



Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



10 años



FISIOTERAPIA UNAM



CON RALLY, FISIOTERAPIA FESTEJA 10 AÑOS DE FORMAR PROFESIONALES QUE MUEVEN A MÉXICO

PÁGS. 12-13

CONTENIDO

- 03 #PrincipiosFacMed: Preservación
- 04 Seminario de Bioética, Ciencia Forense y Género
- 06 "Es muy satisfactorio ayudar a quien más lo necesita": Britany Nuñez, médica pasante en Cadereyta de Montes
- 08 "El agradecimiento de los pacientes es mi mayor motivación": doctora Laura Jiménez Santiago
- 09 Jessica Bahena, alumna del PECEM, publica artículo en la revista internacional más importante sobre nefrología
- 10 Solicitud de un hijo de ocultar información, un análisis bioético
- 11 Salud mental y cardiopatías
- 12 Con rally deportivo-cultural, la Licenciatura en Fisioterapia festeja 10 años de formar profesionales que mueven a México
- 14 Estudiantes presentan tres proyectos de investigación en el Seminario AFINES
- 16 Homenaje póstumo a miembros del Departamento de Fisiología
- 18 ¿Qué hacen los psicodélicos en el cerebro?
- 19 Concluyó con éxito el curso "Factores de riesgo psicosocial en el trabajo: Identificación, evaluación y estrategias de intervención"
- 20 Publicaciones de la Facultad de Medicina: *Manual de investigación en salud mental. Una guía práctica*
Reseña de sesión ordinaria virtual del Consejo Técnico
- 21 Una noche sólo para atletas en el Palacio de la Escuela de Medicina
- 22 Jacqueline Garrido, apasionada del deporte, es atleta de triatlón y pentatlón
- 23 Concierto del Día de la Médica y el Médico 2022
- 24 Feria Universitaria de Salud Mental
- 25 Alimentación FacMed
- 26 Programa de Salud Mental para la Comunidad de la Facultad de Medicina (PROSAM)



¡Atrévete a ser Buitre!

Conoce lo que el Programa de Actividades Deportivas y Recreativas tiene para ti.

Correo: padyr.fm@unam.mx
 Página: <https://csc.facmed.unam.mx/index.php/actividades-deportivas-y-recreativas/>
 Facebook: Actividades Deportivas FacMed
 Teléfono: 56232300 Ext. 45136
 Ubicación: Basamento del edificio G, a un costado de las rampas

Gaceta Facultad de Medicina, año X, número 297, del 3 al 9 de octubre de 2022, es una publicación semanal editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, alcaldía 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, alcaldía Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México. Teléfono 5623-2432, página: <http://gaceta.facmed.unam.mx>, correo electrónico: gacetafm@unam.mx.

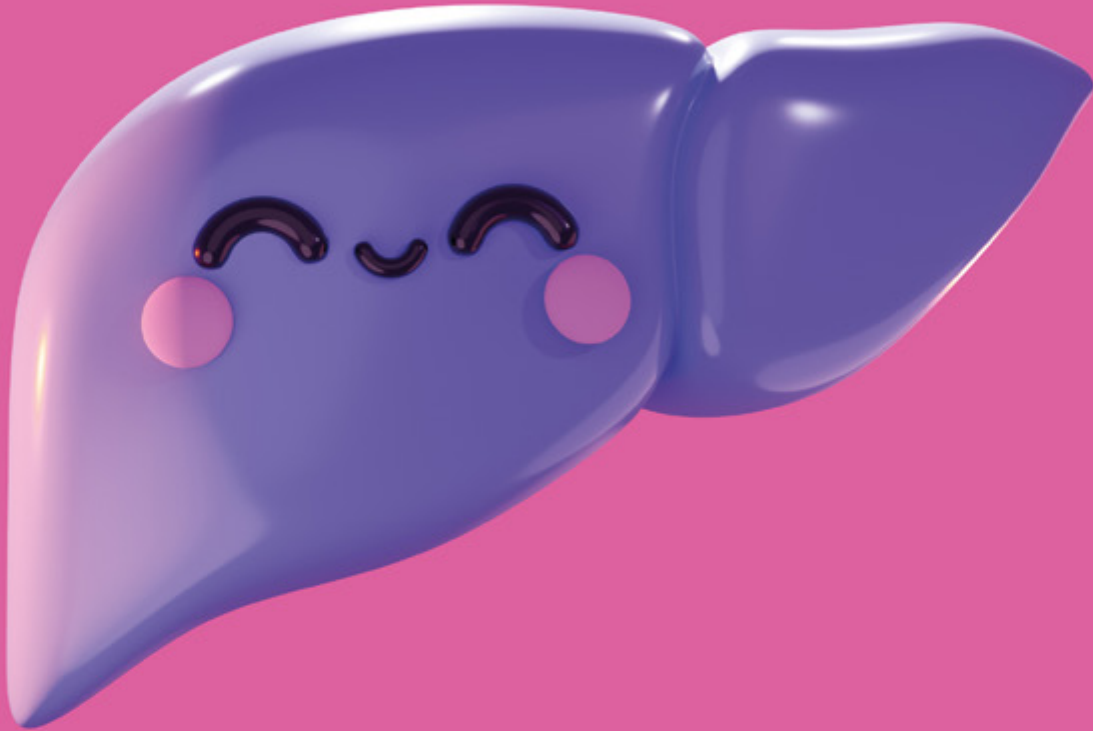
Editora responsable: licenciada Karen Paola Corona Menez. Número de certificado de reserva de derechos al uso exclusivo del título: 04-2013-052311041600-203. ISSN: 2395-9339, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Coordinadora editorial y responsable de la última actualización de este número: licenciada Isabel Lili Wences Solórzano, séptimo piso de la Torre de Investigación, Circuito Interior sin número, Ciudad Universitaria, alcaldía Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México. Fecha de última modificación: 3 de octubre de 2022. 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.



Facultad de Medicina

#PrincipiosFacMed

PRESERVACIÓN



Cuidado y uso responsable de las instalaciones de la Facultad de Medicina y sedes universitarias

Respetamos y preservamos los bienes y espacios universitarios que constituyen el patrimonio de nuestra Facultad.

Consulta el **Código de Ética FacMed:**
www.facmed.unam.mx/principiosfacmed



Facultad de Medicina UNAM

Seminario de Bioética, **Ciencia Forense y Género**

Fotografías: Adrián Álvarez y Carlos Díaz



Por Karen Hernández

Con el objetivo de propiciar un espacio de reflexión y diálogo sobre temas de interés forense con la perspectiva de la bioética y el género, así como motivar el debate académico y científico desde los diversos puntos de vista, concepción y análisis para fomentar el pensamiento crítico entre los asistentes, los días 22 y 23 de septiembre, la Licenciatura en Ciencia Forense (LCF) de la Facultad de Medicina, el Centro de Investigaciones y Estudios de Género (CIEG) y el Instituto de Investigaciones Jurídicas (IIJ) de la UNAM realizaron el "Seminario de Bioética, Ciencia Forense y Género" con el eje temático "Grupos en situaciones de vulnerabilidad, Ciencia Forense, Bioética y Violencia de Género".

En la inauguración realizada en el Aula Magna de la LCF, la doctora Irene Durante Montiel, Secretaria General de la Facultad de Medicina, recaló la importancia de fomentar el pensamiento crítico entre los asistentes al Seminario, porque "todo profesional que se esté formando para una licenciatura debe de tener la capacidad mental de integrar el conocimiento con sus actitudes y habilidades; la reflexión es muy importante y va sembrando el camino para que ustedes como científicos forenses puedan detectar las evidencias necesarias al momento de construir el relato científico de cómo sucedieron los hechos para que se pueda lograr la justicia".

La doctora Zoraida García Castillo, Coordinadora de la LCF, comentó que cuando empezaron a trabajar en este Seminario anual tenían el objetivo de hacer que los futuros científicos forenses se desempeñaran de forma ética, lo

cual se convirtió en una meta transversal entre todas las asignaturas de la Licenciatura, pues desde que recibieron a la primera generación les pareció una buena medida académica el conjuntar el mundo forense con temas de bioética y con la equidad de género.

