



Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



LA INMUNOLOGÍA EN
LAS CIENCIAS DE LA SALUD
PÁG. 6

Reseña de la sesión ordinaria del 25 de abril de 2018

En la sesión se aprobaron los siguientes asuntos académico-administrativos: cuatro contratos por Obra Determinada, 34 ingresos de Profesor de Asignatura, tres ingresos de Ayudante de Profesor, un Concurso Cerrado para Definitividad y Promoción, 45 licencias con goce de sueldo y una sin goce de sueldo, un diferimiento de periodo sabático, un cambio de medio tiempo a tiempo completo, una reincorporación al área de adscripción de origen, siete autorizaciones para recibir de la Universidad remuneraciones adicionales provenientes de ingresos extraordinarios de la dependencia y una convocatoria para Concurso de Oposición Abierto pendiente de publicación.

La Comisión de Mérito Universitario declaró como ganadores del Reconocimiento al Mérito Docente de Excelencia "Doctor José Laguna García" 2018, a los siguientes profesores:

PRIMER AÑO

Asignatura	Profesor (a)
Anatomía	José Alfredo Macías García
Biología Celular e Histología Médica	María Isabel García Peláez
Bioquímica y Biología Molecular	Sara Morales López
Embriología Humana	Elsa Aburto Mejía
Informática Biomédica I	Adrián Alejandro Martínez González
Integración Básico Clínica I	Paul Carrillo Mora
Introducción a la Salud Mental	Beatriz Zamora López
Salud Pública y Comunidad	Patrocinia Carreón Mata

SEGUNDO AÑO

Asignatura	Profesor (a)
Farmacología	Francisco Zapote Martínez
Fisiología	Julieta Garduño Torres
Informática Biomédica II	Isaías Hernández Torres
Inmunología	Gloria Bertha Vega Robledo
Integración Básico Clínica II	Rebeca Hershberger del Arenal
Introducción a la Cirugía	María Gregoria Rodríguez Varela
Microbiología y Parasitología	Roberto Vázquez Campuzano
Promoción de la Salud en el Ciclo de Vida	Héctor Jaime Cervantes Rangel

La Comisión de Verificación de Informes y Proyectos de Actividades del Personal Académico de la Facultad de Medicina "A" informó que evaluó un total de 92 informes anuales de Actividades: 50 informes de Profesor de Asignatura aprobados; 29 informes de Profesor de Carrera, de los cuales 22 fueron aprobados, tres aprobados con recomendación y cuatro pendientes, así como 13 informes de Técnico Académico: nueve aprobados, uno aprobado con recomendación y tres pendientes. Además, 33 proyectos anuales de Actividades: 22 proyectos de Profesor de Carrera, de los cuales 19 fueron aprobados, dos aprobados con recomendación y uno quedó pendiente; también se evaluaron 11 proyectos de Técnico Académico: ocho aprobados y tres pendientes.

MICROBIOLOGÍA Y PARASITOLOGÍA



¿Cuándo utilizar antibióticos?

El costo de producción de los antibióticos, lo inasequibles que pueden ser, el consumo inadecuado, la falta de información y la repercusión que tiene su uso en los animales de crianza, abrieron debate durante la ponencia "Resistencia a los antimicrobianos. Consideraciones éticas a la resistencia de antibióticos", impartida por el maestro Mauricio Rodríguez Álvarez,

profesor del Departamento de Microbiología y Parasitología de la Facultad de Medicina de la UNAM, en el Seminario Permanente de Bioética.

"¿Quién no conoce a alguien que tome antibióticos para el dolor de cabeza?", cuestionó tras explicar que "si bien no quitarán la molestia, el cuerpo entrará en contacto con las sustancias, haciéndose más resistente o, proba-

blemente, inmune a ellas, debido a que sólo actúan contra las bacterias".

El especialista habló también de la venta restringida de antibióticos, cómo la pobreza limita su alcance, la automedicación, y los tratamientos que no concluyen los pacientes y sus repercusiones.^(fm)



Conferencias, exposición de carteles y música en la 3a Semana de la Inmunología

Facultad de Medicina



Director

Doctor Germán Fajardo Dolci

Secretaría General

Doctora Irene Durante Montiel

Jefe de la División de Estudios de Posgrado
Doctor José Halabe Cherem

Jefa de la División de Investigación
Doctora Rosalinda Guevara Guzmán

Secretario Administrativo
Maestro Luis Arturo González Nava

Gaceta Facultad de Medicina

Editora

Licenciada 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
Valeria Alejandra Vázquez Cuatrecatl

Servicio Social

Ximena Robles Ramírez

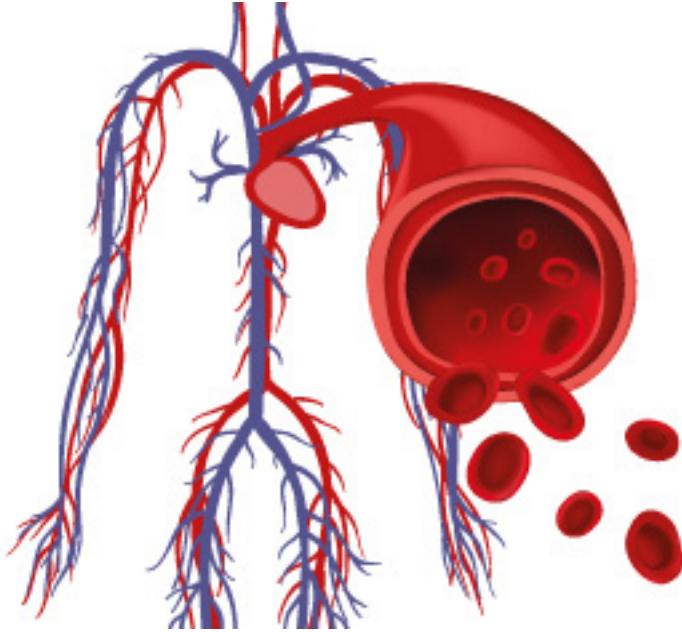
Gaceta Facultad de Medicina

Gaceta Facultad de Medicina, año VI, número 110, del 2 al 8 de mayo 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: 2 de mayo 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.

