



Un periódico con actividades para mejorar el desempeño en las Pruebas Saber 11

Publicación 1 - 2026

# Camino al Saber

## Educación



Genera dopamina para sentirte bien

## Salud



Controla tu presión

## Política



Entiende la política

## Inglés



Conversa con fluidez

## Tips



Crea tu menú semanal  
**100 Trucos**

## Saber 11



Refuerza tu saber



Usa herramientas útiles para aprender

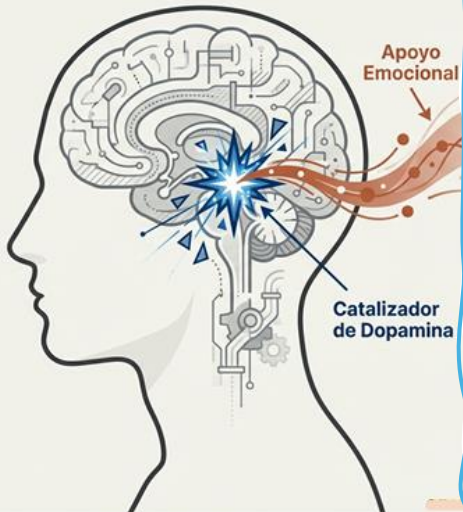
# EDUCACIÓN

## LA DOPAMINA TE AYUDA A RECORDAR

### El apoyo emocional es el combustible biológico del aprendizaje.

*No es solo psicología; es fisiología.*

Tradicionalmente, el apoyo emocional se clasifica como una "habilidad blanda". Sin embargo, la neurociencia revela un mecanismo diferente: el apoyo actúa como un catalizador químico. Al liberar dopamina en el cerebro joven, el bienestar emocional no solo genera placer, sino que enciende la maquinaria biológica necesaria para la consolidación de la memoria.

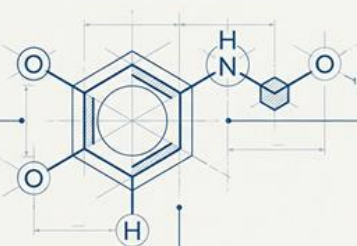


### La dopamina: Un arquitecto de la memoria

Función Conocida

**Generador de Placer**

La función más popularmente conocida asociada a la recompensa inmediata.



Función Crítica en el Aprendizaje

**Fijación de Recuerdos**

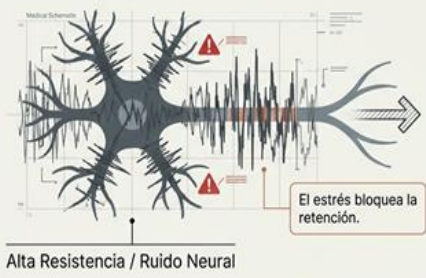
Fortalece el aprendizaje al fijar recuerdos asociados a emociones positivas. Sin este "cemento" químico, la información es volátil.

Definition Tag

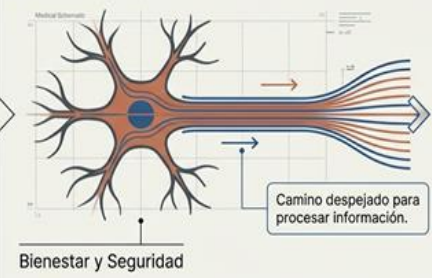
**DOPAMINA:** Neurotransmisor / Mensajero Químico

# Fase 1: Despejando el camino mediante la reducción del estrés

**A** Estado de Estrés

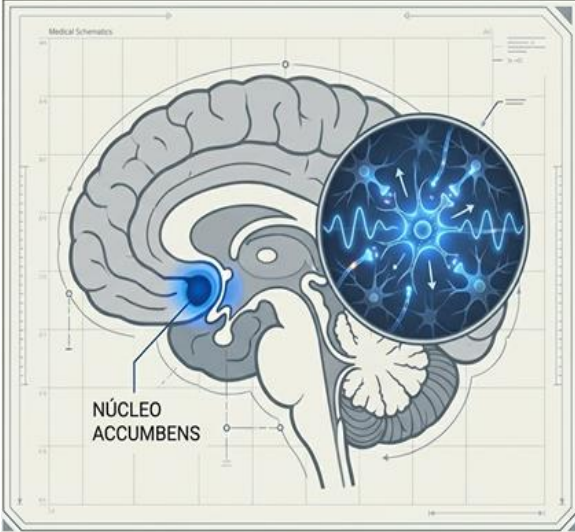


**B** Estado de Apoyo



Antes de que el aprendizaje pueda ocurrir, el cerebro debe sentirse seguro. El apoyo emocional reduce el estrés, eliminando las barreras fisiológicas que impiden la concentración y el procesamiento de nueva información.

Scientific Editorial



## Fase 2: Activación del sistema de recompensa en el Núcleo Accumbens

El Motor de la Motivación

El apoyo emocional (ya sea social o de una figura de autoridad) aumenta específicamente los niveles de dopamina en esta región.

