los 20 años..."el primer año que entre a una escuela tenía que caminar como 4 kilómetros por sobre montaña, eran trillos, no habían caminos, y carros mucho menos, no los conocíamos."

Según nos cuenta don Benjamín tuvo que dejar la escuela para irse a la capital porque un doctor que trabajaba para el "cuerpo de paz" quería operarle las piernas. Y es que él nació con una extraña enfermedad que al día de hoy desconoce su nombre, según los expertos, la misma tiene relación con la meningitis..." me enderezaron un poco las piernas y me hicieron muchos terapias; mi niñez la pase impedido todo el tiempo, cruzaba un pie con el otro para caminar y a pesar de esta enfermedad, me encantaba jugar bola. "

¿QUÉ FUE LO QUE LE LLAMO LA ATENCIÓN DE SU PRIMERA VISITA A SAN JOSÉ, QUE NUNCA OLVIDA?

"Para ese entonces no había camino, tuve que salir en avión desde los chiles a San José y tuve que hacerlo solo. Cuando llegue miraba todo extraño, porque me imagino que era como ver un indio en media ciudad. Me esperaba una gringa amiga del doctor ella me llevo a almorzar; por cierto me comí unos fideos que me cayeron mal..."

Durante su estadía en San José don Benjamín vivió cuatro años en la casa del Doctor donde pudo cursar algunos años de primaria..."después me vine porque mi mamá estaba grave, y me acuerdo que el doctor me tenía una caja de juguetes, una caja de ropa, zapatos, y

todo eso lo deje guardadito porque pensaba volver, pero después no volvi por amor a mamá; entonces aquí saque el sexto de escuela y me acuerdo que se me terminaban los zapatos que me dio el doctor, he iba con unas zapatillas de mi abuelo que me quedaban grandísimas, pero yo iba a la escuela, ya de 20 años saque el sexto".

Como nota curiosa, nuestro jardinero nos comentó que las primeras personas que obtuvieron el sexto grado allá en la Zona de los Chiles, tenían 30 años para entonces.

¿Y USTED PORQUE DECIDE TERMINAR SU PRIMARIA?

"Lo decidí porque me gustaba estudiar, simplemente me gustaba estudiar, quería escribir, leer... Le cuento que cuando regrese de San José me gane 2 años, iba bien "afiladito" el maestro no hallaba ni que enseñarme porque yo ya todo me lo sabía".

**¿Y CÓMO FUERON ESOS AÑOS DE ESCUELA?
¿AÚN HABÍA POBREZA EN SU CASA?**

"La pobreza todavía esta, a esta edad mía todavía esta, lo que pasa es que he cambiado bastante, pero yo me acuerdo que de la casa del doctor a la casa de nosotros había mucha diferencia, yo allá llevaba un bulto de cuero y aquí cargaba una bolsa de esas de arroz para tapar los cuadernos, y caminaba sobre barro que llegaba hasta las rodillas"

Este artista de la vegetación tiene 5 hijos de los cuales tres trabajan en la Sede, Carlos, Domingo y Roberto. Nos cuenta que salió de los Chiles por que la pobreza no lo dejaba salir adelante y prefería mil veces dejar lo poco que tenía antes de cometer una falta..."mi papá nunca me enseñó a robar, me enseñó a trabajar, a ganarme la vida ,aprendí que mis manos sucias son la bendición que la tierra me da ya que es ella quien me provee de mis alimentos gracias a los trabajos en jardinería... me vine porque en ese tiempo, hace como 18 años, puse un anuncio en la radio y una mujer lo escuchó, querían piones aquí en Cuestillas de Florencia, en el vivero, entonces me vine y trabaje 3 años ahí."

Don Benjamín nos cuenta que cuando llego a Santa Clara no tenía nada ni donde dormir... "Gracias al papá de "Pilo", Mauricio Rodríguez, el nos ayudo mucho dándonos una casa donde vivir, yo le decía que me cobrara algo y él no quería hasta que al fin me cobro porque yo se lo pedía, no me gustaba así como que muy gratis todo, me he llevado ese orgullo, y creo que así voy a morir.

¿DESPUÉS DEL VIVERO QUÉ PASO?

Tuve que salir obligado porque ya las piernas no me ayudaron, me cansaba mucho estar de pie, y en ese tiempo salí casi "de cuatro patas", no aguante más, por la enfermedad en mis piernas, le pedí a Dios que yo pudiera comprar una guarnición para chapear, y la compré, me costó 15200000 colones, hace como 12 años.

¿COMO RECOLECTÓ ESE DINERO?

Cuando Dios quiere se le facilitan las cosas a uno, yo no me desespero a veces por mi pobreza, simplemente ya estoy acostumbrado a aguantar y yo dije: algún día yo la voy a poder comprar porque dios me va a ayudar, y fui a trabajar donde el doctor Jiménez, de ahí de Florencia ,él me sirvió de fiador

¿LE QUITARÍA USTED ALGO A LO QUE HA VIVIDO?

Bueno a mi lo que me hubiera gustado en la vida es haber sido un hombre bueno, bueno en el sentido físicamente, un hombre sano que no me doliera nada, que yo pudiera trabajar bien, eso es nada más, porque yo amo el trabajo.

Para don "Benja", como muchos le conocen, la felicidad se encuentra en el trabajo y en el estar agradecido con lo que Dios le da. Menciona que su mayor satisfacción es ver como el cuidado que le da a sus plantas engrandese la labor del funcionario y de los estudiantes, ya que un hermoso ambiente fortalece la salud mental del ser humano.





Cooperativismo y Sociedad

Su impacto en la Zona Norte

Lic. Luis Corella Viquez

El quehacer social y organizativo de las poblaciones y sociedades, han sido una construcción histórica. Han surgido como respuestas sociales en momentos particulares y en ámbitos espaciales específicos. La vasta obra de la sociedad humana es el resultado de las capacidades individuales y de las formas de cooperación desarrolladas en las organizaciones sociales.

El vínculo organización y sociedad, sintetiza las relaciones históricas y culturales de cada época. De esta manera, los distintos intereses sociales garantizan su presencia e incluso su poder a través de las organizaciones, las cuales también poseen la capacidad de modelar a sus integrantes, así como la de conservar y adecuar las relaciones con su entorno.

