

## CÁPSULA CIENTÍFICA

### Scott Kelly, el astronauta que rejuveneció en el espacio

**S**cott Kelly es un astronauta estadounidense de la NASA, también es un aviador naval. Su hermano gemelo, Mark Kelly, también es astronauta, aunque ya retirado, e igualmente ha viajado a la Estación Espacial Internacional.

**K**elly comenzó en marzo de 2015 una misión de un año de permanencia en la Estación Espacial Internacional, junto a su colega de la Agencia Espacial Federal Rusa, Mikhail Kornienko, para determinar el impacto biológico, físico, psicológico en los humanos de misiones espaciales de larga duración.



Scott Kelly y su hno. gemelo luego de su misión en el espacio.

El estudio de la NASA que confirma los extraordinarios cambios genéticos que sufre el cuerpo fuera de la Tierra, algunos de los resultados eran esperados, como la pérdida de densidad ósea, alteraciones en la microbiota y en la estructura del globo ocular, sin embargo, Una de las grandes sorpresas fue el cambio en los telómeros, los extremos de los cromosomas que aseguran su replicación correcta durante la división celular, es decir el cuerpo rejuvenece.

## Alimentos que te ayudarán a concentrarte

SALUD

**N**uestro cerebro es graso y nuestras conexiones nerviosas necesitan minerales, vitaminas del grupo B y aminoácidos para funcionar bien. Necesitamos, pues, alimentos ricos tanto en grasas saludables como en estos otros nutrientes.

**T**ampoco podemos dejar de lado los carbohidratos, ya que el cerebro obtiene toda su energía de la glucosa, es importante priorizar los carbohidratos de calidad. Por si fuera poco, requerimos antioxidantes para mantener el cerebro en forma.

### En casos de estrés

Al igual que con los azúcares, es importante que las grasas sean buenas; si comemos grasas de mala calidad, las paredes celulares del cerebro también lo serán. Una buena norma es procurar mucha variedad de vegetales y colores en los platos, para conseguir más riqueza de nutrientes indispensables. Sabemos que concentrarse y estudiar, es pri-

mordial en nuestra educación superior, es por eso que traemos para ti estos alimentos y al consumirlos rendirás mejor en tus estudios:

1. Nibs de cacao, ricos en antioxidantes, poseen una gran capacidad antioxidante y ligeramente estimulante que puede favorecer la concentración.



2. Aguacate, favorece la comunicación neuronal. Su riqueza en grasas monoinsaturadas resulta beneficiosa para el cerebro y mejora la comunicación neuronal. Además es muy fácil de introducir en la dieta.



3. Avena, digestiva y nutritiva. Es uno de los cereales más digestivos y a la vez nutritivos, rico en fibra e ideal para nutrir el cerebro con azúcares sanos y vitaminas del grupo B.



## ¿Por qué estudiar una tecnología?

EDITORIAL

Una carrera tecnológica es una oferta académica que resulta en ocasiones ideal para personas que deseen ingresar de manera pronta al mercado laboral. Una tecnología tiene muchas cualidades, entre ellas que son breves y rentables pues duran entre dos a tres años y el valor promedio total de la inversión se recupera en menos de un año, además tienen un currículum de formación centrado en las competencias laborales, con fuerte énfasis en la formación práctica, lo que asegura empleabilidad y competencia efectiva en el desempeño inicial.

### El ITSLA

Ofrece a la ciudadanía lojana tres carreras tecnológicas: Comunicación Audiovisual, Análisis de Sistemas y Mer-

cadotecnia, cada vez son más los jóvenes con deseo de superación que se suman a nuestro prestigioso establecimiento para lograr sus objetivos estudiantiles.

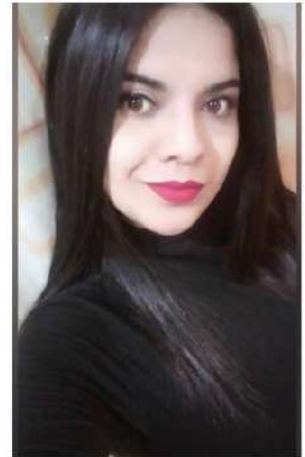
Las grandes ventajas de las carreras tecnológicas hoy en día es que abarcan todas las áreas del conocimiento e intereses vocacionales del postulante, desde el área de las artes hasta el campo de la salud, como la podología, entre otros.

Una tecnología permite la continuidad de estudios, ya que la mayoría de las carreras pueden articularse con los niveles profesionales siguientes, también cuentan con un currículum flexible para trabajadores o jefas de hogar que deben compartir estudios con otras obligaciones,

muchas veces con la universidad, muchos jóvenes de clase media hipotecan su futuro. En cambio, estudiar una carrera tecnológica es una opción inteligente, práctica y realista para un mercado laboral que cada día deja más profesionales.

