



Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



PREPÁRATE PARA UN
CICLO ESCOLAR EXITOSO
PÁGS. 7-10

Reseña de sesión ordinaria del Consejo Técnico

En la sesión del 8 de agosto de 2018 se aprobaron los siguientes asuntos académico-administrativos: dos contratos por Obra Determinada, 37 ingresos de Profesor de Asignatura, cinco ingresos de Ayudante de Profesor, un Concurso de Oposición Cerrado para Definitividad, tres informes de Comisión, 28 licencias con goce de sueldo y cuatro para trabajo de campo, ocho estancias posdoctorales y una Convocatoria para Concurso de Oposición Abierto pendiente de publicación.

La Comisión de Trabajo Académico aprobó tres solicitudes de suspensión temporal de estudios.

La Comisión de Mérito Universitario aprobó el informe final de actividades de la Cátedra Especial "Doctor Aniceto Orantes Suárez", presentado por el doctor Juan Arcadio Molina Guarneros, adscrito al Departamento de Farmacología, en cumplimiento con lo establecido en la Convocatoria de dicha Cátedra; también presentó la Convocatoria de la Cátedra Especial "Doctor Aniceto Orantes Suárez" para su publicación.

La Comisión de Verificación de Informes y Proyectos de Actividades del Personal Académico de la Facultad de Medicina "A" informó que fueron evaluados 170 informes anuales de

Actividades: 161 informes de Profesor de Asignatura aprobados; cuatro informes de Profesor de Carrera, de los cuales uno fue aprobado con recomendación y tres quedaron pendientes, así como cinco informes de Técnico Académico aprobados. Además, cuatro proyectos de Profesor de Carrera: dos aprobados y dos pendientes; también seis proyectos de Técnico Académico; cuatro aprobados y dos pendientes.

La Comisión "B" evaluó 123 informes anuales de Actividades: 116 informes de Profesor de Asignatura, de los cuales 113 fueron aprobados, uno aprobado con recomendación y dos pendientes; tres informes de Profesor de Carrera (uno aprobado y dos aprobados con recomendación), así como cuatro informes de Técnico Académico: uno aprobado, dos aprobados con recomendación y uno pendiente. Además, 18 proyectos anuales de Actividades: seis proyectos de Profesor de Carrera, de los cuales cuatro fueron aprobados y dos quedaron pendientes; también 12 proyectos de Técnico Académico: 11 aprobados y uno pendiente.

Se realizó la presentación de los "Resultados de Evaluación del Programa Intensivo de Acreditación (PIA)", por el doctor José Rogelio Lozano Sánchez.



Doctores Guadalupe García, Luz María Moreno, Lucely Cetina y Jesús Méndez

SALUD PÚBLICA

México, en alerta por el CaCu

Por Mariana Montiel

"En México tenemos entre 4 mil y 6 mil casos al año de Cáncer Cervicouterino (CaCu), y al día fallecen entre 11 y 13 pacientes", alertó la doctora Lucely del Carmen Cetina Pérez, investigadora del Instituto Nacional de Cancerología en el Seminario Permanente de Género y Salud, donde también participó el doctor José de Jesús Méndez de Lira, director del área Cáncer de la Mujer del Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva.

CONTENIDO

Director

Dr. Germán Fajardo Dolci

Secretaría General

Dra. Irene Durante Montiel

Jefe de la División de Estudios de Posgrado

Dr. José Halabe Cherem

Jefa de la División de Investigación

Dra. Rosalinda Guevara Guzmán

Secretario de Enseñanza Clínica, Internado y Servicio Social

Dr. Alberto Lifshitz Guinzberg

Secretaría de Educación Médica

Dra. Alicia Hamui Sutton

Secretario de Consejo Técnico

Dr. Arturo Espinosa Velasco

Secretaría de Servicios Escolares

Dra. María de los Ángeles Fernández Altuna

Secretario Administrativo

Mtro. Luis Arturo González Nava

Secretario Jurídico y de Control Administrativo

Lic. Sergio Luis Gutiérrez Mancilla

Coordinadora de Ciencias Básicas de la Licenciatura de Médico Cirujano

Dra. Margarita Cabrera Bravo

Coordinador de la Licenciatura en Investigación Biomédica Básica

Dr. Rafael Camacho Carranza

Coordinadora de la Licenciatura en Fisioterapia

Dra. Laura Peñaloza Ochoa

Coordinadora de la Licenciatura en Ciencia Forense

Dra. Zoraida García Castillo

Coordinador de la Licenciatura en Neurociencias

Dr. David García Díaz

Coordinadora de Comunicación Social

Lic. Karen Paola Corona Menez

Gaceta Facultad de Medicina

Editora

Lic. Karen Paola Corona Menez

Coordinadora editorial

Leonora C. González Cueto Bencomo

Redacción

Lili Wences Solórzano

Diseño gráfico

Paulina Fonseca Alvarado

Fotógrafos

**Carlos Fausto Díaz Gutiérrez
Adrián Álvarez del Ángel**

Distribución

Lorena Patricia Mondragón Rodríguez

Colaboradoras

**Beatriz Mariana Montiel Sánchez
Ximena Robles Ramírez**

Servicio Social

**Victor Arturo Valencia Yeo
Luis Rolando Alaniz Ávalos
Itzel Texta Palomeque**

Gaceta Facultad de Medicina

Gaceta Facultad de Medicina, año VI, número 120, del 15 al 21 de agosto de 2018, es una publicación semanal editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, Delegación Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México, a través de la Coordinación de Comunicación Social de la Facultad de Medicina, séptimo piso de la Torre de Investigación, Circuito Interior sin número, Ciudad Universitaria delegación Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México. Teléfono 5623-2432, página: <<http://gaceta.facmed.unam.mx>>, correo electrónico: <gacetafm@unam.mx>.

