



# Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



## #UNGOYAPARA LOS GANADORES DEL PREMIO AL SERVICIO SOCIAL

PÁGS. 7-9

# CONTENIDO

Director

**Dr. Germán Fajardo Dolci**

Secretaría General

**Dr. Irene Durante Montiel**

Jefe de la División de Estudios de Posgrado

**Dr. José Halabe Cherem**

Jefa de la División de Investigación

**Dr. Rosalinda Guevara Guzmán**

Secretario de Enseñanza Clínica, Internado y Servicio Social

**Dr. Alberto Lifshitz Guinzberg**

Secretaría de Educación Médica

**Dr. Alicia Hamui Sutton**

Secretario de Consejo Técnico

**Dr. Arturo Espinosa Velasco**

Secretaría de Servicios Escolares

**Dr. María de los Ángeles Fernández Altuna**

Secretario Administrativo

**Mtro. Luis Arturo González Nava**

Secretario Jurídico y de Control Administrativo

**Lic. Sergio Luis Gutiérrez Mancilla**

Secretaría del Sistema Universidad Abierta y Educación a Distancia

**Dr. Lilia Macedo de la Concha**

Secretario de Planeación y Desarrollo Institucional

**Dr. Ignacio Villalba Espinosa**

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 del Plan de Estudios Combinados en Medicina

**Dra. Ana Flisser Steinbruch**

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

**Andrea Sánchez Nieto  
Samedi Sharit Aguirre Schilling**

Servicio Social

**Víctor Arturo Valencia Yeo  
Rolando Alaniz Avalos**

## Gaceta Facultad de Medicina

*Gaceta Facultad de Medicina*, año VI, número 135, del 10 al 16 de diciembre 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](mailto: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: 10 de diciembre 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.

- 03 Doctor Humberto Gasca, 67 años de historia en la FacMed
- 04 ¿Quieres innovar en salud? Ya es posible en la FacMed
- 05 Andrea Sánchez Navarro, ganadora del Premio Nacional de la Juventud
- 06 Hablar de la muerte forma parte de la vida
- 07 Alumnos de la FacMed ganan premio por su Servicio Social
- 08 Premio al Servicio Social "Dr. Gustavo Baz Prada"
- 10 La atención a enfermedades crónicas sólo puede lograrse con un modelo integral  
Medicina preventiva, clave de la salud en el trabajo
- 11 Una estancia en Nueva York cambió la vida de David Canales
- 12 Triunfan en los #JuegosUniversitarios2018
- 13 Fisioterapia, bicampeón en el torneo Campeón de campeones
- 14 Benzodiacepinas y sueño, combinación peligrosa
- 15 Maimónides, el médico medieval  
La Santa Inquisición de vuelta al Palacio de la Escuela de Medicina
- 16 Concierto Navideño 2018

## Doctor Humberto Gasca, 67 años de historia en la FacMed

Por Lili Wences

Estudiante, médico, docente, investigador, jurado en exámenes profesionales, administrativo, historiador, observador y creador, son algunas de las facetas que por 67 años ha desarrollado con humanismo, entrega y pasión, el doctor Humberto Gasca González, quien desde 1998 es el cronista de la Facultad de Medicina de la UNAM.

“Es muy difícil pensar en esta Facultad sin pensar en Humberto Gasca, en su vida, su trayectoria, su esfuerzo, su capacidad y los logros que ha tenido a lo largo de tantos años en diferentes cargos. Su historia de vida nos demuestra que siempre ha antepuesto a esta dependencia por delante de cualquier otra situación”, afirmó el director, doctor Germán Fajardo Dolci, al recordar que el homenajeado fue su pediatra.

El doctor Guillermo Fajardo Ortiz, académico de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad, manifestó que el doctor Gasca González es “una persona que se está convirtiendo en una leyenda, un hombre con intelecto, con sentido del humor, fino, amable, sencillo y gentil. Es un referente de la Facultad y uno de los personajes más queridos”.

“Humberto Gasca es un ser humano pleno de cualidades, de inteligencia y modestia, de sabiduría y paciencia, de gran capacidad, de trabajo y juicios desapasionados, hombre que siempre tiende la mano amiga y es firme en sus afectos”, describió el doctor Héctor Fernández Varela Mejía, director General de Atención a la Salud de la UNAM, quien, aseguró, ha gozado de su amistad por más de 65 años.

En representación de la familia, el capitán José Humberto Gasca Salmerón, resaltó: “Es un gran ser humano, de lucha constante, de entrega total y honestidad a carta cabal. Vivo agradecido de tenerlo siempre a la mano y que siga siendo mi maestro de vida. Hoy nos emociona mucho el homenaje que tuvo a bien organizar el doctor Fajardo para reconocer la trayectoria de mi papá en la que ha sido sin duda su segunda casa, la Facultad de Medicina y su querida UNAM”.



