



Universidad de Sucre
INCLUYENTE, INTEGRADA Y PARTICIPATIVA

BOLETÍN ECO-NOTAS UNIVERSIDAD DE SUCRE



N° 2 - Año 3

30 - 11 - 2022

Este boletín tiene como objetivo motivar e informar a la comunidad sobre aspectos ambientales de interés general, los cuales se orientarán a la construcción conjunta de conductas conservacionistas que redunden en un mejor uso de los recursos disponibles y de respeto hacia la vida y sus interrelaciones.



Ochenta y ocho de dos manchas (*Callicore pitheas*), Bosque Seco Tropical, Sucre.
Fotografía por: Hugo Corrales.

Editor: Jaime De La Ossa Velásquez.

Editor asociado: Jorge Mercado Gómez.

Editorial: Universidad de Sucre, Colombia.

Dependencia: Rectoría, Universidad de Sucre.

Equipo editorial: Juan D. Medina Olivera.

Publicación mensual.

CONTENIDO

	Página(s)
Editorial	2
Noticias Internas	3-4
De Interés	4-5
A vuelo de pájaros	6
Definiciones	7
Nota Histórica	8
Frase Célebre	9
Arte y Folclore	9
Campaña Ambiental	10-11
Lecturas Recomendadas	11

EDITORIAL

El escrito científico

Si bien es cierto que investigar no es sinónimo de escribir, escribir es una necesidad que la investigación tiene implícita. Es sabido que para poder escribir se hacen necesarias una serie de habilidades sin las cuales la difusión e impacto no serían posibles; así que, saber redactar es imprescindible.

Se puede ser un investigador consagrado y de muy alto valor, pero la obra solo será visible si se traduce en un texto de excelsa precisión. No se debe olvidar que el vehículo que difunde y hace conocer los resultados de investigación, su aporte, su valor y su importancia es el artículo científico.

Se reconoce en el medio académico la importancia del impacto que un artículo científico tiene, pero más que eso se debe tener en cuenta el factor de impacto, que hace referencia a la frecuencia media con que se cita el artículo durante un lapso determinado. No se trata de publicar por publicar, en este sentido, se pretende que los hallazgos o aportes sean validados mediante citación por la comunidad interesada.

Por otro lado, sería adecuado que paralelamente al artículo científico se hicieran un escrito que en términos comunes pudiera ser divulgado a la ciudadanía en general, buscando con esta estrategia llegar a más personas y dar a conocer los resultados ampliamente... al final, toda investigación busca resolver problemas que impactan en la vida de la sociedad.

Jaime De La Ossa Velásquez.
Rector.

NOTICIAS INTERNAS

Entrega de distinciones a músicos y compositor en el marco del XXXVII versión del Encuentro Nacional de Bandas



Fuente: Archivo Unisucre

compositor Pedro Emiro Mendoza Caldera.

En el marco de la inauguración del XXXVII versión del Encuentro Nacional de Bandas, el rector de nuestra Universidad De Sucre Incluyente, Integrada Y Participativa hizo entrega de distinciones a los músicos: Rafael Enrique Pérez Albis, German Fermín Arrieta Díaz, César Augusto Vilorio Coteria y al



Fuente: Archivo Unisucre

musical.

De esta manera, la Universidad de Sucre reconoce y exalta la labor que desempeñan en la conservación del legado artístico y cultural del folclor colombiano.

Durante el acto inaugural participó la orquesta unisucreña, quienes pusieron a bailar y cantar al público asistente con su magnífica presentación

Mesa de trabajo con el sector externo para la construcción del nuevo Plan de Desarrollo Institucional de la Universidad de Sucre 2023-2032



Fuente: Archivo Unisucre

Empresarios, emprendedores y entidades territoriales hicieron parte la mesa de trabajo liderada por la Universidad de Sucre en aras de aportar ideas para la construcción del nuevo Plan de Desarrollo Institucional.