Por su parte, la doctora Marisa Belausteguigoitia Rius, Directora del CIEG, dio una visión general de los temas del Seminario y enfatizó que una forma de hacer justicia desde el enfoque de la bioética y la Ciencia Forense es narrando adecuadamente las historias de las víctimas, lo cual se logra al tener perspectiva de género porque "ofrece los elementos para construir un relato no corrupto y más cercano a la realidad".

Desigualdad de acceso a la salud

En esta mesa moderada por la doctora Anahy Rodríguez González, académica de la LCF, la doctora Georgina Flores Madrigal, académica del IIJ, habló de la desigualdad del acceso a la salud de las personas con discapacidad y los adultos mayores, ya que "es necesario que los Estados se involucren de manera integral, a fin de que los grupos vulnerables sean reconocidos desde la prevención y promoción del derecho a la salud".

Asimismo, el doctor Mauricio Padrón Innamorato, investigador del IIJ, comentó que la desigualdad es multidimensional, ya que las diferencias en el estado de salud entre unas personas y otras ocurren en relación a su estrato social, la influencia de diversos determinantes sociales, organizacionales, económicos, institucionales, culturales y de género.



Por su parte, la doctora Liliana Mondragón Barrios, investigadora del Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”, mostró las barreras que existen en México para la atención de la salud mental y, ante esta problemática, hizo referencia a la Ley General de Salud en materia de Salud Mental y Adicciones, la cual busca garantizar el acceso universal e igualitario a servicios de atención médica de enfermedades mentales y adicciones, tratando de aumentar la prevención y atención temprana de estos padecimientos.

En su oportunidad, la doctora Luz María Moreno Tetlacuilo, Coordinadora del Programa de Estudios de Género en Salud de la Facultad de Medicina, comentó que para lograr una equidad de género en el acceso a los servicios de salud se debe considerar que los recursos de atención se asignen según las necesidades particulares de hombres y mujeres, que tengan similares niveles de salud y bienestar; y brindar un acceso equitativo a los recursos sanitarios.

Desigualdad en el acceso a la justicia y a la Ciencia Forense

En esta mesa moderada por la doctora Zoraida García Castillo, la doctora Ángela María Buitrago Ruíz, abogada y perita en Criminalística, habló de las 100 Reglas de Brasilia, las cuales pretenden garantizar el acceso a la justicia de las personas con vulnerabilidad como aquellas con discapacidad, mayores de edad, de comunidades étnicas y migrantes, entre otros.

La doctora Lucía Núñez Rebollo, investigadora del CIEG, dedicó su exposición a la procuración y administración de la

justicia penal desde los puntos clave de la desigualdad y la Ciencia Forense, pues el acceso a la justicia es un concepto amplio que involucra diferentes materias.

Por su parte, la doctora May-ek Querales Mendoza, colaboradora del Grupo de Investigaciones en Antropología Social y Forense, habló de la reforma constitucional en materia de justicia penal y seguridad pública, la cual es reconocida como la propuesta de cambio más importante en el Sistema de Justicia Penal mexicano que permite que los abogados y peritos se desempeñen en un entorno que premia el compromiso ético.

Otros temas

En la mesa “Biología reproductiva y comercialización de la capacidad reproductiva”, estuvieron Sofía Hernández Corona, de la Facultad de Ciencias de la UNAM; Pablo Navarrete Gutiérrez, consultor en Derechos Humanos y Género; Mariana Dobernig Gago, de la Universidad Iberoamericana, y fue moderada por María de Jesús Medina Arrellano, integrante del IJJ.

Siobhan Fenella Guerrero del Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades de la UNAM; Kenya Cuevas, activista de los derechos de personas transgénero de la Casa de las Muñecas Tiresias; Nashieli Ramírez Hernández, Presidenta de la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México (CDMX); y Layla Ahlam Vázquez, de la Fiscalía Especializada en Femicidios de la CDMX, participaron en la mesa “Transfemicidio”, moderada por Amaranta Manrique de Lara y Ramírez, del Hospital General de México “Dr. Eduardo Liceaga”.

Finalmente, en la mesa “Debate sobre trabajo sexual y prostitución”, las ponentes fueron Zenia Yébenes Escardó, de la Universidad Autónoma Metropolitana, y Agustina Iglesias Skulj, investigadora independiente, y fue moderada por María de los Ángeles Cancino Rodezno, de la Facultad de Ciencias de la UNAM.

El 23 de septiembre, el Instituto de Investigaciones Jurídicas fue sede del Seminario, el cual también se transmitió por redes sociales. Para ver el programa completo, ingresa a: <https://bit.ly/3SuZM2q>.



“Es muy satisfactorio ayudar a quien más lo necesita”: Britany Nuñez, médica pasante en Cadereyta de Montes

Fotografías cortesía de la MPSS Britany Nuñez



Por Karen Hernández

“Al realizar el Servicio Social en sedes rurales aprendes a valorar todo lo que la Facultad te dio en cuestión de educación, por lo que se siente bien poder retribuir eso a la sociedad, es muy satisfactorio como médica poder ayudar a la gente y más a quienes lo necesitan, porque no tienen la oportunidad de acudir a otro hospital más grande”, aseguró Britany Nuñez Gutiérrez, médica pasante de la Facultad de Medicina de la UNAM, quien realiza su Servicio Social en el Centro de Salud Sombrerete de la Secretaría de Salud, en Cadereyta de Montes, Querétaro.



Recordó haber elegido la Licenciatura de Médico Cirujano porque “siempre buscaba algo que me retara, que fuera difícil y que no dejara de sorprenderme día con día; recuerdo que cuando cursé área II en la preparato-

ria nos mostraron varias materias respecto a Medicina y desde ahí me gustó mucho porque siempre enseñan cosas nuevas y sorprendentes”.

Asimismo, comentó que la gente de Cadereyta de Montes es muy agradecida y al ser una comunidad pequeña todos se conocen, “no hay persona que pase en la calle y no te dé un saludo, realmente son muy amables en las consultas, incluso me han traído comida y me invitan a las fiestas patronales de la comunidad”.



Una de las razones por las que decidió realizar su Servicio Social en Sombrerete es porque es una de las comunidades más cercanas al pueblo de Cadereyta, lo cual considera importante porque va cada mes a tomar cursos para estar constantemente actualizada y brindar la mejor atención a sus pacientes, ya que la cercanía a ese pueblo le permite transportarse de manera más fácil y rápida.

Britany mencionó que lo que más le ha gustado es el poder compartir la consulta con sus pacientes, porque entienden todo lo que les explica y están interesados

en lo que les enseña, y la comunidad es tan cálida que le han brindado mucho apoyo.

“Cuando llegas a la comunidad te das cuenta de que el médico de Servicio Social aporta mucho, por ejemplo, el Centro de Salud en el que estoy atiende a cuatro comunidades, por eso es tan importante venir a comunidades rurales, porque realmente no hay mucho apoyo en cuestión de salud, solamente estamos nosotros y, por ende, la gente se apoya en ti”, resaltó la médica pasante.



También, expresó que profesionalmente ha aprendido que nunca se sabe todo, pues “hasta que llegué aquí me di cuenta de lo que me hacía falta estudiar y de lo que sí sabía, porque ya estaba sola con los pacientes en la consulta, por lo que tengo que estar estudiando para poder brindar una buena atención, pero esto es bueno porque te retas a ti misma”.



Por otro lado, a nivel personal aprendió a valorar mucho, pues “en la Ciudad de México todo lo tienes a tu alcance, la Facultad te brinda libros, clases, prácticas, todo, y aquí para poder entrar a la secundaria o ir a la preparatoria caminan horas para poder llegar y no les pueden brindar libros a todos porque el presupuesto no alcanza”.

Además, Britany ha tenido la oportunidad de salir a conocer varias partes de Querétaro, así como la cultura de Cadereyta de Montes y su lengua materna que es el otomí, e incluso otras formas de tratamiento como la herbolaría.



Finalmente, recomendó a los estudiantes que estén por hacer su Servicio Social a realizarlo en una sede rural, pues es una gran experiencia: “Estoy muy feliz de estar aquí porque he aprendido muchas cosas, todos te brindan apoyo, las personas con las que convives se vuelven parte de tu familia, vale mucho la pena estar tan lejos”.