CONTENIDO

- 02** Consejo Técnico. Sesión ordinaria
¿Cuándo utilizar antibióticos?
- 04** ¿Por qué estudiar Angiología y Cirugía Vasculat?
- 05** Depresión y ansiedad no sólo es llorar o sentir nervios
- 06** Analizan a los centinelas del organismo
- 07** Bioética, un tema interdisciplinario
- 08** DONATón FacMed
- 10** Asma: una enfermedad que es reversible
- 11** Cáncer de ovario: atender los síntomas para una detección oportuna
- 12** El MEDAPROC refuerza la práctica clínica
¿Ves manchitas todo el tiempo? Pueden ser miodesopsias
- 13** El campo mexicano, lleno de alimentos nutritivos
- 14** Actívate y mejora tu calidad de vida
- 15** Crucigrama: inmunidad y alergias
- 16** Corazones y neuronas en la Noche de Museos



¿Por qué estudiar Angiología y Cirugía Vascul?

Aunque la Angiología y Cirugía Vascul es una de las especialidades más completas, pues integra actividades clínicas, diagnósticas y terapéuticas, hoy en día, sólo hay 456 especialistas certificados en México, lo que representa un déficit considerable para atender a una población que rebasa los 127 millones de habitantes.

Por ello, es importante que los médicos en formación conozcan en qué consiste y cuáles son las oportunidades que les proporciona en investigación, asistencia y docencia, "porque son ellos los que en un futuro dirigirán y guiarán por buen camino el ejercicio de la Medicina en nuestro país", afirmó el doctor Rubén Argüero Sánchez, jefe del Departamento de Cirugía de la Facultad de Medicina de la UNAM al inaugurar el II Simposio de Angiología y Cirugía Vascul para Estudiantes de Medicina.

En su oportunidad, Hugo Laparra Escareño, quien realiza su doctorado en la Universidad de Milán, Italia, explicó que esta especialidad comprende el estudio de los vasos sanguíneos, arteriales y venosos, incluyendo el sistema linfático, donde el cirujano vascular

aborda las patologías del aparato circulatorio que requieren tratamiento quirúrgico o endovascular.

"Las cirugías que se realizan en esta área van desde grandes abordajes de aorta torácica y abdominal, hasta cirugía de corta estancia para corrección del reflujo venoso y accesos vasculares. Además, es uno de los campos de gran crecimiento y, actualmente, sus esfuerzos en investigación a nivel básico se enfocan en la Biología Muscular del aparato vascular", afirmó.

Por su parte, el doctor René Lizola Margolis, jefe de Residentes de Cirugía Vascul en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición "Salvador Zubirán" (INCMNSZ), afirmó que es una especialidad muy emocionante, eminentemente clínica y en donde el *feedback* es inmediato.

"Con el perfeccionamiento del tratamiento endovascular de aneurismas de aorta abdominal por parte del doctor Juan Carlos Parodi, en 1991, la especialidad dio un vuelco de 180 grados, pues entramos al campo de la mínima invasión y nos volvimos expertos en guías y catéteres", explicó. De hecho, se prevé que para el 2026,

más del 75 por ciento de las cirugías vasculares se realicen por medio de la terapia endovascular.

A su vez, el doctor Carlos Arturo Hinojosa Becerril, subdirector de Investigación Clínica del INCMNSZ y coordinador del Simposio, expresó que la Angiología y la Cirugía Vascul es una especialidad con una oferta muy amplia y un gran potencial a mediano y largo plazos. "Con este evento buscamos transmitir la pasión y el entusiasmo de quienes nos dedicamos a esta área y que los alumnos de pregrado conozcan las aplicaciones y los alcances de la Cirugía Vascul, así como las oportunidades para realizar investigación y aplicarla al campo clínico", indicó.

De voz de expertos y residentes, los alumnos conocieron la historia y las características generales de la especialidad, las enfermedades arteriales y venosas frecuentes, las patologías linfáticas y otros padecimientos vasculares, así como los accesos vasculares. (tm)

Depresión y ansiedad no sólo es llorar o sentir nervios

Estos trastornos afectan al 10 por ciento de la población mundial.



La depresión y la ansiedad son trastornos del estado de ánimo/angustia que afectan al individuo en múltiples áreas de su vida, causándole sufrimiento, por lo que es importante que quien crea que los padece acuda con un profesional de la salud mental para obtener un diagnóstico temprano, recomendó el doctor Ignacio Ruiz López, psiquiatra del Hospital Ángeles del Pedregal.

En la cuarta sesión de preguntas y respuestas del foro "Todo lo que siempre quisiste saber y no te atrevías a preguntar", organizado por el Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina, explicó que la depresión es un trastorno en el cual predomina un estado de tristeza, falta de placer y desmotivación a lo largo del día, que puede durar más de dos semanas consecutivas.

"Tiene repercusiones en la cognición, como enlentecimiento del pensamiento, alteración en la memoria, dificultad para tomar decisiones, ideas de culpa y, cuando es grave, ideas de muerte y de suicidio; además, provoca aislamiento social, ostracismo y alteraciones en el ciclo de sueño-vigilia (insomnio o hipersomnio), cambios en

el apetito, así como disminución de la libido", refirió el experto.

En tanto, la ansiedad puede manifestarse "como un miedo a algo no claramente definido o una gran inquietud mental", sentimiento que se acompaña de sensaciones físicas extremas (sudoración, taquicardia o sensación de falta de aire) y también puede presentarse en pacientes deprimidos.

