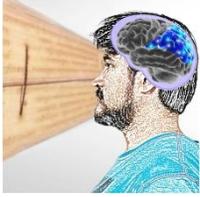


## COSAS CURIOSAS ¡SABIA USTED! ..... *¿LOS 7 BENEFICIOS DE LA LECTURA?.....*



### **1. Estimulación Mental**

*Se compararon tres grupos: el primero estaba conformado por 31 adultos que habían aprendido a leer de niños. El segundo grupo era de 22 personas que aprendieron a leer en edad adulta, mientras que el tercer grupo, constituido por 10 personas que no sabían leer. El estudio utilizó resonancia magnética para medir las funciones cerebrales de los participantes mientras respondían a las tareas de lenguaje oral, escrito y visual. El estudio concluye que: El área del **lóbulo occipital**, donde se procesa la información visual, se fortalece al leer. El primer grupo pudo procesar con mayor precisión la información visual debido al fortalecimiento del lóbulo occipital que se produce gracias a la estimulación visual de la lectura. Ayudando con la imaginación, por ende, también estimula la creatividad. De igual manera, el lóbulo occipital tiene gran impacto en la toma de decisiones.*

*El **lóbulo parietal** es la parte del cerebro que procesa las letras en palabras y las palabras en pensamientos. Los lectores mejoran y estimulan esta zona. El lóbulo parietal es reconocido por su habilidad de incrementar las habilidades expresivas. También interviene en la comprensión de lectura. Al leer, la zona del lóbulo parietal se activa, trabajando junto con el **lóbulo temporal** para almacenar información. La lectura es una buena forma de incrementar la estimulación mental y sin importar la edad, auxilia en el desarrollo de nuevas neuronas. Éstas son buenas noticias para todos y demuestran la importancia de leer durante toda la vida. Se reitera, en la necesidad vital de enseñar a leer a los niños.*

### **2. Mejora tus relaciones interpersonales**

*Existe evidencia de que la lectura de textos de ficción tiene beneficios psicológicos. La Universidad de Toronto demostró que la estimulación de la realidad se transmite desde las páginas hasta nuestros cerebros, mejorando nuestra capacidad de empatía y percepción de las relaciones interpersonales. Específicamente en el género de ficción, leer "La dama del perrito", de Antón Chéjov, induce cambios en los resultados del test de sociabilidad. Para el cerebro, la ficción es mucho más que un simple entretenimiento*



### **3. Reduce el estrés, nervios y ansiedad. Es un método efectivo contra el insomnio.**

*La lectura también ayuda a reducir el estrés. Un estudio realizado en 2009 por la Universidad de Sussex encontró que la lectura reduce 68 por ciento el estrés. La lectura es una forma de relajación tan efectiva como escuchar música, tomar una taza de café o té caliente, o salir a caminar. De acuerdo con el doctor en neuropsicología David Lewis, leer y dejarnos llevar por un libro nos permite escapar de las preocupaciones y el estrés diario, así como explorar la imaginación del autor. Esto se debe a que, al sumergirse en la lectura, nuestra mente se distrae y esto alivia la tensión de los músculos y el corazón, a la vez que mejora nuestra capacidad de concentración. Los beneficios comienzan con sólo seis minutos de lectura en silencio.*

#### **4. Activa la memoria a corto y largo plazo, en especial la semántica y episódica.**

*Leer una novela implica recordar a los distintos personajes, su origen, sus ambiciones, historia o matices, así como los diversos giros y subtramas que tejen la historia. Dichos recuerdos crean nuevas conexiones neuronales y tonifican las ya existentes, lo que contribuye a fortalecer la memoria a corto plazo. A largo plazo uno no recuerda con lujo de detalle todo el libro, pero sí la trama, la idea original y los personajes. La lectura ayuda a la memoria semántica, es decir el almacenamiento de significados, y a la memoria episódica, referente a los sucesos. La sociedad de Alzheimer considera a la lectura como una de las actividades que promueven la estimulación mental a cualquier edad y que por lo tanto podrían estar relacionadas con una menor tasa de deterioro de la función cognitiva.*

#### **5. Expande tu vocabulario**

*Cuanto más se lee aprendemos más palabras que, inevitablemente, se incorporarán a nuestro vocabulario cotidiano. La lectura de libros también es vital para el aprendizaje de nuevos idiomas: aprendemos palabras e inferimos su significado gracias al contexto que aporta la lectura, lo que aumenta la fluidez en el uso de una nueva lengua.*

