

DISE NOTICIAS



Estudiantes UdeC prepararon remedios naturales en base a plantas medicinales

Con pomadas y gotas naturales realizadas por los mismos estudiantes de la Universidad de Concepción, concluyó el "Taller de plantas medicinales y remedios caseros", desarrollado durante el primer semestre de este año, por la Unidad de Salud de la Dirección de Servicios Estudiantiles, DISE.

Las jornadas, fueron dictadas por la Ingeniero Agrónomo y especialista del Instituto de Agricultura Tropical en Basilea, Suiza, Solveig Schrickel, y tuvieron el propósito de capacitar a los estudiantes para preparar remedios naturales.

La iniciativa incluyó dos clases teóricas y 6 prácticas en donde se revisaron diversos tipos de remedios naturales para afrontar dolores relacionados con diversos sistemas: Nervioso Central, Respiratorio, Digestivo, Dérmico, Esquelético y Muscular, entre otros.

En ese sentido, en cada sesión ellos prepararon distintos remedios caseros para uso personal y familiar exclusivamente, en ningún caso comercial, para que los alumnos aumenten su autocuidado, antes de ir al médico. Realizaron una pomada para el reumatismo con vaselina y ortiga; una pomada pectoral para los problemas respiratorios; una sepa para los problemas de la piel con caléndula que es una flor antiinflamatoria; gotitas carminativas para el manejo de los gases; gotas de aquilea; gotas para la jaqueca; gotas tranquilizantes en base a hierbas de San Juan, y gotas estomacales principalmente para la gastritis.

El balance del taller, fue bastante positivo, porque los propios alumnos lo evaluaron muy bien y por lo mismo, el **segundo semestre de este año** se volverá a realizar, por lo que nuestros estudiantes interesados deben estar atentos para cuando se inicie el periodo de inscripción porque los cupos son limitados.



Concluyó ciclo de talleres sobre salud sexual y reproductiva



Educar a nuestra población estudiantil sobre temas cotidianos, como la salud sexual y reproductiva, fue el objetivo principal del ciclo de 4 talleres que realizó con éxito, durante el primer semestre académico, la Unidad de Salud de la Dirección de Servicio Estudiantiles, DISE, de la Universidad de Concepción.

La importancia de estos talleres, fue que de esta manera, se logra educar a la población estudiantil, sobre temas cotidianos, como por ejemplo: la obesidad en el síndrome premenstrual, el ovario poliquístico y la incidencia de los trastornos alimenticios, y su relación con la fertilidad.

Durante la ronda de talleres, también se abordaron diversos temas, entre ellos: la anticoncepción (mecanismos de acción y sus mitos), autoexamen físico, control ginecológico, infecciones de transmisión sexual y sexo seguro.

Debido a la amplia convocatoria y respuesta de los estudiantes, se puede decir que el balance de este primer ciclo de talleres fue muy positivo, por lo que se realizará nuevamente el segundo semestre.

Los estudiantes interesados por participar en este taller, deberán



entrevistarse directamente con la matrona de la DISE, Libertad Cares Muñoz, para manifestar su interés por participar e inscribirse.

Unidad de Salud realiza exposición sobre estrés académico a estudiantes de derecho



Mediante una sesión educativa en el auditorio de la Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales de la Universidad de Concepción, profesionales de la DISE, informaron a los estudiantes de la carrera de Derecho, respecto a qué es el estrés académico, cómo les afecta a los estudiantes y cómo se puede evitar.

El estrés académico, es el que se produce en el ámbito escolar o académico (asociado al proceso de aprendizaje). En él influyen varios factores, tales como: la sobrecarga académica, evaluaciones, trabajos, competencia con compañeros, entre otros, y produce respuestas a nivel cognitivo, emocional y conductual que disminuyen el rendimiento académico, por eso es bueno hablar de este tema con profesionales idóneos.

En este contexto, el coloquio fue dictado por el Psiquiatra, Dr. Daniel Herrera Avilés y la Psicóloga Bárbara Tapia Neira. Además, se hizo una ronda de preguntas, que estuvo a cargo de la jefa de la Unidad de Salud, Mariela Valverde Torres.

Cabe mencionar, que si alguna Facultad o carrera detecta alguna necesidad o requiere apoyo para sus alumnos, puede hacer el requerimiento a la Unidad de Salud de la DISE, ya que los profesionales de la Unidad de Salud se encuentran disponibles para responder a estas demandas.

Recordamos que el proceso de entrega y revalidación TNE 2016, es en Bienestar Estudiantil (2do. piso Edificio Virginio Gómez) con Asistente Social de turno.