El doctor Humberto Gasca externó su agradecimiento al director y a todos los exdirectores, funcionarios y profesores con los que ha convivido y de quienes ha recibido orientación, apoyo y enseñanzas, a los oradores, a su familia y a los asistentes. “Ofrezco mi determinación de entregarme a la tarea de hacerme digno de éste y los reconocimientos que he recibido”, expresó.

### Trayectoria académica

Es originario de León, Guanajuato. Ingresó a la Escuela Nacional de Medicina como estudiante en 1951. Fue testigo de dos hechos de gran trascendencia en la docencia: en 1956, cuando la Escuela Nacional de Medicina se trasladó a Ciudad Universitaria y, en 1960, cuando ésta se transformó en Facultad de Medicina al incorporarse la enseñanza de posgrado.

Prestó sus servicios en el Hospital General de México, donde fue de los creadores de la Unidad de Pediatría. En el ISSSTE se desempeñó como jefe de Atención Médica a Domicilio; paralelamente tenía consulta privada, donde atendió a hijos de médicos y profesores universitarios.

En 1960 obtuvo el nombramiento de profesor de la Facultad. Posteriormente fue secretario de Servicios Escolares, secretario de Enseñanza Clínica, Internado y Servicio Social, así como el primer secretario del Consejo Técnico.

Ha publicado dos tomos de la *Crónica de la Facultad de Medicina* que dan cuenta de lo sucedido desde 1950 hasta 1991, los cuales se encuentran en la Biblioteca “Doctor Valentín Gómez Farías”. Actualmente, prepara el tercero.

## ¿Quieres innovar en salud? Ya es posible en la FacMed

Por Lili Wences



Alumnos, académicos y todo aquel que forme parte de la comunidad universitaria con una idea o proyecto que considere viable desarrollar en el tema de la salud, puede hacerlo en la Facultad de Medicina.

A partir del convenio de colaboración con la Coordinación de Innovación y Desarrollo de la UNAM, esta entidad académica es la incubadora número 12 de la red de emprendimiento InnovaUNAM y la primera especializada en temas de salud, otorgando beneficios importantes a los emprendedores, como la colocación de su producto en el mercado y apoyo para su crecimiento.

El Departamento de Informática Biomédica (DIB) es el responsable de la operación de esta incubadora llamada InnovaUNAM-Unidad FacMed, el cual, además, funcionará como Laboratorio de innovación y emprendimiento.

Durante la firma del convenio, el doctor Germán Fajardo Dolci, director de la Facultad de Medicina, destacó que “debemos ver a la salud, a la Medicina y al profesional de otra manera, dándole herramientas y posibilidades que le permitan desarrollarse plenamente. Este convenio es un parte aguas para la Facultad, no hay un precedente de esto. Tenemos que seguirle apostando a la formación de nuestros jóvenes, a la tecnología en relación con

la atención médica y a las posibilidades que ellos se imaginen, estimulándolos para que tengan un buen fin”.

Por su parte, el maestro Juan Manuel Romero Ortega, titular de la Coordinación de Innovación y Desarrollo de la Universidad, consideró que las tecnologías están planteando cambios a la educación, a la forma de hacer investigación y a la manera en cómo llegan los desarrollos y las capacidades de las universidades a la población. “Reconocer que la innovación y el emprendimiento sean temas de la Facultad, es indicativo de una visión moderna y comprometida con el futuro de los alumnos y de todo lo que tienen que ofrecer a la sociedad”, afirmó.

Entre los objetivos del convenio está: apoyar la creación y desarrollo de empresas de valor agregado mediante procesos de incubación para la comunidad universitaria y la Facultad; contribuir con la formación de médicos empresarios y empresas competitivas en el ámbito nacional e internacional con habilidades, actitudes y valores que apoyen el crecimiento económico y el desarrollo social de la Facultad y de la UNAM, así como fortalecer y promover la cultura emprendedora en la dependencia.

“Queremos generar un cambio en la cultura, el target inicial son los estudiantes de Medicina, pero queremos abarcar a los alumnos y docentes de todas las carreras de la Facultad para que tengan una visión de todo lo que pueden hacer, desarrollando en ellos la flexibilidad de pensamiento, la transdisciplina y la cultura emprendedora”, manifestó la doctora Mahuina Campos Castolo, jefa del DIB.

“La idea es dar otras opciones a los alumnos recién egresados, quienes salen con la mentalidad de hacer una especialidad, sin tomar en cuenta que hay muchas opciones en las cuales pueden emprender y en la Medicina cualquier área es altamente explotable. La finalidad es capacitarlos para que al final puedan lograr un emprendimiento y autonomía en cuanto a empleo. Cualquier idea se puede transformar”, explicó el doctor Orlando Cerón Solís, gerente de Innova UNAM-Unidad FacMed.