Una de las características más importantes que tiene hoy en día una carrera tecnológica es que debido a las nuevas reformas, ya se considera de Tercer Nivel en nuestro país.

Estas son solo algunas de las razones para estudiar una carrera tecnológica pues las ventajas y áreas de trabajo a futuro son realmente amplias, pero con total seguridad se puede decir que es el camino correcto para la superación.



Gabriela Sotomayor  
ESTUDIANTE DEL QUINTO CICLO DE LA CARRERA DE COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL

## ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO GUSTOSOS DE ESTUDIAR EN EL ITSLA

Cada vez son más los jóvenes que deciden estudiar una carrera tecnológica en el ITSLA, es así que conversamos con

algunos estudiantes de primer ciclo de la carrera de Comunicación Audiovisual para saber más de ellos.



ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO-Comunicación Audiovisual

Con muchas ganas de superarse, estos jóvenes empezaron esta nueva etapa en sus vidas, con el arranque de su carrera estudiantil superior en la modalidad presencial 1, tienen la intención de en poco tiempo puedan ejercer su profesión, ya que en un futuro pretenden desenvolverse en televisión y medios impresos. Según los nuevos estudiantes, en el ITSLA han encontrado un excelente ambiente de estudio, se sienten cómodos en el establecimiento y quieren crear lazos de amistad con todos sus compañeros.



## EL CACES PARTICIPÓ EN EL “ENCUENTRO DE INVESTIGACIÓN TECNOLÓGICA Y ARTES MUSICALES

2019”

En la ciudad de Quito, durante los días 11 y 12 de abril, la Red de Institutos Técnicos y Tecnológicos del país realizó el Encuentro de Investigación Tecnológica y Artes Musicales 2019 bajo la coorganización del Consejo de Aseguramiento de la Calidad de la Educación Superior -CACES-, Consejo de Educación Superior -CES- y la Secretaría de Educación Superior, Ciencia, Tecnología e Innovación – SENESCYT. El objetivo de este evento fue generar un espacio de difusión científica como resultado del trabajo articulado de la comunidad académica en un ambiente de investigación y aprendizaje dinámico, además

de generar espacios de diálogo sobre nuevos enfoques pedagógicos, prácticas y propuestas de innovación que aporten al desarrollo de la sociedad.

Durante el acto de inauguración, Gabriel Galarza, presidente del CACES, aseguró que la investigación y la innovación en los Institutos Superiores Técnicos y Tecnológicos -ISTT- han tomado importancia con la reforma de la Ley Orgánica de Educación Superior -LOES-, además dijo que la formación de los ISTT debe guardar una relación profunda con la sociedad y el Estado para el desarrollo del país. En un momento virtual de la institución las guías correspondientes a cada materia con el nuevo formato.



Dr. Gabriel Galarza López, Presidente del CACES

## TEMAS DE INTERÉS DE LA INSTITUCIÓN

Como parte de las actividades académicas del RITAM, el Presidente del CACES participó con la ponencia magistral: “Procesos del CACES en relación a la formación técnica y tecnológica en institutos superiores”. En su exposición resaltó la importancia de la construcción colectiva de la calidad de la educación superior. “Lo que nos interesa es que sean las mismas instituciones las que vayan construyendo la cultura de la calidad”, acotó. De igual forma mencionó que en este proce-

so de evaluación a los ISTT lo más importante es el aseguramiento de la calidad que se sustenta en la autorreflexión y en la autoevaluación. Otra de las temáticas abordadas por los ponentes invitados fue: “Avances en la ejecución del Plan Nacional de Fortalecimiento y Revalorización de la Formación Técnica y Tecnológica” expuesta por Eduardo Ramírez, subsecretario Institucional de SENESCYT.



Encuentro de Investigación Tecnológica y Artes Musicales 2019

## INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR LOS ANDES



**DIRECCIÓN:** Loja, calles José María Peña  
entre Pío Jaramillo y Venezuela.

**CONTACTO:** 2572879

**REDES SOCIALES:**

- Pag Web: [institutolosandes.edu.ec](http://institutolosandes.edu.ec)
- Fabebook: @institutolosandesloja



DOCENTES Y ESTUDIANTES  
SE REÚNEN PARA COORDINAR  
DETALLES DE LOS PROYECTOS  
INTEGRADORES

**GRANDES EXPECTATIVAS ENTRE LOS  
INTEGRANTES DE CADA CARRERA  
EN EL INSTITUTO TECNOLÓGICO LOS  
ANDES.**



Explicación. Ing. Milton Palacios

## CÁPSULA CIENTÍFICA

### SCOTT KELLY

**El astronauta  
que rejuveneció  
en el espacio.**



Scott Kelly y su hno. gemelo luego de su misión en el espacio.