**Key Insight**

Esta área es el centro del "Sistema de Recompensa". Cuando se activa, el cerebro etiqueta la actividad actual (aprender) como algo valioso que merece ser repetido.





La dopamina es un mensajero químico que determina que información es relevante para mantenerla a largo plazo.

La liberación de dopamina resulta en capacidades tangibles, mejora la disposición para actuar (motivación) y la capacidad de enfoque. Ambas son

fundamentales e indispensables para que la información permanezca en la memoria.

Actividades como correr, nadar, yoga o bailar liberan dopamina, mejorando el estado de ánimo y la concentración.



**QiQ UNIVERSITAS**  
encontrarás formación de alta calidad

**Realiza nuestros Programas de formación certificados en:**

-  Gerencia de hospitales
-  Gerencia de empresas del sector energético
-  Guías y protocolos del Diagnóstico de cáncer para médicos generales
-  Economía circular
-  Negocios verdes  
Inversiones en negocios verdes

*Dirigidos a profesionales*

Informes: **3113401486 - 3332830641**  
📍 Sede Cali carrera 74A #10A-64  
[www.qiquniversitas.com](http://www.qiquniversitas.com)

**Cursos y diplomados de la más alta calidad**

# SALUD

## CONTROL PREVENTIVO DE LA SALUD

### Precisión Clínica en tu Muñeca

### Top 5 Relojes Now de Salud 2026

Más allá del fitness: La guía definitiva de monitoreo biométrico

ANÁLISIS DE PRECISIÓN // EDICIÓN 2025/2026



### El Nuevo Estándar: La Tríada de la Salud

En 2026, un reloj inteligente no se define por contar pasos, sino por su capacidad para interpretar señales biológicas complejas. Hemos filtrado el ruido del mercado para encontrar verdaderos guardianes de la salud.

<p><b>El Corazón</b></p> <p>Precisión en ECG, detección de fibrilación auricular y alertas de frecuencia en tiempo real.</p>	<p><b>El Estrés</b></p> <p>Monitoreo de VFC (Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca) y respuesta electrodérmica.</p>	<p><b>El Sueño</b></p> <p>Análisis de fases profundas, REM, SpO2 y detección de apnea del sueño.</p>
--	--	--

## Cara a Cara: Salud Cardíaca y Estrés

BioGuard Pro X



Promedio de la Industria



### MEJOR ECG: BioGuard Pro X

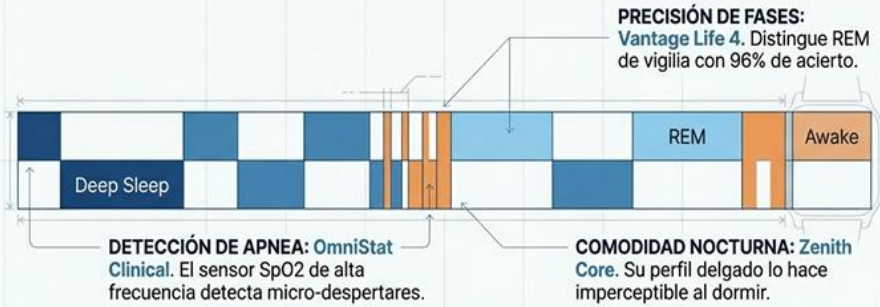
Su sensor eléctrico captura ondas T con claridad clínica.

### MEJOR VFC (ESTRÉS): NeuraLink Wrist

La lectura dérmica ofrece datos de estrés más inmediatos que la variabilidad cardíaca sola.

Para pacientes cardíacos, la claridad de la señal del BioGuard es innegociable.

## El Laboratorio de Sueño



## Veredicto Final: ¿Cuál es para ti?

**EL MEJOR EN GENERAL**  
BioGuard Pro X



**MEJOR VALOR/PRECIO**  
Zenith Core



**MEJOR PRECISIÓN CARDÍACA**  
OmniStat Clinical



**MEJOR MONITOR DE SUEÑO**  
Vantage Life 4



La tecnología ha avanzado. Elige la precisión que tu salud merece.

Los dispositivos digitales introducen la medición directa de actividad nerviosa a través de la piel, permitiendo predecir picos de estrés antes de que ocurran.

Los dispositivos digitales combinan interfaz de usuario, batería durable de siete días y monitoreo continuo de frecuencia de muestreo cardiaco, con un sistema de sensores para detectar la apnea y arritmia grave.

— Transforma tu colegio en un —  
**Colegios Verde, Carbono Neutral y Cero Residuos**









—  **Educación que cuida el planeta y forma el futuro** —

Implementa un **modelo educativo sostenible** que combine innovación, ciencia y conciencia ambiental.



 **Nuestro programa incluye:**

-  **Instalación de paneles solares**
-  **Biodigestor:** permite transformar residuos de cocina en abono y gas
-  **Laboratorios para siembra de plantas y huertas escolares**
-  **Proyectos de sostenibilidad y educación ambiental**
-  **Fotoreactor:** algas que fijan dióxido de carbono y producen proteína
-  **Sistema de aeroacuaponía:** cultivos en altura con peces



**¡Haz parte del cambio hoy!**  
 Convierte tu institución en un referente de educación verde, carbono neutral e innovación sostenible.