Las organizaciones y las cooperativas como entes articulados para determinados propósitos, que reproducen poderes y relaciones con el entorno, representan una compleja red de relaciones, que no necesariamente están dispuestas ni preparadas para adaptarse a cualquier condición que pueda ser ajena o extraña a su constitución originaria, devenir social y funcionamiento, por ello la liquidación y creación de nuevas organizaciones han sido el devenir orgánico de las poblaciones.

Dentro de las pocas organizaciones que permanecen con gran vigencia social y que ha trabajado con proyectos de largo alcance e impacto están las cooperativas, sin ellas, como se ha dicho en otros lugares, el desarrollo de la Región Huetar Norte no sería el que hoy tiene sin el accionar de las cooperativas.



Las contradicciones de una nueva época que no logra imponerse ni liquidar relaciones y condiciones, creadas social e históricamente, configura críticamente al presente y al cooperativismo. Desde esta perspectiva las organizaciones adquieren una dimensión analítica distinta a las visiones que subordinan lo social a las formas técnicas y administrativas. Son las relaciones sociales y no las relaciones entre objetos, las que permiten comprender los límites y posibilidades de las organizaciones y los comportamientos individuales.

Dadas las precarias condiciones en que tuvieron que operar los habitantes fundadores de la Zona Norte permitió que se desarrollara la solidaridad y la ayuda mutua, características que más tarde favorecerán el florecimiento del cooperativismo. La región norte se caracteriza por tener un fuerte arraigo hacia la tierra, mucho amor por lo propio y autóctono y costumbres bien definidas, que aunque no del todo originales sí se han afianzado a lo largo de los años, como lo es su religiosidad.

Tampoco puede hablarse de la zona norte como una fuente permanente de riqueza pues cantones como los Chiles y Upala se encuentran entre los más pobres del país, quizá San Carlos se convierte en una excepción, pero en este cantón también hay serios problemas de empleo, de infraestructura vial y de impulso a la producción.



Cooperativismo es un modo de vida, no es tan solo una Filosofía, va más allá, busca que las personas se realicen como tales, mejores condiciones de vida, mayor cultura, pero sobretodo vivir en una solidaridad perenne. Ser cooperativista implica un gran esfuerzo porque requiere hacer a un lado egoísmos, intereses personales para optar por el interés común y el bienestar de las mayorías, es poner lo que nos sobra al servicio de los que menos tienen, es compartir y dar lo mejor de nosotros, el acto cooperativo es un acto de generosidad y desprendimiento. Hoy no pueden pensarse organizaciones aisladas, sin comprender el entorno, sin aunar el trabajo en pro de una sociedad más equitativa y solidaria.

Muy distinta hubiese sido la situación de la Zona Norte si no existieran las cooperativas, pues son estas las que le han dado un enorme impulso a la producción, financiando los pequeños empresarios, llevando electricidad hasta los lugares más recónditos, comercializando productos agrícolas, transportando personas, industrializando leche, en fin promoviendo el desarrollo de la economía regional con base en la pequeña y mediana empresa.

Otro ejemplo destacable es la propuesta de ZONA ECONOMICA ESPECIAL pues se ve en ese foro la alternativa para alcanzar un desarrollo integral en la región, dado que se requie-

re tener una visión de largo plazo y emprender proyectos exitosos.

No se cuenta con números exactos en la región sobre el aporte del cooperativismo a la economía de la Zona Norte. Lo cierto es que hay más de ciento cincuenta mil cooperativistas, cerca de un noventa por ciento de la producción lechera está cooperativizada, se tiene una importante participación en el mercado financiero, COOIQUE R.L. por ejemplo, es quizá el ente financiero más importante de la región y una de las cooperativas de ahorro y crédito más grandes del país.

Cuando a nivel mundial se unen las grandes empresas, firman alianzas estratégicas, colaboran entre sí, en otras palabras, se apoyan, con mucha más razón lo deben hacer las cooperativas y los cooperativistas, pues esta es la mejor arma para enfrentar los grandes intereses y defender a quienes por sí solos no pueden competir. Bien lo dice el amigo Marco Vinicio Solís, Presidente de la Cámara de Comercio, Industria y Turismo de la Zona Norte, "antes se planteaba el divide y vencerás y hoy es el únete y vencerás". Esa es la tónica de los nuevos tiempos, para lograr una nueva sociedad debemos aprender de los buenos y viejos ejemplos, y por otra parte revisar los errores cometidos para no volver a caer como acontece en el eterno retorno de las prácticas políticas.

Empresas tecnológicas nacen en jardines del TEC

Becario MICIT-CONICIT estudia "La creación de 'Spin-off' universitarias en el TEC"

80% de los emprendedores del TEC es menor de 40 años de edad al momento de fundar la empresa

Silvia Arias

Periodista, CONICIT
sarias@conicit.go.cr

"Costa Rica Rides High-Tech Wave", es un título periodístico que emociona a cualquier apasionado por la tecnología. Y para estos apasionados, así como para la mayoría de los costarricenses no es desconocido el nombre ArtinSoft, empresa tica que brinda servicios, incluso de investigación, al poderoso Microsoft.

Según lo ha estudiado el Máster Mauricio Martín Monge Agüero del Instituto Tecnológico de Costa Rica (TEC), la "Spin-off" universitaria o académica "es una empresa cuyo objetivo es explotar el conocimiento generado en la universidad, como resultado de su actividad investigadora y ante una oportunidad comercial, donde el conocimiento puede ser codificado o tácito". Monge Agüero agrega que "son creadas por personal investigador y/o empleados de una universidad, centros de investigación públicos o estudiantes de doctorado". Igualmente, se clasifican en ortodoxas, tecnológicas o híbridas y se ha investigado que surgen de forma espontánea o planificada, contando o no, con el apoyo de la universidad.

En los últimos meses Monge ha estudiado las "Spin-off" y su trabajo va orientado a contribuir y a promover la creación de "Spin-off" académicas en el TEC, identificando específicamente las surgidas en el TEC y caracterizando

los factores determinantes que han influido en su proceso de creación.