## Andrea Sánchez Navarro, ganadora del Premio Nacional de la Juventud

Por Victor Valencia



Andrea Sánchez Navarro, alumna del Doctorado en Ciencias Biomédicas del Instituto de Investigaciones Biomédicas, ganó el Premio Nacional de la Juventud en la categoría de edad B en la rama de Ciencia y Tecnología, por su carrera académica y el desarrollo de una investigación para la detección temprana de daño renal.

“Es una experiencia muy satisfactoria que el presidente de la República te entregue un premio, es muy emocionante. También pudimos platicar con los ganadores de otras categorías. Conocer gente talentosa a tan corta edad es muy motivante”, aseguró Andrea Sánchez, exalumna de la Licenciatura en Investigación Biomédica Básica (LIBB).

Desde que estaba en la secundaria decidió que se dedicaría a la investigación. Con ese sueño en la mente, dejó atrás su natal Michoacán para ingresar a la LIBB, en la Facultad de Medicina, la cual conoció durante su bachillerato, cuando participó como representante de México en la VI Olimpiada Iberoamericana de Biología (2012), donde obtuvo medalla de bronce.

En su segundo año de la carrera trabajó en el laboratorio de la doctora Norma Bobadilla Sandoval, en donde realizó estudios del papel del estrés oxidante como mecanismo en el desarrollo de daño renal, usando una técnica que previamente había desarrollado con otro grupo de investigación.

El estudio premiado comenzó a gestarse en su cuarto año de licenciatura, donde, junto con la doctora Bobadilla, realizó su tesis y continuó la investigación en el doctorado. Ésta consiste en el descubrimiento de la proteína Serpina3k como biomarcador de una lesión estructural del riñón que ayuda a detectar el daño renal sin necesidad de procesos invasivos y peligrosos, como las biopsias.

Con este desarrollo científico, que duró alrededor de cuatro años, se espera poder suplir a la biopsia renal en el futuro, clasificar a los pacientes con nefropatía lúpica y detectar el daño desde etapas tempranas, lo cual evitaría complicaciones en fases más avanzadas y que los tratamientos ya no fuesen eficaces.

“Es un tema que tiene un gran impacto en la sociedad, lamentablemente muchos pacientes tienen esta enfermedad y es la tercera causa de muerte en adultos mayores en México”, indicó.

Andrea Sánchez exhorta a los alumnos de la comunidad a explorar otras opciones, como la investigación; también los alienta a seguir luchando por las cosas que les gustan sin importar los sacrificios u obstáculos que se presenten en el camino.

“Hacer buena investigación es difícil, e investigar por tu propia cuenta también lo es, pero si tomas las cosas buenas de los científicos te vas forjando y haciendo una persona de valores, cosa importante para la ciencia”, afirmó.

Ahora, la galardonada espera la publicación de esta investigación y ya piensa en su futuro: ser investigadora en la UNAM y formar parte del Sistema Nacional de Investigadores.

## Hablar de la muerte forma parte de la vida

Por Samedí Aguirre

“Los seres humanos nos volvimos torpes para hablar de la muerte,” aseguró la doctora María Asunción Álvarez del Río, académica del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina, quien reconoció que somos un país que ha perdido la cultura de hablar sobre temas relacionados con el final de la vida.

Reveló que con el desarrollo de la Medicina y la tecnología aumentó la esperanza de vida, las personas dejaron de preocuparse y convirtieron el tema en algo “de lo que no se habla”.

La especialista explicó que “nos cuesta trabajo conversar sobre la muerte porque nos da miedo y porque nos duele. Pero se debe a que no podemos dialogar en ningún momento de esto, entonces es un círculo vicioso en donde no desarrollamos los medios para acompañarnos y darnos respuestas; lo hemos convertido en algo mucho más difícil”, puntualizó.

Consideró que en México es muy común negar la muerte, incluso en el contexto médico, “en donde pensamos que al no hablar de ella estamos protegiendo al paciente, aunque en realidad contribuimos a complicar el proceso”.

Los tratamientos y la tecnología, añadió, se usan no sólo en beneficio de las personas, sino que también se emplean para negar el suceso. Idealmente la Medicina debería ayudar a los pacientes en situación terminal a disfrutar la vida que les queda y a prepararse para ese momento doloroso.

Respecto a la práctica de la eutanasia, la doctora Álvarez del Río manifestó que se trata de la ayuda que recibe un paciente que le ha pedido a su médico asistencia para morir debido a su condición.

