

No.	Promedio de notas	Eje Noticioso	Fecha	Medio Sección	Tier
1		Food - Festividades	4/01/2015	El Mundo	Tier1

2		Food - Festividades	4/01/2015	El Mundo	Tier1
3		Premio - "Premiación a Sodexo por su gestión de activos"	4/01/2015	El Universal	Premium

4	Premio - "Premiación a Sodexo por su gestión de activos"	8/01/2015	El Universal	Premium
5	Premio - "Premiación a Sodexo por su gestión de activos"	9/01/2015	Portafolio	Premium

6	Premio - "Premiación a Sodexo por su gestión de activos"	9/01/2015	Portafolio	Premium
7	Premio - "Premiación a Sodexo por su gestión de activos"	19/01/2015	El Nuevo Siglo	Tier1

8

POSICIONAMIENTO DE MARCA

Salud/Alimentación - Del Colegio a la Universidad, ¿cómo manejar la alimentación?

14/01/2015

Publimetro

Premium

9	Salud/Alimentación - Del Colegio a la Universidad, ¿cómo manejar la alimentación?	15/01/2014	Publimetro	Premium
10	Food - Rally Dakar 2015	13/01/2015	Publimetro	Premium

11		Food - Rally Dakar 2015	13/01/2015	El País	Premium
12		Food - Rally Dakar 2015	14/01/2015	RCN Radio - Antena 2	Premium

13		Food - Rally Dakar 2015	14/01/2015	Cablenoticias	Tier 1
14		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	Caracol Radio	Premium

15		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	Portafolio	Premium
16		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	El Heraldó	Premium

17		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	ADN Bogotá	Premium
18		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	ADN Cali	Premium
19		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	ADN Medellín	Premium

20		Food - Rally Dakar 2015	16/01/2015	ADN Barranquilla	Premium
----	--	----------------------------	------------	------------------	---------

--

--

Promedio de notas	
# de Notas	20
Nota/Día	0,67

Formato	Título	Pesos	Costo US
Impreso	Después de navidad el regalo son los kilos de más	\$ 8.968.908	\$1.900

Web	Después de navidad el regalo son los kilos de más	\$ 8.160.000	\$1.900
Web	Para Sodexo	\$1.530.000	\$1.900

Impreso	Para Sodexo	\$ 1.440.000	\$1.900
Web	Premio Para Sodexo por su gestion de activos	\$ 4.524.000	\$1.900

Impreso	Premio para Sodexo por su gestión de activos	\$ 1.339.800	\$1.900
Impreso	Hechos y Noticias	\$ 678.600	\$1.900

Web	Del colegio a la universidad, aprenda a manejar la alimentación	\$ 7.100.000	\$1.900
-----	---	--------------	---------

Impreso	Del colegio a la "U", aprenda a manejar la alimentación	\$ 31.620.000	\$1.900
Web	Esto es lo que comen los pilotos del Rally Dakar	\$ 7.100.000	\$1.900

Web	La alimentación en el Dakar tiene sello especial	\$ 2.750.000	\$1.900
Web	Alimentación en el Dakar tiene sello Sodexo	\$ 3.800.000	\$1.900

Web	La alimentación en el Dakar tiene sello Sodexo	\$ 1.762.324	\$1.900
Web	La alimentación en el Rally Dakar 2015	\$ 7.579.000	\$1.900

Impreso	Sodexo, en el Dakar	\$ 1.806.750	\$1.900
Web	La alimentación en el Dakar tiene sello Sodexo	\$ 3.000.000	\$1.900

Web	Este sábado el Rally Dakar llega a su fin en Buenos Aires	\$ 1.566.000	\$1.900
Web	Este sábado el Rally Dakar llega a su fin en Buenos Aires	\$ 1.566.000	\$1.900
Web	Este sábado el Rally Dakar llega a su fin en Buenos Aires	\$ 1.566.000	\$1.900

Web	Este sábado el Rally Dakar llega a su fin en Buenos Aires	\$ 1.566.000	\$1.900
		\$ 99.423.382	Total
			Impresos
			Web
			Televisión
			Radio
			Total

E ENERO 2015

Valoracion US	Audiencia
\$4.720	120.000

\$4.295

450.000

\$805

327.000

\$758	\$98.000
\$2.381	4.800.000

\$705	407.676
\$357	42.000

\$3.737	423.073
---------	---------

\$16.642	488.400
\$3.737	423.073

\$1.447	510.000
\$2.000	250.000

\$928	50.000
\$3.989	2.235.800

\$928	407.676
\$1.579	530.000

\$1.579	894.548
\$1.579	62.447
\$1.579	56.270

\$1.579	41.109
\$41.585	12.617.072
\$45.854.058	
\$53.569.324	
\$0	
\$0	
\$99.423.382	

Link

ESTILOS DE VIDA

After Christmas, extra kilos are the gift

**Después de Navidad,
el regalo son los
kilos de más**

**Posteriormente a
disfrutar las fiestas de
Navidad y Año Nuevo
quedan algunas secuelas,
para algunos la más
frecuente es ganar peso.**

Wendy Rodríguez Gamón
Dieta y nutrición

Nuestro mundo está en una época de celebración y en cada fiesta no falta la comida y en muchos casos el licor, dos elementos que influyen a que en enero, muchos sientan remordimiento por los kilos de más que les quedaron, pues si normalmente en promedio una persona consume 2.000 calorías, en tiempo de diciembre estas pueden aumentar a las 5.000, es decir, las personas pueden subir entre tres y cinco kilos, como lo explicó la nutricionista Adriana Ruiz.

El pensamiento de muchos que ganan kilos extra es remediar lo que sucedió y para esto hay que partir con dos cosas: regular la dieta y ejercitar el cuerpo, ambas deben ser guiadas por profesionales, pues según la nutricionista, también coordinadora del Programa Nutricional de Soledad, también coordinadora de lo que se quiere, un pro-

cedimiento equivocado sólo logra desestabilizar el organismo.
La profesional hizo algunas recomendaciones generales que si se pueden tener en cuenta y que se ayudan, como evitar el exceso de alimentos precocidos, snacks, enlatados, bebidas y jugos industrializados, por su alto contenido de azúcar y sodio; incluir diariamente el consumo de verduras y hortalizas; consumir de cuatro a cinco comidas por día en cantidades no exageradas.

