UNIFÉ
UNIVERSIDAD FEMENINA DEL SAGRADO CORAZÓN

AÑO 2017
EDICIÓN Nº003
J U L I O

BOLETÍN DE LA OFICINA DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

PRESENTACIÓN

Publicamos el tercer número del Boletín de la Oficina de Bienestar Universitario, con interesantes artículos. Les mostramos los talentos de las estudiantes, personal docente y no docente, en las diversas actividades organizadas por el Área de Actividades Culturales.

Destacamos el aporte de la Lic. Beatriz Morachimo Cattaneo destacada profesional, exalumna de UNIFÉ y de su esposo Lic. Jorge Garrido Lecca, prestigioso profesional en el Arte Musical, fundadores de ERART, ONG de Desarrollo dedicada a la promoción del arte y la cultura.

Les ofrecemos parte del documento "**CAMINOS EDUCATIVOS TRAS LAS HUELLAS DE SOFÍA BARAT**", traducido por la Hna. Lolín Menéndez, rscj., de la obra original "Chemins éducatifs à la Suite de Sophie Barat", cuya autora es la Hna. Marie – France Carreel, religiosa del Sagrado Corazón. Este documento fue publicado por la UNIFÉ – Secretaría General, en la Serie N° 02 de 2012- Línea Axiológica: "El Espíritu Educador en las Instituciones del Sagrado Corazón".

Su lectura nos permitirá profundizar en el conocimiento del pensamiento, vigente después de más de 200 años de haber sido formulado por Santa Magdalena Sofía Barat, fundadora de la Congregación del Sagrado Corazón, entidad fundadora y promotora de la UNIFÉ.

Un agradecimiento especial al Dr. Luis Quintanilla Ramos, CMP N° 10913, por su importante artículo: "La Hipertensión Arterial" y a la Dra. Luisa Uribe del Área Médica de UNIFÉ por haber hecho posible este importante aporte.

Asimismo, agradezco la eficiente colaboración de las Asistentas Sociales, Lic. Hilda Salazar y Lic. Ada Huamaní, quienes nos ilustran sobre la EPS, Empresa Prestadora de Salud y el Centro de Validación de Incapacidad Temporal (CEVIT – ESSALUD).

Los motivo a continuar trabajando en equipo, con entusiasmo y responsabilidad en cada una de las funciones que se nos ha encomendado ,generando un clima de armonía y respeto, haciendo realidad las características que deben distinguir a las Instituciones de Sagrado Corazón.

"Crear espacios de encuentro, ambientes cordiales de relación y solidaridad, para que cada persona pueda vivir, descubrir su propio valor y sentido, y abrirse al don de la FE" El Espíritu Educador del Sagrado Corazón en el Documento de trabajo, Lima-Perú, pág. 50

Mg. Lucrecia Villanueva Paz
Directora de la Oficina de
Bienestar Universitario

EDICIÓN:
MAG. LUCRECIA VILLANUEVA PAZ
DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN:
ARQ. NELLY BERROCAL CH.

“CAMINOS EDUCATIVOS TRAS LAS HUELLAS DE SOFÍA BARAT”

Autora: Hna. Marie-France Carreel rscj.
Traducido por Hna. Lolín Menéndez rscj.

UNA MANERA DE EDUCAR Y DE INSTRUIR

Un alto nivel de instrucción

El genio educador de Sofía Barat consistió en dar a la educación de niñas que el Ministerio de la Convención del gobierno francés había rehusado: un nivel de instrucción reservado hasta entonces a los varones.[25] En esto Sofía supo innovar con audacia.

Como indica Janet Erskine Stuart, “Sofía tuvo que ser pionera ya que el nuevo orden, resultado de la Revolución, presentaba exigencias desconocidas en el pasado”.[26] estableció un programa escolar para desarrollar capacidades intelectuales que permitieran acceder por sí misma a la conciencia de la dignidad de hija de Dios y del sentido de la historia.[27]

Además, la proximidad de la escuela de pobres permitía fomentar en las internas una conciencia social por medio de actividades cuya responsabilidad era confiada como recompensa a aquellas que se distinguían en los resultados de los exámenes finales.[28]

A través de este tipo de formación intelectual y social, las jóvenes adquirirían la capacidad de dar un sentido a su futuro, de hacer opciones existenciales en función de sus capacidades e intereses.[29]

[25] Esta decisión audaz suscitó fuertes críticas en Amiens, Pan y Roma a principios del siglo XIX.

26 Janet Erskine Stuart, La Sociedad del Sagrado Corazón, Roehampton, Londres, 1923, p88.
La Madre Stuart fue la sexta Superiora general, de 1911 a 1914. Es la autora de varios libros pedagógicos y poéticos.

27 Además de la literatura, la retórica y la astronomía, Sofía Barat añadió como parte integral del programa de las alumnas la división de Francia y sus departamentos, las nuevas unidades de medida y el cálculo decimal.

28 Las cosas del Sagrado Corazón consistían en un pensionado que recibía las jóvenes de las clases dirigentes, una escuela de pobres según las necesidades, un orfelinato, o una escuela especializada.

29 El fin del programa de astronomía las invitaba de esta manera “No se deben reflexionar sobre el lugar que ocupa los planetas, sobre la disposición de las partes, y sobre Programa de Ejercicios de 1805, AF.S.-C

En círculos sociales o en familia, estaban capacitadas para discutir sobre diversos temas: obras de arte, música, literatura francesa y extranjera, historia moderna e historia sagrada, mitología, geografía física y política, ciencias naturales y astronomía.[30] También habían sido formadas para gobernar una hacienda o una familia; esta educación integral les permitía ejercer una influencia real en su entorno social.

En otras palabras, el proyecto educativo de la Sociedad del Sagrado Corazón, presentaba una coherencia entre fines espirituales, imagen de la mujer, programa y método pedagógico, ¿Se puede hoy día concebir una tal coherencia? Hace sentido buscarla para proyectos educativos tan diversos'

Al amanecer del siglo XX

Según Janet Erskine Stuart, la respuesta a esta pregunta es afirmativa: "se ha conservado siempre en el marco primitivo pues, con la piedra angular de conocimientos religiosos y las bases de elementos filosóficos, se puede adaptar este marco a todo género de edificio construido sobre estos fundamentos."[31] La originalidad del sistema educativo sería por lo tanto, el ser capaz de evolucionar, conservando al mismo tiempo su identidad.