Editora responsable: licenciada Karen Paola Corona Menez. Número de certificado de reserva de derechos al uso exclusivo del título: 04-2013-052311041600-203. ISSN: 2395-9339, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número: licenciada Leonora González Cueto Bencomo, séptimo piso de la Torre de Investigación, Circuito Interior sin número, Ciudad Universitaria, delegación Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México. Fecha de última modificación: 15 de agosto de 2018. Los artículos contenidos en esta publicación pueden reproducirse citando la fuente. Los textos son producto de las actividades propias de la Facultad de Medicina, reproducen las opiniones expresadas por los entrevistados ponentes, académicos, investigadores, alumnos, funcionarios y no reflejan el punto de vista de la editora ni de la UNAM.

- 02 Consejo Técnico. Sesión ordinaria
México, en alerta por el CaCu
- 04 La doctora Ana Cecilia Rodríguez agradece por
36 años en la FM
- 05 La UNAM y la Universidad Nacional Mayor
de San Marcos de Perú estrechan lazos
- 06 Triunfan con sus conocimientos
en Fisiología
- 07 Lo que debes saber para este
#RegresoAClases
- 08 Gimnasia cerebral
- 09 Mnemotecnias
- 10 Tips para sobrevivir a la Licenciatura de
Médico Cirujano
- 11 Médico Cirujano: nuevo ingreso,
nuevas experiencias
- 12 Convocatoria. Cátedra Especial
"Doctor Alberto Guevara Rojas"
- 13 Convocatoria. Cátedra Especial
"Doctor Aquilino Villanueva Arreola"
- 14 Job Romero, campeón nacional en
gimnasia aeróbica
- 15 Nadja Monroy, primera científica forense
titulada en México

NUESTROS ACADÉMICOS

La doctora Ana Cecilia Rodríguez agradece por 36 años en la FM

Por Mariana Montiel

Estudiosa de los grandes médicos, hombres y mujeres de ciencia, la doctora Ana Cecilia Rodríguez de Romo, académica del Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina de esta Facultad, ha cosechado numerosos éxitos en su trayectoria, entre los que destacan la publicación de 16 libros y el haber sido la primera presidenta de la Sociedad Mexicana de Historia y Filosofía de la Medicina.

“La Medicina es un estilo de vida muy versátil que permite participar en una sociedad muy diversa”, aseguró al recordar que su interés por el conocimiento del cuerpo humano la llevó, en segundo año, a ser ayudante de profesor en el Departamento de Bioquímica. “Luego vi que en la evolución del pensamiento humano hay algo más que buscar moléculas y funciones, así que me enfoqué en la Historia de la Medicina”, refirió.

En su obra destaca el interés por el descubrimiento científico en Medicina: “Cómo una persona que decide dedicarse a la investigación encuentra algo, cómo devela los secretos de la naturaleza; cuáles son los obstáculos tanto físicos como mentales para descubrir, y cómo transmite ese conocimiento a la sociedad. ¡Eso fue lo que me apasionó!”, explicó.

Figuras como Claude Bernard, gran fisiólogo francés, y el mexicano Daniel Vergara Lope, pionero de la Antropología Física, fueron motivo de inspiración para analizar las variables del éxito en las trayectorias de diferentes científicos, abordadas en su libro *¿Eres exitoso? La Historia y los científicos responden*.

Aunque las claves del éxito son muy distintas en cada caso, bajo la perspectiva y experiencia de la doctora en

Historia y Filosofía de la Ciencia, éstas se resumen en una: persistencia. “No soltar algo de lo que se está convencido; buscar la resistencia a la frustración y, una vez que se alcanza un logro, no amarrarse a un éxito de un momento, sino pensar en otras metas”.

Una nueva etapa

Luego de 36 años en la FM, la doctora Rodríguez de Romo ha decidido retirarse de la vida académica, por lo que manifestó su agradecimiento a esta comunidad. “No hace mucho descubrí que agradecer y despedirse son una gran cosa. Brindan placer, tranquilidad; se siente uno bien. Me retiro contenta, me despido y doy las gracias. Pero, ¿agradecer será suficiente para expresar los beneficios que recibí en los momentos decisivos de mi vida profesional y hasta personal?

“La versatilidad de nuestro oficio y el cobijo de la UNAM facilitaron mi satisfacción intelectual y, además, me remuneraron económicamente, siempre en el marco de la libertad y el respeto. Encontré amigos, maestros, alumnos, tanta gente interesante y valiosa. Más, no se puede pedir. Una carrera académica planeada también debe considerar su conclusión, así que las palabras del actor Daniel Day-Lewis, cuando anunció su retiro, me vienen muy bien.

