

#UdeACiencia

Semana de

la Salud, el Bienestar y el Ambiente

# Programación

Mayo  
20 al 24  
2024



Sede de Investigación  
Universitaria -SIU-  
UdeA Campus Medellín

Informes  
e inscripciones:



UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA

Vicerrectoría de Investigación



# Semana de la Salud, el Bienestar y el Ambiente

## Día 1. Lunes 20 de mayo

Mayo  
20 al 24  
2024

Hora	Actividades
8:00 – 9:30 a.m. a.m.	Charla: <b>Contemplando mis emociones</b> Lugar: auditorio 1 Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad
10:00 – 12:00 a.m. m.	Charla: <b>Inteligencia emocional para gestión de equipos</b> Lugar: auditorio 1 Cortesía: Vicerrectoría Administrativa, División de Talento Humano
10:00 – 11:30 a.m. a.m.	Charla: <b>Cuida tus sueños y maneja el insomnio</b> Lugar: auditorio 2 Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad
10:00 - 11:30 a.m. a.m.	Capacitación: <b>Manejo Seguro de Extintores</b> Lugar: auditorio 3 Cortesía: Agrofumigaciones
2:00 – 4:00 p.m. p.m.	Capacitación: <b>Buenas prácticas de esterilización</b> Lugar: auditorio 1 Cortesía: Steril
2:00 – 4:00 p.m. p.m.	Charla: <b>Alimentación con frutas y verduras: preparaciones para favorecer tu salud y el cuidado del planeta</b> Auditorio 3 Cortesía: Grupo Alimentación y Nutrición
2:00 – 3:30 p.m. p.m.	Charla: <b>Percepción del canto en las aves</b> Auditorio: 2 Cortesía: Grupo Neurociencias
12:30 - 1:30 p.m. p.m.	<b>Torneo de Sapo</b> Lugar: plazoleta. Máximo cinco (5) personas. Plazo máximo de inscripción Jueves 16 de mayo. Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Deportes Inscripciones correo: seguridadtrabajo.siu@udea.edu.co





# Semana de la Salud, el Bienestar y el Ambiente

Día 2. Martes 21 de mayo

Mayo  
20 al 24  
2024

Hora	Actividades
8:00 – 9:30 a.m. a.m.	Charla: <b>Estados de Ánimo</b> Lugar: auditorio 2 Apoyo: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad
10:00 – 12:00 a.m. m.	Charla: <b>Atención Plena y Manejo del estrés</b> Lugar: auditorio 2 Apoyo: Vicerrectoría Administrativa, División de Talento Humano
12:00 - 1:00 p.m. p.m.	<b>Rumba aeróbica</b> Lugar: zona de descanso Cortesía: Instituto de Educación Física
12:30 – 1:30 p.m. p.m.	<b>Torneo Sapo</b> Lugar: plazoleta Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Deportes
1:30 – 2:30 p.m. p.m.	Charla: <b>¿La U Incluye?</b> Lugar: auditorio 3 Apoyo: Grupo Didácticas y Nuevas tecnologías
2:00 – 4:00 p.m. p.m.	Charla: <b>Manejo de la ansiedad</b> Lugar: auditorio 1 Apoyo: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad
2:00 – 4:00 p.m. p.m.	Charla: <b>Biología de la regeneración: fundamento en la medicina regenerativa</b> Lugar: auditorio 2 Apoyo: Laboratorio Genética, regeneración y cáncer
2:00 – 3:30 p.m. p.m.	Charla: <b>Música y su impacto en el eje microbiota-intestino-cerebro</b> Lugar: auditorio principal Apoyo: Grupo Neurociencias