Empresas que cumplen con las características de "Spin-off"

Hallazgos

Dentro de los hallazgos encontrados, Monge indica que estas son empresas derivadas del quehacer de la Universidad, están vinculadas al área de ciencia y tecnología, fueron fundadas por docentes e investigadores, surgieron de forma espontánea y, además, comercializan tanto conocimiento tácito, como explícito.

De estas empresas, el 50% de los emprendedores abandonó la universidad (ortodoxa), el 40% se mantiene vinculado (híbrida) y el 10% transfirió el conocimiento.

En su mayoría los emprendedores indican que no contaron con apoyo económico, tiempo, capacitación o acompañamiento de parte de las autoridades durante su proceso de creación y, por otra parte, la legislación nacional no contempla el apoyo a la creación de "Spin-off" académicas.

Otro dato de interés y curioso es que el 90% de los emprendedores académicos son hombres y el 10% restante son mujeres y a pesar de que la mayoría de los emprendedores es gente de importante formación académica, con experiencia en y publicaciones; el 80% de los emprendedores es menor de 40 años de edad al momento de fundar la empresa.

Dentro de las principales conclusiones Monge indica que el financiamiento externo de la investigación es la mayor debilidad, dada la fuerte disminución de aportes externos por lo cual es necesario plantear una estrategia institucional que apoye la creación de "Spin-off" considerando los organismos internos que podrían ser un apoyo.

Agrega que la principal fortaleza del TEC para el fomento y creación de "Spin-off" académicas es su misión, cultura y tradición de servicio al sector productivo.

Monge plantea además futuras líneas de investigación de interés como, por ejemplo, la vinculación universidad-empresa desde la perspectiva de: a) la transferencia de conocimiento de la universidad hacia el sector productivo, b) el apoyo financiero para investigación que está dispuesto a proveer el sector empresarial y c) el impacto de la demanda de servicios del sector productivo que pueda promover la creación de "Spin-off".

El investigador recaló la importancia de la evolución de la universidad hacia una "universidad emprendedora", comprometida con su entorno y la solución de los grandes problemas nacionales. Dijo que como respuesta a ello se incentiva cada vez más la creación de las "Spin-off" académicas, como medio para mejorar la calidad de vida del país.

Empresas	Año de Fundación
CREADISA S.A.	n.d.
TCM. Tecnología de Microconcreto S.A.	1993
ArtinSoft S.A.	1993
Central de Servicios Químicos S.A.	1983
Diagnóstico e Ingeniería Consultores S.A.	2003
GBsys S.A.	1987
Next Gen World S.A.	2001
Mecsoft S.A.	1999
Advansys S.A.	2001
Consultores Informáticos S.A.	1999
Dinámica Consultores S.A.	1986
Consultores Eólicos S.A.	n.d.
Fuente: Mauricio Monge	



Costa Rica es uno de los tres países más tecnológicos de América Latina

País figura entre los 50 “más tecnológicos” del mundo, según el Foro Económico Mundial.

Informe destacó a Costa Rica por la calidad de su talento humano, su nivel de educación y su sector empresarial “sofisticado”

Sandra Angulo Hernández
Coordinadora de Comunicación
CAMTIC
sangulo@camtic.org

Luego de Chile (39) y Uruguay (45), Costa Rica figura como el tercer país latinoamericano cuyo ecosistema digital es más competitivo. Así lo reveló la edición 2010-2011 del Informe Global sobre Tecnologías de Información del Foro Económico Mundial (WEF, por sus siglas en inglés).

Según este influyente estudio, Costa Rica es uno de los 50 países “más tecnológicos” del mundo, entre un total de 138 naciones estudiadas, mejorando tres posiciones con respecto al año anterior y colocándose de número 46.

“Costa Rica se ha mantenido escalando posiciones en el ranking de países desde el 2006, con una mejora adicional de tres puestos desde el 2009-2010 y notables avances en aspectos como “readiness” o preparación para el uso de las tecnologías, en donde mejoró siete puestos”, señala el análisis del Foro Económico Mundial.

De acuerdo con el Presidente de la Cámara de Tecnologías de Información y Comunicación (CAMTIC), Alexander Mora, escalar tres posiciones con respecto al año pasado refleja una mejora significativa.

“Esto envía una señal importante a la comunidad tecnológica sobre los esfuerzos que el país realiza para mejorar su ecosistema digital. Esta señal es muy valiosa de frente a las pretensiones de Costa Rica de consolidarse como un centro global de referencia para el sector digital y proyecta una imagen positiva sobre la competitividad del país”, explicó Alexander Mora de CAMTIC.

En su criterio, al analizar con detalle las diversas secciones del índice, “no puede dejar de advertirse que Costa Rica aparece como uno de los países que tiene mayores contrastes, pues en algunas variables es líder, no sólo regional sino mundial, pero en otras se ubica en las últimas posiciones con valores sorprendentes, por deplorables, para un país de renta media y alto desarrollo humano”.

AVANCES NOTABLES

El Informe Global sobre Tecnologías de Información 2010-2011 también destacó que el país cuenta con un sector empresarial sofisticado, que incorpora la tecnología en sus sistemas productivos, en sus procesos y actividades.

Esto, según el Foro Económico Mundial, se refleja en la transformación de su sistema productivo de bienes y servicios, que cada vez son de más alto valor agregado para los mercados internacionales.

El estudio destaca que más del 10 por ciento de las exportaciones de bienes de Costa Rica es-

tán conformadas por productos de alta tecnología, lo cual la coloca en el puesto 13 en el mundo y de primero en Latinoamérica.

Otros aspectos que permitieron que Costa Rica avanzara en el ranking son las bajas tarifas de acceso a Internet fija de banda ancha (donde ocupa el tercer puesto a nivel mundial), la libertad de prensa (puesto 11 en el mundo y uno de América Latina), la preparación del recurso humano, la calidad de sus escuelas de administración de negocios y las tarifas de telefonía celular y fija.

El Foro Económico Mundial utiliza diversas fuentes, informes y metodologías para elaborar este informe global y analiza aspectos como el ambiente de negocios, la preparación del recurso humano y el uso de las tecnologías.