“Dijo que sentía una gran tristeza por dejar la actuación, pero ya era algo que necesitaba hacer y, añade, «al principio era una cuestión de salvación, ahora quiero explorar el mundo de manera diferente». Sólo no comparto con él la tristeza, ¡nada más lejos!, de hecho, no lo entiendo. Los dos nos retiramos en el mejor momento, en la cima, en la meta, para gozar la vida de modo diferente. Gracias, ¡muchas gracias!”.



MOVILIDAD ACADÉMICA

La UNAM y la Universidad Nacional Mayor de San Marcos de Perú estrechan lazos

Por Lili Wences

Directores de escuelas y facultades de Medicina de Perú visitaron la Facultad de Medicina (FM) de la UNAM, conocieron su organización y sus instalaciones, en particular los departamentos de Anfiteatro y de Integración de Ciencias Médicas, así como el Centro de Enseñanza y Certificación de Aptitudes Médicas (CECAM).

El doctor Gerardo Ronceros Medrano, decano de la Facultad de Medicina "San Fernando" de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y presidente de la Asociación Peruana de Facultades de Medicina (ASPEFAM), sostuvo una reunión con el doctor Germán Fajardo Dolci, director de la FM y presidente de la Asociación Latinoamericana y del Caribe de Facultades y Escuelas de Medicina (ALAFEM), donde acordaron impulsar y estrechar los lazos de colaboración entre ambas universidades y asociaciones, a través de proyectos de cooperación, así como de la participación de profesores, investigadores y alumnos en la enseñanza clínica, mediante técnicas de simulación y la integración de las ciencias médicas.

"El propósito de la visita fue conocer cómo opera nuestra Facultad, pues la Universidad Nacional Mayor de San Marcos está rediseñando su programa de estudios y sus autoridades consideran que el conocer otras experiencias puede ser enriquecedor para plantear una nueva propuesta", explicó el doctor Javier Santacruz Varela, secretario General de la ALAFEM y profesor de Salud Pública de la FM.

Al respecto, la doctora Sara Morales López, jefa del Departamento de Integración de Ciencias Médicas de la FM, informó que, recientemente, impartió un taller en la Universidad peruana, donde "los participantes mostraron

una gran disposición para modificar su currículum, a fin de conseguir la integración básica y clínica de las diferentes carreras que se imparten en esa institución".

Asimismo, en días pasados, la doctora Eva Miranda Ramón, jefa de la Unidad de Tecnología Educativa y Simulación Clínica de la Universidad Nacional Mayor, estuvo de visita en el CECAM para recibir asistencia técnica y saber cómo se realiza la simulación en la FM como parte de la formación de los alumnos de pregrado, a fin de aplicar estos conocimientos al centro homónimo que tienen en la Facultad de Medicina peruana.

"Mi visita tiene objetivos muy concretos: ver cómo se hace la gestión de un centro de simulación, cómo está organizado el equipo que lo lleva adelante y cómo es la metodología que se aplica en el mismo", detalló.

"Gracias a estas prácticas, se fortalecen los lazos entre ambos países a nivel educativo, en este caso, para la Licenciatura de Médico Cirujano", destacó, por su parte, la doctora Melissa Islas Upegui, jefa de la Unidad de Movilidad Académica y Vinculación Interinstitucional de la FM.



COMUNIDAD

Triunfan con sus conocimientos en Fisiología

Por Mariana Montiel

Jesús Alejandro Romero Aguilar, Daniela Casillas Santos, Rodrigo Argüello Solís y Jorge Pablo García Peralta, alumnos de cuarto año de la Licenciatura de Médico Cirujano, son los ganadores del Concurso de Conocimientos de Fisiología, celebrado este 7 de agosto.

“Fisiología es una materia que me gusta mucho desde el segundo año de la carrera, ya entonces había tenido curiosidad de participar en el concurso y este año me di la oportunidad”, señaló Jesús Romero, minutos después de que el equipo fuera declarado ganador. Ahora son los representantes de la Facultad de Medicina en Colima, en el Concurso Nacional de Fisiología a nivel Licenciatura.

“Desde hace ocho años, el Departamento de Fisiología preparara a los jóvenes para el concurso nacional, que organiza la Sociedad Mexicana de Ciencias Fisiológicas. Nosotros hemos estado participando y hemos tenido la fortuna de ser merecedores de los primeros lugares en distintas ocasiones”, recordó el doctor Víctor Manuel Rodríguez Molina, académico de dicho Departamento.

Aunque 40 estudiantes se inscribieron en la actividad, tras la primera etapa de examen de selección y posteriores rondas de eliminación, 16 alumnos fueron seleccionados. “Lo que hacemos es seguir la dinámica del concurso nacional, aunque en esta ocasión también innovamos al formar equipos; el ganador acumula un punto para cada miembro, se mezclan los participantes, y otra vez el equipo ganador suma otro punto. De esa forma ganan los alumnos que alcanzan el mayor puntaje”.

En la final, realizada en el recién remodelado auditorio “Doctor Octavio Rivero Serrano”,

los jóvenes demostraron sus conocimientos en una primera fase escrita y una prueba oral.

“Estuvo reñida la competencia porque en la primera fase no nos fue tan bien, pero después nos recuperamos”, recordó Daniela Casillas, quien ve este concurso como “una gran oportunidad de crecimiento, superación y para poner a prueba los conocimientos”.