 **Global QIQ**  
 Inversiones y negocios verdaderamente verdes  
**3113401486**

# POLÍTICA

## PERSPECTIVAS DE LA REFORMA LABORAL

### Reforma Laboral 2025: Guía de Navegación

Análisis de impacto y hoja de ruta para la Ley 2466 de 2025.



IMPACTO LEGAL, FINANCIERO Y OPERATIVO

#### Un Nuevo Paradigma: Estabilidad y Formalización

La reforma busca fortalecer los derechos laborales, priorizando la contratación indefinida y el equilibrio vida-trabajo.



#### 1. Contratación

Primacía del contrato a término indefinido y límites a la temporalidad.



#### 2. Jornada y Recargos

Cambios en horarios nocturnos y costos de dominicales.



#### 3. Nuevas Modalidades

Regulación de plataformas digitales y teletrabajo.



#### 4. Inclusión

Cuotas de discapacidad y formalización (PAE).

SEMÁFORO DE IMPACTO



Alto Impacto Financiero



Cambio Administrativo/Operativo



Cumplimiento/Social

### El Fin de la Temporalidad Indefinida

Vigencia: Inmediata

El contrato a término indefinido es la regla general. Se debe justificar la necesidad temporal para cualquier otra modalidad.

```
graph TD; A[Nueva Necesidad de Contratación] --> B{¿Es una necesidad permanente?}; B -- Sí --> C[CONTRATO A TÉRMINO INDEFINIDO]; B -- No --> D[CONTRATO A TÉRMINO FIJO];
```

- Duración Máxima: Tope absoluto de 4 años.
- Prórrogas: Permitidas hasta 4 veces (si < 1 año).
- Regla de la 5ª Prórroga: Mínimo 1 año obligatorio.

### Redefiniendo la Jornada Laboral

Vigencia: 26 de diciembre de 2025

**Nuevo Inicio de Recargo Nocturno (Antes 9:00 p.m.)**

**Límites y Jornada**

- Límite Diario: Máximo 8 horas (ordinaria) o 9 horas (flexible).
- Meta Semanal: Reducción progresiva hacia 42 horas (Ley 2101).

## LA PRÁCTICA CUENTA COMO EXPERIENCIA LABORAL

ANTES	
✦	• Apoyo de sostenimiento variable (75% del salario).
*✦	• Sin estatus de contrato laboral pleno.

La **Ley 2466 de 2025** establece que los aprendices en formación deben recibir una **remuneración equivalente al 75% del salario mínimo durante la etapa lectiva** y el **100% en la etapa productiva**, reconociendo el valor de su aporte laboral.

Además, garantiza la **cobertura total en seguridad social**, incluyendo **salud, pensión y riesgos laborales**, fortaleciendo la protección y bienestar de quienes se forman para el trabajo en Colombia.

LEY 2466	
✦	• <b>Remuneración:</b> 100% del salario en etapa productiva (75% en lectiva).
✦	• <b>Seguridad Social:</b> Plena cobertura (Salud, Pensión, Riesgos).
✦	• <b>Estatus:</b> Contrato con prestaciones sociales completas.
✦	• <b>Duración:</b> Máximo 3 años.

- **Trabajo independiente:** La norma busca formalizar esta modalidad, asegurando que quienes trabajan por cuenta propia tengan acceso a la seguridad social y mecanismos de protección laboral, evitando la precarización.
- **Teletrabajo:** Se establecen reglas claras para esta modalidad, garantizando condiciones de igualdad frente al trabajo presencial, incluyendo remuneración justa, acceso a prestaciones sociales y respeto por la jornada laboral.
- **Derecho a la desconexión laboral:** La Ley reconoce que, fuera del horario de trabajo, los empleados tienen derecho a desconectarse de medios digitales y comunicaciones laborales, protegiendo su tiempo personal y familiar.
- **Reconocimiento como empleados con derechos:** Incluso en modalidades flexibles o remotas, los trabajadores son reconocidos como empleados con plenos derechos laborales: salario justo, seguridad social, vacaciones, estabilidad y protección frente a abusos

Impacto Operativo

## La Realidad Digital y el Teletrabajo

Vigencia: Inmediata

### Plataformas Digitales de Reparto



**Modalidad Autónoma**  
Independiente, pero con aportes obligatorios a seguridad social.



**Modalidad Subordinada**  
Reconocimiento pleno como empleado con todos los derechos.

### Teletrabajo y Desconexión

- Derecho a la desconexión laboral regulado.
- Obligación del empleador de proveer equipos y herramientas.



OBTÉN UN ICFES ALTO



AUMENTAMOS TU COEFICIENTE INTELLECTUAL

PREICFES GENIOX



PUNTAJE:  
480 +

Prepárate con preicfes GENIOX y destaca entre miles de estudiantes!