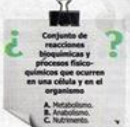
Otros consejos que puede aplicar en su diario vivir y que además le apuntan a su salud, son: elegir métodos de cocción donde no se alteren las propiedades de los alimentos, como al horno, a la parrilla, al vapor; elegir aceites vegetales y cuidar el consumo de sal.
La experta también recomendó el consumo de frutas con gran cantidad de agua como el kiwi, la piña, la manzana, el durazno, el melón, la sandía y la papaya.

Para los que ven como su mejor opción ejercitarse, las recomendaciones principales son: mantenerse hidratado y comer antes de entrenar para no agotar tan rápido las reservas de energía que pueden disminuir el rendimiento.
El consumo de agua también le ayudará con sus propósitos, tomando un promedio de ocho vasos de agua al día y sumándole el líquido de jugos, leche, café, té, sopas, entre otros que se consumen.

Estos son algunos de los consejos que puede aplicar antes de volver al profesional que lo va a orientar, pues recuerde que incluir dietas excesivas por su cuenta le puede causar malestares.

Comer despacio también le ayudará, pues mejora el metabolismo.





[http://www.elmundo.com/portal/vida/estilos de vida/despues de n
avidad el regalo son los kilos de mas.php#.VLAT-010zIV](http://www.elmundo.com/portal/vida/estilos_de_vida/despues_de_navidad_el_regalo_son_los_kilos_de_mas.php#.VLAT-010zIV)

<http://www.eluniversal.com.co/economica>

Premio a Sodexo

Sodexo, líder mundial en Servicios de Calidad de Vida, es la primera empresa outsourcing en ganar el prestigioso Premio a la Gestión de Activos, otorgado por el Instituto de Gestión de Activos, IAM, que reconoce la excelencia en la gestión física de activos e infraestructura.

Reacción

Por su parte, Juan Camilo Chaves, CEO Sodexo Colombia, expresó: "En Colombia estamos muy orgullosos de este premio, ya que ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región, de la misma manera Colombia es un modelo frente al mundo...".

<http://www.portafolio.co/negocios/sodexo-gano-premio-la-gestion-activos-del-iam>

Premio para Sodexo por su gestión de activos

Sodexo es la primera empresa outsourcing en ganar el Premio a la Gestión de Activos, del Instituto de Gestión de Activos, IAM (Institute of Asset Management), que exalta la gestión física de activos e infraestructura.

Este campo lo trabaja en diversos sectores, que abarcan el corporativo, salud, manufactura, minería y Oil & Gas. El Grupo considera esta área estratégica para aumentar los ingresos, con un 28 por ciento el año pasado.

Juan Camilo Chaves, CEO de Sodexo Colombia, expresó que el premio "ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región. Colombia es un modelo frente al mundo en la integración de servicios en las instalaciones de nuestros clientes, que van desde el mantenimiento técnico, servicios generales hasta logística interna y obras civiles, entre otros."

Hechos y Noticias

Nacional

SODEXO, LÍDER mundial en Servicios de Calidad de Vida, es la primera empresa outsourcing en ganar el Premio a la Gestión de Activos, otorgado por el Instituto de Gestión de Activos, IAM que reconoce la excelencia en la gestión física de activos e infraestructura. Sodexo, es la única empresa en Facility Management en ofrecer este tipo de servicios a nivel mundial.

<http://www.publimetro.co/vida-con-estilo/del-colegio-a-la-universidad-aprenda-a-manejar-la-alimentacion/lmkoan!Pcwr0pR8HRHM/>

Del colegio a la 'U': aprenda a manejar la alimentación

Clases. Comer mientras se está en pregrado es todo un rollo, el tiempo es limitado y no hay dinero de sobra. Le enseñamos cómo no pasar la primiparada con la comida en la universidad

Finalizar la etapa del colegio y pasar a la universidad genera una serie de cambios. Adaptarse a nuevas normas, compañeros para hacer trabajos, niveles elevados de estrés, manejo del tiempo y alimentarse a destiempo se convierten en el diario vivir de los universitarios.

Algunos de los problemas que enfrentan los jóvenes en este cambio es que en la mayoría de casos cuentan con solo 20 o 40 minutos para alimentarse. En ese tiempo deben buscar un lugar, hacer el pedido, esperar a que sirvan y, en lo que queda de tiempo, comer. También influyen factores como el ahorro del dinero del almuerzo para irse de rumba y la poca plata con la que cuentan para comer, que hacen que los estudiantes universitarios no se alimenten de una manera adecuada.

Sin embargo, un plan de alimentación saludable proporciona suficientes calorías y nutrientes para que los estudiantes desarrollen sus habilidades y rindan más en sus estudios.

La nutricionista-dietista de Sodexis, Adriana Ruiz, da algunos tips para afrontar esta nueva etapa con una nutrición equilibrada que no derive en problemas de salud.

1. Incluya todos los grupos



Es importante que no dependa su alimentación en época de estudio. Cuando está bien alimentado podrá rendir mejor en sus clases.

de alimentos en las comidas

Por ejemplo, en el desayuno deben estar presentes las bebidas lácteas, el queso o el huevo, una harina en lo posible integral, y una porción de fruta. Para el almuerzo, puede consumir proteína (carne, huevo o grano), harinas como arroz, papa, yuca o plátano, verduras, ensaladas, frutas y jugos bajos en azúcar.

2. Consuma agua frecuentemente y alimentos altos en fibra

Verduras, frutas y productos integrales deben incluirse diariamente en todas las comidas.

3. Adapte los hábitos alimenticios a los diferentes horarios de clases

Si no es posible consumir alguna de las comidas principales en el horario establecido para ello opte por consumir algo saludable—mientras logra comer como corresponde—que incluya lácteos, frutas y productos integrales como galletas.

4. Evite los ayunos prolongados entre comidas

Es importante respetar las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y comida. Esto como mínimo para mantenerse saludable.

En sus palabras

"La mala alimentación en los estudiantes que pasan del colegio a la universidad se da bien sea por los horarios de clase, por largos periodos sin ingerir alimentos o por el alto consumo de platos fáciles de preparar que se asocian con comidas rápidas"

Adriana Ruiz, nutricionista de Sodexis Colombia.