#### **6. Mejora las habilidades expresivas: escritura, ortografía y síntesis de conceptos.**

*Esto va de la mano con la expansión del vocabulario: la exposición a la lectura tiene un efecto notable sobre nuestra propia escritura, como la observación de la armonía, la fluidez y el estilo de cada autor. De la misma manera que los músicos se influyen entre sí y los pintores utilizan técnicas establecidas por los maestros anteriores, los escritores también desarrollan su prosa a través de la lectura de otras obras. La lectura realmente mejora cada aspecto de las habilidades expresivas*

#### **7. Entretenimiento a bajo costo**

*Aunque a muchos les gusta comprar libros y formar su propia biblioteca, el objetivo puede resultar bastante caro. Sin embargo, hay maneras de mantener el hábito con bajo presupuesto: se puede visitar la biblioteca pública y disfrutar de sus numerosos tomos disponibles de forma gratuita. La mayoría de las bibliotecas cuenta con textos clásicos y sus temas son variados, aunque también hay muchas especializadas. Además, su misión es acrecentar su acervo mediante la adquisición de nuevos materiales. Incluso gracias a la tecnología ahora se pueden conseguir fácilmente libros, ya sea en formato ePub o PDF para leer en dispositivos electrónicos, como el iPad o la pantalla del ordenador. También hay varias fuentes en línea donde se pueden descargar libros electrónicos gratuitos. No hay pretexto para no leer.*



**Y tú, ¿cuándo fue la última vez que leíste un libro completo o un artículo de revista?, ¿qué esperas para hacer de la lectura un hábito?**

## UNICOC POR SIEMPRE NUESTRA HISTORIA.....



Un grupo de profesionales, principalmente odontólogos y médicos formados en las Universidades de Buenos Aires, Argentina y La Universidad Nacional de Colombia, acompañaron al Profesor, abogado y odontólogo el Doctor **Jorge René Arango Tamayo**, a crear una institución de carácter privado, dedicada a enaltecer la profesión odontológica, a través de un modelo singular de Educación Superior: **El Colegio Odontológico Colombiano**. En sus inicios la Institución fue creada y dirigida por la Fundación Colegio Odontológico Colombiano con personería jurídica No. 2087 del 9 de mayo de 1974 otorgada por el Ministerio de Justicia.

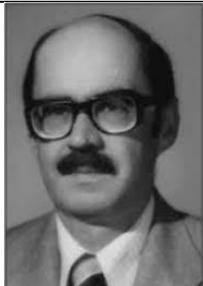
Posteriormente, fue presentada la razón social al Ministerio de Educación Nacional adquiriendo el carácter académico de Institución Universitaria, con personería jurídica otorgada mediante la Resolución 1384 del 1 de abril de 1975.

El 28 de julio de 1975, inició labores el Programa de Odontología en su primera sede ubicada en el barrio la Candelaria en la ciudad de Bogotá. El Ministerio de Educación Nacional mediante la Resolución No. 15480 de 1979 autorizó al Colegio Odontológico Colombiano a otorgar el título de Odontólogo. A comienzos de la década de los noventa, con la experiencia alcanzada en la formación de pregrado y el desarrollo exitoso de programas de Educación Continuada, Investigación, Proyección Social, Capacitación y Formación Docente, tanto en el país como en el extranjero, la Institución decide ofrecer formación de posgrado, mediante programas de especialización.

En el 2006, con miras a aumentar el compromiso con la Educación Superior y mediante reforma estatutaria aprobada por el MEN, según resolución 6753 del 6 de noviembre, la Institución adquiere el cambio de denominación a **Institución Universitaria Colegios de Colombia Unicoc**, ofreciendo tres nuevos programas organizados en unidades académicas, así:

- Colegio Jurídico y de Ciencias Sociales: Programa de Derecho y Ciencias Políticas.
- **Colegio Administrativo y de Ciencias Económicas:** Programas de Negocios Internacionales y Administración de Empresas.

En el 2010 el Ministerio de Educación Nacional le otorga la Acreditación de Alta Calidad al programa de Odontología en Bogotá y en el 2012 al programa de Odontología en Cali, reconociendo las fortalezas de la institución y su amplia trayectoria en Educación Superior.