“Siento que fue una buena experiencia, salió muy bien a pesar de que no habíamos sido equipo antes. Me puse un poco nervioso durante la primera parte, pero me quedo a gusto de cómo nos fue”, manifestó Jorge Pablo García, al expresar su alegría por tener la “experiencia única de representar a la UNAM a nivel nacional”.

Por su parte, Rodrigo Argüello espera disfrutar del intercambio con otras facultades y escuelas de Medicina en esta nueva experiencia que les ofrece la máxima casa de estudios.



LO QUE DEBES SABER PARA ESTE #REGRESOACLASES

Por Mariana Montiel

Llegó agosto y con él otro ciclo escolar. Es hora de nuevos retos, aunque "estar al cien" para enfrentarlos, a veces no es tan fácil como quisiéramos. La carga académica, los horarios y las distancias pueden llegar a ser verdaderos obstáculos, pero tranquil@, ¡nada es imposible!

¿Universitari@, músico y deportista?

No es una exageración, de hecho es una forma de aprender mejor. De acuerdo con el doctor Daniel Guzmán Toledo, jefe de Enseñanza de la Licenciatura en Neurociencias, algunos estudios demuestran que hacer ejercicio mejora el flujo sanguíneo al cerebro, lo que conlleva un incremento en la liberación de neurotransmisores, la neurogénesis y la plasticidad neuronal. Esto también sucede al aprender un nuevo idioma o un instrumento musical.

El descanso es fundamental

Pareciera una contradicción, pero pasar toda la noche estudiando quizá no sea la mejor manera de ser un alumno exitoso. Dormir es básico para la vida, pues en ese tiempo el cerebro tiene actividad, como la retención de lo aprendido.

En promedio, una persona joven necesita 7.5 horas de sueño al día, pero varía entre cada sujeto. Si no descansamos, nos cuesta más trabajo aprender, se nos

olvidan con frecuencia las cosas, empezamos a tener problemas de coordinación, nos sentimos cansados, ya no somos tan eficientes y ¡nos dormimos en las clases! Sin olvidar que la privación de sueño está relacionada con cambios en el metabolismo.

¡Evita las bebidas energizantes!

Además de que no ayudan a mejorar tu desempeño, pueden ser perjudiciales, ya que están compuestas, principalmente, por cafeína y azúcar, y aunque te dan una sensación de energía, es sólo por un rato. Después llega un "bajón" que nos exige consumir más, por lo que terminamos abusando de estas sustancias, lo que incrementa la frecuencia cardíaca y el riesgo de infarto, alerta la doctora Mónica Méndez Díaz, académica del Departamento de Fisiología de la Licenciatura de Médico Cirujano.

Vence la depresión y la ansiedad

La dificultad para aprender, para levantarse y no tener ganas de hacer nada podrían ser parte de un problema de salud mental, del mismo modo que no poder estar en un lugar por largo tiempo, sentir taquicardia o alteración del pulso.

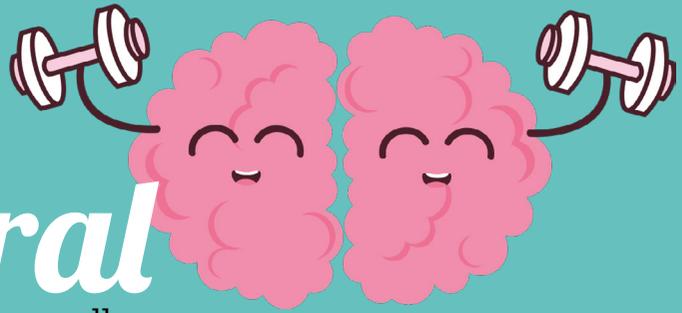
Depresión y ansiedad son padecimientos que, entre otras cosas, van a tener una gran influencia en el rendimiento académico, explica la doctora Silvia Ortiz León, jefa del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental (DPySM). En personas vulnerables, el mal manejo del estrés, junto con la falta de sueño y de actividad física, puede ser un factor de riesgo.

El DPySM brinda ayuda médica especializada, en caso de que lo necesites y además ofrece talleres de entrada directa para mejorar el aprendizaje y controlar el estrés. Acércate y solicita participar. ¡Seguro serán un gran apoyo!

#NoOlvidesQue la organización y la constancia son la clave. Antes de tomar soluciones peligrosas o extremas, recuerda que tu salud es lo más importante.



GIMNASIA cerebral

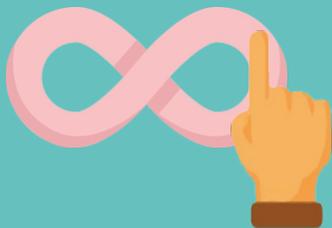


ejercicios para el cuerpo calloso

Por Luis Rolando Alaniz*

Mientras estudias, cuántas veces te has visto en ese punto de no retorno en el cual te das cuenta de que llevas horas sumergido en el libro, pero ya no estás entendiendo nada, te distraes, relees la página una y otra vez, pero nada. ¿Te ha pasado?

Estos son ejercicios que pueden ayudarte a recuperar la concentración:



1. Dibuja el símbolo de infinito, primero con el dedo índice de tu mano derecha, posteriormente la izquierda, y por último con ambas manos. Hazlo durante un minuto, en promedio. Prueba hacerlo en diferentes direcciones, requiere más concentración de lo que crees.