5. Consumir de 3 a 5 comidas al día

Esto ayuda a mantener el metabolismo en movimiento y evitará que usted suba de peso. Prepare refrigerios saludables para largas jornadas de

estudio, como por ejemplo un emparedado de pollo o frutas secas como maní.

MÓNICA GARZÓN
mgarzon@publimetro.co

Comida sana para estudiantes sin gastar un dineral

Si el problema es de dinero, tranquilo, la nutricionista Adriana Ruiz recomienda estas opciones de comida de bajo costo, para quienes apenas inician sus estudios universitarios

Desayuno

- **Opción 1:** Porción de fruta, taza de queso y galletas integrales.
- **Opción 2:** Cereal con leche y fruta.
- **Opción 3:** Tostadas de pan integral con jugo natural o porción de fruta.



Almuerzo

- **Opción 1:** Ensalada de pollo con vegetales y/o fruta, pan integral o agua pura.
- **Opción 2:** Wrap de pollo con vegetales y jugo natural o agua pura y fruta.
- **Opción 3:** Emparedado de pollo con vegetales, jugo natural o agua pura y fruta.



Cena

- **Opción 1:** Sándwich de pan integral con jamón y queso con una bebida natural.
- **Opción 2:** Avena con galletas.
- **Opción 3:** Yogur con fruta.



<http://www.publimetro.co/vida-con-estilo/esto-es-lo-que-comen-los-pilotos-del-rally-dakar/lmkoah!hedsHkYchpUis/>

<http://www.elpais.com.co/elpais/deportes/noticias/rally-dakar-2015-dominio-total-mini-autos-coma-mantiene-liderato-motos>

<http://www.antena2.com.co/noticias/alimentaci-n-en-el-dakar-tiene-sello-sodexo-78197>

http://www.cablenoticias.tv/vernoticia.asp?titulo=La-alimentacion-en-el-Dakar-tiene-sello-Sodexo&WPLACA=35192&utm_content=buffer715d3&utm_medium=social&utm_source=twitter.com&utm_campaign=buffer

<http://www.caracol.com.co/noticias/salud/la-alimentacion-en-el-rally-dakar-2015/20150114/nota/2587640.aspx>



SODEXO, EN EL DAKAR

Detrás de la edición 36 del Rally Dakar que culmina mañana, en la que corredores se ponen a prueba en tierras argentinas, bolivianas y chilenas, la multinacional Sodexo desplegó su servicio de alimentación en más de 9.000 kilómetros de competencia. La Amaury Sport Organization (ASO) seleccionó a la compañía por séptimo año consecutivo. Atendió diariamente a 2.500 personas presentes en el recorrido. Para la compañía esta prueba de confianza es testimonio de la experiencia y del despliegue logístico para dar respuestas efectivas en sitios extremos. También prestó servicios de lavandería. Para el Dakar, dispuso 80 colaboradores y un equipo que se compone de seis camiones convertidos en neveras móviles para entregar más de 28.000 desayunos, 21.000 colaciones, 18.000 almuerzos y 32.000 cenas. La estrategia también tuvo en cuenta el cuidado con la preservación de sitios arqueológicos y paleontológicos considerados como sensibles, tratamiento apropiado a las basuras en las zonas donde acampó, plan de reciclaje de residuos sólidos y manejo adecuado de desechos. Además, se usan platos, vasos y cubiertos desechables y biodegradables.

<http://www.elheraldo.co/deportes/el-dakar-no-se-termina-hasta-despues-del-podio-al-attiyah-180776>

<http://diarioadn.co/deportes/a-motor/cierre-rally-dakar-2015-1.139905>

<http://diarioadn.co/deportes/a-motor/cierre-rally-dakar-2015-1.139905>

<http://diarioadn.co/deportes/a-motor/cierre-rally-dakar-2015-1.139905>

<http://diarioadn.co/deportes/a-motor/cierre-rally-dakar-2015-1.139905>

Pantallazo

ESTILOS DE VIDA

After Christmas, extra kilos are the gift

Después de Navidad, el regalo son los kilos de más

Posteriormente a disfrutar las fiestas de Navidad y Año Nuevo quedan algunas secuelas, para algunos la más frecuente es ganar peso.

Wendy Restrepo Gamín
@wrestgamin
Entrenamiento@elmucho.com

Navidad es una época de celebración y en cada fiesta no falta la comida y en muchos casos el licor, dos elementos que influyen a que, en enero, muchos sientan remordimiento por los kilos de más que les quedaron, pues si normalmente en promedio una persona consume 2.000 calorías, en tiempo decembrino estas pueden aumentar a las 5.000, es decir, las personas pueden sumar entre tres y cinco kilos, como lo explicó la nutricionista Adriana Ruiz.

El pensamiento de muchos que ganaron kilos entra es remediar lo que sucedió y para esto hay que partir con dos cosas: regular la dieta y ejercitar el cuerpo, ambas deben ser guiadas por profesionales, pues según la nutricionista, también coordinadora del Programa Nutricional de Sodexo Colombia, "lejos de lo que se quiere, un profesional equivocado sólo logra desestabilizar el organismo".

La profesional hizo algunas recomendaciones generales que si se pueden tener en cuenta y que le ayudarán, como evitar el exceso de alimentos procesados, snacks, enlatados, bebidas y jugos industrializados, por su alto contenido de azúcar y sodio; incluir diariamente el consumo de verduras y hortalizas; consumir de cuatro a cinco comidas por día en cantidades no exageradas.

Otros consejos que puede aplicar en su diario vivir y que además le apostarán a su salud, son: elegir métodos de cocción donde no se alteren las propiedades de los alimentos, como al horno, a la parrilla, al vapor; elegir aceites vegetales y cuidar el consumo de sal.

La experta también recomendó el consumo de frutas con gran cantidad de agua como el kiwi, la piña, la mandarina, el durazno, el melón, la sandía y la papaya.

Para los que ven como su mejor opción ejercitarse, las recomendaciones principales son mantenerse hidratado y comer antes de entrenar para no agotar tan rápido las reservas de energía que pueden disminuir el rendimiento.

El consumo de agua también le ayudará con sus propósitos, tomando un promedio de ocho vasos de agua al día y sumándole el líquido de jugos, leche, café, té, sopas, entre otros que se consumen.