### **Reseña biográfica del Dr. David Ordóñez Rueda**

El Dr. David Ordóñez Rueda nació en San Gil (Santander) en 1931 y realizó sus estudios de Odontología en la Universidad de Buenos Aires. Desde sus primeros años como profesional se vinculó a la docencia en la Universidad Nacional de Colombia y posteriormente en la facultad de Fonoaudiología de la Universidad del Rosario, dando un gran impulso al estudio de las disgnacias y al tratamiento efectuado por medio de Ortopedia Maxilar, especialidad que estudió en Alemania con el Prof. Dr. Hugo Stockfish, a

quien invitó a Colombia en varias oportunidades como conferencista y fue honrado con el título de Profesor Honoris Causa del C.O.C

El Dr. Ordóñez fue cofundador de la Sociedad Colombiana de Ortopedia Maxilar en 1964, colaborando en la junta directiva en varios periodos. Fue conferencista nacional e internacional, representando a Colombia en varios congresos de Ortopedia Maxilar y Odontopediatría de América Latina. Dirigió los primeros cursos efectuados en Colombia sobre Ortopedia Maxilar formando los primeros especialistas bajo el auspicio de la Federación Odontológica Colombiana (1968-1970) y organizó junto con los miembros de esta sociedad científica varios cursos internacionales con profesores muy reconocidos como H. Bimler, P. Planas, A. Setefanelli, R. Fränkel, V. Versnilian, entre otros. Dirigió y dictó, junto con otros miembros de la sociedad científica, **la primera cátedra de Ortopedia Maxilar en Colombia 1975, en el Colegio Odontológico Colombiano, facultad que ayudó a fundar.**

**Escribió el primer libro de esta especialidad en Colombia titulado: Ortopedia Maxilar y Antropología Biológica (primera edición 1984, segunda edición 1991).** Su aporte a la especialidad se caracterizó por una integración de las diferentes áreas que estudian el crecimiento y desarrollo humano, como la biología y antropología, a las que complementó con el importante aspecto psicológico. Propuso para el tratamiento del hábito de succión digital y sus secuelas un nuevo aparato que denominó "Placa Psicofuncional". (ver reedición de su artículo de 1980 en esta revista). Esta modalidad de tratamiento es un claro ejemplo del respeto que debemos tener por el proceso de maduración psicológica de cada niño, a quien podemos ayudar o agredir, según el enfoque terapéutico que escojamos. Su propuesta va más allá de instalar un aparato para corregir la maloclusión, producida por las presiones ejercidas por los músculos periorales durante la succión repetida; lo que él pretende es cambiar la actitud del medio ambiente familiar, que preocupados por la deformación, imponen al niño "tratamientos" agresivos. Cambia la presión psicológica de los padres sobre el niño, si comprenden que la succión digital es un signo de un problema mayor de ansiedad e inseguridad y que regañarlo no le va a aumentar su autoestima, mientras que comprenderlo y aceptarlo es el mejor camino para que el niño tenga mayor seguridad y madure dejando el hábito atrás sin sentimientos de culpa o vergüenza. El diseño de la Placa Psicofuncional puede variar de acuerdo a las necesidades de los pacientes, pero conservando la posibilidad de poder expresar su necesidad de succionar el dedo. La mayoría de los niños superan su hábito de succión cuando la familia ya no les presiona y al mejorar su relación con su entorno aumentan su seguridad y autoestima, lo que contribuye positivamente a su maduración y evolución.

El Dr. David Ordóñez falleció tempranamente en 1985 dejando muchos alumnos entusiasmados con la Antropología Biológica y la Ortopedia Maxilar. El Colegio Odontológico Colombiano (hoy día UNICOC) le hizo varios homenajes como la Clínica de Ortodoncia y Ortopedia Maxilar en la sede de posgrados y la Biblioteca principal de UNICOC en la sede norte que llevan su nombre. Sus dos sobrinos Miguel Ordóñez Silva y Gabriel Ordóñez Leyva siguieron sus pasos en la docencia de esta especialidad, son miembros de la Sociedad Colombiana de Ortodoncia y de la Sociedad Colombiana de Ortopedia Maxilar, asociación que han presidido en varias ocasiones.



El Sistema de Bibliotecas de la Institución Universitaria Colegios de Colombia – **Unicoc** (SIBU), está conformado por la Biblioteca de Bogotá (**Dr. David Ordoñez Rueda**) y la Biblioteca de Cali (**Dr. Jairo Forero Morales**)

La Biblioteca Dr. David Ordóñez Rueda, se inauguró el 17 de octubre de 2005, ubicada en el campus universitario al norte de la ciudad de Bogotá, cuenta con una amplia y moderna infraestructura física (1.350 mts) y tecnológica, integrando un ambiente propicio para la generación del conocimiento.