El origen de estos padecimientos es multifactorial. Existe un terreno genético que fragiliza y da una desregulación bioquímica cerebral (factor biológico) y circunstancias detonadoras, que pueden ser orgánicas, como un problema endocrinológico o una infección viral, o bien, externas, como la muerte de un ser querido, un divorcio o la pérdida de un trabajo (factor psicológico y social).

En ocasiones la irritabilidad, sobre todo en gente joven, la anhedonia (pérdida de la sensación de placer), el simple cansancio o "flojera", el ser calificado como hipocondriaco o histérico, pueden ser causados por estos trastornos, cuya probabilidad de padecerlos es dos veces mayor para las mujeres durante el periodo de la vida reproductiva, señaló el especialista.

"El tratamiento se fundamenta en el diagnóstico correcto (corrigiendo las causas orgánicas si están presentes), administrando fármacos antidepresivos o ansiolíticos, y aplicando psicoterapia (la más aceptada es la cognitivo-conductual)", precisó el doctor Ruiz López al aclarar que "lo más alejado de la realidad es creer que es un problema de falta de carácter o de voluntad".

Asimismo, resaltó la importancia de promover actividades sociales, programas de educación y ejercicio, orientados principalmente a los niños y a los adultos mayores, para prevenir la problemática, así como divulgar las características de estos trastornos, a fin de que la población tenga acceso oportuno a profesionales de la salud que sepan diagnosticar el problema cuando está en sus primeras etapas y dirigirlos a tiempo con el psiquiatra, quien podrá tratar los casos moderados y severos. (fm)



Analizan a los centinelas del organismo

Con un taller, conferencias, presentaciones de libros y una exposición de carteles, del 25 al 27 de abril, se realizó la 3ª Semana de la Inmunología en el auditorio "Doctor Raoul Fournier Villada" de la Facultad de Medicina (FM) de la UNAM.

"Es un gusto que, pese al periodo de departamentales, los más jóvenes estén interesados en el estudio de la materia", dijo la doctora Margarita Cabrera Bravo, coordinadora de Ciencias Básicas de la FM, durante la inauguración del evento, que además de conmemorar el Día Internacional de la Inmunología (29 de abril), ofreció un panorama de su alcance en las Ciencias de la Salud.

Nuestras protectoras

Durante la ponencia "Células dendríticas: de centinelas del organismo al Premio Nobel", el doctor Leopoldo Flores Romo, investigador del Departamento de Biología Celular del Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional, indicó que "desde el momento de nacer estamos expuestos a miles de antígenos además de los microbios, pero ¿cómo es que los linfocitos -células encargadas de producir anticuerpos- identifican su presencia en el organismo?"

"Las células dendríticas, localizadas en los epitelios y las mucosas de exposición dentro y fuera del organismo, como el tracto genitourinario y la piel, informan de la presencia de los antígenos a los linfocitos para que éstos puedan desarrollar moléculas y mecanismos apropiados de defensa", explicó el experto.

Asimismo, destacó la importancia de que estudiantes de las áreas biológicas y de la salud profundicen en el estudio de la Inmunología para entender diversas patologías infecciosas o autoinmunes y aborden la generación de vacunas ante enfermedades de relevancia.

Sociedad Mexicana de Inmunología

En el marco de la actividad también se presentó la Sociedad Mexicana de Inmunología, la cual cuenta con más de 300 socios numerarios, en su mayoría estudiantes de pregrado y posgrado, y cuyo objetivo es "impulsar la educación, investigación y difusión de información desde el semillero", señaló el doctor Martín Gustavo Pedraza Alva, investigador del Instituto de Biotecnología de la UNAM, tras añadir que los miembros reciben be-

cas para participar en talleres, cursos y congresos.

Durante la 3ª Semana de la Inmunología, expertos abordaron el papel de las células T reguladoras como herramientas terapéuticas en trasplante; el inflamoma en la salud y la enfermedad; el adipocito y la respuesta inmune; la inmunología del embarazo, así como la relevancia de la inmunogenética en la Medicina.

Además, se habló de cómo detener la marcha atópica, de los fenotipos en asma, y de las alergias y su relación con el cáncer; se impartió un taller de inmunodiagnóstico y el grupo Roble Florido ofreció una presentación musical.

En el concurso de carteles participaron estudiantes de distintas universidades a nivel nacional. Se exhibieron 31 trabajos en dos categorías: Inmunología experimental básica e Inmunología y sus aplicaciones.

La organización del evento estuvo a cargo del Departamento de Bioquímica de la FM, a través de las coordinaciones de Enseñanza y de Evaluación de Inmunología. (fm)

Bioética, un tema interdisciplinario

Las dos guerras mundiales han sido muestras claras de la brutalidad que puede ejercer el ser humano en contra de sus semejantes y de su entorno vital, pero estas acciones no se circunscribieron a hombres de guerra o a quienes vivían en condiciones adversas.

“En los juicios de Núremberg, contra criminales de la Segunda Guerra Mundial, la mayoría de los acusados fue personal médico y científico que encabezó los experimentos en personas”, indicó el doctor Víctor Manuel Martínez Bulle-Goyre, investigador del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM durante el coloquio “El intercambio científico en Medicina”.

“Los experimentos biomédicos que se hicieron en los campos de concentración, usando humanos, hoy en día no son aceptables ni siquiera para hacerlos con animales.

“Eso no quiere decir que lo que se obtenía no fuera válido. Puede ser muy valiosos el conocimiento científico, pero ¿es válido usar cualquier medio para obtenerlo?”, cuestionó el especialista en Derechos Humanos en la actividad organizada por el Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina de la Facultad de Medicina de la UNAM.

En investigación biomédica e intervenciones médicas, mencionó, no podemos incidir en otros o invadir la privacidad física, personal, familiar de alguien si no nos da su autorización, como lo establecen actualmente las bases del consentimiento informado.

El doctor Martínez Bulle-Goyre refirió que “la única forma en que puede

continuar la vida, en general, es aprendiendo a usar el conocimiento éticamente”, por lo que recordó al científico Van Rensselaer Potter, precursor del término Bioética.