En este sentido, destacó la importancia que tienen los cuidados paliativos cuando ya no se puede curar a una persona, los cuales se enfocan en darle calidad de vida el tiempo que le queda, para que muera de la mejor manera atendiendo sus necesidades físicas, psicológicas y espirituales.

“Hablar de la muerte es hablar de algo que forma parte de la vida”, aseguró al señalar que es prioritario platicar sobre ella con nuestros seres cercanos y de ser el caso, con nuestro médico, para poder tomar decisiones sobre cómo queremos morir y hasta qué punto estamos dispuestos a recibir cualquier tipo de tratamiento.

“Lo que más prepara a las personas ante la muerte es revisar su vida y ver que la han vivido bien; entonces hay que hacerse cargo para que cuando uno llegue al final esté satisfecho de eso, y darle esa misma importancia a las relaciones que formamos para que no quede nada sin decir”, afirmó durante la última sesión del ciclo “Todo lo que siempre quisiste saber y no te atreías a preguntar”, organizado por el mencionado Departamento.

La experta también explicó que esta negación es algo que complica el duelo en general, pues tras la muerte de una persona buscamos seguir los rituales necesarios de forma veloz, evitando que el proceso se cierre de forma adecuada. “Es natural sentir dolor, pero si después de dos años no se ha podido superar la pérdida entonces se puede estar enfrentado un duelo patológico que requiere atención de un profesional”.

Precisó que es necesario “tener una buena comunicación con uno mismo y ser abierto a los temas complejos como lo es la muerte. El dolor que esto causa es mejor cuando uno está acompañado y lo puede hablar libremente”.



## Alumnos de la FacMed ganan premio por su Servicio Social

Por Samedí Aguirre

Creativos, productivos y comprometidos con la sociedad, así son los alumnos de la Licenciatura de Médico Cirujano que recibieron el Premio al Servicio Social "Doctor Gustavo Baz Prada".

Este reconocimiento lo otorga la UNAM a los alumnos que se hayan distinguido por su participación en programas que contribuyan a mejorar las condiciones de vida de la población menos favorecida, apoyando al desarrollo económico, social y educativo del país. Los médicos pasantes que fueron condecorados con la medalla por sus méritos son:

Maribel del Carmen Contreras Herrera, Mayra Estrada Serrano, Nancy González Vieyra, Ana Karen Vázquez Velázquez, Ezequiel Zaragoza Juárez, Brenda Guadalupe Mateos Martínez, Arcinueth del Carmen Pérez Flores, Grizel Judith Rodríguez Páez, Sandra Serna Pacheco y Yenny Lizett Velázquez Roldán en la modalidad de Campos Clínicos Rurales o Urbanos Marginados.

Por su parte, Geovanna Alva Medina, Abril Carbajal García, Lucía Daniela García Montes, Claudia Madrigal Esquivel, Oscar Trujillo Reyes, Mariana Mendieta Irala y Raida Karina Valencia Segura obtuvieron el reconocimiento en la modalidad de Investigación.

Los ganadores de la modalidad de Programas Universitarios fueron Olivia Aquino Osorio, Judith Balderas Ortega, Rosalinda Téllez Rosado, Omar Yaxmehen Bello Chavolla, María Fernanda Cárdenas de la Garza, Brenda Campos Reyes, Luis Rodrigo Rubio Garduño, Dan Jeerebai Castro Solórzano, Pamela Soltero Rosas, Orlando Cerón Solís, Lucero del Carmen Solares Parada, Alonso Saharahui de Jesús Luis, Sergio Ordoñez Velázquez, Montserrat Ariadna del Castillo Rodrí-

guez, Guadalupe Viridiana Jardines Ayala, María Guadalupe Lozada Arenas, Lillian Rendón Zarco, Alejandra Stephanie Torres Chan, Josefina Serrano Pérez, José Carlos Torres Ayala y Marco Aurelio Tapia Maltos.

Mientras que Erika Barlandas Quintana, Itzel Gómez Luna, Víctor Arturo Ramírez Ruiz, Luis Eduardo Ugalde Pacheco, Stephanie Michell Laguna Palacios, José Antonio López Torres, Cynthia Martínez Cabrera, Paola López Pérez, Wendy Pardo Ramírez y Noé Pérez Carrillo ganaron en la modalidad de Vinculación.

Durante la ceremonia, el doctor Leonardo Lomelí Vanegas, secretario General de la UNAM, reconoció que se trata de uno de los premios más importantes que otorga la Universidad y felicitó a los 225 acreedores a esta medalla, 48 de los cuales estudiaron Medicina en la Facultad. "Quiero felicitar en nombre mío y del rector Enrique Graue, a todos los estudiantes galardonados por su esfuerzo y dedicación con el que ponen en alto el nombre de la UNAM".