Historias de Éxito #MujeresFacMed

“El agradecimiento de los pacientes es mi mayor motivación”: doctora Laura Jiménez Santiago



Mi nombre es Laura Jiménez Santiago. Desde pequeña me atraían mucho los programas sobre el cuerpo humano en los que explicaban cómo funcionaba, pues me gustaba saber cómo es que llevábamos a cabo funciones como caminar, respirar, tratar enfermedades, entre otros aspectos que lograron que naciera mi interés por la Medicina.

Sin embargo, al ver que esta profesión era una manera de ayudar a las personas enfermas para salvaguardar su salud y bienestar, hizo que me inclinara completamente por esta carrera, y realicé la especialidad de Medicina Familiar en la Unidad de Medicina Familiar número 20 Vallejo, del IMSS.

Elegí esta especialidad porque los médicos familiares podemos dar un enfoque de manera integral a los pacientes en sus esferas física, mental y social, ya que pasamos tres años perfeccionando el actuar clínico, lo que da como resultado una evaluación enfocada y minuciosa de todas las posibilidades diagnósticas, lo que nos hace ser eficaces y eficientes en nuestro actuar médico con el paciente y con su familia, lo cual es muy importante porque es el núcleo de la sociedad.

Anteriormente estuve laborando como médica general, y en ese momento me di cuenta que la Medicina Familiar es indispensable, ya que gran parte del trabajo es la prevención y detección precoz de las enfermedades, y con eso podemos tener un pronóstico favorable para el paciente.

El agradecimiento de los pacientes que van evolucionando favorablemente es mi mayor motivación para crecer profesional y humanamente; eso aunado a mi meta de ir adquiriendo más conocimientos prácticos y clínicos para tener mayor capacidad como médica.

Como ser humano, la carrera de Médico Cirujano me ha enseñado a ser más empática y comprensiva con las personas de mi alrededor, ya que al estar con pacientes que llegan a tener enfermedades complicadas, crónicas o degenerativas, te hace valorar y cuidar tu salud.

Uno de mis mayores logros es el estar por terminar mi posgrado, pues como médica sé las dificultades que se presentan durante una residencia, desde económicas, hasta la carga de trabajo y estudio que muchas veces nos sobrepasa, por lo que es un orgullo y satisfacción personal saber que ya estoy en la recta final.

Actualmente, curso una estancia en Córdoba, Argentina, en la cual estaré rotando en hospitales comunitarios y clínicos con la finalidad de analizar y comparar las diversas estrategias de la Medicina Familiar en la consulta del primer nivel de atención. También soy representante de residentes ante el Consejo Interno Asesor de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad de Medicina de la UNAM y vocal representante de alumnos ante el Tribunal Universitario.

Me siento feliz de formar parte de las mujeres que incursionan en el ámbito médico, ya que en la Medicina como en la mayoría de otras profesiones el ser mujer es un reto más, pero hemos demostrado que tenemos las mismas capacidades intelectuales y laborales que los hombres, así que considero un gran logro a nivel mundial que cada vez seamos más médicas, por lo que felicito a las nuevas generaciones por iniciar una carrera tan bella e interesante, no desistan del camino, busquen la ayuda pertinente para continuar con su estudio y siempre confíen en sí mismas.

Personalmente, busqué tener claros mis objetivos y no desistir de ellos, ya que esta carrera llega a ser muy demandante, por lo que es importante buscar apoyo para poder seguir, ya sea con la familia, amigos o de manera profesional.

Jessica Bahena, alumna del PECEM, publica artículo en la revista internacional más importante sobre nefrología

Por Vicky Enrinar

Jessica Paola Bahena López, alumna del Plan de Estudios Combinados en Medicina (PECEM), junto con un equipo de investigadores y bajo la tutoría del doctor Gerardo Gamba Ayala, elaboró el artículo *Glucose/Fructose Delivery to the Distal Nephron Activates the Sodium-Chloride Cotransporter via the Calcium-Sensing Receptor*, el cual se publicó en la revista *Journal of the American Society of Nephrology*, considerada la más importante en el campo de la nefrología.

La idea de esta investigación surgió cuando hizo una estancia como parte del programa del PECEM con el doctor Gamba Ayala, quien es Director de Investigación en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición "Salvador Zubirán". "En las sesiones se discuten investigaciones de todo tipo, uno de estos estudios fue realizado en el laboratorio, en donde encontraron una vía de señalización a través del sensor de calcio que culmina en la activación del transportador de sal, por lo tanto, la activación de este receptor activa la retención de sal; además, discutimos otro estudio donde se observó que este sensor, que es de la misma familia que de los receptores del sabor, podía ser modulado por azúcares, planteando la hipótesis de que la llegada patológica de azúcares a la parte distal de la nefrona podría vincular al mecanismo de acción por el cual se puede desarrollar hipertensión en trastornos de tipo metabólico", explicó Jessica Paola.

"Nuestro trabajo demuestra que este receptor/sensor de calcio puede ser activado por azúcares, como la glucosa o la fructuosa, provocando así la activación del transportador sal en la nefrona distal, lugar en donde se encuentra este transportador", resaltó la alumna al mencionar que "dos de las enfermedades con mayor prevalencia y mortalidad en el mundo son la diabetes y la hipertensión, y este estudio abre un campo nuevo para explorar cómo este mecanismo puede contribuir a la hipertensión observada en personas que viven con diabetes o en aquellas que consumen dietas altas en azúcares".



Este trabajo tiene mucho que aportar en el campo de la investigación y en debates internacionales sobre nefrología, por ello, Jessica Paola indicó que es importante tomar como punto de partida estas enfermedades para poder resolver problemas fisiológicos, como es el caso de este trabajo; resaltó que le causa entusiasmo "que nuestra investigación resulte de gran relevancia, pues nos sitúa en medio de la discusión internacional".

Asimismo, consideró que realizar una estancia de investigación cada seis meses en diferentes laboratorios contribuyó a su formación y aumentó su interés por el campo de la nefrología hasta el punto de realizar su tesis doctoral en esa área.

"Durante todos estos años me enamoré de la fisiología renal y de la manera en que puedes conectar múltiples mecanismos fisiológicos y patológicos en el cuerpo", aseguró Jessica al adelantar que cuando concluya su doctorado desea realizar una carrera científica centrada en la investigación traslacional en nefrología con el objetivo de aplicar sus descubrimientos a la atención clínica cotidiana.

Solicitud de un hijo de ocultar información, **un análisis bioético**

Por Karen Hernández

En los años setenta el Congreso de Estados Unidos creó la "Comisión Nacional para la protección del ser humano frente a las investigaciones biomédicas y de conducta" para identificar los principios éticos básicos en los que debe basarse la investigación con seres humanos, y desarrollar directrices que aseguren que tal estudio se efectúe de acuerdo con esos principios; así, la Comisión creó lo que hoy conocemos como el informe Belmont, el cual propone tres principios básicos para poder proteger a los sujetos humanos en la investigación biomédica: la autonomía, la justicia y la beneficencia.

"Posterior al informe Belmont, surge el principialismo de Beauchamp y Childress para la clínica, el cual busca encontrar una metodología de toma de decisiones bioéticas que sea una herramienta efectiva para los profesionales de la salud con los principios de la ética biomédica, los cuales son la autonomía, es decir, el respeto a la libertad de elección de las personas no sólo absteniéndose de obstaculizarla, sino ejercerla en términos adecuados e informados; no maleficencia, que es la obligación de no producir daños de manera intencionada; con beneficencia, procurando actuar en beneficio del enfermo; y el principio de justicia que se refiere a la distribución equitativa de recursos, beneficios y cargas entre los miembros de la sociedad", indicó la doctora Jennifer Hincapie Sanchez, Coordinadora del Programa Institucional de Ética y Bioética FacMed, durante el club de lectura y análisis de casos transmitido por **Facebook Live** y **YouTube**.

Asimismo, indicó que el respetar las decisiones de otros entra en el ámbito de la moral común, sin embargo, no parece haber mucho acuerdo sobre su naturaleza y su poder, ni sobre los derechos específicos de autonomía, y definió que una persona autónoma es la que actúa de manera libre de acuerdo

con un plan elegido, e incluso algunas teorías afirman que todo individuo autónomo debe tener capacidad de autogobierno, lo que incluye la comprensión, el razonamiento, la reflexión y la elección independiente.