## DOCENTES IMPLEMENTAN

### NUEVOS FORMATOS DE GUÍAS

El nuevo formato estará listo para subirse en la plataforma virtual al comienzo del segundo evento del presente ciclo académico.



Ejemplo Nuevo Formato de Guía

## Breves

### NACIONAL

**Encuentro de Investigación Tecnológica y Artes Musicales 2019**  
El CACES participó en el evento.



### SALUD

ALIMENTOS QUE TE AYUDARÁN A CONCENTRARTE Y RENDIR MEJOR EN TUS ESTUDIOS.



## REUNIÓN DE COMISIÓN ACADÉMICA DEL INSTITUTO TECNOLÓGICO LOS ANDES

**AUTORIDADES Y DOCENTES DEBATEN TEMAS DE RELEVANTE IMPORTANCIA DEL ITSLA, EN BUSCA DE MEJORAR ACADEMICAMENTE EN ESTE NUEVO PERIODO.**



Reunión. Comisión Académica

### Breves

#### NUEVOS ALUMNOS EN LOS ANDES

Cada vez son más los jóvenes que deciden estudiar una carrera tecnológica en el ITSLA, conversamos con los alumnos de primer ciclo y nos comparten detalles.



#### SALUD

#### POR QUÉ ESTUDIAR UNA TECNOLOGÍA?

“El ITSLA ofrece a la ciudadanía lojana tres carreras tecnológicas: Comunicación Audiovisual, Análisis de Sistemas y Mercadotecnia, cada vez son más los jóvenes con deseo de superación que se suman a nuestro prestigioso establecimiento para lograr sus objetivos estudiantiles.”

(G.S)

## DEPARTAMENTO DE CONTABILIDAD DEL ITSLA

**Marcia Bautista, encargada de esta área nos comparte más detalles.**



Departamento de Contabilidad, Lic. Marcia Bautista

## ÁREA DE SOPORTE TÉCNICO DEL ITSLA

El servicio de Soporte técnico del ITSLA que ofrece a los estudiantes y ciudadanía en general, está a cargo del Tnlgo. Jhon Azanza, quien muy cordialmente nos comentó mas detalles de su área.



Departamento de Soporte Técnico, Tnlgo. Jhon Azanza



## REUNIÓN DE LA COMISIÓN ACADÉMICA

EDUCACION

Semanalmente la Comisión Académica se reúne para debatir temas relevantes de las tres carreras del ITSLA

El día 23 de Abril del presente año, con la presencia de la Dra. Marleni Mendieta, Rectora del Instituto Tecnológico "Los Andes", los tres coordinadores de carrera y demás docentes, se realizó como de costumbre la reunión semanal en la sala de profesores de la institución.



Explicación. Ing. Milton Palacios



Exposición. Lic. Angel Paltin

Otro de los temas que se plantearon, fue el rediseño de los logos de cada carrera del ITSLA, con la intención de renovar la imagen institucional, para lo cual los docentes aportaron con nuevas ideas.

Además, según el Ing. Milton Palacios, Vicerrector encargado del ITSLA, es importante cambiar la estructura de las publicaciones y fotografías para las redes sociales del Instituto.

En la presente, se debatieron temas como los nuevos convenios que está realizando el instituto con otras entidades para que sus alumnos realicen prácticas pre-profesionales, recientemente la empresa MEGAGITEL y el ITSLA firmaron un convenio de apoyo

para este fin y según la rectora de nuestro establecimiento, pronto nuevos alumnos incursionarán en MEGAGITEL, para así cumplir sus objetivos académicos en cuanto a las prácticas que realicen en dicha institución.

**DOCENTES DEL ITSLA.**

**Todos los Martes, a las 4PM se realiza esta reunión.**

## DEPARTAMENTO DE CONTABILIDAD DEL INSTITUTO LOS ANDES

**E**l Instituto “LOS ANDES”, como toda institución seria y de prestigio cuenta con un departamento de contabilidad, que está a cargo de la Lic. Marcia Verónica Bautista, quien muy cordialmente accedió a comentarnos algunos detalles de su rol en el establecimiento.

**M**arcia lleva laborando en el ITSLA tres años aproximadamente, en el área de contabilidad se realizan funciones para mantener al día al instituto “LOS ANDES” con entidades que en base a leyes rigen y exigen al instituto llevar una debida documentación, dentro de estas instituciones están el SRI, Ministerio de Relaciones Laborales, IEISS, etc.