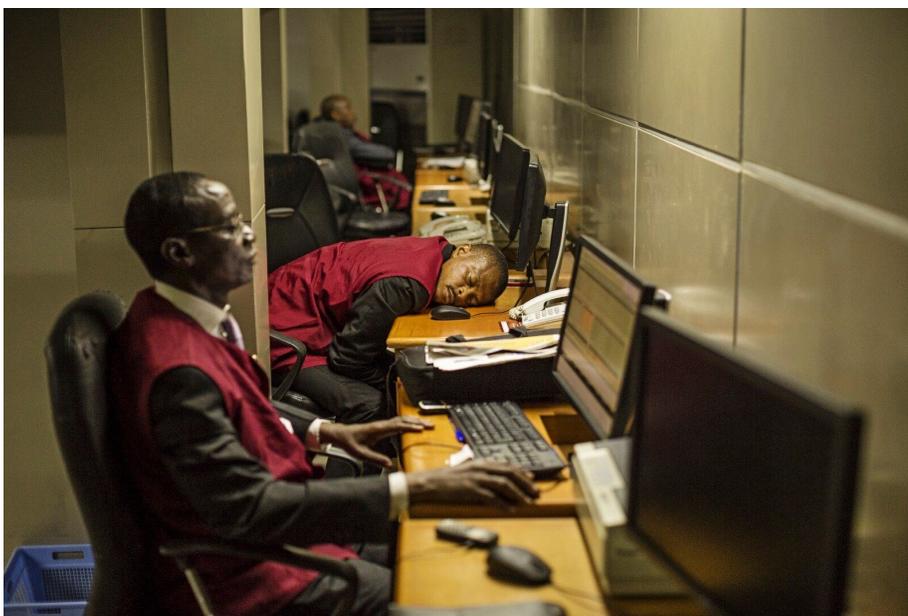
La reunión fue presidida por el rector, Jaime De La Ossa Velásquez y el Jefe de la oficina de Planeación, Julio

Álvarez Month.

Estuvieron presentes delegados de: La Secretaría de Desarrollo Económico y Medio Ambiente de la Gobernación de Sucre, de la Secretaría de Desarrollo Económico de la Alcaldía de Sincelejo, de Incubar Sucre; Oficina de Empleo de Comfasucre y Parquesoft.

DE INTERÉS

¿Cómo afecta el estrés al cuerpo?



La fatiga se instala en la Bolsa de Valores de Nigeria, Lagos, Nigeria. Fotografía por: Robin Hammond.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estrés como cualquier tipo de cambio que provoca agotamiento físico, emocional o psicológico. Según la entidad, se trata de una respuesta natural del cuerpo humano ante situaciones que requieren una acción rápida.

Cuando el cuerpo está estresado, el sistema nervioso

respuesta de “lucha o huida”, explica la OMS. En ese momento el organismo cambia sus recursos energéticos para luchar contra una amenaza a la vida o para experimentar, alguna vez,

central contribuye a lo que se conoce como la “lucha o huida”, explica la OMS. En ese momento el organismo cambia sus recursos energéticos para luchar contra una amenaza a la vida o para experimentar, alguna vez, descargas de estrés en algún nivel.

Sin embargo, según la Asociación Americana de Psicología (APA), esta activación del sistema nervioso no es un problema en sí mismo. Se convierte en algo nocivo cuando es continuo y acaba afectando a otros sistemas corporales.

Cómo afecta el estrés a los músculos

Según la APA, cuando el cuerpo está estresado, los músculos se tensan como una forma de que el cuerpo se proteja contra lesiones y dolor. Cuando esta tensión se prolonga durante mucho tiempo, puede desencadenar reacciones como dolores de cabeza y migrañas, dolor en la zona lumbar y en las extremidades superiores.

Cómo afecta el estrés al sistema respiratorio

El estrés y las emociones fuertes pueden desencadenar una variedad de síntomas respiratorios, como dificultad para respirar y respiración rápida ya que la activación del sistema de lucha o huida hace que las vías respiratorias entre la nariz y los pulmones se contraigan (<https://www.nationalgeographic.com/ciencia/2022/11/como-afecta-el-estres-al-cuerpo>).

www.nationalgeographic.com/ciencia/2022/11/como-afecta-el-estres-al-cuerpo

¿Qué puede causar beber demasiado café?



Fotografía: Chiara Goia

Aunque su uso cultural sugiere que la cafeína es benigna, en realidad es un poderoso **compuesto psicoactivo** y su uso **excesivo puede causar una serie de efectos secundarios**

desagradables. Según el artículo *The Safety of Ingested Caffeine: A Comprehensive Review*, de 2017,

disponible en la Biblioteca Nacional de Medicina (Estados Unidos), la **sustancia aumenta la atención, la energía y la sensación de bienestar**. Pero el uso excesivo es seguido por varios efectos secundarios.

¿Cómo funciona la cafeína en el cuerpo?

Según el artículo, la cafeína es químicamente similar al neuromodulador adenosina, que se acumula a lo largo del día e induce somnolencia para dormir toda la noche. Por lo tanto, puede unirse a los receptores de adenosina presentes en el cerebro, bloqueando los efectos de la adenosina y permitiendo que la dopamina fluya más libremente. Esto puede traer sentimientos de bienestar, energía y alerta.

Estos sentimientos, sin embargo, son beneficiosos en pequeñas dosis. La agencia reguladora de alimentos y medicamentos de Estados Unidos, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA), recomienda una ingesta diaria de hasta 400 miligramos o menos de cafeína, unas tres o cuatro tazas de café casero.

¿Qué puede causar el exceso de cafeína?