Sin embargo, expresó que "una persona autónoma tiene la capacidad de modificar la estructura de sus preferencias, por ejemplo, una persona que padece alcoholismo puede desear ingerir licor y al mismo tiempo desear no hacerlo, y permitir que el segundo deseo prevalezca", por ende, lo que constituye a una decisión autónoma son aquellas acciones en las que los individuos actúan de manera intencionada".

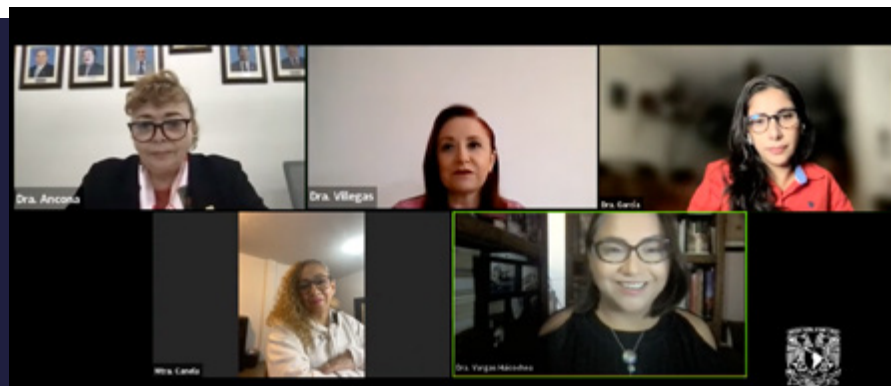
Al final, la doctora Hincapie Sanchez presentó un caso tomado de la referencia bibliográfica *Los principios de la ética biomédica* de Beauchamp y Childress (Margare A. Drickamer y Mark S. Lachs, "Should Patients with Alzheimer's Disease Be Told Their Diagnosis?", *New England Journal of Medicine* 326 (2 abril 1992): 947-951), que habla de la pertinencia de comentar con los pacientes acerca del diagnóstico de Alzheimer.

El caso es sobre el señor Johnson, un hombre de 60 años que es llevado al médico por su hijo, quien está preocupado a causa de los problemas que su padre manifiesta al realizar actividades cotidianas, le angustia que su padre pueda tener la enfermedad de Alzheimer y, al confirmar ese diagnóstico, pide a la doctora que no se lo diga al paciente.

Ante esto, las personas que participaron a través del chat concluyeron que se le debe de comunicar el diagnóstico al paciente para que pueda ser partícipe de su proceso de atención y pueda tomar decisiones, así como trabajar en la forma en que le comunicarán que presenta esa enfermedad y en el plan de apoyo para el paciente y su familia.



Salud mental y cardiopatías



Por Karen Hernández

Durante la octava sesión del “Foro de preguntas y respuestas Hablemos claraMENTE”, organizado por la Coordinación de Investigación del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental (DPSM) de la Facultad de Medicina de la UNAM, un panel de expertas habló de la relación que existe entre la Psiquiatría y la Cardiología para dar a conocer qué tipo de vínculo guardan las alteraciones emocionales con la salud cardiovascular.

La doctora Ana Elena Ancona, médica especialista en Cardiología adscrita al Hospital General de México “Dr. Eduardo Liceaga”, resaltó que los síntomas clásicos de un infarto no son iguales entre las diferentes poblaciones. Los hombres presentan una sintomatología más clásica, pero las mujeres y los ancianos tienen síntomas que se suelen interpretar como cansancio, malestar, indigestión, lo que hace que se complique la búsqueda oportuna de atención. Resaltó también la importancia de no subestimar las manifestaciones cardiovasculares, pues con mucha frecuencia los pacientes que padecen de una enfermedad psiquiátrica tienen también alteraciones cardiovasculares que es preciso detectar y manejar. También, hizo un llamado a trabajar por hacer consciencia en cuidar y tratar la salud de mente y corazón en la población de mujeres como un grupo particular de riesgo.

Asimismo, la doctora Luz Odette Villegas, médica internista del Hospital Médica Sur, expresó que “se ha visto que la salud mental está estrechamente relacionada con las enfermedades cardiovasculares, incluso los pacientes diagnosticados con depresión o ansiedad tienen un riesgo mayor de padecer una afección del corazón; también ha

pasado que primero se les detecta la enfermedad cardiovascular y eso desencadena una enfermedad mental, por lo que es muy importante tomar en cuenta los factores de riesgo porque en los trastornos mentales hay alteraciones de ciertas sustancias a nivel cerebral que van a repercutir en la salud cardiovascular, por ejemplo, si liberamos adrenalina, nuestros vasos se van a vasocomprimir y eso va a alterar las arterias coronarias provocando un infarto, es por eso que en Medicina General, Medicina Interna y Psiquiatría tenemos que trabajar en la prevención”.

Por su parte, la doctora Karla Vanessa García, médica psiquiatra y académica de asignatura de la Facultad de Medicina de la UNAM, puntualizó que se tiene que hacer un abordaje integral y preventivo poniendo atención a los factores de riesgo, siendo que “todos los síntomas son importantes para conocer el posible diagnóstico de los pacientes; los médicos debemos detectar si hay síntomas ansiosos o depresivos porque aproximadamente el 25 por ciento de pacientes, después de un infarto agudo al corazón, pueden llegar a tener depresión en el primer mes, sumado al estrés postraumático de estar en terapia intensiva que incrementa su vulnerabilidad, es por esta razón que tenemos que ver las alertas que existen para saber qué hacer con estos pacientes, explicarles lo que tienen y darles un seguimiento adecuado”.

En su momento, la maestra Irma Leticia Canela, Jefa del Departamento de Trabajo Social y Admisión del Instituto Nacional de Cardiología “Ignacio Chávez”, indicó que “tenemos la gran labor en el Sistema Nacional de Salud de atender la salud mental de los pacientes, pero también de los profesionales porque necesitamos que estén bien para poder cuidar a la población enferma; tratemos de evitar las enfermedades cuidando nuestra alimentación, haciendo ejercicio, pero también atendiendo nuestra salud mental”.

El evento fue moderado y organizado por la doctora Ingrid Vargas Huicochea, Coordinadora de Investigación del DPSM, y transmitido por el canal de **YouTube**.



CON RALLY DEPORTIVO-CULTURAL, LA LICENCIATURA EN FISIOTERAPIA FESTEJA 10 AÑOS DE FORMAR PROFESIONALES QUE MUEVEN A MÉXICO

Por Vicky Enrimar y Lili Wences

En el marco de la celebración del 10° aniversario de la creación de la Licenciatura en Fisioterapia (LFT), la Coordinación de esta carrera y el Programa de Actividades Deportivas y Recreativas de la Facultad de Medicina, en colaboración con la Dirección General de Atención a la Salud,

la Dirección General de Atención a la Comunidad y la Dirección General del Deporte Universitario (DGDU) de la UNAM, organizaron el 1er rally deportivo-cultural, el cual tuvo como objetivo proporcionar a la comunidad estudiantil un espacio de actividades recreativas y deportivas para promover la interacción y la sana convivencia, así como la identidad universitaria entre las seis licenciaturas que se imparten en la Facultad: Médico Cirujano, Investigación Biomédica Básica, Fisioterapia, Ciencia Forense, Neurociencias y Ciencia de la Nutrición Humana.

En la bienvenida, el doctor Carlos Andrés García y Moreno, Coordinador de Servicios a la Comunidad de la Facultad, reconoció el esfuerzo y motivación de todos los participantes, sobre todo de la doctora Laura Peñaloza

Ochoa, Coordinadora de la LFT, quien encabezó la iniciativa de esta actividad, junto con los licenciados José Manuel Arriaga Espinosa y Aldo Esteban Castro León, del Programa de Actividades Deportivas y Recreativas.

Por su parte, el maestro Luis Alberto Luja Ramírez, Jefe de la Unidad de Evaluación y Formación Académica de la LFT, agradeció el apoyo de las autoridades de la Facultad de Medicina para la realización del evento y resaltó la importancia del desarrollo integral de la comunidad estudiantil, a partir del fomento de actividades físicas e intelectuales.

Así, el pasado 20 de septiembre, en la zona de las canchas de la Facultad, se reunieron 11 equipos con ocho participantes cada uno, quienes tuvieron que completar las diferentes actividades de las seis estaciones que conformaron el rally: intelectual (donde se hicieron preguntas de cultura general), basquetbol, tochito flag, voleibol, quemados y un circuito de aros.