Derechos Humanos y Bioética

Destacó que la Bioética no es un tema aislado, sino el diálogo de diferentes ciencias y disciplinas. “Una de las que se ha vuelto fundamental es la Medicina y todas las ciencias que la abarcan. La actividad médica ha sido el motor más importante de la Bioética, tanto en el desarrollo del conocimiento médico, como en la atención de la salud de las personas”, aseguró.

Otra de las disciplinas involucradas en la Bioética es el Derecho, impulsado por los Derechos Humanos, ya que, por medio de éste, “se instituyen en la vida social los principios que se alcanzan en el consenso del diálogo”.

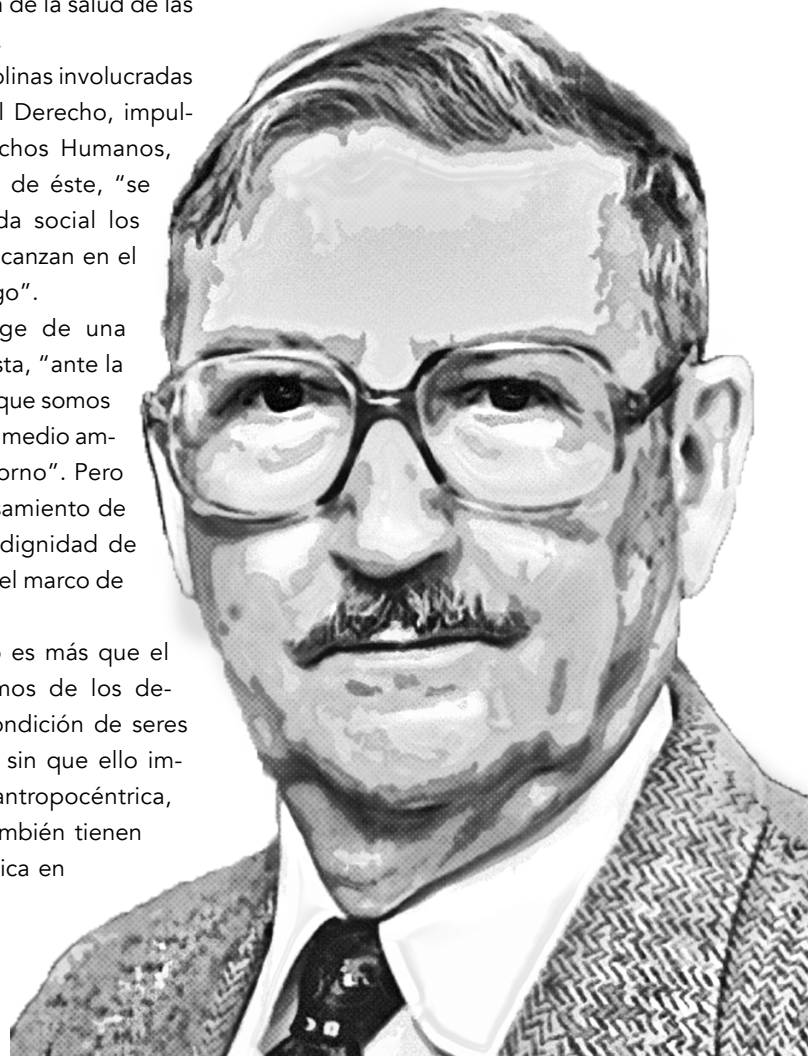
La Bioética surge de una inspiración ecologista, “ante la manera brutal en la que somos capaces de dañar el medio ambiente, nuestro entorno”. Pero en la base del pensamiento de la Bioética está la dignidad de las personas, como el marco de actuación.

“La dignidad no es más que el trato que merecemos de los demás por nuestra condición de seres humanos”, definió, sin que ello implique una visión antropocéntrica, pues otros seres también tienen dignidad y ésta radica en

que sean tratados como lo que son, no como personas.

Los Derechos Humanos, en tanto, serán los garantes de nuestra dignidad, razón por la que el experto llamó a conocerlos, saber cuál es su alcance y su marco jurídico, que tiene como antecedente la Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948, que se convirtió en “una base moral de la vida de las sociedades del futuro”. (fm)

Mariana Montiel



Van Rensselaer Potter

DONAtón

F A C M E D

Regalar sonrisas para alegrar el corazón...

Convocados por la Facultad de Medicina de la UNAM, comunidad universitaria y público en general reunieron cientos de juguetes que fueron entregados por alumnos voluntarios a los pequeños del Hospital Pediátrico de Coyoacán como regalo del Día del Niño.





¡GRACIAS!



Una enfermedad que es reversible

Desde 1998, el primer martes de mayo, se conmemora el Día Mundial del Asma para promover el cuidado y hábitos saludables entre los pacientes, así como para alertar a la población acerca de los factores de riesgo del padecimiento.



En 1552, el médico Areteo de Capadocia describió el asma -del griego *aazein*, que significa jadear- como la enfermedad en la que el paciente produce sibilancias, sufre de tos seca y respiración ruidosa y agitada.

"Pero hay que ser muy cuidadosos antes de llamar a alguien asmático", advirtió la doctora María Dolores Ochoa Vázquez, miembro del Subcomité Académico de Neumología de la Facultad de Medicina de la UNAM, tras señalar que por sus síntomas, el asma suele confundirse con padecimientos como la sensación de falta de aire (disnea), la rinosinusitis, el reflujo gastroesofágico con broncoaspiraciones y la hiperreactividad bronquial.

"El asma es la enfermedad que produce la inflamación y estrechamiento de los bronquios, desencadenada por alérgenos o circunstancias propias del individuo (asma intrínseca), la cual se caracteriza por ser reversible y presentar distintos grados de severidad", añadió.