Departamento de Contabilidad, Lic. Marcia Bautista

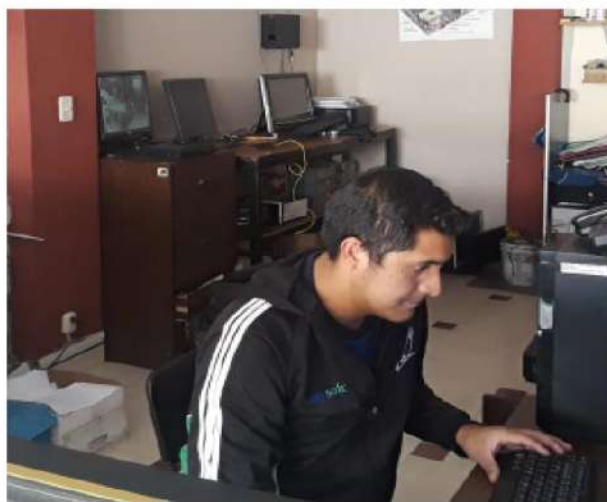
### Docente del ITSLA

Además, cumple el rol de docente su formación académica superior, en nuestro establecimiento, ella nos culminen sus carreras y sean excelentes que ejercer su profesión lentes profesionales para que contribuya en el progreso de la sociedad le ha traído a su vida grandes satisfacciones y espera que todos los estudiantes desde que se inician

## ÁREA DE SOPORTE TÉCNICO DEL ITSLA

**E**l servicio de Soporte técnico del ITSLA que ofrece a los estudiantes y ciudadanía en general, está a cargo del Tnlgo. Jhon Azanza, quien muy cordialmente nos comentó mas detalles de su área.

**J**hon lleva laborando en nuestra institución un año siete meses y cumple su rol de docente en la carrera de Análisis de Sistemas, además es el encargado de las redes sociales del instituto.



Departamento de Soporte Técnico, Tnlgo. Jhon Azanza

### TUTOR DE PASANTÍAS

También es tutor de los jóvenes departamento de Soporte técnico de esta carrera que hacen sus del ITSLA, realiza bajo la tutela prácticas pre-profesionales en el del ya mencionado docente establecimiento y es así que con bajos de mantenimiento de computadores y páginas web.

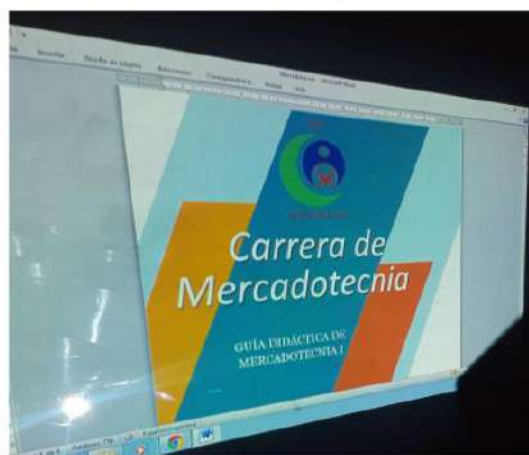


## DOCENTES IMPLEMENTAN NUEVOS FORMATOS DE GUÍAS

**E**l día 23 de Abril del presente año, en la reunión semanal de la Comisión Académica del Instituto Tecnológico Los Andes, realizada en la sala de profesores de la institución, se trataron temas de interés educativo.

### FORMATOS DE GUÍAS RENOVADOS

El Lic. Angel Paltín, Asistente administrativo del establecimiento, explicó a los presentes que para el segundo evento del actual ciclo académico, se subirán a la plataforma virtual de la institución las guías correspondientes a cada materia con el nuevo formato.