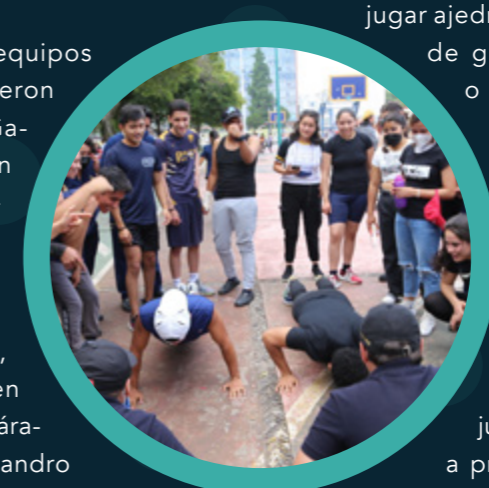
En cada una de las estaciones los equipos obtuvieron un puntaje de acuerdo con el resultado final de cada ronda. A los ganadores se les dieron tres puntos que se acumularon en una tabla general.

Al final, se sumaron los puntos obtenidos por cada equipo, resultando vencedor "Fisionenes", integrado por David Gómez Morgado, Santiago Mendoza Alcalá, Javier Durán Cortés, Daniela Martínez Villagómez, Kiran Shakti Quezada Mora, Román Ramírez Jurado, Fabián Huerta Mancio y Oscar Inés Martínez, estudiantes de la Licenciatura en Fisioterapia, quienes ganaron medallas conmemorativas como reconocimiento al esfuerzo realizado en la competencia.

También se otorgó un premio a los equipos "FisioBellakos", cuyos integrantes fueron Ronie Ademir Rosas Flores, Andrea Gabriela García Montero, Joselyn Almanza Gómez, Ana Karen García Bonifacio, Kalid Athziri Gil Rasgado, Duilio García Martell, Maetzi Aylén Espinosa Páramo y Alejandro Vargas Montes; y "Bizcochitos", compuesto

por Diego David Guzmán Barrera, José Pablo Morales Calderón, Rodrigo Pineda Castillo, Carlos Alberto Núñez Loza, José Guillermo Chávez Peralta, Ariadna Esquivel García, Daira Guadalupe López Juárez y Jaqueline Jacobo Nava, ganadores del segundo y tercer lugar, respectivamente.

En un ambiente festivo, y gracias a la colaboración de la DGDU, la comunidad también tuvo la oportunidad de participar en otras actividades, como en una clase de *jumping*, impartida por la profesora Georgina García Gallegos; luchar contra algún compañero o amigo con la ayuda de un hisopo gigante; jugar ajedrez con piezas de gran tamaño; o colocarse un traje especial para subir a un inflable y quedar pegado en una pared con velcro, celebrando juntos 10 años de formar a profesionales que mueven a México.

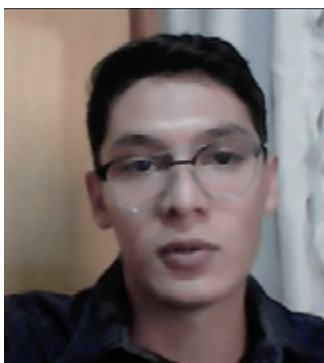


Estudiantes presentan **tres proyectos de investigación** en el Seminario AFINES

Por Vicky Enrimar

En la 3ª sesión de 2022 del Seminario del Programa de Apoyo y Fomento a la Investigación Estudiantil (AFINES), la doctora Angélica Arce Cedeño, Coordinadora del Programa, dio la bienvenida y destacó la importancia e impacto de los proyectos en los que participan cinco estudiantes.

Principales deficiencias, limitaciones y restricciones músculo-esqueléticas en pacientes egresados de hospitalización por COVID-19



David Molina Castillo, estudiante de la Licenciatura en Fisioterapia, explicó que el objetivo del proyecto, tutorado por la doctora Kathrine Jáuregui Renaud y asesorado por el doctor Ignacio Figueroa Padilla y la maestra Samantha Zurita Martínez, fue identificar

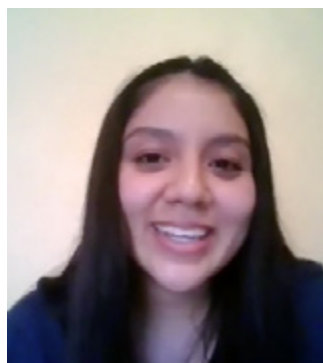
las principales deficiencias, limitaciones y restricciones músculo esqueléticas que pueden presentar pacientes egresados de hospitalización por COVID-19 mediante el diagnóstico fisioterapéutico, que permite al fisioterapeuta realizar una evaluación integral mediante juicios clínicos, para formular un diagnóstico funcional y así establecer un pronóstico, un plan de tratamiento y seguimiento de la terapia.

A través de la Unidad de Investigación Médica en Otorrinolaringología del Centro Médico Nacional "Siglo XXI", en el Hospital General Regional 72 del IMSS, se analizó la información de 43 pacientes egresados de hospitalización por COVID-19, a quienes se les realizó exploración física y neurológica con electromiografía, con entrevista clínica y registro de sus datos socio-demográficos. En cada caso se consideraron la severidad de la enfermedad, el tratamiento hospitalario y las dificultades para realizar las actividades de la vida diaria. Se observó deterioro de la sensación muscular y la función del movimiento en todos los pacientes, con limitación para mover objetos y

restricciones en actividades de ocio, trabajo remunerado y la realización de quehaceres domésticos.

También destacaron que, debido al espectro tan amplio de la enfermedad, el tratamiento debe de ser individualizado, ya que los síntomas varían. A través del Método de Intervención Fisioterapéutica (MIF), se procuró restaurar las capacidades de cada paciente.

Alteraciones cinemáticas de cadera y pelvis durante la marcha en escolares con obesidad



Viridiana Valderrama Godínez, alumna de Fisioterapia, expuso este proyecto en el que la doctora en Ciencias Claudia Gutiérrez Camacho funge como tutora, y la maestra en Ciencias Juliette Marie Brito Suárez, el licenciado en Fisioterapia Carlos Sánchez y el doctor José Luis Alaniz Arcos son sus asesores, cuyo objetivo fue describir las alteraciones cinemáticas de cadera y pelvis a través de la videogrametría, la cual permitió ver parámetros temporales y espaciales de la marcha, así como parámetros cinemáticos de manera muy específica, ya que se observó cómo se comportan las articulaciones durante todo el ciclo de la marcha.

Como resultado se obtuvo que hay una alteración en todos los movimientos de la cadera y en la pelvis es mucho más evidente en la oblicuidad pélvica. Los datos obtenidos en este proyecto presentaron similitudes con algunos antecedentes, como el aumento bilateral de abducción y rotación interna de cadera, y diferencias, como que este proyecto tomó en cuenta todo el ciclo de la marcha y estudios anteriores sólo consideraron picos de movimiento.

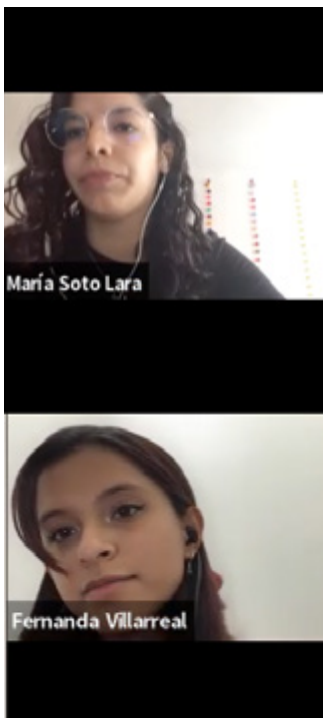
Como resultado se obtuvo que hay una alteración en todos los movimientos de la cadera y en la pelvis es mucho más evidente en la oblicuidad pélvica. Los datos obtenidos en este proyecto presentaron similitudes con algunos antecedentes, como el aumento bilateral de abducción y rotación interna de cadera, y diferencias, como que este proyecto tomó en cuenta todo el ciclo de la marcha y estudios anteriores sólo consideraron picos de movimiento.