Factores hereditarios, así como el pelo de animales, polvo, polen, el frío,

algunos alimentos o incluso el ejercicio logran desencadenarla. "Se presenta a cualquier edad y no tiene una duración específica; en la etapa preescolar puede ser totalmente reversible si se atiende a tiempo, y también hay asma del anciano", indicó la especialista.

Los niveles de eosinófilos -glóbulos blancos activos en alergias- y de inmunoglobina E -anticuerpo que actúa contra los alérgenos- pueden determinar la presencia del asma. "Se puede diagnosticar mediante una espirometría, una biometría hemática, radiografías de tórax y estudios complementarios".

La doctora Ochoa Vázquez refirió que otro indicador es la manera en que el paciente responde a los broncodilatadores de acción corta, como el salbutamol, en la espirometría. "Si responde de una manera positiva estamos ante un paciente con asma".

En México, las instituciones de salud pública cuentan con alergólogos, neumólogos, broncodilatadores de acción corta y larga, esteroides inhalados, inmunomoduladores y antihistamínicos

para atender el padecimiento que, de acuerdo con datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), afecta a 7 por ciento de la población nacional.

"No es lo mismo un paciente con asma intermitente o moderada, que uno con asma casi fatal, que requiera de atención en terapia intensiva", dijo la experta al señalar que el costo del tratamiento va de los 300 a los 10 mil pesos mensuales, según la gravedad.

Personajes como Antonio Vivaldi, Ludwig van Beethoven, Charles Chaplin y Ernesto "Che" Guevara padecieron la enfermedad que, actualmente, se coloca entre las primeras 15 causas de muerte en nuestro país. ^(fm)



Atender los síntomas para una detección oportuna

El 8 de mayo de 2013 se celebró el primer Día Mundial del Cáncer de Ovario para concienciar a la población sobre las características de la enfermedad.

Aunque el cáncer de ovario (CO) no es el más frecuente, sí es el más letal de las neoplasias ginecológicas debido a que no existen pruebas de tamizaje o de escrutinio que lo diagnostique en las etapas I o II, cuando es curable. Por ello, "es recomendable que las mujeres estén atentas a lo que sienten; si tienen inflamación y dolor pélvico o abdominal que aumenta y dura más de tres semanas, es tiempo de ir al médico", alertó la doctora Carmen Méndez Herrera, académica del Departamento de Embriología de la Facultad de Medicina de la UNAM.

"Hay que insistirle al médico que revise los ovarios, porque regularmente no lo toma en cuenta y confunde los síntomas con alteraciones digestivas retrasando el diagnóstico a veces hasta un año, cuando el tumor ya se diseminó y es muy difícil su tratamiento, disminuyendo así la sobrevida de esa paciente", indicó al aclarar que el Papanicolaou no detecta ese tipo de cáncer, sólo el de cérvix.

El CO se presenta principalmente en mujeres posmenopáusicas -la media de edad a nivel mundial es de 60 años y de 51 en México-, pues una vez que concluye la función reproductiva, el ovario cambia, los folículos y ovocitos son sustituidos por estroma y hay abundantes quistes de inclusión epite-

lial, los cuales pueden originar el CO, siendo el más frecuente el de tipo epitelial que representa el 90 por ciento de los tumores que se originan en el ovario.

"Hay varias estirpes histológicas de tipo epitelial, siendo el de mayor frecuencia el papilar seroso de alto grado (más del 50 por ciento de los casos nacionales), después los endometrioides, los mucinosos y los de células claras. También está el seroso de bajo grado, que tiene pobre sensibilidad a la quimioterapia y que, no atendido adecuadamente, puede llegar a ser irreseccable a pesar de creerse que tiene bajo potencial maligno", señaló.

Síntomas y factores de riesgo

"Desgraciadamente no hay una estrategia de prevención para la población en general", lamentó la doctora Méndez Herrera al manifestar que además de una inflamación pélvica, las mujeres tienen que estar alertas en caso de que experimenten una sensación de saciedad temprana o de llenura aun sin haber tomado alimento suficiente, constipación, diarrea, dolor cuando tengan relaciones sexuales o sangrado transvaginal anormal fuera del periodo de menstruación o en etapa posmenopáusica.

"El diagnóstico oportuno de cáncer epitelial de ovario (CEO) es un reto porque no hay biomarcadores especí-

ficos. Lo más cercano a ello es hacer un ultrasonido transvaginal donde se pueden ver bien los límites del ovario y además acompañarlo de la prueba del CA 125, que es un antígeno general", especificó al comentar que las mujeres nulíparas (que nunca tuvieron hijos) o que estuvieron expuestas a hormonas esteroideas exógenas tienen un mayor riesgo de padecerlo.

Por su parte, la doctora Flavia Morales Vásquez, oncóloga médica del Instituto Nacional de Cancerología, indicó que el abordaje quirúrgico es lo que define el pronóstico. "Para que éste sea positivo, es necesario que el procedimiento lo realice un cirujano oncólogo experto en la patología, pues de lo contrario esa mujer necesitará una segunda cirugía, lo que disminuye su esperanza de vida", alertó la experta tras recomendar a las pacientes cuidar su dieta, tomar abundantes líquidos, hacer ejercicio y practicarse estudios de laboratorio de manera periódica. ^(fm)

El MEDAPROC refuerza la práctica clínica

Capacitar y evaluar a futuros médicos es el objetivo del Modelo Educativo para Desarrollar Actividades Profesionales Confiables (MEDAPROC), el cual mediante una serie de actividades en línea, permite a los estudiantes de la Facultad de Medicina (FM), que cursan el Internado Médico, obtener e incrementar las habilidades requeridas en la práctica clínica.

“Queremos que los alumnos se conviertan en médicos generales competentes”, aseguró la doctora Ana María Monterrosas Rojas, jefa del Departamento de Internado de la Secretaría de Enseñanza Clínica, Internado y Servicio Social (SECISS) de la FM, tras añadir que este sistema de evaluación se apoya en una serie de tareas que determinan el nivel de avance de cada participante.