CAMTIC califica este índice como un instrumento valioso para que el país gestione esas variables y procure construir un plan de mejoras.

“La Ministra de Comercio Exterior de Costa Rica, Anabel González, ha acertado al proponer una gestión de seguimiento y convocar a instituciones y sectores interesados, para trabajar en la gestión y mejora de las variables incorporadas en el estudio. En ese marco, CAMTIC está proponiendo una estrategia público-privada con la meta de que, para 2015, Costa Rica esté dentro de los 30 primeros países del mundo en este índice”, explicó el Presidente de CAMTIC.

Este informe se considera “la evaluación internacional más completa y legítima del mundo sobre el impacto de las tecnologías digitales en el proceso de desarrollo y la competitividad de las naciones”. Alexander Mora de CAMTIC.

Madurez Tecnológica en el Tercer Mundo.

*Carlos Alberto
Sepúrcira Orozco*
Estudiante de Administración
de Empresas SSC



Recientemente en una clase de Negocios Internacionales discutíamos el tema de las nuevas tendencias en el mundo de los negocios y de la evolución que han experimentado los mismos. Evidentemente la forma de hacer negocios ha cambiado y la tecnología (era digital) ha jugado un papel preponderante en dicho proceso. Pero me resultó todo un desafío y a la vez una preocupación, pensar en los beneficios reales que está aportando la tecnología a nivel de América Latina, y por qué es que aún no logramos darle ese "plus" a nuestros negocios, o al menos no estamos logrando alcanzar el beneficio esperado en la implementación de la tecnología.

En un estudio realizado por El Foro Económico Mundial en el año 2009 disponible en <http://www.elnuevodiario.com.ni/nacionales/71051>, Costa Rica figura como uno de los primeros países de América Latina en obtener "beneficios" de la tecnología, contrastemente Nicaragua se ubica en la última casilla de este estudio, considerando que este país no cuenta con la cobertura tecnológica suficiente.

Por otra parte, RACSA disponible en: http://www.racsa.co.cr/comunicados/poblacion_internet/index.html, señala que para el año 2010 un 52% de los hogares costarricenses tenían una computadora y que más de un millón de personas tenían acceso a Internet, estos datos ponen de relieve que es completamente

cierto que la masificación de tecnología no ha sido la excepción en Costa Rica, pero surge un cuestionamiento válido y es que no se puede considerar parte de desarrollo el simple hecho de acceder a recursos tecnológicos, ¿qué pasa con el verdadero uso de estos recursos?, no hemos logrado desarrollar investigaciones que nos permitan mejorar nuestras estructuras de negocios, y en las empresas existe un clima organizacional que muchas veces está viciado, el activo más importante de una empresa, los empleados invierten mucha parte de su tiempo en redes sociales como facebook y twitter y están siendo cada vez menos productivos, y lo más desalentador es que no son casos aislados, sino que esta cultura va en aumento pese al efecto multiplicador de la adicción a las redes sociales.

Según Esther Vargas, en su estudio del uso de las redes sociales en las empresas latinoamericanas 2010, aún es poca la participación de las empresas mediante el uso de dichas redes, es decir, falta aprovechar estas herramientas que son muy efectivas para establecer comunicación directa con los clientes y además son de muy bajo costo para las compañías. Este estudio refuerza que efectivamente hay un problema de cultura, ya que los recursos tecnológicos se emplean principalmente para el ocio, que aunque no deja de ser importante, no debería marcar un desequilibrio entre competitividad y relaciones interpersonales.

Ante estas evidencias de comportamiento con las plataformas tecnológicas, se acrecienta el reto para los gerentes de empresas, estudiantes universitarios, profesores y maestros, en la

movilización de esfuerzos para cambiar nuestras estadísticas en cuanto al uso de la tecnología, si desde nuestras escuelas, se impulsa una cultura hacia la investigación, técnicas de estudio virtuales y amplitud de contextos culturales, entonces si sería posible encontrarnos de aquí a unos años con profesionales que deseen innovar, que valoren la tecnología como un medio que propicia desarrollo y no como un juego, ni como la simple forma para conocer personas y gastar el tiempo ocioso.

"Sólo educando al niño no tendremos que castigar al adulto", es responsabilidad de todos como actores sociales, madurar en esta área, no podemos permitirnos como sociedad, que se pierdan los espacios necesarios para educarnos, porque no podemos dejar el face o el msn.

Concientizarnos no es un objetivo válido en la investigación científica, pero cuanto hace falta si de verdad queremos salir de los abrojos en los que muchas veces caminamos en nuestra sociedad.

"Resignarse es morir un poco", es dejar que la indiferencia nos conquiste, no más ideas de que somos del tercer mundo y que por ello no sobrevienen cambios, sino hagamos de esta realidad un ambiente placentero y valoremos cada vez más el espíritu emprendedor y las nuevas ideas necesarias para crecer y sobretodo la educación.

Resulta interesante ver nuestra realidad, pero es más inspirador pensar en el futuro, en esa Costa Rica que soñamos desde Alfredo González Flores hasta nuestros días.



Del Baúl de los Recuerdos...

Semana Universitaria 2010

Carrera de Computación, Sede San Carlos.

M.Sc. Abel Méndez Porras

La Carrera de Computación, Sede San Carlos, acreditada mediante SINAES (Sistema Nacional de Acreditación de la Educación Superior), tiene entre sus objetivos mejorar las competencias de sus estudiantes y docentes mediante una formación integral que permita afrontar los retos de un mundo globalizado. Además, se encuentra en constante búsqueda y adaptación de metodologías exitosas empleadas en la educación para brindar mayores oportunidades de aprendizaje. Así, como la organización y participación en eventos académicos de carácter nacional e internacional que permitan fortalecer el impacto y la pertinencia de la misma.

La Carrera de Computación organizó una serie de conferencias, una Feria de Oportunidades y un Encuentro Interuniversitario Internacional, en el marco de la Semana Universitaria celebrada del 11 al 16 de octubre.

Las actividades fueron engalanadas con la participación de delegaciones de la Universidad de El Salvador, UNAN, León y UNAN, Matagalpa. Fue una semana de intenso intercambio de conocimiento entre conferencistas de trayectoria internacional, profesores abnegados y estudiantes entusiastas.