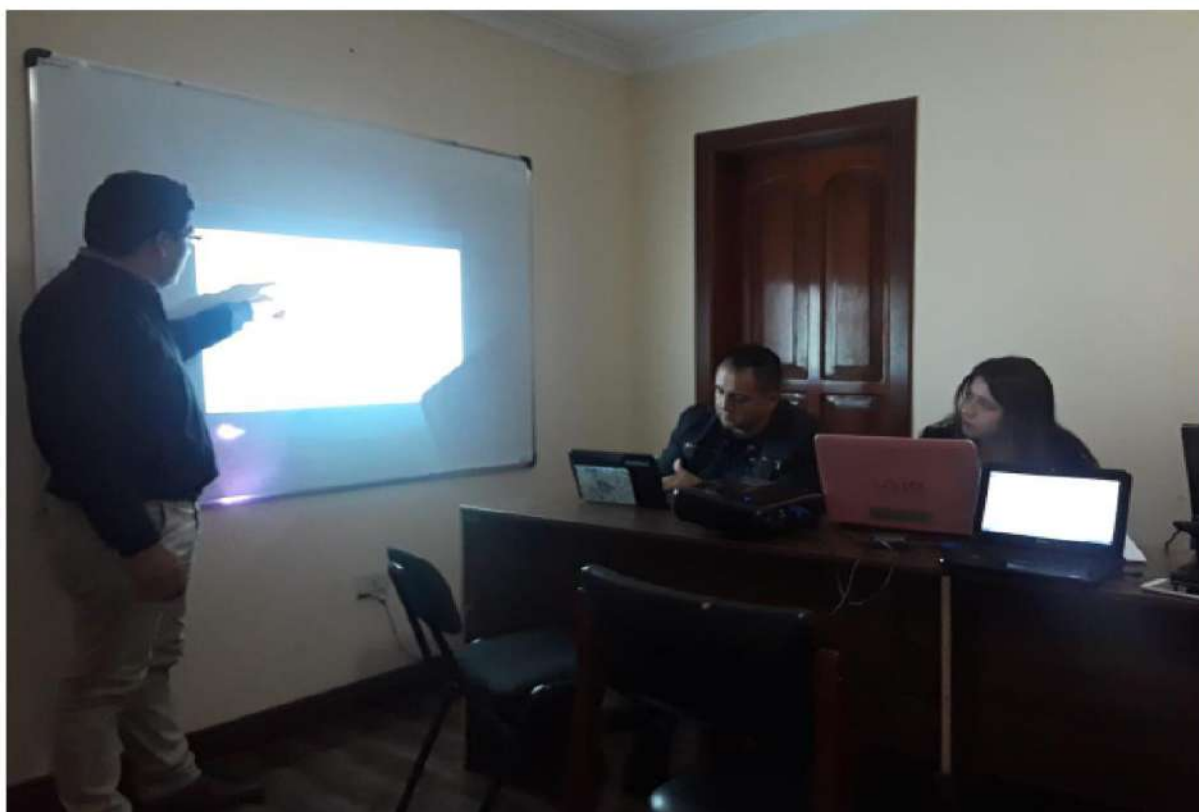


Ejemplo Nuevo Formato de Guía

## INNOVACIÓN EN LA PLATAFORMA

Es así que luego de debatir cordialmente a cerca del tema, los docentes de las diferentes áreas, se pusieron de acuerdo, pues el objetivo es innovar y hacer con las nuevas guías

que los estudiantes participen más en clase y desde luego, que la guía didáctica sea un soporte para hacer sus tareas.



Exposición. Lic. Angel Paltín

## DOCENTES Y ESTUDIANTES

## ACORDAN PROYECTOS

## INTEGRADORES

El día 24 de Abril del presente año, en el hall del Instituto Tecnológico Los Andes, se llevó a cabo una reunión entre Coordinadores de Carrera, docentes de apoyo y alumnos de la modalidad presencial I, esto con el fin de que los estudiantes conozcan más a cerca de los nuevos proyectos integradores de las tres carreras.

En dicha reunión se explicó a los alumnos detalles de los proyectos como: nombres de los mismos, materiales a usarse, en donde se pondrán los trabajos, etc. Además los coordinadores de cada carrera también intervinieron para explicar que en cada proyecto participarán los jóvenes estudiantes de diferentes ciclos académicos.



Explicación. Ing. Milton Palacios

## EXPECTATIVA ENTRE LOS ESTUDIANTES

Es así que los docentes explicaron y despejaron todas las dudas de los alumnos para arrancar los proyectos, en este proceso los coordinadores de las tres carreras estarán pensando junto con los docentes de apoyo, del desenvolvimiento de los estudiantes.

### PROYECTOS INTEGRADORES COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL

1. Estructuración de material audiovisual para el fortalecimiento de la imagen institucional del ITSLA.
2. Anuario fotográfico de las promociones desde la creación del ITSLA hasta el año en curso.
3. Radio Novela de las vivencias del ITSLA.
4. Realización de una revista institucional por los 25 años del ITSLA.

### PROYECTOS INTEGRADORES DE MERCADOTECNIA

1. Reciclaje.
2. Producción de Vino de Guayusa.

### PROYECTOS INTEGRADORES DE ANÁLISIS DE SISTEMAS

1. Domótica.
2. Aplicaciones de escritorio y Web.
3. Aplicaciones para dispositivos móviles.



Explicación. Ing. Milton Palacios