El "marco primitivo" era un panorama humanista cuyas referencias se hacían explícitas progresivamente en el transcurso del ciclo de estudios. La "piedra angular" consistía en una iniciación bíblica y teológica, capaz de colocar "los fundamentos sólidos de una fe viva".[32]

[30] El nivel de la clase terminal, llamada "clase superior" correspondía al de un año de universidad de hoy día.

[31] Jant Erskine Stuart, ibídem.

[32] Narrativo de "La idea primordial", Paulline Perdrau, p. 423

Un patrimonio para hacer fructificar en el siglo XXI

En el 2009 es evidente que una aplicación literal del "marco primitivo" es imposible, teniendo en cuenta la variedad de proyectos, el desarrollo de la metodología y los programas escolares y universitarios. En cambio, es posible mantener los objetivos y las destrezas elegidas por Sofía Barat.

Su primer objetivo fue **proporcionar una enseñanza de cultura**, es decir, una enseñanza que transforma a la alumna, la hace capaz de mayor libertad de acción, apta a transmitir conocimientos y saber hacer Esta manera de enseñar era la que empleaban los jesuitas con los varones; Sofía la adaptó a la instrucción de señoritas.

La metodología utilizada era la de un método activo que requería, alternativamente o al mismo tiempo, según la edad y las destrezas de las alumnas, la sensibilidad, la imaginación, la reflexión y la memoria.[33] La manera de abordar la enseñanza se diferenciaba según la capacidad de las alumnas. Algunas dibujaban mapas de geografía histórica, componían poemas o declamaban obras de teatro en las fiestas del pensionado; otras escribían el diario de la casa o trazaban mapas de astronomía, coleccionaban piedras o insectos en historia natural. Así los talentos personales se expresaban de distintas maneras y a través de recursos pedagógicos adaptados a cada una.

El segundo objetivo de Sofía Barat consistía en **formar futuros apóstoles de la devoción al Sagrado Corazón**. Está unido al primero ya que las destrezas necesarias pertenecían a la vez al orden racional, intelectual y espiritual. Como ejemplo, veamos el final del Plan provisionario de estudios al uso de la casa de Amiens, redactado en 1804. Al final de sus estudios, las alumnas debían ser capaces de componer y recitar "discursos cortos sobre temas instructivos y entretenidos, siempre capaces de transmitir pensamientos justos, nobles y religiosos".

[33] La expresión "formación integral", valuada por la tradición educativa de la Sociedad del Sagrado Corazón, proviene de la antropología tradicional. Se enumeran, de forma lineal y analítica, las diferentes dimensiones de la persona: física, afectiva, sicológica, intelectual y espiritual, según un desarrollo progresivo, Siguiendo una concepción de la formación más dinámica e interactiva, se prefiere hablar de una personalidad bien integrada.

Se unen tres destrezas: comunicar expresándose con facilidad; dominar las reglas del discurso y de la poesía; exhortar a la sabiduría cristiana y saber ser su testigo. Adquirir estas destrezas contribuía a llevar a cabo el proyecto social de Sofía: reconstruir el tejido social sobre valores evangélicos a través de la influencia de la mujer.

Del arte de expresarse al arte de dialogar

Al momento del paso a la edad moderna, Janet Erskine Stuart efectuó un ligero cambio en lo que concierne a la primera habilidad: el arte de expresarse con facilidad y elegancia. Para esta mujer experta en educación, al principio del siglo 20 no era suficiente saber expresarse correctamente en la lengua materna; también era necesario poder hacerlo en otra lengua moderna.[34]

Si esta opción pedagógica tenía por objeto dominar la expresión oral y escrita, correspondía también a la imagen de las internas en los colegios del Sagrado Corazón del 1910: futuras ciudadanas del mundo, Estas jóvenes estaban llamadas, en efecto, a conocer otras culturas, a viajar a través de Europa, América, e ir hasta Australia y el Lejano Oriente, según las obligaciones profesionales de sus futuros maridos.

A fines del siglo XX se efectuó otro desplazamiento, debido a la interdependencia de culturas y naciones: el arte de dialogar sustituye al arte de convencer. A través de una deliberación en vista de una decisión común, ya no se trata de querer, en primer lugar, persuadir al interlocutor sino ser capaz de escuchar para, luego, debatir y llegar a un acuerdo.

Al estilo de las ciudades griegas, el lugar de acuerdo entre colegas internacionales puede ser el foro: un espacio donde pueda llevarse a cabo el debate político y social, tomar forma proyectos solidarios, intensificar y diversificar la manera de colaborar en vista de tareas a realizar, fines a alcanzar. Para esto, el hay que respetar el momento donde la toma de la palabra circula en confianza y reciprocidad.

[34] "No podemos dominar a fondo nuestra propia lengua sin poseer al menos otra" J:R: Stuart, La Educación de jóvenes católicos, Roehampton, Londres, 1914.

Adquirir el arte del diálogo se ha hecho necesario para poder responder a los desafíos internacionales actuales, para tender puentes entre diferentes culturas y religiones, construir un mundo de justicia y paz, preservar la vida del planeta. La educación de la red del Sagrado Corazón debe, por lo tanto, preparar para esto.

Preparar ciudadanos del mundo

En las huellas de las opciones hechas por Sofía Barat, **el primer objetivo prioritario** de los proyectos de la red educativa es el **desarrollo de la inteligencia** bajo diferentes formas. No importa quién sea el público o el programa de formación. Una tal prioridad está entrelazada con la espiritualidad de la Congregación, pues la conciencia y el corazón son términos cercanos uno a otro.[35] Los dos fomentan una forma de inteligencia y de interioridad que llaman a la persona en su integridad total.