CONFERENCIAS

Las conferencias estuvieron enfocadas en temáticas tales como: Tecnologías para el Desarrollo de Aplicaciones para Dispositivos Móviles, Aseguramiento de la Calidad en el Desarrollo de Aplicaciones para Dispositivos Móviles, Sistemas Empotrados, Realidad Aumentada, HTML 5 y Supercomputadores.



Expositores como Diego Dompe de RidgeRun Embedded Solutions, Ronny Vargas y Mario Nuñez de Avantek Software, Brian Salazar de Avenidanet y Santiago Nuñez del ITCR compartieron su conocimiento y experiencia con interesados estudiantes y profesores e invitados internacionales.

FERIA DE OPORTUNIDADES

La Feria de Oportunidades contó con un área de stands, un foro empresarial y entrevistas de preparación para el empleo. Esta actividad estuvo lucida con la participación de las empresas GBSYS S. A., Dinámica Consultores, Interfaz Software y Avantek Software.

En el foro empresarial se realizó un conversatorio con los representantes de las empresas acerca del perfil profesional de los ingenieros en computación en la actualidad y del crecimiento profesional de los mismos dentro de las empresas.

De esta manera los participantes obtuvieron información de profesionales involucrados en los sectores productivos en el área de TICs, so-

bre los aspectos que se deben considerar en la formación de futuros ingenieros en computación.

En el área de stands estudiantes, profesores e invitados nacionales e internacionales tuvieron la oportunidad de interactuar con los representantes de estas importantes empresas del sector TICs de Costa Rica.

Las entrevistas de preparación para el empleo fueron aplicadas a estudiantes de tercer y último año de carrera. Los estudiantes entregaron sus currículos y cada empresa aplicó alrededor de 14 entrevistas. El objetivo de esta actividad es que los futuros profesionales se vayan preparando para su incorporación en el mercado laboral conociendo los retos y desafíos que este les plantea.

ENCUENTRO INTERUNIVERSITARIO INTERNACIONAL

El Encuentro Interuniversitario Internacional fue diseñado con el fin de compartir experiencias educativas en pro del mejoramiento de la enseñanza universitaria en el área de las



Tecnologías de Información y Comunicación, mediante encuentros académicos centroamericanos. Se contó con la participación de delegaciones de la Universidad de El Salvador, UNAN, León y UNAN, Matagalpa, la Universidad Nacional Sede Heredia y la UCR Sede Liberia y la participación de cerca de 90 estudiantes y 6 profesores de la Carrera de Computación, San Carlos.

La actividad dio inicio con la conferencia "La investigación, ciencia y tecnología para el desarrollo e integración de la región", a cargo del Dr. Dagoberto Arias, Vicerrector de Investigación y Extensión del ITCR. El Dr. Arias presentó varios ejemplos de países que han decidido impulsar la investigación científica como medio para la prosperidad. Recalcando que el principal mecanismo ha sido un incremento de la inversión pública en educación, medida como porcentaje del Producto Interno Bruto.

El Dr. Arias también hizo énfasis en que la promoción de intercambios académicos e investigaciones compartidas entre instituciones centroamericanas y latinoamericanas es el mejor medio para investigar con mayor pertinencia e impacto, y además ofrece atractivas oportunidades de acceder a recursos considerables de la cooperación, principalmente europea, que establecen como requisito la existencia de equipos multidisciplinarios, internacionales e interinstitucionales.

Luego se procedió al desarrollo de actividades grupales tanto para estudiantes como para profesores: Los estudiantes contaron con el espacio para compartir sus experiencias exitosas en el proceso de formación universitaria. Además, plantearon las mejoras que desde sus perspectivas se deben mejorar en la enseñanza universitaria. Por último, se realizó la grabación y transmisión del programa Microsoft Café TV. Este programa es el nuevo podcast semanal en vivo de Microsoft para Centroamérica, Caribe, Perú, Ecuador, Bolivia y Paraguay. Se presentaron los nuevos adelantos en tecnología y se entrevistaron a profesores participantes en el encuentro. Las entrevistas a los profesores puede ser revisada en el enlace: <http://www.ustream.tv/recorded/10202770>

Un sentimiento de reconocimiento y agradecimiento a todos los profesionales que nos acompañaron como expositores y a los que invitados especiales nacionales e internacionales. Admirable la humildad y dedicación con que todos compartieron sus altos niveles de conocimiento y experiencia con nosotros.

También un agradecimiento muy especial a nuestras autoridades institucionales (Dirección de Sede y Departamento Administrativo, Vicerrectoría de Investigación y Extensión), así como a todas las unidades, departamentos y escuelas por el apoyo incondicional en esta exitosa experiencia. Reconocer y resaltar la organización y participación de nuestros queridos estudiantes y profesores.



Colegio Científico de San Carlos, ser mejor para servir mejor a Costa Rica

Wayner Montero

Director Colegio Científico.

*Licda. Telka Paulette
Guzmán Alvarado,*

Periodista.

El Colegio Científico de Costa Rica, Sede San Carlos, opera en las instalaciones del Instituto Tecnológico de Costa Rica, en la localidad de Santa Clara desde el año 1993. El objetivo general de los Colegios Científicos es la formación integral de sus estudiantes, considerando los más altos valores costarricenses en el marco de un proceso educativo, con énfasis en la adquisición de conocimientos sólidos y habilidades en los fundamentos de la Matemática, la Física, la Química, la Biología, la Informática y la Robótica. El Colegio científico Sede San

Carlos se ha destacado regional, nacional e internacionalmente por su fuerte orientación a la investigación científica.

Para este año el CC San Carlos inicia el curso con el proceso de inducción de 28 estudiantes, provenientes de toda la Región Huetar Norte de Costa Rica, seleccionados de entre más de 80 postulantes que por su buen rendimiento académico y por su aptitud para la ciencia y la tecnología han optado por esta excelente opción educativa.

El 1 de febrero dichos estudiantes comenzaron el curso lectivo para el presente año con la expectativa de realizar grandes sueños para las futuras generaciones de científicas y científicos de nuestra Región y de nuestro país.