Estos son algunos de los consejos que puede aplicar antes de visitar al profesional que lo va a orientar, pues recuerde que iniciar dietas excesivas por su cuenta le puede causar molestias.

Comer despacio también le ayudará, pues mejora el metabolismo.

Gamín

Conjunto de reacciones bioquímicas y procesos físicos que ocurren en una célula y en el organismo

A. Metabolismo.
B. Metabolismo.
C. Nutrientes.



Estilos de vida

After Christmas, extra kilos are the gift
Después de Navidad, el regalo son los kilos de más
Autor: Wendy Margarita Restrepo Guzmán
4 de Enero de 2015

Posteriormente a disfrutar las fiestas de Navidad y Año Nuevo quedan algunas secuelas, para algunos la más frecuente es ganar peso.



@Wendyneg



Foto: Cortesía

Comer despacio también le ayudará, pues mejora el metabolismo.

propiedades de los alimentos, como al horno, a la parrilla, al vapor, elegir aceites vegetales y cuidar el consumo de sal.

La experta también recomendó el consumo de frutas con gran cantidad de agua como el kiwi, la piña, la manzana, el durazno, el melón, la sandía y la papaya.

Para los que ven como su mejor opción ejercitarse, las recomendaciones principales son mantenerse hidratado y comer antes de entrenar para no agotar tan rápido las reservas de energía que pueden disminuir el rendimiento.

El consumo de agua también le ayudará con sus propósitos, tomando un promedio de ocho vasos de agua al día y sumándole el líquido de jugos, leche, café, té, tónicos, entre otros que se consumen.

Estos son algunos de los consejos que puede aplicar antes de visitar al profesional que lo va a orientar, pues recuerde que iniciar dietas excesivas por su cuenta le puede causar malestares.

Navidad es una época de celebración y en cada fiesta no falta la comida y en muchos casos el licor, dos elementos que influyen a que en enero, muchos sientan remordimiento por los kilos de más que les quedaron, pues si normalmente en promedio una persona consume 2.000 calorías, en tiempo decimonino estas pueden aumentar a las 5.000, es decir, las personas pueden subir entre tres y cinco kilos, como lo explicó la nutricionista Adriana Ruiz.

El pensamiento de muchos que ganaron kilos extras es remediar lo que sucedió y para esto hay que partir con dos cosas: regular la dieta y ejercitar el cuerpo, ambas deben ser guiadas por profesionales, pues según la nutricionista, también coordinadora del Programa Nutricional de Sodexo Colombia, "lejos de lo que se quiere, un procedimiento equivocado sólo logra desestabilizar el organismo".

La profesional hizo algunas recomendaciones generales que si se pueden tener en cuenta y que le ayudarán, como evitar el exceso de alimentos precocidos, snacks, enlatados, bebidas y jugos industrializados, por su alto contenido de azúcar y sodio; incluir diariamente el consumo de verduras y hortalizas, consumir de cuatro a cinco comidas por día en cantidades no exageradas.

Otros consejos que puede aplicar en su diario vivir y que además le aportarán a su salud, son: elegir métodos de cocción donde no se alteren las



Mundo deportivo
"El objetivo es el Tour y el rival más fuerte, Contador", dijo Nairo Quintana
El ciclista declaró que el "objetivo principal" para esta temporada es el Tour de Francia y aseguró que el rival más fuerte a día de hoy es el español Alberto Contador. ver más

Ciencia
Descubren planetas en zona posiblemente habitable
En una zona donde podría haber vida, la Misión Kepler descubrió unos planetas que tiene características similares a la Tierra. Hasta ahora se han encontrado 1.000 planetas. ver más



CUÉNTANOS TU EVENTO
Si en tu cuadra, en tu barrio, en tu unidad o en tu universidad están organizando algún evento y quieres que la ciudad lo sepa, cuéntanos.

ECONOTAS



8 de Enero de 2015

PARA SODEXO

Sodexo, líder mundial en Servicios de Calidad de Vida, es la primera empresa outsourcing en ganar el prestigioso Premio a la Gestión de Activos, otorgado por el Instituto de Gestión de Activos, IAM (Institute of Asset Management) que reconoce la excelencia en la gestión física de activos e infraestructura.



ECONOTAS



8 de Enero de 2015

REACCIÓN

Por su parte, Juan Camilo Chaves, CEO Sodexo Colombia, expresó: "en Colombia estamos muy orgullosos de este premio ya que ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región, de la misma manera Colombia es un modelo frente al mundo...".



Premio a Sodexo

Sodexo, líder mundial en Servicios de Calidad de Vida, es la primera empresa outsourcing en ganar el prestigioso Premio a la Gestión de Activos, otorgado por el Instituto de Gestión de Activos, IAM, que reconoce la excelencia en la gestión física de activos e infraestructura.

Reacción

Por su parte, Juan Camilo Chaves, CEO Sodexo Colombia, expresó: "En Colombia estamos muy orgullosos de este premio, ya que ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región, de la misma manera Colombia es un modelo frente al mundo...".

Acciones	CNEC	+3.74%	ISA	+1.25%	ICOLCAP	0.00%	PFAVI
Mis acciones	\$4,710.00		\$8,100.00		\$14,450.00		\$3,630

Premio para Sodexo por su gestión de activos

Enero 8 de 2015 - 8:25 pm

[in Share](#) 1 [f Compartir](#) [Twitter](#) 3 [Enviar](#) [Comentarios](#) 0

[Recomendar](#) 22 personas recomiendan esto.



Juan Camilo Chaves, CEO de Sodexo Colombia, expresó que el premio "ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región".
Foto: Archivo particular

Es la primera empresa outsourcing en ganar el Premio a la Gestión de Activos, del Instituto de Gestión de Activos, IAM (Institute of Asset Management), que exalta la gestión física de activos e infraestructura.

Este campo lo trabaja en diversos sectores, que abarcan el corporativo, salud, manufactura, minería y Oil & Gas.

El Grupo considera esta área estratégica para aumentar los ingresos, con un 28 por ciento el año pasado.

Juan Camilo Chaves, CEO de Sodexo Colombia, expresó que el premio "ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región".

"Colombia es un modelo frente al mundo en la integración de servicios en las instalaciones de nuestros clientes, que van desde el mantenimiento técnico, servicios generales hasta logística interna y obras civiles, entre otros", aseguró.