Mencionó que "el Servicio Social crea espacios donde se pueden desarrollar acciones conjuntas, redes de confianza y valores; todo ello es clave para el desarrollo de una sociedad incluyente y verdaderamente democrática".

El doctor Germán Álvarez Díaz de León, director General de Orientación y Atención Educativa, recordó que la implementación del Servicio Social en la UNAM y posteriormente en todas las instancias de educación superior, se debe al ejemplo e iniciativa del doctor Gustavo Baz Prada, quien como director de la Facultad de Medicina, lo propuso al entonces rector Luis Chico Goerne.

Durante la premiación también estuvieron presentes el doctor Germán Fajardo Dolci, director de la Facultad de Medicina, y Patricia Elena Baz Gutiérrez, nieta de Gustavo Baz Prada, además de los coordinadores académicos de diversas áreas de la UNAM.



# Premio al Servicio Social “Dr. Gustavo Baz Prada” 2018







Doctores Guadalupe Ponciano y Miguel Malo

Las enfermedades crónicas no transmisibles son la principal causa de muerte en el mundo, además de un desafío para los sistemas de salud y para la formación de profesionales, alertó el doctor Miguel Malo, asesor de la Organización Mundial de la Salud, quien aseguró que de no atenderse podrían contribuir con la disminución de la esperanza de vida en México.

“Ya no hay bacterias ni virus a quienes culpar de nuestras patologías, éstas ahora dependen de lo que hagamos en nuestro día a día”, dijo el especialista y recordó que los determinantes sociales influyen en la adquisición, desarrollo y progresión de estos padecimientos crónicos.

El doctor Miguel Malo hizo énfasis en que los humanos son seres biológicos y sociales por lo que deben pensarse de forma integral y atenderse de manera

## La atención a enfermedades crónicas sólo puede lograrse con un modelo integral

Por Samedí Aguirre

multidisciplinaria. Por ello, recomendó crear un modelo de cuidados crónicos que tome en consideración al sistema de salud, los determinantes sociales a los que está expuesto el individuo y el autocuidado que es responsabilidad de éste.

Precisó que este modelo debe centrarse en la interacción productiva entre el paciente informado y activo y un equipo de salud bien preparado que, en conjunto, logren acciones que ayuden a contrarrestar la prevalencia de las enfermedades crónicas no transmisibles.

“Nos toca como trabajadores de la salud y también como ciudadanos contribuir a que se cumplan las políticas públicas que favorezcan la disminución de estas patologías”, concluyó el ponente en la última sesión del año del Seminario Permanente de Enfermedades Crónicas no Transmisibles en México.

## Medicina preventiva, clave de la salud en el trabajo

Por Samedí Aguirre

“El trabajo es la actividad principal que cada persona realiza, ya sea de forma remunerada o no, por ello es necesario priorizar nuestro bienestar personal para que, posteriormente, podamos contribuir con el de las personas que nos rodean”, precisó la doctora Guadalupe Luna Flores, jefa del Servicio Médico en Boehringer Ingelheim, durante el Seminario Permanente de Salud en el Trabajo.

“Si la gente está bien va a ser más productiva y a disfrutar su trabajo”, afirmó la especialista, quien precisó que la Medicina ocupacional es multidisciplinaria, en ella convergen el área legal, psicológica y médica, con aspectos como nutrición, higiene, ergonomía, seguridad, primeros auxilios, entre otros.

“Si tú eres un buen médico en salud ocupacional vas a poder evitar padecimientos que más adelante requieran de un especialista, es el área donde más puedes hacer por la gente, aquí la Medicina preventiva es la clave”, afirmó la doctora Luna Flores, quien sugirió que para realizar el diagnóstico situacional de un centro laboral y un plan de acción certero es necesario observar el proceso de trabajo y escuchar al empleado, pues de esta forma podemos conocer las exigencias y riesgos particulares de cada puesto laboral.



## Una estancia en Nueva York cambió la vida de David Canales

Por Lili Wences

Estados Unidos de América, Canadá, Inglaterra y Australia.

En la Unidad de Movilidad Académica y Vinculación Interinstitucional de la Facultad le recomendaron consultar la plataforma GEMx, donde había dos plazas disponibles que cumplían sus expectativas: una en la Universidad Thomas Jefferson, Filadelfia, y otra en Nueva York, en Physician Affiliate Group of New York (PAGNY), decidiéndose por ésta, al considerarla una ciudad donde podría encontrar personas de todo el mundo y, por tanto, convergen una gran diversidad de culturas.