Entre los logros más destacables que año a año nuestros estudiantes obtienen mediante su empeño y dedicación se pueden citar una promoción del 100% en los exámenes de Bachi-

llarato desde la creación de la institución, Participaciones y reconocimientos en Olimpiadas de Química, Matemática, Biología y Física; así como en Ferias Científicas Nacionales e Internacionales.

1. ¿QUÉ SON LOS COLEGIOS CIENTÍFICOS DE COSTA RICA?

Los Colegios Científicos (CCC), son Colegios preuniversitarios, en los cuales se estudia en forma muy intensa con énfasis en matemáticas, física, química, biología e informática.

Funcionan en las Universidades públicas debido a la necesidad del uso de los laboratorios de química, física, biología, idiomas, y cómputo, por ser más especializados.

2. ¿PARA QUIENES SON LOS COLEGIOS CIENTÍFICOS?

No son Colegios, para todos los estudiantes, sino solamente para aquellos que poseen un interés extraordinario por el estudio de las ciencias y una extraordinaria capacidad para el trabajo intenso.

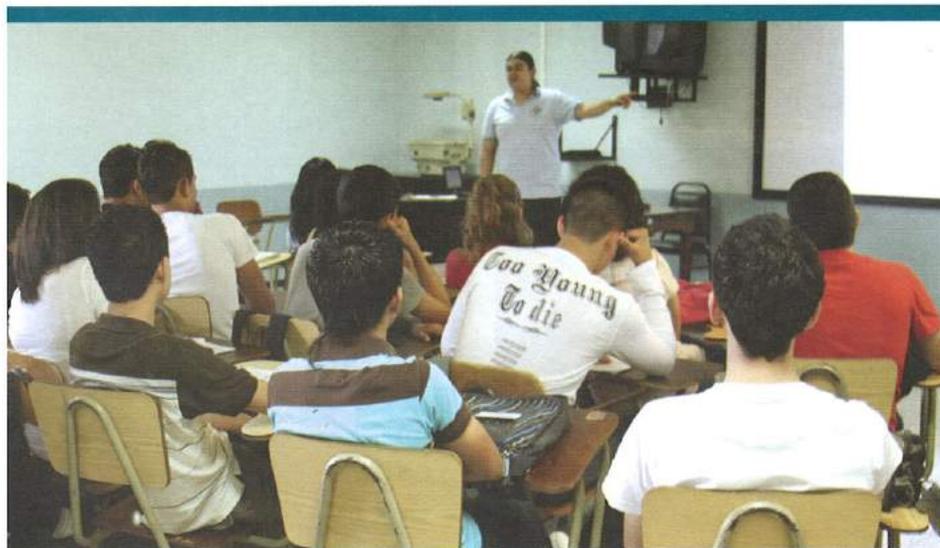
Además, estar dispuesto/a a sacrificar algunos gustos para dedicarlos a la investigación y el estudio.

3. REQUISITOS DE ADMISIÓN

Estar cursando el noveno año de la Educación General.

Tener un promedio anual mínimo por materia de 85 en el séptimo, octavo y dos trimestres de noveno año.

Obtener un puntaje lo más alto posible en el examen de admisión que se realizará el viernes 29 de octubre del 2010.





Tener 16 años o menos al primero de abril del año en que haría el décimo año.

4. ¿QUIÉNES INGRESAN?

Los primeros treinta mejores resultados del examen de admisión.

5. CARACTERÍSTICAS

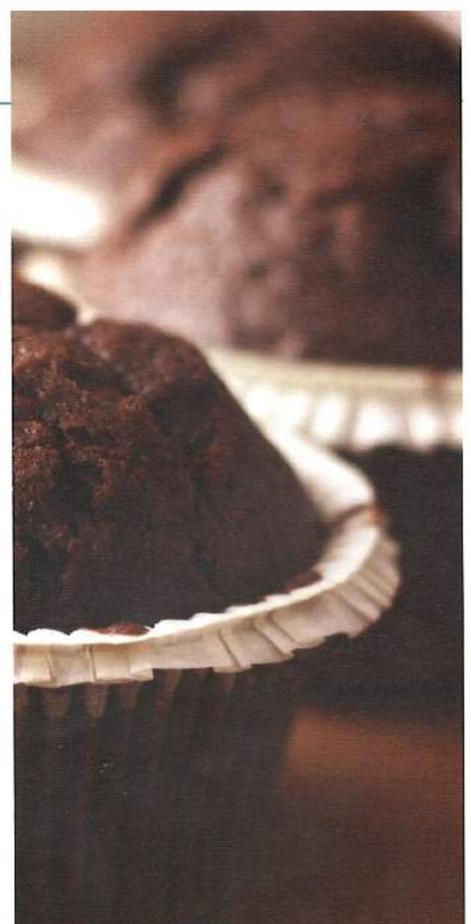
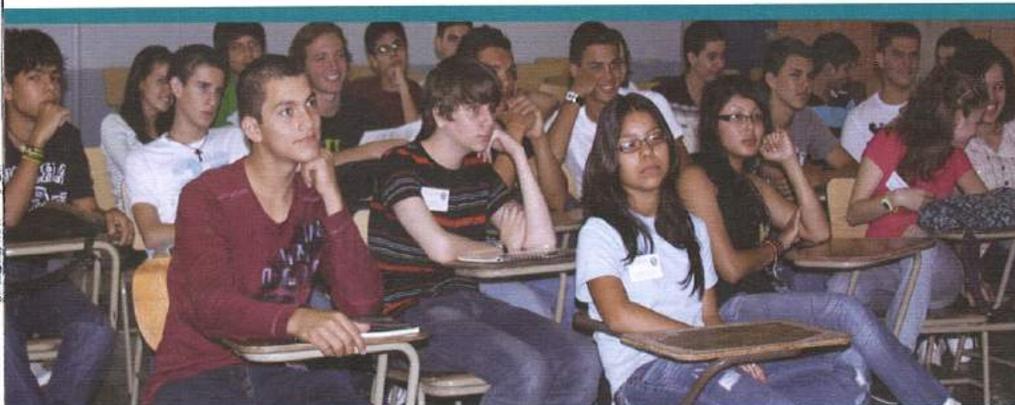
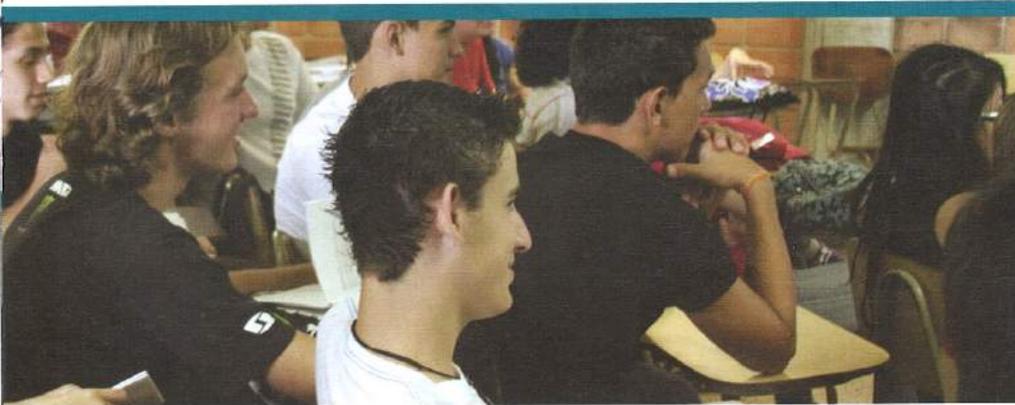
1. Son colegios preuniversitarios, en razón de sus planes de estudio, contenidos programáticos y nivel de exigencia.
2. Buscan el desarrollo de habilidades, destrezas, conocimientos y orientación profesional para un óptimo desempeño académico en la Educación Superior.
3. Sólo se cursa el décimo y undécimo año de la educación diversificada.
4. Son gratuitos para todos los estudiantes y cuentan además, con un sistema de becas para que ningún estudiante con las condiciones que aquí se piden, pierda la oportunidad de ingresar por falta de medios económicos.