Asimismo, destacó que todas estas alteraciones probablemente se deben al acúmulo de grasa que se da principalmente en la porción interna de los muslos, ya

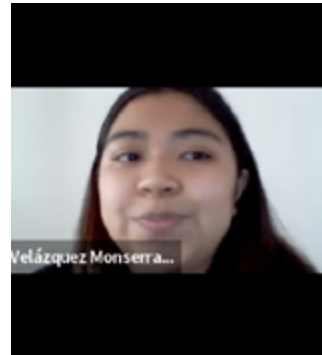
que esto afecta la estabilidad medio-lateral de la cadera y pelvis durante el ciclo de la marcha, lo que lleva a un mayor gasto de energía, por lo que Viridiana consideró que esto puede deberse a deficiencias de la función muscular, principalmente en el glúteo medio, que tiene como principal función una estabilidad medio-lateral de las articulaciones durante la marcha.

Así, la estudiante concluyó que todas las alteraciones cinemáticas provocadas por la obesidad darán como resultado una marcha deficiente, debido a que habrá mayor estrés físico, haciendo referencia a los movimientos articulares y a la presentación de fatiga y dolor. Finalmente, Viridiana resaltó que este estudio permitirá a los profesionales de la salud conducir de mejor manera la valoración funcional, ya que se espera que evalúen en conjunto las alteraciones que pueden presentar los distintos pacientes.

Prevalencia de uso de terapias de medicina alternativa en pacientes con patologías y discapacidad de origen neurológico y sus factores asociados



Las alumnas de la Licenciatura de Médico Cirujano María Soto Lara, María Fernanda Villarreal Azamar y Monserrat Velázquez Ortega, y su tutor el doctor en Ciencias Paul Carrillo Mora, realizaron en el Instituto Nacional de Rehabilitación "Luis Guillermo Ibarra Ibarra" una encuesta diseñada para la autoaplicación de 24 preguntas, la cual sirvió para recopilar información demográfica, antecedentes patológicos e información diversa para conocer la prevalencia y el uso de medicina alternativa y



complementaria (MAC) en aquellos pacientes que tuvieran alguna patología de origen neurológico, así como analizar los motivos de su uso, estudiar los factores asociados y conocer el tipo de medicina alternativa que es empleada con más frecuencia, con el objetivo

de asesorar y acompañar a todos los pacientes que lo requieran para mejorar su proceso de atención de acuerdo a su padecimiento.

Dado que las enfermedades crónicas como cáncer, diabetes u obesidad han sido estudiadas ampliamente sobre la frecuencia y el uso de medicina alternativa, surgió la idea de realizar esta investigación enfocada a enfermedades de tipo neurológico, siendo el primer estudio sobre MAC realizado en Latinoamérica.

Así, la muestra total fue de 453 participantes, de los resultados obtenidos se realizó una tabla comparativa entre casos y controles, en donde encontraron que la frecuencia del uso de MAC fue del 36 por ciento, contrastando este resultado con estudios previos realizados en el país de uso de medicina alternativa, pero en patologías como el cáncer, en el que se reportó una frecuencia de uso del 80 por ciento.

Como conclusión destacaron que la frecuencia del uso de medicina alternativa asociada a patologías neurológicas fue del 36 por ciento, el tipo más frecuente usado en las personas con un padecimiento neurológico fue de origen biológico, los factores asociados al uso de medicina alternativa fueron que a mayor edad es más probable el uso de ésta quedando el grupo etario en personas de 40 a 59 años, y que pacientes con antecedentes de depresión, padecer una enfermedad crónica o tener pareja son factores estadísticamente asociados al uso de MAC.

Homenaje póstumo a miembros del Departamento de Fisiología

Por Vicky Enrinar

A modo de reconocimiento a su labor como académicos, investigadores y, sobre todo, a su calidad humana, el Departamento de Fisiología de la Facultad de Medicina de la UNAM realizó un homenaje póstumo a cinco de sus miembros que partieron recientemente.

En presencia de familiares, amigos y compañeros reunidos en el auditorio "Dr. Alberto Guevara Rojas", la doctora Julieta Garduño Torres, Jefa del Departamento de Fisiología, dedicó unas palabras para destacar la calidad humana de cada uno de los integrantes a quienes se les rindió tributo y recordó que "el licenciado Carlos González Dionisio fue un amigo inmejorable y un trabajador incansable que siempre buscaba el bien común; a la doctora Bertha Prieto Gómez la recordaremos alegre y risueña, siempre proponiendo nuevas estrategias para enseñar a sus estudiantes y así poder transmitirles su vasto conocimiento; el doctor Arturo Víctor Rosales Olivares fue una persona dedicada, generosa y siempre preocupada porque los estudiantes aprendieran; la doctora Irma Zarco Padrón era amable, paciente, gran fisióloga, siempre dispuesta a brindarte una excelente e informativa charla de pasillo y, por último, el señor Gabino Borgonio Pérez, siempre con una sonrisa amigable, ayudaba a cualquier persona que lo necesitaba".

Por su parte, el doctor Ricardo Jesús Martínez Tapia, Coordinador de Investigación del Departamento de Fisiología, dio unas palabras de bienvenida y mencionó que el objetivo de este evento fue el reconocer el gran legado que dejaron todos los homenajeados, destacando principalmente sus momentos, vivencias y recuerdos que servirán para "recordar, agradecer y, sobre todo, honrar la memoria de aquellos que compartieron su vida con nosotros".

El licenciado Carlos González Dionisio, en palabras de María Guadalupe López Fernández, quien fuera su secretaria por 12 años, era un hombre sencillo, amable, respetuoso, con un gran espíritu universitario y un trabajador puntual, que inspiraba confianza y estaba dispuesto a resolver



cualquier tipo de situaciones; a su vez, el licenciado Raymundo Rodríguez Salgado, Coordinador de Operación y Control Administrativo de la Secretaría Administrativa, invitó a los asistentes a que vivieran como su colega lo hizo por muchos años, con una inmensa alegría y una gran pasión por lo que hacía día con día en el Departamento de Fisiología.

La doctora Bertha Prieto Gómez realizó alrededor de 45 publicaciones y tuvo más de 700 citas bibliográficas; además, fue merecedora de varios reconocimientos, como la Medalla "Gabino Barreda" y una medalla por sus 45 años de servicio como docente en la Facultad de Medicina. Su exalumna, la doctora Montserrat Díaz Vázquez, destacó que la doctora Prieto Gómez fue la razón por la cual ella decidió dedicarse a la docencia e investigación, pues tenía una personalidad alegre, amable, accesible y generosa, que invitaba a la cercanía, debido a que siempre estaba al pendiente no sólo de sus seres queridos, sino también de sus alumnos y de las personas que colaboraban con ella; su hijo Miguel Esteban Reyes Prieto recordó a su madre como una persona bondadosa, con una alegría contagiosa, y con un alma caritativa que ayudaba a todos aquellos que le pidieran ayuda, incluso a aquellos que no la pedían.



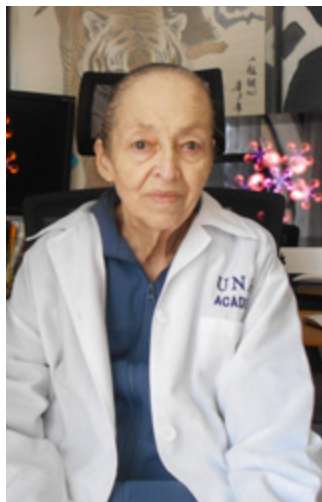
El doctor Arturo Víctor Rosales Olivares fue docente del Departamento de Fisiología durante 40 años, con sólo oír

su nombre en los pasillos de la Facultad es reconocido por alumnos y docentes como un profesor estricto, pero que sabía transmitir su conocimiento a las nuevas generaciones. El doctor Mario Vázquez García rememoró las diversas charlas que tenían en las aulas sobre la enseñanza de la Fisiología, y lo reconoció como un gran compañero, maestro y amigo. Quienes fueran sus alumnos, los doctores Juan Carlos Sánchez Echeverría, Gerardo Florencio Casimiro y José Guerrero Cantera, destaca-



ron que su único objetivo fue que el conocimiento y la ciencia fueran entendibles para todos, no obstante, mencionaron que su energético carácter, mirada fiera y penetrante voz, podía causar miedo en algunos de sus estudiantes, sin embargo, ese miedo se convertía en admiración, ya que al final su transmisión de conocimientos era inquestionable.