2. Lee los nombres de estos colores y di en voz alta el color real en el que están escritos. ¡Trata de hacerlo lo más rápido que puedas!

AMARILLO AZUL NARANJA
NEGRO ROJO VERDE
PÚRPURA AMARILLO ROJO
NARANJA VERDE NEGRO
AZUL ROJO PÚRPURA

Izquierda

Fisioterapia
Neurociencias
Biomédicas

Derecha

Fisioterapia
Neurociencias
Biomédicas

3. Escribe tres palabras con la mano que menos utilizas y luego compáralas con las mismas palabras escritas con la mano que más usas. Intenta escribir igual con ambas manos.

¿CÓMO FUNCIONA?

El cuerpo calloso es la estructura del cerebro que conecta los hemisferios derecho e izquierdo para que trabajen conjuntamente. Contiene numerosas proyecciones inter-hemisféricas y es considerado la estructura de materia blanca más larga del cerebro.

¿Por qué un ejercicio continuado que involucre a los dos hemisferios potenciará las conexiones

en el cuerpo calloso? Según una ley básica en Neurología, a través de una activación repetida de los impulsos neuronales, se desencadena la facilitación sináptica y luego la potenciación sináptica, generando más conexiones neurológicas (Sinapsis de Hebb).

¿Sentiste cómo se “peleaban” tus hemisferios para ponerse de acuerdo en realizar el ejercicio 2?

Mnemotecnias

Una regla mnemotécnica es una oración corta y fácil de recordar que ayuda de manera artificiosa a relacionar palabras, con el objetivo de **aprender conceptos con más facilidad**. Se trata de técnicas de memorización basadas en la asociación mental de la información a recordar con datos que ya sean parte de la práctica cotidiana.

La descripción de las siglas ALICIA podría llevarte al país de las maravillas memorísticas al momento de relatar una enfermedad actual o hacer la semiología del dolor en un paciente. Hay puntos concretos que no pueden pasar desapercibidos.

- A** Aparición /Antigüedad
- L** Localización
- I** Intensidad
- C** Carácter**
- I** Irradiación
- A** Agravantes y Atenuantes

**Se debe colocar qué tipo de dolor es, por ejemplo: opresivo, lacerante o pulsátil.



Anatomía y fisiología del intestino delgado

La primera parte del intestino delgado es el duodeno, donde se absorben Ca y Fe. Lo primero que se absorbe es el CaFe de la mañana



“Paulina Mató A Thalía” o “PROMETo a ANA TELEfonear”

Una conocida rivalidad de cantantes mexicanas para recordar las fases de la mitosis celular. Paulina con P de profase; Mató con M de metafase; A de anafase, y Thalía con T de telofase.

“Se Te CAEn”

¿Sabes cuáles son los tumores testiculares más frecuentes? Esta mnemotecnia te ayudará a recordarlos en orden: seminoma, teratoma, y carcinoma embrionario.

El Rey es un filósofo de mucha clase que ordena, para su familia, géneros de buena especie.

Nos recuerda que el orden de las categorías taxonómicas es el siguiente: reino, filum, clase, orden, familia, género, especie.

**Médico pasante de Servicio Social*

Vas a sentirte frustrado en diversas ocasiones, aun así ¡no te rindas! Habrá excelentes momentos para disfrutar. Para ello, te dejamos algunos consejos para tu día a día en la Universidad.

Conoce tu forma de aprendizajes. Apóyate de los métodos que existen para mejorar/reforzar tu aprendizaje; si eres visual, usa mapas mentales o, por qué no, subraya con colores; si eres auditivo, graba tus clases o grábate a ti mismo leyendo, tendrás material para aprovechar el tiempo estudiando en el transporte público camino a casa.

Agenda. Organiza tus tiempos de estudio, anota fechas de exámenes, prioriza las materias con más contenido o las que más te cuesten trabajo. Y recuerda considerar tiempo para descansar y distraerte.

Apuntes. Para los ciclos clínicos o tus prácticas, no busques una libreta grande. Una pequeña que quepa en la bolsa de tu pantalón o tu bata te sacará de apuros en más de una ocasión. ¡Eso te lo aseguramos! Imagina tener a la mano información resumida por ti siempre que el maestro o el doctor pregunte algo. También querrás anotar información que no se te puede olvidar para el examen. Ahora, si no tienes una letra ejemplar o el cargar una libreta no te resulta práctico, lleva resúmenes de los temas o presentaciones en PowerPoint en tu celular.

Uniforme. Tal vez la mejor bata no es aquella que te aprieta la cintura para resaltar tu figura. Si vas a empezar a hacer guardia, te conviene estar cómodo. De preferencia busca que tenga muchas bolsas, para guardar tu libreta de apuntes, celular o llaves.

Haz tus optativas mientras estés en la Facultad. Una vez que inicies tus ciclos clínicos se vuelve complicado o hasta imposible regresar para tus clases... y además ¡es más cansado! También acredita el idioma inglés mientras estás en el campus.

No compres libros de inmediato. Te recomendamos consultar los que resulten más fáciles de estudiar en la biblioteca.

¿Tienes más tips que no aparecen aquí? ¡Compártelos con nosotros! Escríbenos a gacetafm@unam.mx o en:



@FacultadMedicinaUNAM



@FacMedicinaUNAM

Utilizando el hashtag: #TipsParaMiCarrera
¡Hagamos comunidad!