Ir al corazón de las cosas a través de la reflexión y volver a lo íntimo de sí para integrar el saber es una sola y única gestión cognitiva. Ahora pues, este doble movimiento de apertura y de interioridad caracteriza la manera de ser y de actuar según la espiritualidad del Sagrado Corazón; utilizarlo en el proceso educativo puede favorecer la unificación de la personalidad.[36]

Como ya hemos visto, el modo de educar en la red del Sagrado Corazón forma a la conciencia de las posturas mundiales actuales, tanto de un punto de vista político como económico. En particular en el tema de la utilización de recursos naturales, de las investigaciones biomédicas, al final del trayecto escolar o universitario, cada alumno debiera poder decir: “nada de lo humano me es ajeno”.[37]

En vista de esto, se desarrollan capacidades en el colegio y en la universidad: saber detectar problemas según su amplitud o su grado de complejidad, saber cuáles son sus causas, prever soluciones y medir los riesgos. Ser capaz de organizarse en vista de acción. Anticipar ciertos acontecimientos. Son también competencias necesarias a cada persona que debe tomar decisiones y a cada líder. Saber evaluar es otra.

[35] Pertenecen al lenguaje de la sabiduría bíblica.

[36] Varias metodologías contemporáneas están de acuerdo. Citemos, como ejemplo, la teoría de la evocación de Antoine de la Garanderíe.

[37] Proverbio de Terencio, poeta latín: “Soy hombre, y nada de lo humano me es ajeno: (Homo sum: humani nihi a me alienum puto”.

Vivir en presencia de Dios sin ídolos

El segundo objetivo prioritario es preparar **futuros apóstoles de Cristo.** Se trata de poner en marcha el elemento del patrimonio llamado por Janet Erskine Stuart "la piedra angular del conocimiento religioso". Por lo tanto, si nos referimos a los Hechos de los Apóstoles, esta "piedra angular" es Cristo.[38] Este objetivo consiste pues, en "establecer los fundamentos sólidos de una fe viva", según la expresión utilizada por Sofía cuando habla de su idea primordial.

Se trata de disponer y proponer los medios de **hacer conocer y amar a Jesucristo**. Es parte de la responsabilidad de los formadores construir y si es posible con los alumnos, un programa de formación bíblica y teológica.

El estudio de la Biblia es en efecto un camino privilegiado para adquirir un buen conocimiento de la fe cristiana. Permite encontrar a Cristo en su palabra y enseña a reconocer su Acción en la vida cotidiana. Puede ser ocasión de dejarse interpelar por la radicalidad evangélica y la sabiduría bíblica.

Invita también a tomar el tiempo de "apartarse para orar". Como hacía Cristo en medio de sus apóstoles y de sus actividades. La lectura de la Biblia, la oración personal o comunitaria preparan a un encuentro personal con Cristo.

Haciendo camino, confrontando la experiencia con la palabra bíblica, **otra competencia** puede tomar forma y refinarse: **el sentido del discernimiento espiritual.** Ayuda poco a poco a vivir en presencia de Dios sin ídolos, es decir, en sencillez y acción de gracias.

Esta habilidad es invaluable en diferentes sectores de la vida personal, familiar y profesional. Se puede recurrir a ella tanto para pequeñas decisiones cotidianas como para deliberaciones importantes. Puede aplicarse de maneras diferentes en proyectos a elaborar o evaluar, al concepto de la justicia que se debe promover, igual que a un estilo de sociedad que se debe construir.

[38] *El es la piedra que vosotros, los constructores, habéis despreciado y que se ha convertido en piedra angular" Hechos de los apóstoles 4,11*

REFERENCIAS

"EL ESPÍRITU EDUCADOR EN LAS INSTITUCIONES DEL SAGRADO CORAZÓN"-Nº2, Línea Axiológica, UNIFÉ-2012, Lima – Perú.

La Hipertensión Arterial

Luis Quintanilla Ramos, CMP 10913
Ex Médico del Programa de Hipertensión
Clínica Castilla
EsSalud, Lima

¿Qué es la presión arterial?

Es la fuerza que ejerce la sangre contra la pared de las arterias. Esta presión permite que la sangre circule por los vasos sanguíneos y aporte oxígeno y nutrientes a todos los órganos para su funcionamiento.

Su valor ideal es 120/80 mmHg. La primera cifra representa la fuerza con la que se contrae el corazón, y el segundo número se refiere a la resistencia de las arterias entre latidos cardiacos.

¿Qué es la hipertensión arterial?

La hipertensión arterial **(HTA)** es una enfermedad vascular, arterial, sistémica, inflamatoria-crónica, sin etiología definida en la mayoría de los casos; y cuya manifestación clínica indispensable es la elevación anormal y persistente de la presión arterial sistólica (PAS) o diastólica (PAD). En la población adulta (18 años de edad o más), el punto de corte para la presión arterial es igual o mayor a 140/90 mmHg en dos o más oportunidades.

La enfermedad hipertensiva no es curable, pero se considera que la reducción efectiva de la presión arterial (PA) es un objetivo fundamental para la reducción de los eventos cardiovasculares.

¿A quiénes afecta?

Puede afectar a personas de todas las edades. En el Perú, esta enfermedad afecta al 24% de jóvenes y adultos, mientras que en el mundo la padecen más del 20% de mayores de 18 años.

Diagnóstico

La tecnología más sofisticada no puede superar la práctica clínica. Sigue siendo el médico en su consultorio, con su paciente, con un estetoscopio y un esfigmomanómetro, todo lo que hace falta para su diagnóstico.

Los procedimientos diagnósticos comprenden: la historia médica, evaluación clínica, mediciones repetidas de la presión arterial y exámenes de laboratorio e instrumentales.

La medición correcta de la PA en el consultorio, en forma indirecta, es el método primario para acceder a la información básica que permita establecer el diagnóstico y la toma de decisiones terapéuticas. Existen tres tipos de esfigmomanómetros o tensiómetros para medir la PA: de mercurio, aneroides y digitales.