Más Información:

 (+57) 333 283 0641

 [www.qiquiversitas.com](http://www.qiquiversitas.com)



MATRÍCULAS ABIERTAS!



INVESTIGACIONES EDUCATIVAS

## Diplomado en Técnicas de estudio para universitarios

- Lectura rápida
- Toma de apuntes
- Realización de mapas mentales
- Técnicas de concentración
- Aprendizaje acelerado

**Duración:**

50 videos de explicación

**Inversión:**

300 mil pesos

**Modalidad:**

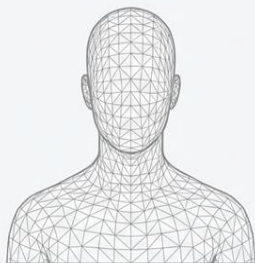
Online asincrónico

**INFORMES : 3113401486**[www.qiquiversitas.com](http://www.qiquiversitas.com)

# TIPS DE INGLÉS

## Inglés Nativo: El Kit de Fluidez

Deja de sonar como un libro de texto. Empieza a hablar como un local.



INGLÉS ACADÉMICO



INGLÉS REAL

La gramática es la estructura, pero el vocabulario funcional es el alma. Esta guía recopila 26 herramientas lingüísticas—muletillas estratégicas y expresiones idiomáticas—que transformarán tu manera de conectar en inglés.

Diseñado para hablantes de LatAm

## El 'Botón de Pausa': Dominando las Muletillas

Los nativos usan estas palabras para ganar tiempo y suavizar su discurso. son herramientas de procesamiento.

### Well

Úsalo para iniciar una respuesta o tomar un momento para pensar.

### Like

El equivalente a "o sea" o "tipo". Úsalo al describir algo.

### Actually

Úsalo para aclarar un punto o contradecir suavemente a alguien.

### So

Ideal para comenzar una frase nueva o cambiar de tema.

### Um / Uh

El sonido universal para ganar tiempo mientras tu cerebro procesa.

### Basically

La herramienta perfecta para resumir una explicación compleja.

## Reacción e Impacto

### “No way”

Incredulidad total. (LatAm: “¡No manches!”, “¡Ni de chiste!”).

### “You’re joking”

¿Es broma, verdad? Usado cuando algo parece irreal.

### “That explains it”

La pieza que faltaba. “Con razón...” o “Eso lo explica todo”.

### “Believe it or not”

Introducir un dato sorprendente pero cierto. “Aunque no lo creas...”.

## Gestión de la Conversación

Cortesía profesional y flujo de información.

- **Just a heads up** in JetBrains Mono  
Un aviso previo rápido. (Ej: “Heads up, I’ll be late”).
- **I’ll get back to you** in JetBrains Mono  
La forma profesional de decir “te aviso luego” o “déjame averiguar”.
- **Sorry to bother you** in JetBrains Mono  
Disculpa por la interrupción. Esencial para iniciar peticiones.
- **Come to think of it** in JetBrains Mono  
Una realización repentina. “Ahora que lo pienso...”.



# Diplomacia y Opinión

Cómo estar de acuerdo (o no) sin conflicto.

## Fair enough

Validación de un argumento lógico.

"Me parece justo" o "Punto válido".

## To each their own

Respeto por preferencias ajenas. (LatAm: "Para gustos, los colores").

## I don't mind

Neutralidad o flexibilidad.

"No me molesta" o "Me da igual".

## That's interesting

Una forma neutra de recibir información nueva sin comprometerse.

## Tu Hoja de Ruta (Cheat Sheet)

Muletillas	Acción	Proceso
Well • Like • Actually • So • Um/Uh • Basically	I'm down • I'm up for it • I'm on it • Game changer	On the fence • You never know • Hanging in there • Work in progress
Gestión	Reacción	Diplomacia
Heads up • Get back to you • Sorry to bother • Come to think of it	No way • You're joking • That explains it • Believe it or not	Fair enough • To each their own • I don't mind • That's interesting

Guarda esta imagen. Úsala en tu próxima videollamada.



INVESTIGACIONES EDUCATIVAS

## Programa en Tratamiento de cáncer a través de fitoterapia

Dirigido a médicos y personal de salud

Conocer las nuevas investigaciones es clave para aplicar una medicina de precisión más eficaz y con menos efectos adversos. Estudia los tratamientos oncológicos actuales y casos reales basados en evidencia de universidades prestigiosas.

### Incluye:

- Guías de manejo del paciente.
- Actualización epidemiológica.
- Modelos de uso de fitoterapia.
- Fórmulas magistrales utilizadas y validadas en estudios científicos.



**Inversión:**  
3 millones de pesos



**Modalidad híbrida virtual:**

- 20 clases online en vivo
- 30 clases asincrónicas



**Duración por clase:**  
Dos horas



Contacto  
**311 3401486**

## TIPS PARA ALIMENTARSE SANAMENTE

### MANUAL DE SUPERVIVENCIA: TU MENÚ SEMANAL

*La estrategia definitiva para comer mejor, ahorrar dinero y eliminar para siempre la pregunta "¿Qué cocino hoy?".*



NOTA DEL PRODUCTOR: Este no es un libro de recetas. Es un sistema de logística doméstica.