“PAGNY es un organismo privado que tiene convenio con el estado de Nueva York y su Departamento de Salud para que los médicos que trabajan en hospitales públicos tengan mejores prestaciones y condiciones laborales, y ofrezcan servicios más eficientes. Tiene bajo su cargo nueve hospitales y cerca de 3 mil 500 doctores”, explicó el alumno de la Licenciatura de Médico Cirujano, quien durante su estancia de dos meses tuvo la oportunidad de interactuar con las comunidades de Manhattan, Brooklyn y Queens.

David Canales trabajó con el dermatólogo iraní Bijan Safai, quien fue de los primeros en describir la asociación

entre el Virus de la Inmunodeficiencia Humana y el sarcoma de Kaposi y labora para instituciones como la Universidad de Nueva York, el Memorial Sloan Kettering Cancer Center y el hospital público Metropolitan Hospital. “Es una leyenda y tener la oportunidad de estar en su consultorio, con él, viendo a sus pacientes, fue una experiencia increíble e invaluable”, aseguró.

También rotó con el doctor Hossain Awini, destacado cardiólogo adscrito al Mount Sinai Beth Israel Hospital, y el psiquiatra español Luis Rojas-Marcos, quien “fue muy inspirador, porque tuvo que salir de su país natal como consecuencia del Franquismo. Su línea de investigación en un principio estuvo relacionada con las limitantes de los migrantes, como es el idioma, y cómo éstas influyen en las enfermedades psiquiátricas”.

En el protocolo de investigación en el que participó y continúa trabajando, David Canales compara los sistemas de salud entre Estados Unidos de América, Canadá y México. “Trato de aprovecharlo, es un tema poco estudiado en el área médica y creo que puede ser muy prometedor”, resaltó el alumno, quien se siente muy afortunado de esta experiencia y le gustaría que más compañeros pudieran vivirla.

David Javier Canales Martínez cursa el Internado en el Hospital General de México “Doctor Eduardo Liceaga”. Hace unos meses hizo una estancia académica en Nueva York, Estados Unidos de América, la cual amplió sus horizontes y le permitió ver que no necesariamente se debe seguir un solo camino, pues con dedicación se pueden hacer muchas cosas.

“Fue un viaje completo y una experiencia que cambió mi vida desde el punto de vista educativo; me sirvió para ver qué puedo explotar o hacer en el futuro”, comentó al recordar que antes de ser aceptado, sabía que quería irse a algún lugar donde se hablara inglés, porque quería aprovechar para practicarlo, pero sobre todo para aprenderlo en el ámbito médico, ya que entre el 60 y el 80 por ciento de la literatura que se consulta y los artículos de divulgación científica están escritos en ese idioma. Por ello, sus primeras opciones eran

## Triunfan en los #JuegosUniversitarios2018

Por Lili Wences y Víctor Valencia

### Oro en tenis

Nora Beatriz Ramírez Cañipa continuó la tradición familiar desde sus ocho años de edad, cuando comenzó a entrenar tenis. Todo lo que sabe lo aprendió de su mamá, quien le dio la oportunidad de tomar una raqueta y pisar por primera vez una cancha de cemento para iniciar con su pasión.

Hoy, la estudiante de la Licenciatura de Médico Cirujano y única representante de la Facultad de Medicina en este deporte consiguió una medalla de oro: “Estoy muy contenta del resultado favorable; me siento orgullosa de este logro para mi Facultad, me motiva a practicar más para buscar jugar en todos los torneos posibles de la UNAM y participar en la Universiada Nacional representándola”.



En el Frontón Cerrado de Ciudad Universitaria consiguió su triunfo



Entrena en el Ex Reposo de Atletas, ubicado abajo del Estadio Olímpico Universitario

### Plata en judo

A Anabel Tepoz Velázquez el deporte le ha dado fortaleza para superar adversidades en su vida personal; a pesar de estar al 100 por ciento dedicada al estudio de la Licenciatura de Médico Cirujano logró prepararse y dar lo mejor de ella en la competencia, siempre teniendo el apoyo de su entrenador y compañeros.

“Pude haberme rendido, pero no lo hice porque ésta es mi forma de vivir y las cosas siempre pueden mejorar”, comenta la estudiante al mostrar su satisfacción por darle una medalla a su Facultad.

### Hacen el 1-3 en lanzamiento de martillo

Todos los días desde las siete horas, Gustavo Ignacio Vázquez Cervantes y Alexis Ramírez Damián entrenan juntos lanzamiento de martillo. Su esfuerzo se vio recompensado con una presea de oro y de bronce, al lanzar el martillo 50.57 y 32.20 metros, respectivamente.

“Es muy emocionante e importante haber ganado esta medalla. Ojalá que más alumnos se unan a esta disciplina, porque es muy completa”, expresa Alexis. Por su parte, Gustavo, quien cosechó su segunda medalla dorada para la Facultad, resalta que es un orgullo representarla.