5. Cuentan con el respaldo de las Universidades estatales y sus estudiantes tienen los mismos derechos que los estudiantes universitarios.
6. El principal interesado por ingresar al Colegio debe ser el estudiante, no los padres de familia; estos deben apoyar la iniciativa, no presionarla. Esta característica es determinante.
7. Superan la brecha entre los colegios públicos y los privados.

CONDICIONES PARA PERMANECER EN EL COLEGIO

Debe continuar con un alto rendimiento académico, con notas mayores o iguales a su promedio de admisión. La nota mínima para aprobar un curso es de 70. Dos notas semestrales inferiores le ocasionan el traslado a su Colegio de procedencia, sobre todo si son en ciencias y/o matemáticas.

Conducta acorde con las exigencias del Colegio Científico.



¿Sabías qué...

No hay nada como disfrutar de un buen y delicioso chocolate, ahora con más seguridad comeremos chocolate, pues está ayuda a proteger el corazón, porque ayuda a cortar una enzima que repercute directamente en el aumento de la presión sanguínea.

Estudios recientes sugirieron que el cacao o el chocolate negro pueden poseer ciertos efectos beneficiosos sobre la salud humana. Esto es principalmente causado por una particular sustancia presente en el cacao llamada epicatechin.

Algunos estudios también observaron una moderada reducción en la presión sanguínea luego de ingerir chocolate negro diariamente. Sin embargo, el consumo de chocolate de leche o chocolate blanco, o leche entera con chocolate negro parecen negar ampliamente el beneficio a la salud.



VII Festival Interuniversitario Centroamericano de la Cultura y el Arte FICCUA 2011

Lorna Quirós Salazar.
Profesora

El acto Inaugural se realizó el miércoles 30 de marzo del 2011 en el Centro de Convenciones Vasco Núñez de Balboa, Hotel El Panamá a las 7:00pm, fue un recibimiento muy lúcido por parte de la Universidad de Panamá, donde representaron la tradición cultural del país, a través de su música y danza.

Participación del Grupo Almendro durante el FICCUA 2011

DESCRIPCIÓN DE GRUPO

El grupo de Música Folclórica Almendro está integrado por estudiantes de las diferentes carreras que ofrece la Sede San Carlos. El proyecto "música de las 7 provincias" fue ejecutado por cinco músicos, dos bailarines y una estudiante de teatro. Distribuidos de la siguiente forma:

- José Lidier Artavia (voz principal y guitarra)
- Jesús Marconi Obando Aguilera (saxofón, bajo y requinto)
- Fabricio Salas Espinoza (percusión)

- Allan Andrés Arce Salas (Mandolina y voz)
- Tania Corrales Castro (voz)
- Elianeth Ramírez Méndez (actuación y voz)
- Ana María Jara Ruiz (baile)
- Ramón Núñez Sandí (baile)
- Bajo la dirección General Musical y Guión de la Profesora: Lorna Quirós Salazar.
- Contamos con la colaboración profesional de los profesores de culturales:
- Iván Navarrete Dávila: quien trabajó la actuación y expresión escénica de la actriz.
- Oscar Chanis Reyes: quien trabajó las coreografías.

PRESENTACIONES REALIZADAS DURANTE EL FICCUA PANAMÁ 2011

El grupo Almendro realizó cuatro presentaciones durante el Festival:

Nuestra primera presentación se realizó el jueves 31 de marzo del 2011, en la Universidad de las Américas (UDELAS), alrededor de las 10:00 am, con el cien por ciento de participación de los integrantes; durante esta presenta-

ción nos acompañó la vicerrectora Máster Ligia Rivas.

En cuanto al público, había una gran cantidad de estudiantes de dicha universidad, quienes se mostraron muy complacidos con nuestra presentación.

La segunda exposición se realizó el mismo día pero a las 4:00pm, esta vez en el Teatro al Aire Libre (TUAL), que se encuentra dentro de las instalaciones de la Universidad de Panamá, aquí la experiencia no fue tan gratificadora, ya que no contamos con la batería que se había solicitado con antelación, y además, se había recordado el día anterior a los encargados del escenario.

La cantidad de público en este escenario fue poca, considero que a la organización le faltó promover el evento ante la comunidad estudiantil, a pesar de que en este escenario se encontraban personeros del canal de la universidad grabando el evento.