Durante 56 años, la doctora Irma Zarco Padrón fue docente e investigadora de la Facultad; editora; realizó diversos materiales de apoyo para la docencia, como el ciclo cardíaco; publicó 18 artículos originales; participó en 98 congresos nacionales y en 46 internacionales, en 26 conferencias, simposios y seminarios; fue alumna y ayudante de profesor en el grupo de trabajo del doctor Alberto Guevara Rojas y obtuvo su Doctorado en Fisiología con honores. Su estudiante, el doctor Adán Pérez Arredondo la recuerda como una persona con espíritu rebelde, una mujer libre, anti sistema, empen-



dedora, humilde y dispuesta a luchar por lo que ella creía; reconociéndola, sin duda alguna, como una pieza clave en su formación. En su oportunidad, su hija Irma Alejandra Coronado Zarco compartió un poco de lo que era la vida de la doctora Zarco Padrón fuera del aula, a través de fotografías mostró recuerdos, vivencias y experiencias que formaron a ese espíritu ávido que la caracterizaba como docente y como persona.

El señor Gabino Borgonio Pérez fue recordado por la doctora Ana Erika Rodríguez Martínez como un gran amigo y una persona con una energía que llenaba a la gente de gran entusiasmo, también lo reconoció como una persona que fue un gran apoyo, ya que siempre salía al rescate de todos aquellos que le necesitaban, demostrando sus muchas y muy variadas habilidades en el campo de la Fisiología, e invitó a los asistentes a guardar en su memoria todas las experiencias que vivieron a su



lado, ya que así su legado será eterno. Por su parte, su primo Aaron Borgonio Aguilar mencionó que fue una persona noble, con un humor particular, alegre, inteligente, sencillo, con una gran calidad humana y social, siempre dispuesto a servirle a quien lo necesitaba, tenía un gran amor por la docencia y estaba orgulloso de pertenecer a la Máxima Casa de Estudios.

Para cerrar el homenaje, el doctor Ricardo Martínez Tapia presentó el sitio *In Memoriam*, una división dentro del sitio web del Departamento de Fisiología constituida por una serie de breves reseñas, una galería de fotos, así como una sección de comentarios donde amigos, familiares y colegas podrán enviar sus historias, anécdotas y recuerdos para que sus logros, memorias y pensamientos puedan seguir marcando a las generaciones futuras como lo hicieron en vida.

¿Qué hacen los psicodélicos en el cerebro?

Por Luz Aguirre

“En la ciencia, los psicodélicos no nacen como drogas de ocio, sino como emuladores de episodios psicóticos y, en un inicio, eran planteados como fármacos con la capacidad de mimetizar los estados ocasionados por enfermedades como la esquizofrenia. La cualidad del viaje está definida por la forma en que el usuario se aproxima a ellos”, afirmó la maestra Diana Berenice Paz Trejo, académica de la Facultad de Psicología de la UNAM, durante la conferencia titulada “¿Qué hacen los psicodélicos en el cerebro?”.

En la segunda sesión del Ciclo de Conferencias 2022: Sustancias Psicoactivas en Contexto, organizado por el Seminario de Estudios sobre la Globalidad, el Programa Institucional de Ética y Bioética FacMed y el campo de conocimiento de Bioética del PMDCMOS, la experta explicó que “lo que nosotros conocemos como *viaje* es la experiencia del efecto de la alteración de conciencia con la ayuda de una sustancia; es muy frecuente encontrar testimonios de connotación religiosa o mística asociados con los psicodélicos”.

Asimismo, detalló que “el estado alterado de la conciencia es un estado mental inducido por manipulaciones fisiológicas, psicológicas o farmacológicas y que son significativamente distintas a lo normal”.

Al advertir que los efectos del consumo de estas sustancias crean cambios en la estructura cerebral, en cómo las neuronas se relacionan entre ellas, en las funciones cerebrales y la desintegración de conectividad funcional, la maestra Paz Trejo indicó que “la cualidad de estas sustancias es que el efecto es altamente dependiente de factores no farmacológicos, es decir, si dos personas consumen en la misma cantidad, en la misma concentración, por

la misma vía, el mismo fármaco psicodélico, tendrán dos experiencias totalmente distintas”.

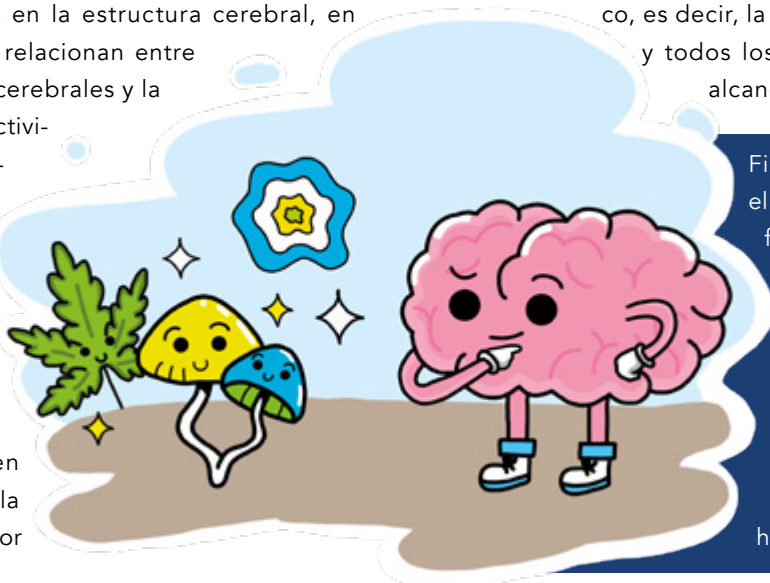
Las alucinaciones producto de un psicodélico se pueden englobar en dos grandes clasificaciones de las sustancias de acuerdo a sus componentes: clásicos o agonistas y anestésicos disociativos, y sus efectos pueden variar entre la somatosensación, la visión, la audición, la propiocepción, la percepción temporal, la cognición, la emoción, la memoria, y variedad de experiencias espirituales o místicas.

“Cada sustancia tiene diferentes duraciones, por ejemplo, tenemos la ayahuasca con un efecto de entre una y seis horas, la psilocibina de cuatro a seis horas o la dietilamida de ácido lisérgico (LSD) de ocho a 12 horas”, indicó la maestra Paz Trejo durante la conferencia moderada por los doctores Claudia Rafful y David Fajardo, y transmitida por [Facebook Live](#).

De igual forma, afirmó que las experiencias reportadas por los usuarios han sido definidas en cuatro grupos que facilitan su estudio, que son: perceptual, colectiva, simbólica y trascendental, y es posible experimentar más de un tipo de alteración de la conciencia en un solo *viaje*.

En gran parte, recalcó, es posible controlar la experiencia moderando el ambiente en el que se consume el fármaco, es decir, la compañía, la iluminación y todos los estímulos que estén al alcance del usuario.

Finalmente, comentó que el campo de estudio de los fármacos psicodélicos se considera relativamente nuevo, habiendo así desfasado en la generación de conocimiento gracias al múltiple acercamiento que se ha hecho del tema, desde lo antropológico hasta lo médico.



Concluyó con éxito el curso “Factores de riesgo psicosocial en el trabajo: Identificación, evaluación y estrategias de intervención”

Por Azucena Xancopinca

Como parte de los cursos y diplomados que imparte la Coordinación de Salud en el Trabajo de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad de Medicina de la UNAM, el pasado 16 de agosto se clausuró el curso “Factores de riesgo psicosocial en el trabajo: Identificación, evaluación y estrategias de intervención”.

El curso inició el 17 de mayo y tuvo una duración de 64 horas, y se dividió en una fase teórica y una práctica, donde se revisaron diferentes definiciones teóricas, así como los principales factores de riesgo psicosocial, el *burnout*, el estrés laboral y el trabajo mental, por mencionar algunos, al igual que los llamados factores de riesgo psicosocial emergentes, como el tecnoestrés, derivado del trabajo en casa (*home office*), al cual se enfrentó la mayoría de los trabajadores mexicanos que ejercieron esta modalidad durante la pandemia por COVID-19.

Asimismo, se hizo una revisión de las consecuencias de los factores de riesgo que tienen efectos en la salud, como el daño cardiovascular, alteraciones de sueño y/o alteraciones músculo esqueléticas, sin dejar atrás los principales modelos teóricos de los factores de riesgo psicosocial e instrumentos para su evaluación. También se hizo una revisión a detalle de la NOM-035-STPS-2018.