Se coronaron en el Estadio Roberto “Tapatio” Méndez de Ciudad Universitaria

## Fisioterapia, bicampeón en el torneo Campeón de campeones

Por Victor Valencia



La Facultad de Medicina obtuvo el bicampeonato de Campeón de campeones de fútbol en el torneo organizado por Odontología, Química y Medicina, luego de imponerse sobre Engels, equipo de la Facultad de Contaduría, con un marcador de cinco goles por uno.

El combinado de Fisioterapia, dirigido por José Manuel Arriaga, se vio doblegado al principio del primer tiempo, ya que recibieron un gol debido a una desatención en la defensa. Sin bajar la cabeza, supieron recobrar inmediatamente con el empate. Minutos después lograron darle vuelta al marcador a base de concentración y posesión de balón en la cancha rival.

El primer tiempo finalizó con el tablero 3-1 a favor de Medicina. Los gritos dentro y fuera de la cancha motivaron a los jugadores. La reunión en el medio tiempo para pedir calma y apoyarse entre ellos dio sus frutos. Ellos iban por la victoria y no podían dejarla escapar.

El segundo tiempo comenzó con modificaciones en la escuadra inicial para tener piernas frescas y mantener el ritmo del encuentro. Fisioterapia acomodó su estrategia: dos hombres en la defensa y tres de medio campo hacia adelante para evitar sorpresas en los contragolpes de Engels. De esta forma, no dejaban solo al único delantero de Contaduría.

Así, la pizarra aumentó 5-1 para Medicina. Concluyó el partido. Los jugadores corrieron a abrazarse mientras sonreían por haber obtenido el segundo título consecutivo. "Se siente mucha alegría. Conseguimos el bicampeonato, es bonito seguir defendiendo el título en nombre de la Facultad de Medicina y más porque estás en tu cancha y con tu gente", aseguró José de Jesús Pérez Vázquez, medio de contención.

"Considero que es una buena generación. Son chicos comprometidos y dedicados al deporte; les apasiona el fútbol y lo dan todo", indicó por su parte Miguel Ángel Mata Porras.

Ambos jugadores exhortaron a la comunidad de la Facultad a unirse al equipo de Fisioterapia, pues tienen en miras mejorar la escuadra para obtener el bicampeonato interno de la Facultad de Medicina y el tricampeonato de Campeón de campeones.

"Que se acerquen al Departamento de Actividades Deportivas y Recreativas, y muestren sus cualidades. Las puertas están abiertas para quien quiera representar a la Facultad", finalizaron.



## Benzodiazepinas y sueño, combinación peligrosa

Por Samedí Aguirre

A mediados de los cincuenta Leo Sternbach descubrió las benzodiazepinas (BZD), 30 años después se introdujeron a la práctica clínica. Actualmente conforman el grupo de fármacos más utilizado para el tratamiento de la ansiedad, además son empleadas como anticonvulsivos, relajantes musculares e inductores del sueño, como clonazepam, diazepam y alprazolam.

El doctor Andrés Barrera Medina, psiquiatra adscrito a la Clínica de Trastornos del Sueño, explica que su efectividad se debe a que actúan al nivel del ácido gamma-aminobutírico (GABA), que es un neurotransmisor inhibitorio, el cual ayuda a comunicar a las diferentes neuronas y permite estados de relajación.

Sin embargo, el especialista también advierte que el uso prolongado de las BZD puede ser contraproducente, pues después de un mes de uso hacen que se altere el sueño: "Van a producir un incremento en la fase de sueño superficial y, por lo tanto, ocasionan muchos despertares. Además pueden generar problemas de dependencia, tolerancia y adicción". Agregó que en personas mayores de 60 años, pueden provocar caídas y recientemente se les ha relacionado con el desarrollo del Alzheimer (uso mayor de cinco años).

El sueño es importante porque al dormir se liberan diferentes sustancias que producen un estado de bienestar. De acuerdo con el doctor Barrera Medina al hacerlo mínimo siete horas diarias se genera una disminución en la glucosa y el cortisol, lo que contribuye a prevenir algunas enfermedades cardiovasculares y la obesidad.

El psiquiatra también menciona que la duración del dormir varía dependiendo de la edad, pues las actividades son diferentes a lo largo de la vida y la etapa N3 de la fase No-REM, conocida también como estado delta o sueño profundo, disminuye conforme la edad aumenta. De tal forma que los niños necesitan dormir 11 o 12 horas, los adultos mínimo siete y las personas mayores al menos seis.



Para lograrlo, el especialista recomienda realizar medidas de higiene del sueño, tales como tener una hora fija para dormir y levantarse, evitar ver el reloj si te despiertas a mitad del ciclo de sueño, no utilizar el celular antes de dormir, hacer ejercicio por la mañana y tener actividades relajantes por la tarde como yoga, Tai Chi o meditación.