OBJETIVO: Pasar del caos mental a la maestría logística en 5 pasos.

La alimentación diaria saludable  
Comer saludablemente significa darle al cuerpo los nutrientes que necesita para funcionar bien y mantener el bienestar. Una alimentación diaria equilibrada debe incluir:

- Frutas y verduras en cada comida, pues aportan vitaminas, minerales y fibra.
- Proteínas como pescado, pollo, huevos, legumbres o frutos secos, que ayudan a formar y reparar tejidos.
- Cereales integrales (arroz, avena, pan integral) para obtener

energía de calidad y mantener la saciedad.

- Agua suficiente, evitando el exceso de bebidas azucaradas o gaseosas.
- Grasas saludables como las del aguacate, el aceite de oliva o las semillas, que favorecen el corazón y el cerebro.
- Además, es importante respetar horarios de comida, moderar las porciones y reducir el consumo de alimentos ultra procesados, altos en sal, azúcar y grasas saturadas.

## PASO 1: LA LISTA DE LOS 12 HONESTOS

Agarra lápiz y papel. Escribe los 12 platos que *\*realmente\** cocinas en tu vida diaria.

**REGLA DE ORO:** No anotes lo que "te gustaría" cocinar. Anota la realidad. ¿Son milanesas? Anótalo. ¿Son fideos con manteca? Anótalo. ¿Patitas de pollo? También vale.

1. Milanesas con puré
2. Medallones de soja
3. Pasta con salsa
4. Filet de pescado
5. Empanadas (Delivery o caseras)
6. Tarta de jamón y queso
7. Sándwich tostado
8. Pastel de papa
9. Guiso de lentejas
10. Ensalada (porque no salió otra cosa)
11. Pollo al horno
12. Salchichas con arroz

## PASO 2: LA AUDITORÍA NUTRICIONAL

Interroga a tu lista. Mira tu alimentación desde arriba y hazte las preguntas difíciles.

### EL CUESTIONARIO:

1. ¿Me gusta cómo estoy comiendo?
2. ¿Hay suficiente proteína?
3. ¿Faltan verdes o verduras de hoja?
4. ¿Hay demasiada harina o fritos?

1. Milanesas con puré
2. Medallones de soja
3. Pasta con salsa → ¿Falta verde?
4. Filet de pescado ✓ Bien Proteína
5. Empanadas (Delivery o caseras) } Mucha
6. Tarta de jamón y queso } harina
7. Sándwich tostado } esta
8. Pastel de papa } semana
9. Guiso de lentejas
10. Ensalada (porque no salió otra cosa)
11. Pollo al horno Agregar huevo o atún
12. Salchichas con arroz

### PASO 3: LA MATRIZ DE 4 SEMANAS

Divide tus 12 platos en 4 grupos de 3. Busca el equilibrio: no pongas toda la harina en la semana 1.

SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
Pasta con salsa	Tarta de verdura	Arroz con atún	Guiso de lentejas
Milanesas con puré	Filet de Pescado	Pastel de Papa	Pizza casera
Ensalada Completa (Protein Power)	Wok de vegetales y pollo	Pollo al horno	Medallones de verdura

Resultado: Ya tienes la base estructural para un mes entero sin pensar.

### PASO 4: LA REGLA DEL 3+2 (SIMPLIFICACIÓN)

No intentes pasar de 0 a 100. **Organiza 5 comidas** y el resto fluye.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>Plato 1:</b> Milanesas	<b>Plato 2:</b> Pasta	<b>REPETICIÓN:</b> Milanesas (en sándwich)	<b>Plato 3:</b> Ensalada	<b>REPETICIÓN:</b> Pasta (gratinada)

#### LA MATEMÁTICA:

3 Platos de tu lista + 2 Repeticiones estratégicas = 5 Cenas resueltas.

**Nota:** Comer lo mismo de una semana a la otra NO es repetir. Repetir es comer milanesa dos días seguidos. Acepta la repetición estratégica para salvar tu salud mental.

## PASO 5: LA LISTA DE COMPRAS INVERSA

Entra y sal del supermercado con precisión quirúrgica.



MENÚ  
DEFINIDO



REVISIÓN DE  
ALACENA



LISTA DE  
SÚPER



COMPRA  
FINAL

### EL FILTRO DE LA ALACENA:

1. Mira el menú: "Toca Milanesas".
  2. Pregunta: "¿Tengo pan rallado?" -> **SÍ** (Sage Green). "¿Tengo huevos?" -> **SÍ** (Sage Green).  
"¿Tengo carne?" -> **NO** (Muted Terracotta #C47F6B).
- \*Resultado: En la lista solo anotas **CARNE** (Muted Terracotta). Se acabó el comprar "por si acaso".