A partir del año 2009, como respuesta al creciente interés de la Comunidad Colegial por expandir las fronteras de su conocimiento, se fundó el Colegio Administrativo y de Ciencias Económicas y el Colegio Jurídico y de Ciencias sociales, generando la necesidad para las Bibliotecas del SIBU, de expandir y diversificar sus recursos bibliográficos, especializándose además en las áreas del Derecho y Ciencias Políticas, Negocios Internacionales y Administración en Salud, para servir de apoyo en la docencia e investigación de los nuevos programas académicos.



La Biblioteca **Dr. Jairo Forero Morales**, se inauguró en septiembre del 2004, dotándola de una moderna infraestructura física y tecnológica, acorde con las necesidades de sus usuarios. El 28 de enero de 2005 se abrió la sala general del 6° piso, con un área construida de 345 mts<sup>2</sup>, para un total de 452 mts<sup>2</sup>. En esta nueva sala se ubicaron las colecciones de reserva, referencia y general, salas de lectura, salón de docentes, salón de postgrado y área administrativa.

A partir de este año, se inició la etapa de automatización de los acervos bibliográficos, apoyo esencial para las actividades docentes, de investigación y consultoría de la comunidad colegial



El **Sistema de Bibliotecas Unicoc (SIBU)**, Espera seguir a la vanguardia en cuanto a recursos y servicios de información, con la intención de ser un espacio de generación del conocimiento, donde confluyan la investigación, la docencia y la cultura.

Nuestro principal objetivo, es convertirnos en eje fundamental de la comunidad universitaria, mejorando cada día nuestros procesos orientados al logro, la evolución y la calidad en todas las áreas.

## **NORMAS PARA TENER EN CUENTA AL VISITAR LA BIBLIOTECA.....**

### **Deberes de los usuarios del Sistema de Bibliotecas Unicoc – SIBU:**

1. Cumplir con las disposiciones del presente reglamento.
2. Presentar el carné institucional que lo acredite como estudiante, docente o personal administrativo el cual es personal e intransferible.
3. No ingresar ni consumir alimentos o bebidas.
4. Responsabilizarse del uso que en la biblioteca se le dé a su carné institucional, excepto si ha reportado con anticipación el extravío del mismo.
5. Cuidar y mantener en buen estado los materiales y/o equipos de cómputo, audiovisuales que le sean prestados y ser responsable de restituirlos en caso de daño o pérdida.
6. Respetar las normas vigentes, relacionadas con la protección a la propiedad intelectual.
7. Contribuir a preservar el inmueble, mobiliario, materiales y equipos audiovisuales, protegiendo el estado de los recursos disponibles y el funcionamiento de las bibliotecas.
8. Devolver los materiales y equipos en el horario y la fecha establecida.
9. Abstenerse de usar el celular y demás objetos que interrumpen el ambiente de silencio y tranquilidad propicio para el estudio y la lectura.
10. Dar aviso oportuno en caso de la pérdida o deterioro del material o equipo que tenga en préstamo.
11. Abstenerse de escuchar música sin audífonos, hablar con un tono de voz alto, debatir y hacer trabajos en grupo y/o trabajos manuales, para garantizar que no se interrumpen las clases que se dictan en los salones y que las Bibliotecas sean un espacio idóneo para el estudio y la concentración.
12. Abstenerse de vender dentro de las instalaciones (golosinas, alimentos, bebidas).
13. Estar a paz y salvo con el Sistema de Bibliotecas Unicoc (SIBU).

## **Derechos de los usuarios del Sistema de Bibliotecas Unicoc – SIBU:**

1. Ingresar a las instalaciones con morrales y bolsos (excepto las loncheras de odontología y otros elementos pesados), garantizando el orden y buen uso de los recursos disponibles.
2. Acceder a los servicios ofrecidos por las bibliotecas, identificándose con el carné institucional.
3. Recibir cursos de inducción y capacitación en la búsqueda, recuperación y acceso a fuentes de información (bases de datos especializadas, revistas electrónicas, etc).
4. Recibir una atención amable y eficiente por parte del personal de las bibliotecas.
5. Presentar a través de los mecanismos que se establezcan (personalmente, correo electrónico o en el formulario de la página web) y con el debido respeto, las sugerencias o reclamos que estime pertinentes, en aras del mejoramiento de los servicios de las bibliotecas.
6. Recibir la formación básica para el uso de los servicios de las bibliotecas.
7. Beneficiarse de los servicios que ofrecen las bibliotecas de la Institución en un ambiente de respeto y consideración mutua entre profesores, estudiantes y funcionarios.