Tipos de hipertensión

HIPERTENSIÓN ARTERIAL PRIMARIA

Es la que se presenta en la mayoría de los pacientes (95%). No tiene causa identificable, pero está relacionada a factores hereditarios y sobre todo a estilos de vida inadecuados, como la mala alimentación y el sedentarismo.

HIPERTENSIÓN ARTERIAL SECUNDARIA

Es debida a una causa identificable, a veces tratable, como las enfermedades renales y endocrinas. Corresponde a menos del 5% del total de casos de hipertensión arterial.

Aspectos epidemiológicos

La HTA es la principal causa de enfermedad y mortalidad cardiovascular; y la primera carga de enfermedad a nivel mundial. De esta manera, la Organización Mundial de la Salud estima que 12,8% de todas las muertes a nivel mundial se deben a esta enfermedad; y calcula que, en personas de 25 años a más, alrededor del 40% padecen hipertensión, y 35% para la región de las Américas, siendo algo mayor en hombres (39%) que en mujeres (32%)2. La prevalencia a nivel mundial ha ido aumentando progresivamente, estimando que para el año 2025 la padecerían 1.500 millones de personas.

Un estudio transversal multipaís realizado en adultos de 35 a 70 años reclutados durante el período 2003-2009, encontró que solo 46,5% de las personas diagnosticadas de hipertensión arterial estaban conscientes de su diagnóstico. A su vez, se encontró que el 87,5% de personas diagnosticadas recibían tratamiento farmacológico, y de ellos, solo el 32,5% estaba controlado".

En relación a la información oficial de nuestro país, la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar del año 2013(ENDES 2013), realizada en personas de 15 años a más, mostró una prevalencia de presión arterial alta de 16,6%; siendo esta prevalencia de 21,5% en hombres y 12,3% en mujeres. Por otro lado, según un estudio realizado por la Sociedad Peruana de Cardiología en adultos en varias ciudades del Perú, el 27,3% padecía de HTA.

Factores de riesgo

Las posibilidades de padecer de hipertensión son mayores si:

- Tienes familiares con esta enfermedad.
- Eres de sexo masculino.
- Consumes tabaco.
- No realizas actividad física.
- Tienes obesidad o sobrepeso.
- Tienes alteraciones en los niveles de colesterol y triglicéridos.
- Sufres de estrés o depresión.
- Sufres de diabetes.
- Vives en lugares de alta contaminación.

Síntomas

No presenta síntomas en el 80% de los casos y puede cursar con complicaciones agudas y a veces mortales y sin molestias previas, por lo que es llamada “el asesino silencioso". Puede manifestarse con dolores de cabeza, zumbido de oídos, mareos, visión borrosa o con luces centellantes, o sangrado por la nariz, sobre todo en relación a elevaciones súbitas y/o severas.

¿Por qué es importante medirse la presión arterial?

Porque es la única forma de saber si padecemos de este mal. La hipertensión arterial puede ser identificada y tratada con facilidad, así se evitarán posibles alteraciones en el corazón, cerebro, riñón y retina.

Tratamiento

El objetivo de mantener la presión arterial por debajo de ciertos niveles es reducir las complicaciones cardiovasculares futuras.

Comprende medidas generales y Manejo farmacológico.

Medidas generales (Cambio de estilo de vida):

- Mantener el peso ideal.
- Realizar actividad física al menos 30 minutos al día.
- Reducir el consumo de sal.
- Reducir el consumo de grasas.
- Evitar el consumo de alcohol.
- Eliminar el consumo de tabaco.
- Por otro lado, es necesario reducir la exposición de factores de riesgo ocupacionales: psicosociales (Reducir el stress)
- Químicos (plomo, sulfuro de carbono, disolventes, insecticidas) y físicos (ruido y altas temperaturas).
- Es importante involucrar a la familia en el manejo integral de la persona con hipertensión arterial.

Manejo Farmacológico

- Medicamentos antihipertensivos
- Medicamentos complementarios (para prevenir complicaciones o tratar las enfermedades concomitantes).

Complicaciones

- La hipertensión arterial no tratada o no controlada, puede llevar a un gran número de complicaciones:
- Infarto cardiaco. Primera causa de muerte en el mundo.
- Derrame cerebral. Primera causa de discapacidad en el mundo.
- Insuficiencia renal. Lleva a la hemodiálisis.
- Daño ocular. Lleva a la ceguera.

Resumen

La HTA es una enfermedad crónica de causas aún no determinadas, caracterizada por valores sostenidamente elevados de presión arterial y que cursa con elevado riesgo de compromiso de órganos como ojos, cerebro, corazón y riñones, siendo una causa importante de muerte e incapacidad en todo el mundo. Es considerada un serio problema de salud pública en todos los países.

La enfermedad hipertensiva no es curable, pero se considera que la reducción efectiva de la presión arterial es un objetivo fundamental para la reducción de los eventos cardiovasculares. Su tratamiento requiere cambio del estilo de vida, medicamentos y mucho apoyo familiar y social.

Referencias:

"Guía Técnica: Guía de Práctica Clínica para el Diagnóstico, Tratamiento y Control de la Enfermedad Hipertensiva" Resolución Ministerial No 031- 2015/MINSA, 19 de enero 2015.

ÁREA DE SERVICIO SOCIAL

Lic. Hilda Salazar Silva
Asistenta Social
CTSP 2193

¿Qué es la EPS?

Las Entidades Prestadoras de Salud (EPS) son empresas que brindan servicios de salud privada a los trabajadores que están afiliados a ellas, y complementan la cobertura que brinda EsSalud. (Ley 26790).

¿Cómo se financia una EPS?

Al afiliarse a una EPS, la empresa destina una parte del aporte al Seguro Social (9% del sueldo) a la EPS y el trabajador puede acceder a un plan de salud privado, sin generarle un costo adicional a la empresa.

9% del sueldo del trabajador Aporte obligatorio de la empresa al Seguro Social (EsSalud).	a Pacífico EPS 2.25%	Acceso a clínicas y centros médicos privados a nivel nacional (Según el Plan de Salud elegido)
	a EsSalud 6.75%	Acceso a hospitales y centros médicos de EsSalud

¿Quiénes se pueden afiliar a la EPS?