## NIVEL EXPERTO: PLANIFICACIÓN ANTI-ANTOJOS

Batch Cooking: No cocines platos finales, cocina bases versátiles.



3 VERDURAS



3 CARBOHIDRATOS



3 PROTEÍNAS



INFINITAS  
COMBINACIONES  
(Y cero delivery)

**LA FÓRMULA 3x3:** Tener la nevera preparada con bases listas reduce drásticamente la tentación de pedir comida rápida cuando ataca el hambre extrema.

# TIENDAS alfes

En Alfes encontrarás productos para el hogar, pero saludables, todo lo que puedes encontrar en el supermercado o tiendas, pero a lo natural.

En Alfes encontrarás productos naturales y orgánicos como:

Crema dental, desodorante, jabón cuerpo líquido, ambientadores hipoalergénicos, suavizantes naturales, café sabores, shampoo orgánico, y muchos productos para el hogar



**¡Presenta este volante y obtén desde 10% o hasta un 20% de descuento en Kits de aseo saludable!**

**¡Visítanos y cuida tu salud!  
Cra 39 # 10 a -125 local 3  
Cali, Colombia**

Contacto: 311 340 1486

Email: [mercadeo@globalqiq.com](mailto:mercadeo@globalqiq.com)

[www.tiendasonlinealfes.com](http://www.tiendasonlinealfes.com)

**PREICFES GENIOX**

**GenioX**

Programa de Desarrollo Cognitivo

**AUMENTA TU COEFICIENTE INTELLECTUAL Y OBTEN ALTOS PUNTAJES EN EL ICFES**

**Certificado**  
SABER 11 EXCELENCIA

[www.qiquniversitas.com](http://www.qiquniversitas.com)

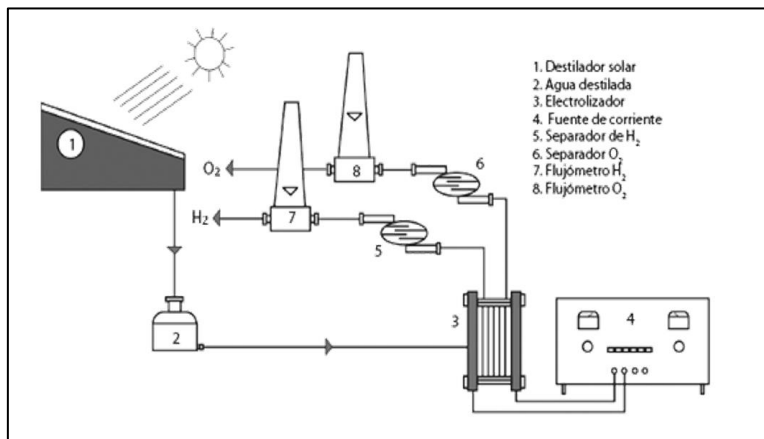
3332830641

¡Prepárate con los expertos! ¡Matrículas abiertas!

# PRUEBA SABER 11

## PRUEBA CIENCIAS NATURALES

Responda las preguntas 1 y 2 teniendo en cuenta la siguiente información



- 1. En el esquema se observa que es posible
  - A. Usar el sol para producir energía atómica
  - B. Usar la solar para energía transformarla en energía química
  - C. Usar el sol para transformar la energía lumínica en potencial
  - D. Usar la energía eléctrica para transformarla en energía química
- 2. La reacción representa el anterior es: que proceso
  - A.  $2H_2 + O_2 \rightarrow 2H_2O$
  - B.  $2H_2 + O_2 \rightarrow 2H_2O$
  - C.  $2H_2O \rightarrow 2H_2 + O_2$
  - D.  $2H_2O \rightarrow 2H_2 + 2O_2$

## PRUEBA CIENCIAS SOCIALES

Lee con cuidado el siguiente texto

Es un hecho que hoy el ser humano siente vivamente que es en la intimidad de su propia conciencia, donde encuentra su autenticidad y dignidad. Por ello la proclama y la defiende celosamente, la afirma con orgullo y vigila con inviolabilidad. Sin embargo, apela a la libertad de conciencia en nombre, muchas veces, de múltiples realidades y sin comprender, muchas veces, su verdadero sentido y exigencias. Apela a ella, por ejemplo, para protestar contra causas injustas, para defender su libertad, para asumir su responsabilidad y las consecuencias de sus acciones. Pero acude también a ella para violar el orden moral, la Ley justa, el derecho del otro; para ahogar el bien; para que prevalezca el propio capricho.

Con base en el texto anterior responda las siguientes preguntas:

3. Nosotros como seres humanos hacemos uso de la conciencia en muchas oportunidades para:
- A. Sostener nuestro orgullo.
  - B. Para protestar justas. frente a causas
  - C. Para violar el orden moral
  - D. Para violar el derecho del otro.
4. Para tener una verdadera identidad con nuestra conciencia es necesario:
- A. Estar en la intimidad reflexionando sobre nuestro ser.
  - B. En medio de una reunión familiar.
  - C. Cuando estamos solucionando un problema.
  - D. Cuando estamos jugando un partido de Fútbol.