ALUMNOS

TIPS PARA SOBREVIVIR A LA LICENCIATURA DE MÉDICO CIRUJANO

Por Luis Rolando Alaniz e Itzel Texta*



*Médicos pasantes de Servicio Social



#COMUNIDADFACMED

Médico Cirujano: nuevo ingreso, nuevas experiencias

Por Mariana Montiel

“Desde pequeña tengo interés por la Medicina. He tenido experiencias difíciles con familiares enfermos y me gustaría poder ayudar a otros. Me imagino haciendo una especialidad en Oncología Pediátrica para apoyar a los niños que más lo necesitan”.

Daniela Mariana Méndez Moreno

“Mi objetivo es ser un buen médico y hacer una especialidad en Neurocirugía Pediátrica. Desde niño quería ser doctor y, aunque el examen fue difícil, ahora estoy en la UNAM, que es la mejor universidad de México”.

Jair Gallegos Olmedo

“Siempre tuve el sueño de convertirme en doctora, estos años lo he tratado de conseguir y aquí estoy. Me siento muy emocionada y espero muchas cosas de la carrera. Me interesan la Cirugía General y la docencia”.

Diana Fabiola Becerril Gálvez

“Ya había tenido algunas experiencias con amigos doctores que me motivaron para estudiar la carrera, por eso comencé a acercarme a este ámbito ¡y me gustó! Además, en una ocasión, un familiar tuvo un accidente y pensé en que me gustaría tener los conocimientos médicos para ayudar”.

Giovanni Alexander Tercero González

“Me gustan los temas de ciencia. Además tengo un tío que es veterinario y gracias a él me apasioné por el mundo de la Cirugía. Espero adquirir los conocimientos y habilidades para ser una doctora muy buena, conseguir una beca e ir al extranjero”.

Minerva Gutiérrez García

“Elegí Medicina porque me gusta ayudar a la gente. Quisiera hacer una especialidad en Neurología, pero no lo he decidido aún. Lo primero es estudiar, tener buen promedio, cumplir con todos los créditos, meterme a actividades para aprender y luego fijarme otros objetivos”.

Víctor Manuel Flores Carmona





**Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Medicina
H. Consejo Técnico**

Facultad de Medicina



Cátedra Especial "Doctor Alberto Guevara Rojas"

La Facultad de Medicina, de conformidad con lo establecido en el artículo 14 del Reglamento del Sistema de Cátedras y Estímulos Especiales de la Universidad Nacional Autónoma de México, convoca a los Profesores y Técnicos de Carrera adscritos a la misma, que reúnan los requisitos señalados en los artículos 13, 15 y 16 del Reglamento citado, y que se hayan distinguido particularmente en el desempeño de sus actividades académicas, a presentar solicitudes para ocupar por un año la Cátedra Especial **"Doctor Alberto Guevara Rojas"**.

Esta Cátedra Especial se asignará al académico que, a juicio de la Comisión del Mérito Universitario, presente el proyecto de mayor calidad.

Las solicitudes deberán entregarse con la forma telegráfica correspondiente en la Secretaría del Consejo Técnico, en un plazo que concluirá a los 30 días naturales contados a partir de la fecha de publicación de esta convocatoria en la *Gaceta UNAM*, y deberán acompañarse de:

- a) Proyecto de trabajo, en formatos impreso y electrónico, que incluya cronograma de actividades. El plan propuesto deberá considerar las actividades docentes (impartición de cursos extracurriculares o programa de conferencias) o de investigación relacionada con la enseñanza (realización de proyectos, desarrollo de tecnologías o elaboración de programas de cómputo) o de difusión del conocimiento, que se compromete a lograr durante el ejercicio de la Cátedra;
- b) Currículum vitae;
- c) Fotocopias de los documentos que acrediten la preparación académica del solicitante;
- d) Documentos en los que conste su adscripción, categoría y nivel, funciones asignadas, antigüedad en las mismas, antigüedad en la institución y vigencia de su relación laboral;
- e) Documentación probatoria que permita al Consejo Técnico, a través de su Comisión del Mérito Universitario, la evaluación del solicitante;
- f) Carta compromiso de no tener relación laboral o remuneración adicional fuera de la UNAM, con excepción de los estímulos del Sistema Nacional de Investigadores y de los previstos en la normatividad.

El académico acreedor para ocupar la Cátedra estará obligado a presentar, al término de la misma, un informe sobre el desarrollo del plan de actividades señalado en el inciso a) que antecede, el cual será publicado en la *Gaceta Facultad de Medicina*. En caso de que el académico no cumpla con esta obligación, reintegrará el monto de los incentivos recibidos, salvo causas debidamente justificadas.

El académico beneficiado con la Cátedra deberá incluir un agradecimiento en todos los productos resultantes del proyecto de trabajo aprobado (Proyecto realizado con el apoyo de la Cátedra Especial <<nombre de la Cátedra y año>>).

El informe del plan de actividades que presente el académico acreedor a ocupar la Cátedra, será evaluado por el H. Consejo Técnico, a través de su Comisión del Mérito Universitario y, para el caso en que se estime que se incumplió con el plan de actividades propuestas por el académico, éste reintegrará el monto de los incentivos recibidos, salvo causas debidamente justificadas.