Si a pesar de ello hay alteración en el sueño como falta de descanso, insomnio, somnolencia o ausencia de concentración y dificultad para levantarse o dormir por más de tres semanas, el especialista recomienda acudir a la Clínica de Trastornos del Sueño de la UNAM, la cual atiende a cualquier persona que sufra alteraciones, para recibir un diagnóstico adecuado y tratamiento de ser necesario.

Además, la clínica atiende a personas que consumen benzodiazepinas, ya que para disminuir o suspender su uso, muchas veces se requiere terapia cognitivo conductual y/o medicamentos.

"No hay que dejarle todo al medicamento para que haga efecto en el sueño. Muchas personas tienen la idea de que necesitan algo para lograr dormir, pero éste es un proceso natural que se puede concretar si uno realiza hábitos de sueño", precisa el doctor Barrera Medina, quien asegura que existen tratamientos más efectivos que las BZD y que no generan adicción, pero que necesitan ser prescritos por un especialista.

## Maimónides, el médico medieval

Por Rolando Alaniz y Víctor Valencia

El doctor José Luis Sánchez Monroy, profesor del Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina, habló sobre la vida y obra de Maimónides, quien fuera médico, filósofo, astrónomo y teólogo de la Edad Media. Atendió sin exclusión a gente de diversos estratos sociales y culturales, como judíos, árabes y cristianos.

Aunque no se sabe con exactitud el año de su nacimiento, diversos historiadores aseguran que fue en Córdoba entre 1135 y 1138, mientras que su muerte sucedió en 1204. Estudió en Marruecos y tras la reconquista de Jerusalén por Saladino, se convirtió en médico del sultán, a quien le daba atención, remedios y consejos.

*Sobre las hemorroides, Sobre la cohabitación, Sobre el asma y Sobre los síntomas y sus antídotos*, son algunas de sus obras en las que describía tratamientos medievales como dientes de lobo pulverizados, momias molidas, opio, láudano, beleño, belladona e incluso cannabis, que empleaba como analgésico.

Este médico judío también se preocupó por temas como la procreación y la liberación de la tensión sexual, recomendaciones sobre dietética y una lista de alimentos prohibidos, influenciado enormemente por las escrituras sagradas judías.

## La Santa Inquisición de vuelta al Palacio de la Escuela de Medicina

Por Samedi Aguirre



En pleno siglo XVI, cuando la Inquisición se proclamaba de la forma más hostil en contra del conocimiento, Miguel de Servet describió la circulación menor. Aunque él buscaba el alma que se creía estaba en la sangre, logró precisar el recorrido que ésta hace desde el corazón hasta los pulmones y lo plasmó en uno de los tantos libros prohibidos por el Tribunal del Santo Oficio y cuya lectura tenía como consecuencia un clamor que prescribía: ¡Quémalo vivo!

¿Te imaginas no poder leer tu libro favorito? En una divertida e histórica reflexión, la Noche de Museos de noviembre en el Palacio de la Escuela de Medicina presentó la obra "Hechizos, sortilegios y brujerías ante la Inquisición", escrita y dirigida por el dramaturgo Francisco Hernández Ramos, quien creó esta historia a partir de la documentación acerca de la Inquisición en Latinoamérica.

La puesta en escena de la compañía teatral Félix Novohispano transportó a los asistentes a los siglos XV, XVI y XVII, época en la que se juzgaba a las personas por los libros que habían leído, según el criterio de la Santa Inquisición. "Lo que quisimos hacer es que la gente tomara conciencia de la importancia de estos libros y autores que son, sin duda, quienes cambiaron el pensamiento de la humanidad", aseguró el director, quien también declaró que el actor principal de esta obra fue el público.

Ésta no es la primera vez que Félix Novohispano toma al Palacio de la Escuela de Medicina como escenario, pues durante los últimos 20 años ha trabajado en el Centro Histórico. "Buscamos rescatar el teatro novohispano, sacarlo de sus cenizas para mostrar la riqueza cultural que tenemos", aseguró Francisco Hernández.

La Facultad de Medicina te invita al

# Concierto NAVIDEÑO 2018



a cargo de la  
**Orquesta Juvenil Universitaria Eduardo Mata**

*Coro Aliis Vivere* de la Facultad de Medicina  
*Coro de Alquimistas* de la Facultad de Química  
*Coro Ars Iovialis* de la Facultad de Ingeniería  
Coro del Conservatorio Nacional de Música

**13 de diciembre de 2018**

**20:00 horas**

**Sala Nezahualcóyotl**

<http://www.facmed.unam.mx>