---

## PRUEBA COMPETENCIAS CIUDADANAS

Lea detenidamente el siguiente texto

La conciliación o mediación, como estrategia de resolución de conflictos, espera crear nuevas perspectivas para analizar las disputas y a la par trabajar nuevas vías para tratar conflictos. La mediación o conciliación no se debe tener como una solución para reducir el conflicto, sino como el inicio de un gran esfuerzo para cambiar las maneras adversas de resolver los conflictos.

Con base en el texto anterior responda las siguientes preguntas:

5. Mediante la conciliación se busca

- A. Poder escuchar a las partes en conflicto
- B. Estar de acuerdo con una de las partes del conflicto desconociendo al otro.
- C. Llamar a un organismo de control de instancia superior al mediador.
- D. Dejar las cosas como están

6. Un conflicto se puede originar generalmente

- A. A nivel individual
- B. Producto de la reacción de otra persona
- C. Cuando somos claros en la comunicación
- D. Cuando nos ponemos en los zapatos del otro.

---

**PRUEBA DE QUÍMICA**

7. La atmósfera de presión estándar es la fuerza por unidad de área que ejerce una columna de mercurio de 760 mm, cuya densidad es de 13.595 g/cm<sup>3</sup>. Si la aceleración de la gravedad es de 9.8m/s<sup>2</sup>, calcule la presión de una atmósfera en kPa.

- A. 101.25kPa
- B. 201.25kPa
- C. 301.25kPa
- D. 401.25kPa 10.


8. El trabajo realizado cuando se comprime un gas en un cilindro es de 462 J. Durante el proceso hay una transferencia de calor de 128 J. Calcula el cambio de energía interna en el proceso mencionado.


- A. 334J
- B. -334J
- C. 590J
- D. -590J





# EN EL CENTRO MÉDICO QIQ MEDICAL ENCONTRARÁS

 Diagnóstico médico general

 Tratamiento para bajar de peso rápidamente

 **Fitoterapia:** Tratamiento con extracto de plantas, enfoque ayurvédico de enfermedades

 Aplicación de medicamentos naturales por piel


 Tratamiento natural de hipertensión, diabetes, migraña, ansiedad, depresión y otras enfermedades

Además, tenemos

## Zona de deporte Gondwana

En donde cada músculo y órgano de tu cuerpo encontrará un entrenamiento de peso...

### Fortalece tu cuerpo

 Entrenamiento para aumentar músculos localizados

 Aplicación de sueros especiales



 **MÁS INFORMACIÓN**

 333 2830641

 [www.qiqmedical.live](http://www.qiqmedical.live)



## Curso de ANATOMÍA HUMANA E IMPACTO EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES Y RECONOCIMIENTO DEL CUERPO

### Temarios

- Repaso anatomía
- Correlación anatomía y enfermedades
- Recorrido por nervios, músculos y huesos



**Modalidad:**

Online



**Dirigido a:**

Todo público



**Valor:**

Sin costo



**Contacto:** 3113401486



mercadeo@globalqiq.com

# 100 TRUCOS PARA EL ICFES

$A = \pi r^2$  **Truco 11**  $y - y_1 =$

**¿Cómo leer y estudiar para la Prueba Saber ICFES?**  
 Sucede en ocasiones tenemos las herramientas, pero no las usamos, esto puede suceder con los textos anteriores tenemos toda la información, pero bueno ¿cómo estudiarla?, para esta labor te recomiendo usar los esquemas mentales, con ellos podrás realizar resúmenes gráficos de lo que vas leyendo.

**Truco 12**

**Ejercito mi Memoria**  
 Algunas pautas para ayudarle a recordar:

- Si no se puede recordar algo rápidamente relajarse e intentarlo de nuevo. Para desbloquearte coloca tu mente en blanco, si deseas cierra los ojos y vuelve y arranca, parece cuando se resetea el computador.
- Hacer listas ya sea en papel o en la cabeza.
- Repetir lo que se quiere recordar.
- Leer mucho si tiene problemas para recordar palabras y mantener un diccionario cerca.

$a + 0 = a$   $ax^2 + x$

$$A = \pi r^2$$

Truco 13

$$y - y_1 =$$

### TIPS para leer más rápido:

- Concéntrate totalmente en la lectura.
- Un primer método es usar el lápiz como guía.
- No repitas cuando leas.
- Si eres auditivo es decir retienes escuchando, mejor imagina lo que vas leyendo.
- Mira toda la frase no segmentos en palabras.
- Memoriza datos claves asociándolos con elementos que conozcas.

Truco 14

### Ejercito mi Memoria

La imagen lectura es una herramienta que te permite retener más información si imaginas  $a \times x^2 +$  texto, para esto aplica lo siguiente:

- Cuando leas alguna información imagina las formas, colores, elementos de los cuales de habla la lectura esto permite fijar más la información.
- Al leer no te devuelvas, siempre lee hacia adelante, retroceder puede ocasionar que no captes la información

$$a + 0 = 0$$

$A = \pi r^2$  **Truco 15**  $y - y_1$

**¿Aprendo a resolver preguntas solo resolviendo preguntas?**

Un rotundo NO, requieres teoría y fundamentación, esto depende del entusiasmo para aprender que hayas colocado en los años de formación en el colegio.