Premio para Sodexo por su gestión de activos

Sodexo es la primera empresa outsourcing en ganar el Premio a la Gestión de Activos, del Instituto de Gestión de Activos, IAM (Institute of Asset Management), que exalta la gestión física de activos e infraestructura.

Este campo lo trabaja en diversos sectores, que abarcan el corporativo, salud, manufactura, minería y Oil & Gas. El Grupo considera esta área estratégica para aumentar los ingresos, con un 28 por ciento el año pasado.

Juan Camilo Chaves, CEO de Sodexo Colombia, expresó que el premio "ratifica el gran trabajo que venimos desarrollando en los países de la región. Colombia es un modelo frente al mundo en la integración de servicios en las instalaciones de nuestros clientes, que van desde el mantenimiento técnico, servicios generales hasta logística interna y obras civiles, entre otros."

Hechos y Noticias

Nacional

SODEXO, LÍDER mundial en Servicios de Calidad de Vida, es la primera empresa outsourcing en ganar el Premio a la Gestión de Activos, otorgado por el Instituto de Gestión de Activos, IAM que reconoce la excelencia en la gestión física de activos e infraestructura. Sodexo, es la única empresa en Facility Management en ofrecer este tipo de servicios a nivel mundial.

Del colegio a la 'U': aprenda a manejar la alimentación

Clases. Comer mientras se está en pregrado es todo un rollo, el tiempo es limitado y no hay dinero de sobra. Le enseñamos cómo no pasar la primiparada con la comida en la universidad

Finalizar la etapa del colegio y pasar a la universidad genera una serie de cambios. Adaptarse a nuevas normas, compañeros para hacer trabajos, niveles elevados de estrés, manejo del tiempo y alimentarse a destiempo se convierten en el diario vivir de los universitarios.

Algunos de los problemas que enfrentan los jóvenes en este cambio es que en la mayoría de casos cuentan con solo 20 o 40 minutos para alimentarse. En ese tiempo deben buscar un lugar, hacer el pedido, esperar a que sirvan y, en lo que queda de tiempo, comer. También influyen factores como el ahorro del dinero del almuerzo para irse de rumba y la poca plata con la que cuentan para comer, que hacen que los estudiantes universitarios no se alimenten de una manera adecuada.

Sin embargo, un plan de alimentación saludable proporciona suficientes cantidades y nutrientes para que los estudiantes desarrollen sus habilidades y rindan más en sus estudios.

La nutricionista-dietista de Sodexo, Adriana Ruiz, da algunos tips para afrontar esta nueva etapa con una nutrición equilibrada que no perjudique en problemas de salud.

1. Incluya todos los grupos



Es importante que no descuide su alimentación en época de estudio. Cuando está bien alimentado podrá rendir mejor en sus clases. (Foto: iStockphoto)

de alimentos en las comidas

Por ejemplo, en el desayuno deben estar presentes las bebidas lácteas, el queso o el huevo, una barrita en lo posible integral, y una porción de fruta. Para el almuerzo, puede consumir proteína (carne, huevo o granos), harinas como arroz, papa, yuca o plátano, verduras, ensaladas, frutas y jugos bajos en azúcar.

2. Consuma agua frecuentemente y alimentos altos en fibra

Verduras, frutas y productos integrales deben incluirse diariamente en todas las comidas.

3. Adapte los hábitos alimenticios a los diferentes horarios de clases

Si no es posible consumir alguna de las comidas principales en el horario establecido para ello, opte por consumir algo saludable—mientras logra comer como corresponde—que incluya lácteos, frutas y productos integrales como galletas.

4. Evite los ayunos prolongados entre comidas

Es importante respetar las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y comida. Esto como mínimo para mantenerse saludable.

En sus palabras

"La mala alimentación en los estudiantes que pasan del colegio a la universidad se da bien sea por los horarios de clase, por largos períodos sin ingerir alimentos o por el alto consumo de platos fáciles de preparar que se asocian con comidas rápidas"

Adriana Ruiz, nutricionista de Sodexo Colombia.

5. Consumir de 3 a 5 comidas al día

Esto ayuda a mantener el metabolismo en movimiento y evitará que usted suba de peso. Prepare refrigerios saludables para largas jornadas de

estudio, como por ejemplo un emparedado de pollo o frutos secos como nueces.

MÓNICA GARCÓN
mónica.garcon@publimetro.co

Comida sana para estudiantes sin gastar un dineral

Si el problema es de dinero, tranquilo, la nutricionista Adriana Ruiz recomienda estas opciones de comida de bajo costo, para quienes apenas inician sus estudios universitarios

Desayuno

- **Opción 1:** Porción de fruta, lácteos de queso y galletas integrales.
- **Opción 2:** Cereal con leche y fruta.
- **Opción 3:** Pastel de pollo, jugo natural o porción de fruta.



Almuerzo

- **Opción 1:** Ensalada de pollo con vegetales y fruta, pan rajado en cuadros y jugo natural o agua pura.
- **Opción 2:** Wrap de pollo con verduras y jugo natural o agua pura y fruta.
- **Opción 3:** Emparedado de pollo con vegetales, jugo natural o agua pura y fruta.



Cena

- **Opción 1:** Sándwich de pan integral con jamón y queso con una bebida natural.
- **Opción 2:** Avena con galletas.
- **Opción 3:** Yogur con fruta.



publimetro

Septimazo navideño
Por: Estuardo Ariza (@arizaviv)



Home - Lo último - Tecnología - PubliSport - Vida - Showbiz - Opinión



Esto es lo que comen los pilotos del Rally Dakar

ACTUALIZADO Hoy 17:20 h.

PUBLICADO 8 Ene

PUBLIMETRO

Descargar

Twitter

Facebook

Compartir

ENLACES

De qué se alimenta un piloto en Rally Dakar

El Rally Dakar está cerca de llegar a su fin. A pesar de que es una de las competencias...

Rally Dakar 2014: Toda una odisea

Los colombianos tomaron la partida en el Rally Dakar 2015

Si usted se ha preguntado alguna vez que comen la mayoría de los deportistas, aquí le contamos como se alimentan quienes están en el Rally Dakar.