- Personal docente de UNIFÉ, nombrado y contratado con 10 horas o más
- Cónyuges e hijos hasta los 25 años.
- Personal no docente; cónyuge e hijos hasta los 25 años

¿Cuáles son los beneficios de las EPS?

Las entidades prestadoras de salud (EPS) ofrecen a los trabajadores servicios de salud como alternativa frente al congestionado **EsSalud.**

En el mercado de salud tenemos **EPS:** Pacífico, Mapfre, Rímac entre otros**.**
Para la atención médica en la clínicas afiliadas, el afiliado realizará un pago del 10%, de acuerdo al plan elegido.

Todo trabajador debe tener en cuenta estas pautas para afiliarse a una **EPS** y contar con los beneficios de dicho sistema que le permite atenderse en la clínica de su preferencia.

Subvención

Las pymes formales, al igual que las grandes empresas, aportan el 9% del sueldo del trabajador a Essalud para que pueda recibir atención médica. Si usted opta por una EPS, se destinará el 2.25% de ese 9% para la EPS elegida, y el 6.75% restante se destinará a Essalud.

Aporte

El cálculo del aporte que dará a la EPS el empleado se obtiene en función del número de trabajadores, de los dependientes y el monto de la planilla.

Requisitos para afiliarse a la EPS

- Llenar con letra imprenta el formulario de afiliación (solicitar en el Área de Servicio Social), y elegir el Plan de Salud acorde a su economía y necesidades.
- Pegar en los recuadros del formulario de afiliación las fotos respectivas.
- Una copia simple del Documento de Identidad (DNI),
- Para los casos de afiliación de:
  - Hijos: copia del DNI.
  - Esposo (a): copia de la partida de matrimonio, con una vigencia de 3 meses.

Requisitos para desafiliarse del EPS

- Solicitud de desafiliación, dirigida al Área de Servicio Social con copia al Área de Personal y la Compañía de Seguros (Bróker).
- La Constancia de desafiliación, se tramitaría después de una semana.
- Una vez recibida la constancia de desafiliación de la EPS, con una copia simple de su DNI, el trabajador se acercará al módulo de acreditación del policlínico de EsSalud correspondiente, para tramitar la acreditación y recibir oportunamente la atención requerida.

www.pacífico.com.pe./eps.
https://www.rimac.com.pe/uploads/salud-sistema-EPS-dic14.pdf

CENTRO DE VALIDACIÓN DE INCAPACIDAD TEMPORAL
(CEVIT – EsSalud)

Lic. Ada Huamaní Ramírez
Asistenta Social
CTSP 6581

Las personas afiliadas a EPS (Entidades Prestadoras de Salud) o por cualquier seguro médico particular deben visar los Certificados médicos particulares en las Oficinas del Centro de Validación de Descanso Médico Particular CEVIT (1) - EsSalud

¿Qué es Centro de Validación de Incapacidad Temporal (CEVIT)?

Es la oficina que permite concentrar y racionalizar recursos en una Red Asistencial, supliendo el déficit de médicos de control y lugares donde se debe realizar el procedimiento de validación del Certificado Médico por el Certificado de Incapacidad Temporal para el Trabajo – CITT (2). Atiende el requerimiento de los asegurados, empresas o instituciones que necesiten validaciones de certificados médicos en grupo o individual, lo cual constituye una oferta de servicios adicional a la que se realiza en los establecimientos de salud.

Validación de Certificados Médicos

Todo Certificado médico posterior al vigésimo día de incapacidad acumulado en el año por el trabajador, y que cumpla con los requisitos respectivos; será válido procediéndose a emitir el respectivo CITT. La presentación del expediente por el usuario deberá ser realizado dentro de los treinta (30) primeros días hábiles de emitido el Certificado Médico.

¿Qué es el Certificado de Incapacidad Temporal para el Trabajo – CITT?

El Certificado de Incapacidad Temporal para el Trabajo – CITT, es el documento oficial de EsSalud, por el cual se hace constar el tipo de contingencia (enfermedad, accidente o maternidad), y la duración del periodo de incapacidad temporal para el trabajo. Se otorga al asegurado regular acreditado con derecho al mismo, determinado por el tipo de seguro y característica de cobertura que genera subsidio por incapacidad temporal o maternidad. Este documento es emitido obligatoriamente y de oficio por el profesional de salud autorizado por EsSalud y la información del mismo es registrada en la historia clínica del asegurado.

¿Por qué motivos se expide un CITT

Se expide CITT por:

- Incapacidad Temporal: causada por contingencias comunes o laborales
- Maternidad
- Validación de Certificados Médicos

Los documentos a presentar para la validación de Certificados Médicos es casos de Contingencias comunes

Todo asegurado, familiar, representante de una empresa u otro, deberá presentar el expediente para trámite de validación con los siguientes documentos foliados:

a) Anexo Nº 10 “Formulario para Trámite de Validación de Certificados Médicos por contingencias comunes” debidamente llenado y firmado.

b) Certificado Médico, conteniendo los siguientes datos:
   a) Nombres y Apellidos del paciente
   b) Diagnóstico descriptivo.
   c) Periodo de incapacidad (Fecha de inicio y de fin)
   d) Fecha de otorgamiento del certificado médico
   e) Firma del profesional de la salud tratante acorde con RENIEC
   f) Sello legible del profesional de la salud, con CMP (3) y RNE (4)

c) En caso que el asegurado, no esté afiliado a una Entidad Prestadora de Salud –EPS (5) o Seguro Médico Particular, se adjuntará copia de los recibos por honorarios profesionales o copia de factura o boleta de venta de la atención recibida.

d) En caso de la Entidades Prestadoras de Salud – EPS o Seguros Médicos Particulares, se adjuntará la documentación que sustente la atención recibida (copia de la liquidación de gastos o copia de la pre liquidación de atención ambulatoria o copia de la orden de atención en farmacia o copia del reporte de consumo por afiliado o copia de la cara de garantía).