“Es una aplicación digital con tres niveles, mediante la cual los alumnos son evaluados de forma individual, objetiva y con un criterio homologado, de acuerdo con las normas internacionales y estándares de calidad”, explicó la especialista, tras añadir que el MEDAPROC optimiza el aprendizaje del practicante, a fin de que pueda prescindir de la supervisión en su futuro ejercicio.

Las Actividades Profesionales Confiables o APROCs permiten solucionar diversos problemas de las seis áreas clínicas del Internado: Cirugía, Gineco-Obstetricia, Medicina Familiar, Medicina Interna, Pediatría y Urgencias; también facilitan la elaboración de diagnósticos e historias clínicas, y la integración de un equipo de trabajo.

“Evaluamos las actitudes y el profesionalismo de los chicos. Además de ser competentes, queremos que aprendan a utilizar un lenguaje entendible y que tengan un trato cordial y respetuoso hacia el paciente”, añadió.

El MEDAPROC es un programa de la Secretaría de Educación Médica y la SECISS; inició en 2015 como prueba piloto y actualmente se aplica a todos los que cursan el Internado Médico. “Nos llena de orgullo dar un plus a nuestros próximos médicos; aprender mientras hacen es una forma de garantizar su capacidad de actuar ante los problemas”, concluyó la doctora Monterrosas Rojas. ^(fm)

Valeria Cuatecatl

INVESTIGACIÓN

¿Ves manchitas todo el tiempo? Pueden ser miodesopsias

Las miodesopsias son imágenes como manchas o filamentos que se forman en el interior del ojo y se desplazan con el movimiento ocular. “Se presentan como consecuencia de irregularidades vítreas por agregación de fibras de colágeno alrededor de espacios de licuefacción y son más notorias en condiciones de mucha luz y fondos claros”, explicó la doctora María del Rocío Arce González, integrante de la Unidad de Investigación Fundación Conde de Valenciana de la Facultad de Medicina de la UNAM.

También conocidas como moscas volantes, las miodesopsias generalmente se deben a condiciones normales del proceso de envejecimiento del vítreo, por lo que no se pueden prevenir y aparecen de manera más temprana en personas con miopías avanzadas o posterior a la presencia de trauma ocular.

“Quienes las tienen se adaptan a ellas, pues su agudeza visual no disminuye regularmente. Sin embargo, deben considerarse como factores pronósticos la presencia de lesiones en

la retina, o la aparición de la patología vítreo diferente al envejecimiento vítreo normal”, advirtió la especialista.

Destacó que es importante la revisión bajo dilatación cuando aparecen súbitamente y se acompañan de fotopsias (visión de luces o destellos), para descartar lesiones en la retina que predispongan un desprendimiento de la misma o para descartar enfermedades inflamatorias o la presencia de sangre en la cavidad vítreo. ^(fm)

Lili Wences

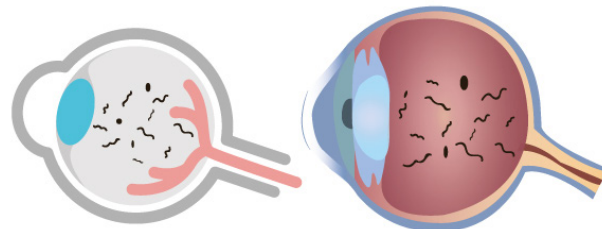




Imagen tomada de <https://goo.gl/YaE6Zm>

El campo mexicano, lleno de alimentos nutritivos

México enfrenta una epidemia de obesidad e hipertensión, pero a pesar de ello, la población no cuenta con la información necesaria sobre los alimentos que debe consumir. Incluso, “los mismos médicos no recibimos una formación adecuada en nutrición”, alertó el doctor Luis Alberto Vargas Guadarrama, investigador del Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM.

Durante el Viernes Cultural que organiza la Facultad de Medicina (FM), expresó que “no basta con decirle a las personas que consuman menos hidratos de carbono o menos grasas. Tenemos que entender por qué comen las personas lo que comen”.

Entre estas razones están las culturales, las sociales, las económicas y la falta de información, así como las circunstancias que vive cada persona. “Todos somos testigos de que hay una ‘hora de comer’, aunque no nos dé hambre, sabemos que es el momento en que estamos condicionados para comer. Son costumbres que la sociedad impone.

“En México, hacemos tres comidas, en teoría, y rara vez aceptamos que almorzamos o consumimos alguna colación. Si el paciente llega y le pregunto qué come me va a hablar sobre su desayuno, comida y cena y se va a saltar lo demás”, explicó el médico y antropólogo.

Por ello, insistió, el profesional de la salud debe explorar mejor los hábitos de su paciente y, sobre todo, comprender que la oferta de consumo tiene que ver en gran medida con la cultura.

Por tal razón, es muy importante entender que la tradición alimenticia mesoamericana puede ofrecer alternativas nutritivas y saludables, pues en ocasiones se pretende que los pacientes coman alimentos de difícil acceso o de orígenes extranjeros cuando hay productos mexicanos con gran valor nutricional.

“En contra de la quinoa pondría a la mexicanísima chíá, que ahora se consigue con facilidad y que desde el punto de vista bioquímico tiene propiedades benéficas para la salud”, ejemplificó.

Además, destacó que la chíá forma parte de los cuatro alimentos para el control de la diabetes, de acuerdo con un estudio del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”, junto con la avena, la soya y el nopal.

“Se puede cambiar el pan de trigo por el pan de avena, tomar avena en el desayuno; dejar de tomar leche de vaca, que tiene mucha grasa, y tomar leche de soya, que en las mujeres tiene principios activos que ayudan a controlar todos los síntomas de la menopausia.