Según datos suministrados por la compañía Sodexo el proveedor de alimentos para esta carrera, cada piloto debe consumir aproximadamente 4000 y 5000 gramos de comida por día pensando en estas cifras en el menú se incluyen alimentos para deportistas de alto rendimiento, aquellos que proporcionen energía y que a su vez les permitan mantener una dieta equilibrada.

Este año se quiso dar énfasis a la riqueza cultural de cada país es por eso que en cada uno de los campamentos ofrecen comida típica de donde se encuentran.

Los **desayunos** están compuestos con alimentos con altas calorías, largos trozos de pan y de fruta. A la salida se les entrega a los pilotos colaciones: barras de cereal, frutas deshidratadas, quesos y ensaladas en conserva.

Durante la hora del **almuerzo** se sirve una variada línea de pastas, arroz y carnes a la parrilla debido a que son una gran fuente de carbohidratos para que los pilotos recuperen la energía que pierden durante la competencia.

La **cena** está compuesta de variadas sopas naturales, ensaladas, pastas, quesos, frutas y postres. Para los pilotos que se retrasan durante el recorrido tienen a disposición un menú de snacks, pizza, sándwich, pollo caliente y mini empanadas.

La alimentación en el Dakar tiene sello Sodexo

Fecha publicación: 14/Ene/2015 3:28:29 PM

[Tweet](#) 0 [Share](#) 0 [Email](#) 0 [ShareThis](#) [New](#) [Me gusta](#) 0 [+1](#) 0



- El 4 de enero del 2015 comenzó la edición 36 del Rally Dakar y por séptimo año consecutivo Sodexo será el proveedor oficial de la alimentación de esta exigente competencia.

La edición 36 de la carrera más exigente del mundo, el Rally Dakar, se realiza del 4 al 17 de enero, y pasará por tierras argentinas, bolivianas y chilenas. En los más de 9.000 kilómetros que van a recorrer los competidores por estos tres países tendrán que encontrar su ritmo para ajustarse a las variaciones de las inclementes condiciones en los inhóspitos terrenos que transitarán.

En esta exigente competencia se debe cuidar cada detalle. La nutrición juega un papel trascendental en el rendimiento de los corredores. Es por esto que, la Amaury Sport Organization (ASO) selecciona por séptimo año consecutivo a Sodexo, líder en la prestación de Servicios de Calidad de Vida, para ser el proveedor oficial de los Servicios de Alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes a lo largo del recorrido. Esta prueba de confianza, es testimonio de la experiencia y del despliegue logístico de la compañía para dar respuestas efectivas en sitios extremos.

Para ofrecer estos servicios en lugares remotos como en el caso del Dakar, se dispone de un equipo humano compuesto por 80 colaboradores, prestos a atender cualquier requerimiento las 24 horas del día y los todos días de la competencia. Además se contemplan recursos técnicos: 6 camiones convertidos en neveras móviles que sirven para entregar más de 26 mil desayunos, 21 mil colaciones, 18 mil almuerzos y 32 mil cenas.

Sin embargo, este desafío logístico, ligado al tema de Calidad de Vida va más allá de la alimentación, también compromete el uso y el cuidado del medio ambiente. Desde la compañía se tiene especial cuidado con la preservación de sitios arqueológicos y paleontológicos considerados como sensibles, tratamiento apropiado a las basuras en las zonas donde acampan, plan de reciclaje de residuos sólidos y manejo adecuado de desechos. Además, se usan platos, vasos y cubiertos 90% desechable y productos 100% biodegradables.

"Sodexo se hace presente para asegurar un poco de comodidad frente a la adversidad a deportistas, periodistas y equipo de apoyo, pues se necesita aparte de una alimentación de calidad, una sonrisa, buena actitud y el deseo de ir más allá de lo que se espera para que los participantes puedan relajarse y disfrutar de un agradable momento de alimentación, incluso en el desierto, cuando el calor es mayor a 35° C," aseguró Juan Pablo Castillo, Gerente de Mercado y Estrategia de Sodexo Colombia. Además de la alimentación también se ofrece atención personalizada a los corredores y servicio de lavandería con entrega en muy poco tiempo.

Selbst

La alimentación en el Rally Dakar 2015

● 中国书画函授大学肇庆分校

La edición 36 de la carrera más exigente del mundo, el Rally Dakar, se realiza del 4 al 17 de enero, y pasará por tierras

Sanamente | 14 de febrero de 2013



prestación de Servicios de Calidad de Vida, para ser el proveedor oficial de los Servicios de Alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes a lo largo del recorrido.

Esta prueba de confianza, es testimonio de la experiencia y del despliegue logístico de la compañía para dar respuestas efectivas en sitios extremos.

Para ofrecer estos servicios en lugares remotos como en el caso del Dakar, se dispone de un equipo humano compuesto por 80 colaboradores, prestos a atender cualquier requerimiento las

24 horas del día y los todos días de la competencia. Además se contemplan recursos técnicos: 6 camiones convertidos en neveras móviles que sirven para entregar más de 28 mil desayunos, 21 mil colaciones, 18 mil almuerzos y 32 mil cenas.

Sin embargo, este desafío logístico, ligado al tema de Calidad de Vida va más allá de la alimentación, también compromete el uso y el cuidado del medio ambiente. Desde la compañía se tiene especial cuidado con la preservación de sitios arqueológicos y paleontológicos considerados

Además, se usan platos, vasos y cubiertos 90% desechable y productos 100% biodegradables.

*Sodexo se hace presente para asegurar un poco de comodidad frente a la adversidad a deportistas, periodistas y equipo de apoyo, pues se necesita aparte de una alimentación de calidad, una sonrisa, buena actitud y el deseo de ir más allá de lo que se espera para que los

participantes puedan relajarse y disfrutar de un agradable momento de alimentación, incluso en el desierto, cuando el calor es mayor a 35° C aseguró Juan Pablo Castillo, Gerente de Mercadeo y Estrategia de Sodexo Colombia.

Además de la alimentación también se ofrece atención personalizada a los corredores y servicio de lavandería con entrega en muy poco tiempo.