Documentos a presentar para la validación del Certificado Médico por Maternidad

Todo asegurado familiar, representante de una empresa u otro, deberá presentar el expediente para trámite de validación con los siguientes documentos foliados:

a. Anexo 12 “Formulario para Trámite de Validación de Certificados Médicos por Maternidad” debidamente llenado y firmado.

b. Certificado Médico, conteniendo los siguientes datos:
   - Nombres y apellidos de la paciente
   - Diagnóstico descriptivo
   - Fecha de la última regla
   - Fecha probable de parto
   - Fecha de inicio y de fin del descanso
   - Fecha de otorgamiento
   - Firma legible del profesional de la salud tratante acorde con RENIEC (6).
   - Sello legible del profesional de la salud tratante.

c. Copia del informe ecográfico del último trimestre del embarazo (28 a 42 semanas)

d. En caso de postergación en la fecha de inicio del descanso por maternidad, se adicionará la copia del informe médico de postergación del descanso por maternidad, emitido por el médico tratante.

En caso la validación se realice por embarazo prolongado se presentarán los siguientes documentos

- Certificado médico expedido por el profesional de la salud con firma de acuerdo a RENIEC y por el diagnóstico embarazo prolongado, por los días comprendidos entre y la fecha del parto.
- Copia de recibo por honorarios profesionales o copia de factura o copia de boleta de venta de la atención recibida.
- En caso que la atención haya sido a través de una EPS o seguros particulares, se presentará copia de cualquier documento que sustente la atención recibida (Ejm. orden de atención de farmacia o reporte de consumos por afiliado o pre- liquidación de gastos o carta de garantía o copia de la historia clínica).

La presentación y atención de las solicitudes de validación de certificado médico por el Certificado de Incapacidad Temporal para el Trabajo (CITT), se realiza en la Oficina 201, Ubicada en el Complejo Arenales – Jesús María

REFERENCIAS:

www.EsSalud**.** gob.pe /transparencia/pdf/información/RGG_1311_2014.pdf.

SIGLAS:

CEVIT	: Centro de Validación de Incapacidad Temporal.
CITT	: Certificado de Incapacidad Temporal para el Trabajo.
CMP	: Colegio Médico del Perú
RNE	: Registro Nacional de Especialidad.
EPS	: Entidades Prestadoras de Salud.
RENIEC	: Registro Nacional de Identificación y Estado Civil.
FPP	: Fecha probable de parto

Nuestros ex docentes

"LA ERA DEL ARTE"

Beatriz Morachimo Cattaneo ex-Directora del Elenco de Danza Contemporánea y Jorge Garrido Lecca ex-Director del Elenco de Guitarra y Música Latinoamericana.

Con en el compromiso de difundir el arte, democratizar la cultura y promover la educación musical en nuestro país, Beatriz Morachimo y Jorge Garrido-Lecca fundan en el año 2011 **ERART ONG de Desarrollo.** Ambos maestros, con importante trayectoria en pedagogía de las artes, dirección de talleres y elencos, así como en la producción de espectáculos artísticos y organización de festivales internacionales, tiene sus inicios en nuestra casa de estudios, precisamente en la Dirección de Bienestar Universitario de la UNIFÉ, allá por el año 1986 crearon el Taller de Danza Moderna, y del Taller de Guitarra y Música Latinoamericana respectivamente, en los 90 fueron a la vez docentes de la Facultad de Educación.

Beatriz es también ex alumna de la UNIFÉ, licenciada en Educación, coreógrafa, directora de artes escénicas y especialista en expresión artística creativa y Jorge músico, compositor, cantante, guitarrista, gestor cultural y especialista en educación musical con estudios en Alemania, Noruega y España.

ERART, desde el año 2012 es reconocida por el Ministerio de Cultura como Punto de Cultura y calificada por PROMPERÚ como licenciataria de la Marca País.

DESCRIPCIÓN:

A continuación una breve descripción de las tres líneas de acción que desarrolla:

AcercArte – Sensibilización, apreciación y formación de públicos

Esta línea de acción tiene como finalidad contribuir con la difusión del arte, particularmente de la música académica, incentivando la apreciación musical, facilitando experiencias de sensibilización y apreciación musical, dando a conocer sus beneficios para la formación integral de los educandos y despertando interés por la música y la educación musical.

Mediante Acercarte, ERART, organiza recitales didácticos (conciertos educativos) dirigidos a niños, jóvenes, sus padres y maestros en zonas vulnerables de escasos recursos de nuestro medio. Realiza un programa anual de recitales didácticos, bajo el slogan “Acércate a la Música”, con la participación de destacados músicos peruanos e internacionales, contribuyendo a la formación de nuevos públicos.

Los Recitales Didácticos son importantes acciones educativas que permiten acceder a presentaciones musicales, específicamente de música académica, concebidas para público no iniciado, en su mayoría estudiantes escolares y universitarios. Son actividades artístico-pedagógicas de difusión cultural que ponen a la música académica al alcance del espectador, en ellas se expone de forma didáctica diversos aspectos de la(s) obra(s) interpretada (s). Infantes, niños, jóvenes, sus padres y maestros tienen, la oportunidad de apreciar la música en vivo, en la mayor parte de ocasiones por primera vez.

Los Recitales Didácticos se llevan a cabo en sus propias localidades, generalmente en instituciones educativas, también se realizan en diversos auditorios de nuestra ciudad. Incluyendo las dos salas más importantes de nuestro país, el Teatro Municipal y el Gran Teatro Nacional.

Los formatos de estos conciertos educativos son diferentes, se puede partir desde cómo se inspiró el compositor para crear la obra, tratar acerca del estilo, el género, la forma de composición u otros temas que ayuden al público a comprender el mundo de la música con más claridad. Es fundamental lograr la intervención del público, siempre con la guía del músico que expone. Otra propuesta interesante es hacer un viaje imaginario por partes de la historia de la música, presentando un panorama de su evolución, pueden presentarse por ejemplo, fragmentos de obras del barroco, clásico, romántico, hasta llegar al contemporáneo.