Sin embargo, los estudios muestran que incluso menos de la cantidad considerada segura por la FDA puede desencadenar efectos secundarios como inquietud, insomnio y latidos cardíacos rápidos en personas que son particularmente sensibles a los efectos de la cafeína.

La revisión de la literatura disponible en la Biblioteca de Medicina dice que las altas dosis de cafeína (cinco o más tazas de café) pueden causar nerviosismo, irritabilidad y malestar gástrico. Además, la dependencia de la cafeína puede conducir a un trastorno por uso de sustancias.

Otros síntomas, mencionados en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría (DSM-5), incluye ansiedad, agitación, dolor de cabeza, habla incoherente y excitación (<https://www.nationalgeographicla.com/ciencia/2022/12/que-puede-causar-beber-demasiado-cafe>).

A VUELO DE PÁJARO



Es un espacio para presentar algunas curiosidades de la naturaleza que son interesantes. Son recopilaciones de diferentes fuentes de información.



Los osos polares

Bajo su abundante pelaje tienen la piel negra. Viven en el Polo Norte con unas temperaturas que oscilan entre los 10 y los -30°C . ¿Su secreto? Una capa de grasa de unos 11 centímetros que los mantienen caliente. Además, su pelo es repelente al agua.



<https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/educacion-en-casa/curiosidades-cientificas/>



El sol

Es el objeto más grande del sistema solar y es 30.000 veces más grande de la Tierra. Júpiter, que es el segundo más grande, es 1.300 veces mayor que la Tierra. Además, en su núcleo, el sol alcanza temperaturas de 15 millones de grados centígrados.



<https://www.lne.es/sociedad/2015/04/17/diez-curiosidades-naturaleza-sorprenderan-19805579.html>



Los mamíferos más longevos

Se trata de las ballenas boreales, que viven más de 200 años y pueden llegar a pesar entre 100 y 120 toneladas con una longitud de 18 metros aproximadamente. Estos animales también tienen un misterioso y cambiante repertorio de cantos.



<https://www.lne.es/sociedad/2015/04/17/diez-curiosidades-naturaleza-sorprenderan-19805579.html>



DEFINICIONES

¿Reserva natural?



Fuente: OMACHA

Categoría de manejo de un área terrestre, marina, o ambas, en estado natural y sin población humana, de importancia nacional, regional o internacional, destinada principalmente a actividades de protección, investigación científica y monitoreo ambiental

que contiene elementos fisicogeográficos, especies, comunidades o ecosistemas de flora y fauna de valor único o en peligro de extinción que, por su valor para la conservación de recursos genéticos o por su vulnerabilidad, precisan de protección estricta.

¿Agrosilvicultura?



Fuente: Forestal madero

Sistemas y tecnologías de uso de la tierra en los que se emplean deliberadamente, en una misma unidad de ordenación de tierras, especies maderables perennes, tales como árboles, arbustos y palmas junto con cultivos agrícolas y crianza de animales, bien en distribución

espacial bien en secuencia temporal.

NOTA HISTÓRICA

¡Ya somos 8000 millones de personas en el mundo!



En la víspera de Diwali, la fiesta hindú de las luces, la gente abarrotó un mercado de Bangalore.

Fotografía: Manjunath Kiran

En solo 12 años, la Tierra ha sumado mil millones de personas. Los desafíos e implicaciones para el planeta (y nuestro propio bienestar) dependen de cómo abordemos el cambio climático.

Desde la aparición del Homo sapiens, pasaron aproximadamente 300 000 años antes de que

1000 millones de personas poblaran la Tierra. Eso ocurrió alrededor de 1804, el año en que se descubrió la morfina, cuando Haití declaró su independencia de Francia y cuando Beethoven interpretó por primera vez su Tercera Sinfonía en Viena.

Hemos sumado nuestros últimos 1000 millones más solo desde el inicio del primer mandato del Presidente de Estados Unidos Barack Obama en 2010. Apenas una docena de años después de alcanzar los 7000 millones, es muy probable que el planeta supere los 8000 millones de personas a mediados de noviembre, según estimaciones de las Naciones Unidas basadas en sus mejores proyecciones demográficas.

Sin embargo, el momento real es incierto. En algunas partes del mundo, los datos del censo tienen décadas de antigüedad. Durante la COVID-19 fue prácticamente imposible para algunos países registrar todas las muertes. Incluso los modelos informáticos más sofisticados pueden tener un error de un año o más. Y es improbable que nadie vaya a hacer un recuento global persona por persona.

En este escenario, la ONU declaró el 15 de noviembre como el "Día de los Ocho Mil Millones", y no hay duda de la importancia de tan simbólico momento. Los seres humanos de todo el mundo viven más tiempo, gracias a una mejor atención sanitaria, agua más limpia y mejoras en el saneamiento, todo lo cual ha reducido la prevalencia de enfermedades. Los fertilizantes y la irrigación han aumentado el rendimiento de los cultivos y han mejorado la nutrición. En muchos países nacen más niños y mueren muchos menos.