“Los nopales se pueden comer como ensalada, con huevo, como acompañantes del guiso principal [...]. De eso se trata, de que se puedan integrar a la dieta diaria. Lo primero que tendría que hacer el nutriólogo o el médico es preguntar qué te gusta y formular una dieta de acuerdo con ello. Este tipo de cosas son las que uno tiene que aprender a manejar en la clínica”, señaló.

El comercio transforma el consumo

De acuerdo con el experto, hay alimentos que han cambiado por la industria. Por ejemplo, el caso de la exportación del aguacate Hass. “Talaron los árboles de aguacate criollo y se dedicaron a sembrar aguacate Hass, de cáscara gruesa para soportar el traslado a Japón. Hoy sólo pequeños productores siembran aguacate de cáscara delgada”, refirió el doctor Vargas Guadarrama.

Por otra parte, resaltó que, en un estudio multidisciplinario donde participa la FM, se investigan propiedades, patrones de siembra y consumo de tres especies de quelites. Los alaches, adelantó, “evitan que el famoso *Helicobacter pylori*, causante de la gastritis y otras enfermedades, se pegue a las paredes del estómago”.^(fm)

ACTÍVATE Y MEJORA TU CALIDAD DE VIDA



Subir escaleras, caminar y andar en bicicleta son actividades que pueden mejorar la calidad de vida de quienes no tienen el tiempo suficiente para practicar un deporte, como los estudiantes universitarios que tienen cargas académicas que en ocasiones les impiden practicar alguna disciplina deportiva, señaló la doctora Cristina Rodríguez Gutiérrez, miembro del Subcomité Académico de Medicina de la Actividad Física y Deportiva de la Facultad de Medicina de la UNAM.

“Entre los jóvenes no resalta el cansancio físico, sino el mental. Lucen agotados debido a que duermen poco, leen demasiado y se estresan por la sobrecarga de trabajo y los periodos de exámenes”, por lo que es recomendable dedicar por lo menos 40 minutos al día a realizar alguna actividad física, pues eso les permitirá tener mayor energía para su desempeño académico.

“La gente se preocupa por no padecer diabetes o hipertensión, pero nunca por no ser sedentarios”, expresó la especialista tras indicar que la inactividad física es uno de los princi-

pales factores de riesgo de mortalidad a nivel mundial.

A diferencia de los deportes, donde el propósito es competir, la actividad física se centra en ofrecer beneficios a la salud. “Debe realizarse de manera organizada y a conciencia para obtener resultados. No es lo mismo ir al gimnasio y platicar con amigos que salir a correr al parque solo, pues en esta última acción el esfuerzo está canalizado en el trabajo muscular y no en hablar”, indicó la también directora de Medicina del Deporte de la Dirección General del Deporte Universitario (DGDU) de la Universidad Nacional.

Iniciarse en el ejercicio en una etapa posterior a la adolescencia implica dosificar el tiempo que se le invierte, así como cuidar las horas de sueño y la alimentación; es importante acudir con un nutriólogo, o bien, consumir una dieta que incluya todos los grupos de alimentos: productos de origen animal, cereales y legumbres, frutas y verduras, grasas y azúcares, manifestó.

Al resaltar que toda actividad física o disciplina deportiva requiere de un calentamiento en el que se trabajen

todos los grupos musculares, mencionó que las lesiones en los jóvenes varían de acuerdo con la actividad que realizan, sin embargo, las más comunes se presentan en las piernas, los cuádriceps y los brazos, seguido de los esguinces de tobillo y rodilla, por lo que deben dedicar varios minutos a preparar su cuerpo para un mayor esfuerzo.

La doctora Rodríguez Gutiérrez invitó a la comunidad de la Facultad de Medicina a realizar algún tipo de actividad física o disciplina deportiva y recordó que la DGDU, localizada a un costado del Estadio Olímpico Universitario, ofrece diversas actividades, como: natación, tocho bandera, fútbol americano, soccer, baloncesto y voleibol, además del gimnasio al aire libre y el programa PUMA Fit, que combina el ejercicio anaeróbico con la fortaleza, mediante cuerdas, trapos, pelotas y hojas de papel. (fm)