Los casos de excepción serán determinados por la Comisión del Mérito Universitario.

Estando en igualdad de circunstancias los proyectos, se dará preferencia al académico que no haya gozado de un estímulo de esta característica.

El académico beneficiario de una Cátedra podrá concursar nuevamente por alguna después de que transcurra un periodo igual al doble de tiempo del que haya gozado del estímulo.

El dictamen presentado por la Comisión del Mérito Universitario, una vez ratificado por el Pleno del H. Consejo Técnico, será inapelable.

"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"
Ciudad Universitaria, CdMx, 15 de agosto de 2018
El Director

DR. GERMÁN ENRIQUE FAJARDO DOLCI



**Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Medicina
H. Consejo Técnico**

Facultad de Medicina



Cátedra Especial "Doctor Aquilino Villanueva Arreola"

La Facultad de Medicina, de conformidad con lo establecido en el artículo 14 del Reglamento del Sistema de Cátedras y Estímulos Especiales de la Universidad Nacional Autónoma de México, convoca a los Profesores y Técnicos de Carrera adscritos a la misma, que reúnan los requisitos señalados en los artículos 13, 15 y 16 del Reglamento citado, y que se hayan distinguido particularmente en el desempeño de sus actividades académicas, a presentar solicitudes para ocupar por un año la Cátedra Especial "**Doctor Aquilino Villanueva Arreola**".

Esta Cátedra Especial se asignará al académico que, a juicio de la Comisión del Mérito Universitario, presente el proyecto de mayor calidad.

Las solicitudes deberán entregarse con la forma telegráfica correspondiente en la Secretaría del Consejo Técnico, en un plazo que concluirá a los 30 días naturales contados a partir de la fecha de publicación de esta convocatoria en la *Gaceta UNAM*, y deberán acompañarse de:

- a) Proyecto de trabajo, en formatos impreso y electrónico, que incluya cronograma de actividades. El plan propuesto deberá considerar las actividades docentes (impartición de cursos extracurriculares o programa de conferencias) o de investigación relacionada con la enseñanza (realización de proyectos, desarrollo de tecnologías o elaboración de programas de cómputo) o de difusión del conocimiento, que se compromete a lograr durante el ejercicio de la Cátedra;
- b) Currículum vitae;
- c) Fotocopias de los documentos que acrediten la preparación académica del solicitante;
- d) Documentos en los que conste su adscripción, categoría y nivel, funciones asignadas, antigüedad en las mismas, antigüedad en la institución y vigencia de su relación laboral;
- e) Documentación probatoria que permita al Consejo Técnico, a través de su Comisión del Mérito Universitario, la evaluación del solicitante;
- f) Carta compromiso de no tener relación laboral o remuneración adicional fuera de la UNAM, con excepción de los estímulos del Sistema Nacional de Investigadores y de los previstos en la normatividad.

El académico acreedor para ocupar la Cátedra estará obligado a presentar, al término de la misma, un informe sobre el desarrollo del plan de actividades señalado en el inciso a) que antecede, el cual será publicado en la *Gaceta Facultad de Medicina*. En caso de que el académico no cumpla con esta obligación, reintegrará el monto de los incentivos recibidos, salvo causas debidamente justificadas.

El académico beneficiado con la Cátedra deberá incluir un agradecimiento en todos los productos resultantes del proyecto de trabajo aprobado (Proyecto realizado con el apoyo de la Cátedra Especial <<nombre de la Cátedra y año>>).

El informe del plan de actividades que presente el académico acreedor a ocupar la Cátedra, será evaluado por el H. Consejo Técnico, a través de su Comisión del Mérito Universitario y, para el caso en que se estime que se incumplió con el plan de actividades propuestas por el académico, éste reintegrará el monto de los incentivos recibidos, salvo causas debidamente justificadas.

Los casos de excepción serán determinados por la Comisión del Mérito Universitario.

Estando en igualdad de circunstancias los proyectos, se dará preferencia al académico que no haya gozado de un estímulo de esta característica.

El académico beneficiario de una Cátedra podrá concursar nuevamente por alguna después de que transcurra un periodo igual al doble de tiempo del que haya gozado del estímulo.

El dictamen presentado por la Comisión del Mérito Universitario, una vez ratificado por el Pleno del H. Consejo Técnico, será inapelable.

**"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"
Ciudad Universitaria, CdMx, 15 de agosto de 2018
El Director**

DR. GERMÁN ENRIQUE FAJARDO DOLCI



Job Daniel Romero Mendoza se prepara para salir a la duela donde ejecutará su rutina. Cada segundo es de suma concentración. Los nervios y la adrenalina se mezclan. Trata de visualizar el minuto con 20 segundos en el cual dará lo mejor de sí. Comienza a escuchar los gritos del público y llega a él el orgullo de ser representante de la UNAM. Se enfoca, respira y se prepara. Escucha su nombre por los altavoces, esboza una sonrisa y sale animado para ganar.

El primer lugar en la categoría "individual universitario" en el Campeonato Nacional de la Federación Mexicana de Gimnasia Aeróbica quedó en sus manos al hacer una rutina sobresaliente, en Xalapa, Veracruz, donde se desarrolló la justa del 19 al 23 de julio, convirtiéndose en bicampeón en esa modalidad.