La tercera presentación la realizamos el viernes 1 de abril, alrededor de las 5:00pm en el auditorio Reina Torres de Arauz, la cual fue muy



exitosa gracias a la organización que tuvo el profesor Moisés Hernández, quien con antelación se preocupó por asegurar el espacio adecuado, y el sonido correcto para nuestra presentación, aquí si se contó con los requerimientos solicitados como la batería y el espacio para los bailarines, la cantidad de El público que había junto con los organizadores que se encontraban, nos felicitaron por nuestra participación.

Nuestra cuarta y última presentación se realizó en la tarima del Metro Mall, a las 2:00 pm, frente a una gran cantidad de público, que se mostró muy alegre al escuchar nuestra música.

Apreciaciones Generales

En general quedamos muy satisfechos del esfuerzo que realizamos por hacer buenas presentaciones, pero los inconvenientes técnicos nos afectaron un poco, agradecemos las buenas intenciones de la organización por hacernos sentir bien durante nuestra estadía, ellos se preocuparon mucho por las delegaciones que fueran muy bien atendidas, por lo que comprendemos que manejar tanta cantidad de personas es muy difícil, más que tienen diferentes costumbres y gustos.

El trato fue muy bueno por parte de los guías, quienes siempre estaban dispuestos a ayudarnos en lo que necesitábamos.

Se puede pensar en mejorar más la organización para próximos eventos, de forma que las delegaciones de los diferentes países puedan compartir más, y así se puede aprovechar mejor el tiempo.

Hubiese sido mejor tener dos o tres escenarios con calidad de recursos, para lograr excelentes participaciones, y mejorar la relación interpersonal con las demás delegaciones.

REINA TORRES DE ARAUZ

4. Opinión de los estudiantes que participaron:

Desde mi punto de vista, el FICCUA fue una experiencia inolvidable para muchos de nosotros, debido a que se tuvo la oportunidad de compartir con personas de los demás países centroamericanos, los cuales aportaron sus diferentes formas de expresar su cultura, lo cual enriquece nuestro conocimiento de la cultura y el arte, que como artistas es una ventaja muy beneficiosa. El hecho de presentar nuestro acto

en otro país fue un gran aporte al crecimiento del grupo en sí, y personal de cada integrante.

Como crítica, la organización falló en algunos aspectos muy importantes, como lo es el audio, y en el facilitar los instrumentos que previamente fueron solicitados. Por otro lado, hubo un excelente servicio de transporte, ya que como representación no tuvimos ningún problema a la hora de trasladarnos de un lugar a otro.



Poesía

Reseñas en la sombra

Los días tienen algo de misterioso como el pico de un pájaro que dormita silencioso en las alambradas para soñar la ciudad y mientras ésta se hunde en el ruido afirmo, me hubiera hundido en tu pecho antes que en tu cuerpo.

Una ciudad desgranada horadando la piel del viento, despeinando catedrales barrocas que no hicieron su circular movimiento ni adelante ni hacia atrás, como espuma de memoria corrediza te ausentas.

Aposento o tumba donde residen las ojeras del insomnio, ahí la hierba supera a la hierba donde cansada de tantas huellas, intimida con un gesto inaugural.

Los días tienen algo de misterioso como el pico de un pájaro que dormita silencioso en las alambradas para soñar la ciudad.

Irving Cordero Morales, Poeta, Managua Nicaragua.

Color, sabor y beneficios en un mismo alimento LOS VEGETALES

Nancy Castro Pérez

Nutricionista Sede Regional
San Carlos, TEC

Los vegetales son un grupo de alimentos que nunca deben faltar en la dieta diaria, sus diversos y vivaces colores invitan a disfrutar de estos alimentos que además de ser exquisitos nos proporcionan infinidad de beneficios entre los que podemos mencionar:

Los vegetales tienen muy pocas calorías. Comer vegetales en los platos principales de nuestras comidas puede ayudarnos a perder peso.

Los vegetales bajos en grasas y no tienen colesterol. Una dieta elevada en grasas incrementa la probabilidad de padecer enfermedades del corazón y ciertos tipos de cáncer. El consumo de vegetales, pueden prevenir el riesgo de padecer esta mortal enfermedad.

Los vegetales son bajos en sodio. Demasiado sodio puede causar un aumento en la presión arterial en algunas personas. Los vegetales frescos contienen muy poco sodio.

Los vegetales son ricos en vitaminas y minerales. Su alto contenido de vitaminas como la C, A, complejo B y minerales como el hierro y el calcio pueden mejorar el funcionamiento del sistema inmune, previniendo así desde un resfrío hasta el cáncer.

Los vegetales son ricos en fibra. La fibra es la parte de las plantas que no puede ser digerida o absorbida por el cuerpo. Todos los vegetales son fuentes de fibra.

Los vegetales son imprescindibles para nuestra salud. Al igual que las frutas, sus vitaminas, antioxidantes, nos protegen de desórdenes y enfermedades. Además son parte importante de todas las estrategias saludables para adelgazar (dietas, etc). En promedio un adulto debe consumir 5 porciones al día entre frutas y vegetales, o sea que al menos una tercera parte de su plato deben ser vegetales y frutas. Es necesario hacer la diferencia entre vegetales y verduras harinosas, estas últimas comprenden el maíz, las papas, yuca, plátanos y otros tubérculos y aportan gran cantidad de carbohidratos a la dieta y forman parte del grupo de alimentos de los cereales, mientras que los llamados vegetales son un grupo de alimentos con características muy diferentes, como por ejemplo: bajo aporte calórico, alto contenido de fibra, alto contenido de agua, vitaminas y minerales, entre esta podemos mencionar, la lechuga, tomate, espinacas, brócoli, coliflor, pepinos, zanahoria, repollo, entre otras.

Consúmalas sin remordimiento y agregue a su dieta no solo los beneficios que nos dan sino también, variedad, sabor y colores, todo sin incurrir en pecados.



Revista
Ventana

Revista Informativa, Sociocultural de Acción Local y Universitaria • Sede San Carlos, Instituto Tecnológico de Costa Rica.

TEC | Tecnológico
de Costa Rica

Sede Regional San Carlos