# Semana de la Salud, el Bienestar y el Ambiente

Día 3. Miércoles 22 de mayo

Mayo

20 al 24

2024

Hora	Actividades
8:00- 12:00 a.m. m.	<b>Toldos – Exposición de Grupos de Investigación SIU - ¿Qué hacemos?</b> Lugar: Plazoleta
8:00- 12:00 a.m. m.	<b>Mercadillo: Canasta de la Salud</b> Lugar: plazoleta Cortesía: Facultad Nacional de Salud Publica
8:00- 9:30 a.m. a.m.	Capacitación: <b>Aprovechamiento de Residuos Sólidos</b> Lugar: auditorio 2 Cortesía: Recimed
12:30 – 1:30 p.m. p.m.	<b>Torneo Sapo</b> Lugar: plazoleta Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Deportes
1:00 – 3:00 p.m. p.m.	Charla: <b>Nutrición, higiene y salud en la civilización Mexica. Los conquistados ¿más adelantados que los conquistadores?</b> Lugar: auditorio 3 Cortesía: Laboratorio PECET
2:00 – 4:00 p.m. p.m.	Charla: <b>Manejo de Sustancias Químicas</b> Lugar: auditorio 2 Cortesía: Administración SIU
2:00 – 3:30 p.m. p.m.	Charla: <b>El cerebro y la música</b> Lugar: auditorio Principal Cortesía: Grupo Neurociencias
3:30 – 5:00 p.m. p.m.	<b>Clase de yoga para todos, una práctica para el bienestar de la salud mental, física y espiritual (ropa cómoda, traer toalla para secar el sudor e hidratación)</b> Lugar: Auditorio 3 Cortesía: Laboratorio PECET



**Semana de**  
**la Salud, el Bienestar y el Ambiente**  
**Día 4. Jueves 23 de mayo**

**Mayo**  
**20 al 24**  
**2024**

Hora	Actividades
8:00 – 12:00 a.m. m.	<b>Stand con terapia de percusión y presoterapia</b> Lugar: Consultorio Área Asistencial Cortesía: Positiva ARL Inscripciones al correo: seguridadtrabajo.siu@udea.edu.co
1:00 – 3:00 p.m. p.m.	
8:00 – 10:00 a.m. a.m.	Charla: <b>Prácticas para la relajación y el descanso</b> Lugar: auditorio 1 Cortesía: Vicerrectoría Administrativa, División de Talento Humano
10:00 – 11:30 a.m. a.m.	Charla: <b>Bienestar Emocional Mindfulness (asistir con ropa cómoda)</b> Lugar: zona de descanso Cortesía: Grupo PECET
10:00 – 11:30 a.m. a.m.	Charla: <b>“Dejemos la Bobada”</b> <b>A cargo de Mauricio Hincapié. Arquitecto.</b> Lugar: auditorio principal
10:00 – 12:00 a.m. m.	Charla: <b>Aceites en la preparación de alimentos: beneficios y controversias en salud humano</b> Lugar: auditorio 1 Cortesía: Grupo Alimentación y Nutrición
12:00 – 1:00 m. p.m.	<b>Rumba aeróbica</b> Lugar: zona de descanso Cortesía: Instituto de Educación Física
12:30 – 1:30 p.m. p.m.	<b>Torneo Sapo</b> Lugar: plazoleta Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Deportes
2:00 – 4:00 p.m. p.m.	Charla: <b>Seguridad y confianza en uno mismo</b> Lugar: auditorio 1 Cortesía: Vicerrectoría Administrativa, División de Talento Humano
2:00 – 2:30 p.m. p.m.	<b>Show de Tango</b> Lugar: auditorio principal Cortesía: Facultad de Ingeniería
2:30 – 4:00 p.m. p.m.	Charla. <b>Emocionalmente: Las neurociencias del sentir</b> Lugar: auditorio principal Cortesía: Grupo Neurociencias





## Semana de la Salud, el Bienestar y el Ambiente

Día 5. Viernes 24 de mayo

Mayo  
20 al 24  
2024

Hora	Actividades
8:00 – 9:30 a.m. a.m.	Charla: <b>Musicoterapia y bienestar</b> Lugar: auditorio 2 Cortesía: Grupo Neurociencias
9:00 – 10:00 a.m. a.m.	Charla: <b>Diálogo de saberes: la apropiación social del conocimiento, la ciencia y la otredad</b> Lugar: auditorio principal Cortesía: Administración SIU – Grupo Neurociencias
10:00 – 12:00 a.m. m.	<b>Laboratorio de clown: diviértete siendo tú mismo, del juego a la risa para la vida</b> Lugar: auditorio principal Cortesía: Administración SIU
11:00 – 12:00 a.m. m.	<b>Capacitación: atención de derrames con sustancias químicas peligrosas</b> Lugar: auditorio 2 Cortesía: Empresa ASEI
12:00 – 1:00 m. p.m.	<b>Grupo Musical Son Galeno</b> Lugar: plazoleta Cortesía: Facultad de Medicina
12:30 – 1:30 p.m. p.m.	<b>Premiación Torneo Sapo</b> Lugar: plazoleta Cortesía: Dirección de Bienestar Universitario, Departamento de Deportes

Informes  
e inscripciones:



UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA

Vicerrectoría de Investigación