**Truco 16**

**Un día antes del ICFES**

Si has realizado un proceso de autoformación, diario y constante no hay porque preocuparse de estudiar un día antes, puedes leer algún artículo bajado de internet, yo lo llamo LECTURAS DE DESESTRES, textos livianos no para aprender teoría a última hora sino para hacer algo como lo que realizan los atletas antes de una prueba precalentar.

Con este procedimiento esta tu cerebro en la rutina que va a ser evaluado, la Prueba SABER 11 (ICFES) es ante todo una prueba académica y hay que tener sentido académico (dedicación a estudiar) para obtener resultados.

$a + 0 = a$   $ax^2$

$$A = \pi r^2$$

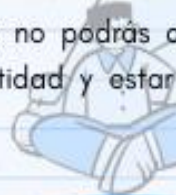
## Truco 17

$$y - y_1 =$$

### El día de la prueba

Este día es recomendable que vayas con una decisión y confianza pero producto que tu proceso de autoformación fue constante, es decir dedicaste todos los días mínimo 1 hora a tu preparación durante mínimo 5 meses.

Recuerda dormir bien un día antes, lleva lo que requieras (lápiz, borrador, tajalápiz), te recomiendo comer en el almuerzo algo liviano o sino no podrás con el sueño, lleva tu documento de identidad y estar antes de la hora.



## Truco 18

Estos métodos exigen conocerte, así que de forma rápida te invito a que imagines todo lo que lees, así aprendemos los humanos.

•

$$ax^2 +$$

$A = \pi r^2$

### Truco 19

$y - y_1 =$

#### Multiplicar por 9, o 99, o 999

Multiplicar por 9 realmente es multiplicar por 10-1.

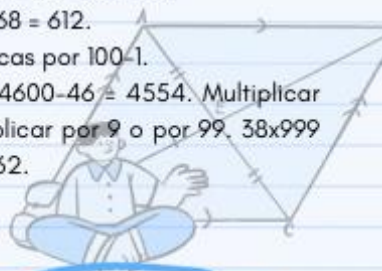
Es decir,  $9 \times 9$  es justamente  $9 \times (10-1)$  esto es  $9 \times 10 - 9$  que es  $90 - 9$  u 81.

Otro ejemplo:  $46 \times 9 = 46 \times 10 - 46 = 460 - 46 = 414$ .

Otro ejemplo más:  $68 \times 9 = 680 - 68 = 612$ .

Para multiplicar por 99, multiplicas por 100-1.

Es decir,  $46 \times 99 = 46 \times (100-1) = 4600 - 46 = 4554$ . Multiplicar por 999 es lo mismo que multiplicar por 9 o por 99.  $38 \times 999 = 38 \times (1000-1) = 38000 - 38 = 37962$ .



### Truco 20

#### Multiplicar por 11

Para multiplicar un número por 11, sumas pares de números adyacentes, excepto los de las esquinas, que se quedan igual.

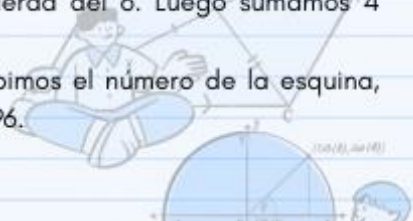
Pongamos un ejemplo: Para multiplicar 436 por 11 vamos de derecha a izquierda. Primero escribimos el 6 luego le sumamos al 6 su vecino de la izquierda, 3, y nos da 9. Escribimos el 9 a la izquierda del 6. Luego sumamos 4 más 3 y nos da 7.

Escribimos 7. Luego escribimos el número de la esquina, 4. Es decir,  $436 \times 11 = 4796$ .



$a \times 2 =$

$a + 0 = 0$





# EN QIQ UNIVERSITAS ENCONTRARÁS FORMACIÓN ¡DE ALTA CALIDAD!

Realiza nuestros Programas de formación certificados en:

- Gerencia de hospitales.
- Gerencia de empresas del sector energético.
- Guías y protocolos del Diagnóstico de cáncer para médicos generales.
- Economía circular.
- Negocios verdes.
- Inversiones en negocios verdes.
- Diplomado en Técnicas de estudio para universitarios.
- Programa en Tratamiento de cáncer a través de fitoterapia.
- Diplomado en logística avanzada.
- Programa en Desarrollo de Negocios Alternativos para generar ventas mayores a 50.000 dólares.



## ¡DIRIGIDO A PROFESIONALES!



**Informes**  
311 340 1486

**Dirección Sede Cali**  
Cra. 74 A No. 10A-64

**Sitio Web**  
[www.qiquniversitas.com](http://www.qiquniversitas.com)