Con Información del: *Área comunicación corporativa*

PUBLISHED

LEA SOBRE OTROS TEMAS



DESTACADOS

zuecos vacantes	a escuchados	a botas
No habrá una paz armada: Óscar Naranjo		1
Resumen * am / Víctimas de Antioquia destacan silencio de Santos		2
Audió 6 am Hoy por Hoy del 12 de enero (6 am * am)		3
Creo que empieza la recta final del proceso de paz: Roy Barrientes		4
Gobierno panameño asegura que no está escuchando a María del Pilar Hurtado		5



**SODEXO,
EN EL
DAKAR**

Detrás de la edición 36 del Rally Dakar que culmina mañana, en la que corredores se ponen a prueba en tierras argentinas, bolivianas y chilenas, la multinacional Sodexo desplegó su servicio de alimentación en más de 9.000 kilómetros de competencia. La Amaury Sport Organization (ASO) seleccionó a la compañía por séptimo año consecutivo. Atendió diariamente a 2.500 personas presentes en el recorrido. Para la compañía esta prueba de confianza es testimonio de la experiencia y del despliegue logístico para dar respuestas efectivas en sitios extremos. También presto servicios de lavandería. Para el Dakar, dispuso 80 colaboradores y un equipo que se compone de seis camiones convertidos en neveras móviles para entregar más de 28.000 desayunos, 21.000 colaciones, 18.000 almuerzos y 32.000 cenas. La estrategia también tuvo en cuenta el cuidado con la preservación de sitios arqueológicos y paleontológicos considerados como sensibles, tratamiento apropiado a las basuras en las zonas donde acampó, plan de reciclaje de residuos sólidos y manejo adecuado de desechos. Además, se usan platos, vasos y cubiertos desechables y biodegradables.

EL HERALDO.CO

HOME LOCAL REGIONAL DEPORTES ECONOMÍA ENTERTAINMENT JUSTICIA MEDICINA PAÍS Y MUNDO

Deportes 10 de mayo de 2020 12:00

"El Dakar no se termina hasta después del podio": Al-Attiyah



6 Comentarios

Más noticias del Rally Dakar y datos sobre la alimentación de los participantes.

El piloto Nasser Al-Attiyah (Libia), que lleva una ventaja de 20:51 sobre su más cercano oponente de la prueba, declaró en su perfil de Twitter que se trata de una gran victoria.

"Hoy, finalmente podemos decir que es una etapa muy difícil y muy rápida. Los competidores han estado en el límite, pero la mayoría de los equipos han estado en el límite. Hoy, finalmente podemos decir que es una etapa muy difícil y muy rápida. Los competidores han estado en el límite, pero la mayoría de los equipos han estado en el límite."

"El que gana el Dakar no gana el Dakar, pero el Dakar es así. Hoy que vamos a ganar el Dakar, lo vamos a ganar en el momento en que vamos a ganar el Dakar. El Dakar no se termina hasta después del podio, así que."

Más noticias del Rally Dakar

Paseo del rally Dakar no será sólo un espectáculo



El paseo del rally Dakar por territorio boliviano los próximos 10 y 11 de enero se presentará "fregado" por la gran cantidad de los seguidores por los que atraerá la competencia, informó el MTC boliviano.

Los espectadores bolivianos de fútbol, fútbol y de la cultura y turismo deportivo, en un momento, que los sitios arqueológicos, ubicados a grandes distancias del evento, no sufrirá ningún daño.

La competencia automovilística atravesó la semana pasada zonas de los departamentos andinos de Potosí y Oruro tanto en la categoría de coches como en las de motos y camión.

"Un evento y actividades deportivas que atraen a los visitantes por los visitantes, espectadores y competidores, por los visitantes", afirmó la sede.

La alimentación en el Dakar tiene seis bases

Algunos datos de la gestión de Sodexo

80 COLABORADORES

6 CAMIONES

28.000 desayunos, 21.000 colaciones, 18.000 almuerzos y 32.000 cenas

Amaury Sport Organization (ASO) seleccionó por séptimo año consecutivo a Sodexo, para ser el proveedor oficial de los servicios de alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes en el sitio del evento.

Para ofrecer estos servicios en lugares remotos como en el caso del Dakar, se dispone de un equipo humano compuesto por 80 colaboradores, divididos en 6 equipos, repartidos en 24 horas del día y los otros días de la competencia. Además se cuentan recursos técnicos: 6 camiones convertidos en neveras móviles que están para entregar más de 28 mil desayunos, 21 mil colaciones, 18 mil almuerzos y 32 mil cenas.

La empresa tiene especial cuidado con la preservación de sitios arqueológicos y paleontológicos considerados como sensibles. Tratamiento apropiado a las basuras en las zonas donde acampen, plan de reciclaje de residuos sólidos y manejo adecuado de desechos. Además, se usan platos, vasos y cubiertos desechables y biodegradables. 100% biodegradables.

ESTE SÁBADO EL RALLY DAKAR LLEGA A SU FIN EN BUENOS AIRES

Por REDACCIÓN (Buenos Aires) - Home / 11:03 AM



El Dakar 2015 tiene lugar entre el 4 y el 17 de enero y se disputará en Argentina, Chile y Bolivia.

LUEGO DE 14 DÍAS DE DESTREZA RECORRIENDO ARGENTINA, CHILE Y BOLIVIA, LLEGA EL CIERRE.

La edición 36 de la carrera más exigente del mundo, el Rally Dakar, termina este sábado 17 de enero, y pasará por tierras argentinas, bolivianas y chilenas. En los más de 9.000 kilómetros que recorrieron los competidores por estos tres países debieron encontrar su ritmo para ajustarse a las variaciones de las inclementes condiciones en los inhóspitos terrenos que transitaron.

Para el Dakar 2015, el equipo Dakar Café de Colombia inició con dos vehículos en la categoría auto t1 en competencia. Sin embargo, la tripulación del manzafita Mauricio Salazar, copiloto del francés Philippe Krebsberber, abandonó el Dakar 2015 tras quedar atrapada en las dunas del final de la cuarta etapa.

Uno de los factores determinantes durante esta exigente competencia es la nutrición, por lo que la Amaury Sport Organization (ASO) seleccionó por séptimo año consecutivo a Sodexo para ser el proveedor oficial de los Servicios de Alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes a lo largo del recorrido, en donde se usan platos, vasos y cubiertos 100 por ciento biodegradables.

Además de la alimentación también se ofrece atención personalizada a los corredores y servicio de lavandería, con el fin de que los corredores y su equipo técnico logren cumplir este ambicioso reto satisfactoriamente.