EducArte – Arte para la educación y educación para el arte

En nuestro país la enseñanza del Arte está iniciando un interesante proceso de innovación; se está comprendiendo la importancia que tiene en el desarrollo de la sensibilidad y la creatividad en los niños y jóvenes, no sólo como parte de su formación integral o como un complemento de su vida académica, sino como uno de los medios más efectivos para lograr que se “expresen”, que manifiesten lo que piensan y sienten en forma libre, espontánea y original. También se ha comprendido su eficacia en el desarrollo intelectual, ya que hace a los niños y jóvenes, más observadores, con flexibilidad y fluidez de pensamiento, ordenados y con mayor capacidad para lograr organizar sus ideas.

Podemos incentivar y cultivar diferentes manifestaciones artísticas en nuestros hijos, con el tiempo la respuesta de ellos podrá ser distinta; estarán los que deseen ser artistas y encuentren en este maravilloso mundo “su lugar”, también los que experimenten la necesidad que el arte los acompañe siempre, como una afición o un complemento en sus vidas y estarán los que decidan no ser artistas.

Lo que es seguro y común a todos ellos es la experiencia única de la “CREACIÓN”, el descubrir y revelar su potencial, reforzando su autoestima, su autodisciplina, su auto inspiración, su atención y su concentración. Así mismo, gracias a las “Creaciones Colectivas”, socializarán y se integrarán sin dificultad a un grupo, donde encontrarán más que amigos a compañeros y hasta cómplices para plasmar sus ideas, estimulando y fomentando el trabajo solidario en equipo.

En una sociedad que enfrenta grandes cambios y retos cada vez más difíciles, estas son herramientas indispensables para desempeñarse exitosamente en la vida.

Para orientar adecuadamente “la expresión artística creativa”, el rol del maestro es fundamental, él funciona como un orientador que centra su atención en el “alumno que crea”, ayudándolo y estimulándolo a lo largo de todo el proceso creativo. El “producto artístico final”, no debe ser más que una consecuencia natural de este proceso y debe responder directamente a los intereses del creador o de los creadores.

Esta responsabilidad, ya no sólo está en manos de los especialistas, sino que se asigna al docente de Inicial, Primaria y Secundaria ese reto. En las Normas Legales que promulga el Ministerio de Educación desde el año 2005 se incrementa las horas semanales de Arte en la escuela.

Conscientes de esta realidad ERART, mediante la línea de acción EducArte, realiza encuentros y talleres de pedagogía musical con ponentes locales e internacionales para promover la educación musical, capacitando y actualizando a docentes de la especialidad y docentes regulares.

Esta línea de acción permite también se imparta el programa “Experiencias Sonoras en Movimiento”, que consta de talleres de música, danza y artes visuales, donde se fomenta el desarrollo de la creatividad en niños y jóvenes mediante disciplinas artísticas en un ambiente de espontaneidad, expresión, originalidad y libertad. Desde el año 2014, una población de 120 alumnos, se viene beneficiando con este programa en el Puericultorio Pérez Aranibar.

RealizArte – organización, producción y realización artística

Desde esta línea de acción ERART organiza y produce espectáculos artísticos interdisciplinarios, conciertos y festivales internacionales, en los que destaca el FESTIVAL INTERNACIONAL DE MÚSICA CONTEMPORÁNEA DE LIMA (FIMC de Lima), prestigioso encuentro anual de música contemporánea, que se organiza todos los años en el mes de Octubre, cuya última edición se llevó a cabo íntegramente en el Gran Teatro Nacional. El Festival ha logrado situar a nuestra capital en el mapa de los grandes acontecimientos artísticos contemporáneos del mundo, siendo a su vez, uno de los eventos musicales más importantes de nuestro país. En él se establece un puente cultural que propicia el intercambio y la creación sonora entre músicos nacionales e internacionales, a la vez se vincula a jóvenes estudiantes de música con reconocidos músicos internacionales, estableciendo el intercambio de técnica, de composición, de interpretación y de experiencia.

El FIMC de Lima tiene un público conocedor fidelizado y pretende acercar a nuevos públicos a la apreciación y conocimiento de la música académica contemporánea, actualmente el equipo que gestiona el Festival está trabajando la edición 2019 del mismo.

CONTACTO:

Página web: WWW.ERARTPERU.ORG
Facebook: ERARTPERU
Youtube: ERART PERU
Twitter: @ERARTPERU

Bienvenida a las Ingresantes ´17- I

Evento que se organizó el viernes 5 de mayo, en el Auditorio. Los profesores de cada una de las actividades artísticas, culturales y deportivas, se dieron cita para dar un cálido recibimiento a las ingresantes y motivarlas a través de las presentaciones a participar en los talleres, para luego formar parte del grupo selecto de las Selecciones y Elencos.

Campeonato Deportivo Ingresantes ‘17-I

Ganadoras del encuentro de Vóley

Equipo ganador fueron las integrantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial

Ganadoras del encuentro de Básquet

Equipo ganador fueron las integrantes de la Escuela Profesional de Nutrición y Dietética

CAMPEONATO DE CONFRATERNIDAD INSTITUCIONAL

Dra. Carmela Alarcón Revilla rscj, Rectora de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón UNIFÉ, inaugurando el Campeonato de Confraternidad Institucional.

El Campeonato de Confraternidad Institucional, se llevó a cabo el sábado 17 de junio, en nuestro Campus Universitario y contamos con la presencia de las Instituciones del Sagrado Corazón como:

- **Instituto Superior Pedagógico de Monterrico – ISPM**
- **Colegio Sagrado Corazón Sophianum**
- **Colegio Parroquial Madre Admirable**
- **Universidad Femenina del Sagrado Corazón - UNIFÉ**

CAMPEONATO DE CONFRATERNIDAD INSTITUCIONAL (VÓLEY)

Equipos Participantes

INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO DE MONTERRICO - ISPM

COLEGIO SAGRADO CORAZÓN SOPHIANUM

UNIVERSIDAD FEMENINA DEL SAGRADO CORAZÓN - UNIFÉ

CAMPEONATO DE CONFRATERNIDAD INSTITUCIONAL

INTEGRANTES DEL EQUIPO CAMPEÓN

Aída de la Cruz, Vanessa Yépez, Alejandrina Laurente, Jenny Sánchez, Clorinda Alvino, Rosita Govea, Nataly Pardes, Simona Vilcayauri, Elena Espinoza, Nélida Yamo, Yenny Casa.