Estudiante de la Licenciatura de Médico Cirujano, conoció esta disciplina hace apenas cuatro años, cuando comenzó a ver videos del Mundial de Gimnasia Aeróbica en Cancún. Después se dio cuenta que en el Frontón Cerrado de Ciudad Universitaria se practica este deporte y se inscribió.

"Participé en la Universiada 2016 de Guadalajara en la categoría de grupo. Posteriormente, en el Campeonato Nacional de Mérida, donde ganamos el tercer lugar", expresó Job Daniel, quien con sus destacadas intervenciones alcanzó el nivel para competir de manera individual y traer triunfos a la UNAM.

DEPORTES

Job Romero, campeón nacional en gimnasia aeróbica

Por Victor Valencia y Lili Wences

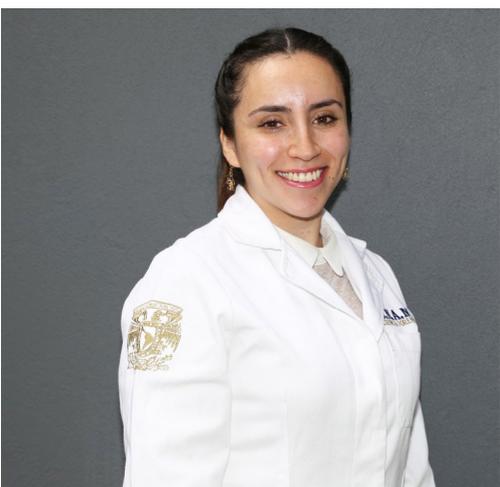
Obtuvo el primer lugar en la categoría "individual universitario", convirtiéndose en bicampeón en esa modalidad.

A pesar de la complejidad que significa compaginar sus actividades académicas y el deporte, logró mezclar lo mejor de estos dos mundos para no abandonarlos. Tomar clases en el turno vespertino y realizar guardias los domingos en su sede hospitalaria fueron algunas de sus estrategias para estudiar y practicar gimnasia aeróbica todos los días.

La fusión de la disciplina deportiva con su carrera no se quedará en su etapa universitaria, pues pretende especializarse en Medicina de la Actividad Física y Deportiva.

La gimnasia aeróbica es una mezcla entre gimnasia rítmica y artística, y tiene beneficios para la salud: "Es demasiado cardiovascular, porque tienes que ir en secuencias muy rápidas, a un ritmo muy aeróbico al que se va acostumbrando tu cuerpo", destacó el alumno al exhortar a la comunidad universitaria a realizar este deporte.





NUESTROS ALUMNOS

Nadja Monroy, primera científica forense titulada en México

Por Lili Wences y Víctor Valencia

Nadja Monroy Vite, quien se recibiera por alto promedio académico (9.77), se convirtió en la primera licenciada en Ciencia Forense titulada por la UNAM en México. “Es una enorme satisfacción, pero sobre todo una gran responsabilidad demostrar que realmente puede haber un cambio en la administración y procuración de justicia al incorporar nuestro perfil en las acciones que realizan los órganos encargados”, afirmó.

Asimismo, destacó el “fuerte compromiso” que tiene con la sociedad mexicana, y espera que, con la aplicación de los conocimientos adquiridos por los licenciados en Ciencia Forense, se contribuya a la prevención del delito, se comience a reducir la brecha que existe entre la ciencia y el Derecho al momento de realizar una investigación sobre un evento presuntamente constitutivo de delito, así como que el sistema de justicia de corte acusatorio tenga un fundamento científico al momento de realizar peritajes.

Nadja Monroy forma parte de los primeros 13 titulados de la Licenciatura en

Ciencia Forense, la cual inició en 2013 en la Facultad de Medicina (FM) con el propósito de formar profesionales capaces de coordinar, dirigir y realizar investigaciones científicas de un acto delictuoso por medio del estudio del material encontrado en el lugar de los hechos, con un enfoque multi, inter y transdisciplinar.

Durante el transcurso de la carrera empezó a interesarse por el área de la salud mental forense. Actualmente, labora como asistente de investigación en el Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”, pero su objetivo es formar parte del Sistema Nacional de Investigadores e integrarse a un equipo multidisciplinario para promover la investigación en el área y ayudar a implementar políticas que permitan reducir la violencia en México.

Satisfecha con lo hasta ahora conseguido, Nadja Monroy recomienda a sus compañeros que no se conformen con lo visto en clases, sino que investiguen más, incluso, se acerquen a los especialistas

en el área de su interés y comiencen a hacer prácticas desde antes, para que cuando egresen tengan mayor conocimiento y experiencia, y les sea más fácil insertarse en el campo deseado, ya sea en el área de periciales, la docencia, la investigación, o como asesores técnicos-científicos.

“A la FM y a la UNAM les agradezco esta experiencia que realmente fue muy enriquecedora, tanto el haber sido parte de la primera generación, lo que es una experiencia inigualable, como brindarme mucho conocimiento de distintas disciplinas, fue muy enriquecedor. Tengo un gran compromiso, pero también una enorme satisfacción”, expresó.





3ª Feria del libro DE CIENCIAS DE LA SALUD 2018

16,17 y 18 DE AGOSTO
¡ENTRADA LIBRE!



ISSN 0186-2987