Buenos Aires será el final del rally Dakar 2015, ciudad donde partieron los corredores el pasado 4 de enero, en un recorrido que los llevó por el desierto chileno de Atacama, el salar boliviano de Uyuni y las ciudades argentinas de Salta, Termas Río Hondo, Rosario entre otras.

ESTE SÁBADO EL RALLY DAKAR LLEGA A SU FIN EN BUENOS AIRES

Por REDACCIÓN (Buenos Aires) - Home / 11:03 AM



El Dakar 2015 tiene lugar entre el 4 y el 17 de enero y se disputará en Argentina, Chile y Bolivia.

LUEGO DE 14 DÍAS DE DESTREZA RECORRIENDO ARGENTINA, CHILE Y BOLIVIA, LLEGA EL CIERRE.

La edición 36 de la carrera más exigente del mundo, el Rally Dakar, termina este sábado 17 de enero, y pasará por tierras argentinas, bolivianas y chilenas. En los más de 9.000 kilómetros que recorrieron los competidores por estos tres países debieron encontrar su ritmo para ajustarse a las variaciones de las inclementes condiciones en los inhóspitos terrenos que transitaron.

Para el Dakar 2015, el equipo Dakar Café de Colombia inició con dos vehículos en la categoría auto t1 en competencia. Sin embargo, la tripulación del manzafita Mauricio Salazar, copiloto del francés Philippe Krebsberber, abandonó el Dakar 2015 tras quedar atrapada en las dunas del final de la cuarta etapa.

Uno de los factores determinantes durante esta exigente competencia es la nutrición, por lo que la Amaury Sport Organization (ASO) seleccionó por séptimo año consecutivo a Sodexo para ser el proveedor oficial de los Servicios de Alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes a lo largo del recorrido, en donde se usan platos, vasos y cubiertos 100 por ciento biodegradables.

Además de la alimentación también se ofrece atención personalizada a los corredores y servicio de lavandería, con el fin de que los corredores y su equipo técnico logren cumplir este ambicioso reto satisfactoriamente.

Buenos Aires será el final del rally Dakar 2015, ciudad donde partieron los corredores el pasado 4 de enero, en un recorrido que los llevó por el desierto chileno de Atacama, el salar boliviano de Uyuni y las ciudades argentinas de Salta, Termas Río Hondo, Rosario entre otras.

ESTE SÁBADO EL RALLY DAKAR LLEGA A SU FIN EN BUENOS AIRES

Por REDACCIÓN (Buenos Aires) - Home / 11:03 AM



El Dakar 2015 tiene lugar entre el 4 y el 17 de enero y se disputará en Argentina, Chile y Bolivia.

LUEGO DE 14 DÍAS DE DESTREZA RECORRIENDO ARGENTINA, CHILE Y BOLIVIA, LLEGA EL CIERRE.

La edición 36 de la carrera más exigente del mundo, el Rally Dakar, termina este sábado 17 de enero, y pasará por tierras argentinas, bolivianas y chilenas. En los más de 9.000 kilómetros que recorrieron los competidores por estos tres países debieron encontrar su ritmo para ajustarse a las variaciones de las inclementes condiciones en los inhóspitos terrenos que transitaron.

Para el Dakar 2015, el equipo Dakar Café de Colombia inició con dos vehículos en la categoría auto t1 en competencia. Sin embargo, la tripulación del manzafita Mauricio Salazar, copiloto del francés Philippe Krebsberber, abandonó el Dakar 2015 tras quedar atrapada en las dunas del final de la cuarta etapa.

Uno de los factores determinantes durante esta exigente competencia es la nutrición, por lo que la Amaury Sport Organization (ASO) seleccionó por séptimo año consecutivo a Sodexo para ser el proveedor oficial de los Servicios de Alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes a lo largo del recorrido, en donde se usan platos, vasos y cubiertos 100 por ciento biodegradables.

Además de la alimentación también se ofrece atención personalizada a los corredores y servicio de lavandería, con el fin de que los corredores y su equipo técnico logren cumplir este ambicioso reto satisfactoriamente.

Buenos Aires será el final del rally Dakar 2015, ciudad donde partieron los corredores el pasado 4 de enero, en un recorrido que los llevó por el desierto chileno de Atacama, el salar boliviano de Uyuni y las ciudades argentinas de Salta, Termas Río Hondo, Rosario entre otras.

ESTE SÁBADO EL RALLY DAKAR LLEGA A SU FIN EN BUENOS AIRES

11:53 am



El Dakar 2015 tiene lugar entre el 4 y el 17 de enero y se disputará en Argentina, Chile y Bolivia.

LUEGO DE 14 DÍAS DE DESTREZA RECORRIENDO ARGENTINA, CHILE Y BOLIVIA, LLEGA EL CIERRE.

La edición 36 de la carrera más exigente del mundo, el Rally Dakar, termina este sábado 17 de enero, y pasará por tierras argentinas, bolivianas y chilenas. En los más de 9.000 kilómetros que recorrieron los competidores por estos tres países debieron encontrar su ritmo para ajustarse a las variaciones de las inclementes condiciones en los inhóspitos terrenos que transitaron.

Para el Dakar 2015, el equipo Dakar Café de Colombia inició con dos vehículos en la categoría auto T1 en competencia. Sin embargo, la tripulación del manzallista Mauricio Salazar, copiloto del francés Philippe Kriesberber, abandonó el Dakar 2015 tras quedar atrapado en las dunas del final de la cuarta etapa.

Uno de los factores determinantes durante esta exigente competencia es la nutrición, por lo que la Amsury Sport Organization (ASO) seleccionó por séptimo año consecutivo a Sodexo para ser el proveedor oficial de los Servicios de Alimentación y atender diariamente a 2.500 personas presentes a lo largo del recorrido, en donde se usan platos, vasos y cubiertos 100 por ciento biodegradables.

Además de la alimentación también se ofrece atención personalizada a los corredores y servicio de lavandería, con el fin de que los corredores y su equipo técnico logren culminar este ambicioso reto satisfactoriamente.

Buenos Aires será el final del rally Dakar 2015, ciudad desde donde partieron los corredores el pasado 4 de enero, en un recorrido que los llevó por el desierto chileno de Atacama, el salar boliviano de Uyuni y las ciudades argentinas de Salta, Termas Río Hondo, Rosario entre otras.