Por supuesto, los retos a los que nos enfrentamos a medida que la población mundial sigue aumentando también son importantes. La contaminación y la sobrepesca están degradando muchas zonas de los océanos. La fauna y la flora están desapareciendo a un ritmo alarmante, ya que los seres humanos arrasan con los bosques y otras zonas silvestres para el desarrollo, la agricultura y los productos comerciales elaborados a partir de los árboles (<https://www.nationalgeographicla.com/medio-ambiente/2022/11/ya-somos-8000>

[millones-de-personas-en-el-mundo](https://www.nationalgeographicla.com/medio-ambiente/2022/11/ya-somos-8000)).

FRASE CÉLEBRE

“Hay algo fundamentalmente incorrecto en tratar a la tierra como si fuese un negocio en liquidación”
- **Herman Daly.**

ARTE Y FOLCLORE

Raíces

Estoy metida en la noche
de estas raíces amargas
como las pobres medusas
que en el silencio se abrazan
ciegas, iguales y en pie,
como las piedras y las hermanas.

Oyen los vientos, oyen los pinos
y no suben a saber nada.
Cuando las sube la azada
le vuelven al sol la espalda.

Ellas sueñan y hacen los sueños
y a la copa mandan las fábulas.
Pinos felices tienen su noche,
pero las siervas no descansan.
Por eso yo paso mi mano
y mi piedad por sus espaldas.

Gabriela Mistral (Chile).

CAMPAÑA AMBIENTAL

Principales contaminantes del aire y cómo podemos contribuir a reducirlos



Fotografía: Wellwo

Desde el smog que se cierne sobre las ciudades hasta el humo dentro de las casas, la contaminación del aire representa una gran amenaza para la salud, el clima, la biodiversidad y los ecosistemas, advierte la Organización Mundial de la Salud (OMS).

En el Día Internacional del Aire Limpio por un cielo azul, conoce qué es la contaminación del aire, cómo se produce, cuáles son sus consecuencias y qué puedes hacer para reducir su impacto.

¿Por qué se conmemora el Día Internacional del Aire Limpio por un cielo azul?

En 2019 la Asamblea General de las Naciones Unidas designó el 7 de septiembre como el Día Internacional del Aire Limpio por un cielo azul. El objetivo de la efeméride es generar conciencia y promover la participación mundial en la lucha contra la contaminación atmosférica.

De acuerdo con el organismo mundial, esta fecha es un llamado a todos, desde gobiernos y empresas hasta la sociedad civil y los individuos, a tomar medidas para reducir la contaminación del aire.

“Mejorar la calidad del aire traerá múltiples beneficios para la salud, el desarrollo y el medio ambiente”, aseguran desde la OMS.

¿Por qué se produce la contaminación del aire? y ¿cuáles son sus principales causas?

Pablo Orellano, especialista en epidemiología, investigador del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas de Argentina (Conicet) y profesional que participó de la elaboración de las Directrices mundiales de la OMS sobre la calidad del aire publicadas en 2021, explica a National Geographic que existen dos fuentes de contaminación: naturales (tales como incendios o erupciones volcánicas) y antropogénicas (producidas por las personas y posibles de evitar).

La contaminación atmosférica ocurre cuando se emiten gases al aire.

Es decir, partículas que se acumulan hasta alcanzar niveles elevados que afectan a la salud humana y los ecosistemas, detalla Jordi Pon, coordinador regional de químicos y contaminación para América Latina y El Caribe del Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (Pnuma).

“Estos gases y partículas se producen principalmente durante los procesos de combustión como los que ocurren en los motores de vehículos, en los procesos industriales o durante la quema de residuos”, agrega el especialista (<https://www.nationalgeographicla.com/medio-ambiente/2022/09/cuales-son-los-principales-contaminantes-del-aire-y-como-podemos-contribuir-a-reducirlos>).



LECTURAS RECOMENDADAS



Los arboles te enseñarán el bosque

(https://www.rjb.csic.es/jardinbotanico/ficheros/documentos/Capitulo_1_Los_arboles_te_ensenaran_a_ver_el_bosque.pdf)



Cuando los inviernos eran inviernos

(<http://www.acantilado.es/wp-content/uploads/Cuando-los-inviernos-eran-inviernos-extracto.pdf>)



Naturaleza es nombre de mujer

(https://www.volcanolibros.com/wp-content/uploads/2021/02/Naturaleza_es_nombre_de_mujer-Extracto.pdf)

Fotografía: Juan D. Medina Olivera,
Campus Puerta Roja



Universidad de Sucre
INCLUYENTE, INTEGRADA Y PARTICIPATIVA



Resolución No. 015153 de 2022 - 6 AÑOS



**ECO
NOTAS**