Vanessa Yépez, considerada como la mejor matadora del Campeonato

Janet Campos considerada como la mejor jugadora del campeonato

CAMPEONATO DE CONFRATERNIDAD INSTITUCIONAL
(Fulbito)

Equipos Participantes

Colegio del Sagrado Corazón - Sophianum

Instituto Superior Pedagógico de Monterrico - IPNM

Colegio Parroquial Madre Admirable

Universidad Femenina del Sagrado Corazón - UNIFÉ

CAMPEONATO DE CONFRATERNIDAD INSTITUCIONAL

EQUIPO GANADOR - UNIFÉ

Integrantes de la selección UNIFÉ:
Enrique Curi, Juan Carlos Gálvez, Paulo César García, Santiago Guerra, Paulino Herrera, Diego Peña, Exequiel Ramírez, Armando Román, José Torres Garrido, Wilberton Mendoza (arquero), Elias Zaramburu, Carlos Zegarra

Paulo César García
Considerado como el mejor jugador del Campeonato

Armando Román
Considerado como el goleador del Campeonato

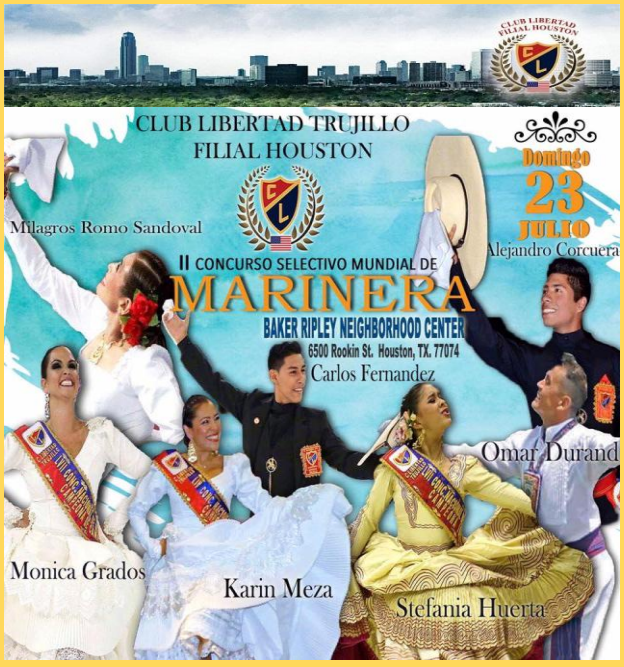
Nuestros Talentos UNIFÉ

..... Marinera Norteña

Mishelle Suarez Morales; estudiante de la Escuela de Educ. Inicial, fue **Reina del IV Concurso Selectivo de Pachacamac 2017 del Club Libertad de Trujillo**; aquí la vemos del brazo del Presidente del Club Libertad de Trujillo el señor Fernando Burmester Landauro.

.... de nuestros docentes de los Elencos

El sábado 8 de julio, la Mg. Milagros Romo Sandoval, Directora del Elenco de Marinera Norteña, ganó el VIII Selectivo de Chincha Club Libertad de Trujillo.



Asimismo, ha sido invitada en calidad de jurado al II Concurso Selectivo Mundial de Marinera, por club Libertad de Trujillo filial Houston

.... Elenco de Teatro

Las estudiantes del Taller y las integrantes del Elenco de Teatro, se enriquecieron, asistiendo a un Conversatorio en el CAFAE “Delso shows y de las chicas” y al Campeonato Match Impro.

..... el Taller del Teatro

Educ. Especial

El Taller de Teatro, integrado por estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Especial, se preparó para recibir la visita de los niños del Nido Maricarmen CAEI. Los niños que tenían entre 2 a 5 años, se divirtieron muchísimo con la recepción que se les brindó, al final del curso julio 2017 UNIFÉ

..... el Taller del Teatro

Visita del Taller del Teatro de la Universidad de Guadalajara – México

Las Directoras de los Talleres de Teatro de la Universidad de México – Guadalajara, especialistas en Teatro de Psicología y Antropología; visitaron al Taller de Teatro UNIFÉ, quedaron impresionadas, por la formación que recibían las integrantes del Taller.
La pasaron genial y se planificó otros encuentros e intercambios entre México y Perú (Actividades UNIFÉ CreArt Prod. – Talleres de Teatro UNIFÉ).

..... de las Selecciones

VÓLEY

Apestegui Castillo Ruth, Abarca Arellan Claudia, Acosta Espinoza Melanie, Colos Tenorio Jennifer, Gutiérrez Camacho Lucero, Huamán Gavino Estrella, Quispe Velásquez Yoshi, Sucasa Huilcara Tatiana, Valeriano Lorenzo Berenice, Vela Camacho María Fernanda, Zavaleta Galindo Carolina, Lic. Carlos Robles (Entrenador)

La Selección de Vóley, participó en los **XXII Juegos Universitarios de Lima 2017**, organizado por la FEDUP.

..... de las Selecciones

Básquet

Nuestra nueva Selección de Básquet, que con mucho optimismo y confianza se presentarán a los XXIII Juegos Universitarios de Lima 2017, en el mes de septiembre, desde ya les deseamos muchos éxitos!!!! Vamos chicas sí podemos¡¡¡¡

José Luis Fuentes Durand, entrenador de la selección de Básquet UNIFÉ, tiene ese gran desafío de llevar al ascenso a la Selección

..... de los elencos

Danza Contemporánea

El Maestro Armando Barrientos, Director del Elenco de Danza Contemporánea, preparándose para la Semana Universitaria 2017

Av. Los Frutales 954 Urb. Sta. Magdalena Sofía, La Molina
Telf: 4364641 / 4341885Fax: 4350853 / 4363247
Contacto: webmaster@unife.edu.pe
UNIFÉ Todos los derechos reservados ® 2017