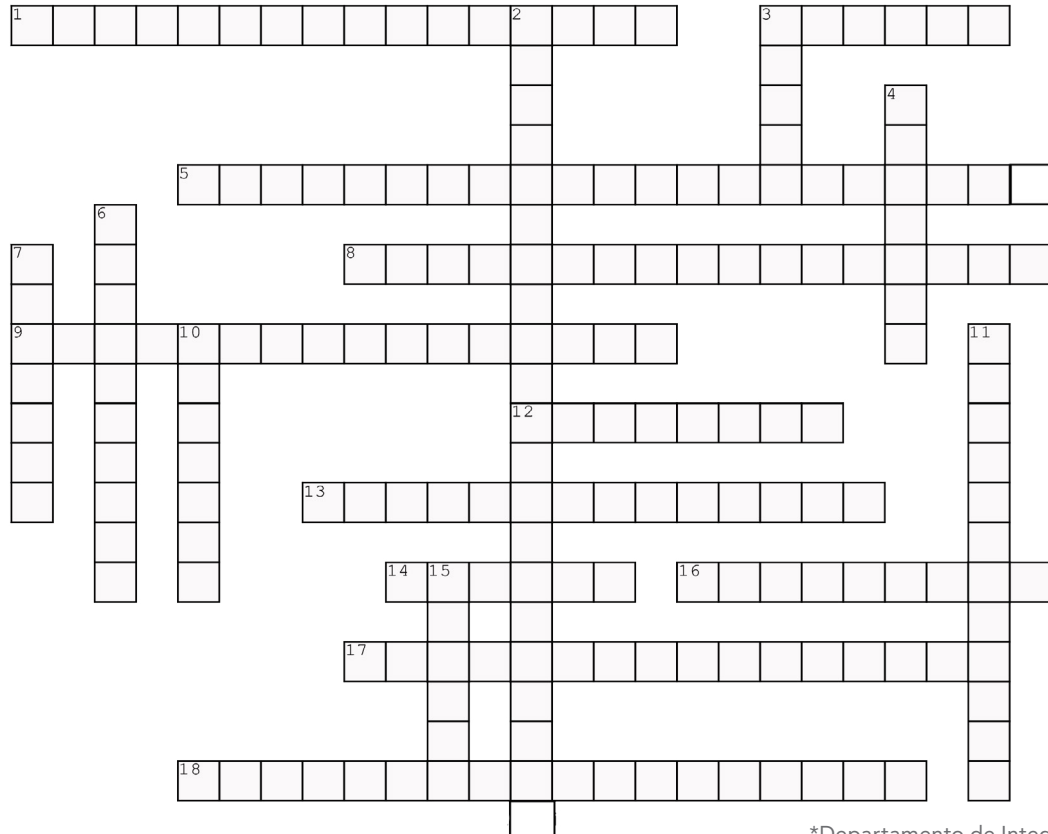
Crucigrama

Inmunidad y alergias

Doctora Cassandra Durán Cárdenas*

Instrucciones: Encuentra las palabras de acuerdo con las definiciones. No olvides comprobar tus respuestas en la siguiente edición.

Ganarán libros los primeros cinco alumnos que presenten sus respuestas correctas en las oficinas de la Gaceta, en el 7° piso de la Torre de Investigación, Facultad de Medicina.



*Departamento de Integración de Ciencias Médicas

Horizontal

1. Es la presencia de proteínas anormales en la sangre que se vuelven espesas a temperaturas frías.
3. Reacciones celulares, retardadas, causadas por linfocitos T, previo contacto con el antígeno, lo que da lugar a citotoxicidad.
5. Es un trastorno hemorrágico idiopático en el cual el sistema inmunitario destruye las plaquetas.
8. Lesión causada por el depósito de inmunocomplejos que destruyen a los podocitos.
9. Trastorno autoinmunitario que lleva a hipertiroidismo.
12. Es la proteína que genera la hipersensibilidad al gluten.
13. Estos cristales indican un proceso alérgico con degranulación de los eosinófilos.
14. Carácter hereditario de una persona que presenta reacciones alérgicas con una frecuencia anormalmente elevada.
16. Síndrome de la piel que se caracteriza por la presencia de manchas y áreas de inflamación rosáceas, acompañadas de prurito.
17. Es una enfermedad autoinmune sistémica, caracterizada por la producción de autoanticuerpos antinucleares (ANAs).
18. Es una forma de artritis que causa dolor, inflamación, rigidez y pérdida de la función de las articulaciones.

Vertical

2. Presencia de anticuerpos que reaccionan contra el endotelio de las membranas basales del glomérulo renal y alvéolos pulmonares.
3. Reacciones inmediatas que se deben a la liberación de histamina, prostaglandinas y leucotrienos en basófilos y mastocitos IgE.
4. Reacciones por complejos solubles antígeno-anticuerpo, circulantes, en los vasos sanguíneos y tejidos.
6. Sensibilidad excesiva de algunas personas a la acción de ciertas sustancias.
7. Alteración específica de reacción ante un alérgeno, sustancia de naturaleza tóxica que produce sensibilización.
10. Inflamación de la mucosa de las fosas nasales.
11. Enfermedad causada por la hipersensibilidad contra los antígenos de *Aspergillus sp.*
15. Reacciones citotóxicas o dependientes del complemento citolítico.



PALACIO DE LA ESCUELA DE MEDICINA

CORAZONES Y NEURONAS en la Noche de Museos



Bordar es sanar, unir, reparar. Entrelazar hilos y formar algo hermoso, como un corazón, resultó una tarea terapéutica para los 38 artistas que forman parte de la exposición colectiva “Hilos y lati2, exploraciones textiles” coordinada por la maestra Ana Mayoral Marín, docente de la Facultad de Artes y Diseño de la UNAM.

“Básicamente son dos aspectos que me interesaron: dar un reconocimiento al bordado, como técnica que marca la identidad en este país y, por otro lado, que cada una de estas piezas representa una historia de vida”, explicó previo a la inauguración de la muestra, 25 de abril, en el marco de la Noche de Museos.

Objetos artísticos, prendas intervenidas y una gran variedad de propuestas textiles de alumnos, compañeros de taller, maestros y bordadoras tradicionales, convocados por la maestra Mayoral Marín para expresar su visión del corazón, engalanan el primer piso del Palacio de la Escuela de Medicina.

“Es muy interesante la vinculación que puede existir entre las diferentes disciplinas. Es también una muestra de cómo podrían desarrollarse proyectos multi, inter y transdisciplinarios, porque las artes no están peleadas con ninguna profesión, al contrario, hay muchos proyectos que están vinculados con arte y ciencia”.

En ello coincidió Fernando Cortés Muñozcano “Ferrus”, artista egresado de la Escuela Nacional de Pintura, Escultura y Grabado “La Esmeralda”, quien inauguró “Autopistas neuronales”, una instalación de su autoría: “Mucha gente piensa que el arte y la ciencia están separados, yo pienso que todas las manifestaciones de la cultura se unen”, expresó.

Su obra está inspirada en el médico Santiago Ramón y Cajal, quien estudió, entre otras cosas, la estructura del cerebro. Aplicando una técnica para visualizar las neuronas, usando cloruro de oro. Por sus investigaciones, recibió en 1906, junto con Camilo Golgi, el Premio Nobel en Fisiología o Medicina. Además, realizó extraordinarios dibujos de las neuronas y fue pionero de la fotografía en España.

Ambas exposiciones se pueden visitar de lunes a domingo de 9 a 18 horas. “Hilos y lati2, exploraciones textiles” estará hasta junio, mientras que “Autopsias neuronales” hasta el 7 de mayo. ^(fm)

Mariana Montiel



ISSN 0186-2987



9 770186 298706