Con la mesa redonda “Visión integral de los riesgos psicosociales: Ciencia, empresa y visión del trabajador”, y con la práctica sobre el diagnóstico de factores de riesgo psicosocial de la empresa donde cada uno de los alumnos labora, la doctora Clara Ivette Hernández Vargas, Profesora Titular del curso, el doctor Rodolfo Nava Hernández, Profesor Adjunto, y los reconocidos académicos e investigadores que participaron como docentes del mismo, provenientes de la FES Zaragoza, las facultades de Medicina y de Psicología de la UNAM, la Universidad de la Ciudad de México, la Universidad de Guadalajara, la Universidad Autónoma del Estado de Mo-



relos y del Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social, clausuraron con éxito el curso.

Durante la clausura, los especialistas comentaron que en México recién se ha tomado importancia de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo a partir de la publicación de la NOM-035-STPS-2018, lo que ha llevado a la necesidad de brindar una base científica y sólida a los médicos del trabajo, psicólogos ocupacionales y otros profesionales afines que laboran en las empresas.

Asimismo, explicaron que los factores de riesgo psicosocial son definidos por la Organización Internacional del Trabajo como un conjunto de percepciones y experiencias del trabajador, abarcando aspectos como la sobrecarga de trabajo, la falta de control de las tareas que debe desarrollar, las características de la organización del trabajo, el conflicto de autoridad, la desigualdad en el salario, la falta de seguridad en la conservación del trabajo, los problemas de las relaciones laborales y el trabajo por turnos.

Finalmente, los profesores y alumnos concluyeron que, con este curso de gran relevancia en la actualidad, la Facultad de Medicina de la UNAM se pone a la vanguardia en la capacitación de factores de riesgo psicosocial para los profesionales de Salud en el Trabajo que laboran en las empresas.



COMITÉ EDITORIAL • PUBLICACIONES DE LA FACULTAD DE MEDICINA

Manual de investigación en salud mental. Una guía práctica



Autor (es): Ingrid Vargas Huicochea (coordinadora)

Volumen de 16x22.8 cm, 224 páginas, encuadernación rústica.

ISBN 978-607-30-6115-5 (UNAM)

UNAM-Facultad de Medicina | Asociación Mexicana de Médicos Psiquiatras, AC

Se trata de una obra que busca dar respuesta a las inquietudes del personal sanitario que quiere hacer investigación en salud mental.

Sus autoras, a lo largo de 14 capítulos, abordan paso a paso los momentos de una investigación, desde la generación del protocolo hasta la publicación de productos; todo en un formato claro, con tips prácticos y actividades para poner en práctica lo que se va leyendo.

Para más información, visítanos en: <http://libros.facmed.unam.mx>.

Lic. María de la Paz Romero Ramírez,

Secretaria Técnica del Comité Editorial de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Reseña de sesión ordinaria virtual del Consejo Técnico

En la sesión del 28 de septiembre de 2022 se aprobó lo siguiente de la Comisión de Asuntos Académico Administrativos: 17 contratos por Obra Determinada, 111 ingresos de Profesor de Asignatura, nueve ingresos de Ayudante de Profesor, un Concurso de Oposición Cerrado para Definitividad y uno para Promoción, 35 licencias con goce de sueldo, una para trabajo de campo y una sin goce de sueldo, un Año Sabático, dos cambios de Adscripción Temporal y cuatro Convocatorias de Concurso de Oposición Abierto pendientes de publicación.

La Comisión de Trabajo Académico aprobó 13 solicitudes de Suspensión Temporal de Estudios y la propuesta de Normas Operativas para el Funcionamiento del "Programa del Currículo Conjunto para la Doble Titulación en la Carrera de Médico Cirujano UNAM FacMed-UCO". También revisó 988 solicitudes al Programa de Estímulos a la Productividad y al Rendimiento del Personal Académico de Asignatura

(PEPASIG), cuyo trámite continuará ante la Dirección General de Asuntos del Personal Académico (DGAPA).

La Comisión de Reglamentos aprobó el "Acuerdo por el que se crea el Comité de Integridad Académica y Científica de la Facultad de Medicina" y "Propuesta de Modificación a los Lineamientos para la Evaluación del Alumnado en la Primera Fase de la Licenciatura de Médico Cirujano para la Aplicación de Exámenes Departamentales, Ordinarios y Extraordinarios".

En asuntos generales, se ratificó al maestro en Ciencias Héctor Vázquez Meza como integrante de la Comisión de Reglamentos del Consejo Técnico y a la doctora Angélica Arce Cedeño, del Programa de Apoyo y Fomento a la Investigación Estudiantil de la División de Estudios de Posgrado, como integrante de la Comisión ad hoc de la próxima jornada electoral para la renovación del Comité Académico del Programa de Maestría en Docencia para la Educación Media Superior.

UNA NOCHE SÓLO PARA ATLETAS EN EL PALACIO DE LA ESCUELA DE MEDICINA

Por Karen Hernández

La Noche de Museos del mes de septiembre en el Palacio de la Escuela de Medicina fue dedicada a los atletas, por lo que los asistentes vistieron ropa y calzado deportivo para realizar cómodamente las actividades que prepararon especialmente para ellos.

Al llegar al evento, los entrenadores-guías dieron la bienvenida a los participantes con una introducción sobre el atletismo, el cual es considerado el deporte más antiguo del mundo, y está compuesto por las disciplinas de salto, carrera y lanzamientos.

Asimismo, explicaron que las capacidades físicas que se evalúan son fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, y adicionalmente los atletas muestran habilidades de equilibrio, coordinación y agilidad.



Por otro lado, resaltaron que el principal beneficio del atletismo y en general de realizar deporte es la salud, porque mejora los hábitos y, gracias a eso, el riesgo de padecer enfermedades es mucho menor.

Así, los asistentes comenzaron con un calentamiento que incluyó la rotación de cuello, círculos con la cadera, elevación de brazos, extensión de piernas y movimiento de talones y rodillas, a lo cual le siguió una carrera de cinco minutos en la Plaza de Santo Domingo, ubicada frente al Palacio de la Escuela de Medicina.

Motivados por los aplausos y las porras de los guías, la carrera continuó dentro de la Cárcel de la Perpetua y concluyó al subir las escaleras del patio principal del Palacio, donde realizaron ejercicios de estiramiento para así proceder a la visita guiada de las diferentes salas que componen el Museo de la Medicina Mexicana.



El evento tuvo una duración de dos horas y media, donde los participantes estuvieron activos en todo momento e interesados por conocer todo acerca de este gran recinto histórico.

La actividad fue coordinada por la doctora Mónica Espinosa, responsable de Promoción y Difusión Cultural del Palacio, con la participación de los guías Janeth Santos, Hazel Sánchez, José Luis Santiago, María Fernanda Hernández, Eric Guerrero, así como los guías-atletas Omar Badillo, María del Pilar Hernández y María Guadalupe Rodríguez.



Fotografías: Carlos Díaz



#TalentoFacMed

Conoce sus historias
en Instagram:
[@_jacque_gc_](#)

Jacqueline Garrido, apasionada del deporte Es atleta de triatlón y pentatlón

Por Luz Aguirre

Nancy Jacqueline Garrido Castillo es estudiante de la Licenciatura en Ciencia Forense de la Facultad de Medicina de la UNAM y apasionada por los deportes desde pequeña, por lo que actualmente entrena para participar en triatlones y pentatlones.

Los triatlones consisten en competencias de velocidad en las disciplinas de natación, ciclismo y carrera a pie, mientras que el pentatlón moderno implica la realización de cinco disciplinas: equitación, esgrima, carrera a pie, natación y tiro con pistola. El desgaste físico al realizar una competencia es muy alto, por lo que Jacqueline debe de prepararse arduamente: "Los fines de semana entreno siete horas al día, entre semana tomo natación en la Alberca Olímpica Universitaria y practico carrera lo más que puedo para mantener mi condición", señaló.

La alumna recordó haber iniciado en el mundo del deporte desde muy pequeña, "creo que he nadado toda mi vida, y también he practicado carrera, incluso durante la preparatoria fui parte del equipo representativo de la UNAM en la modalidad de caminata".

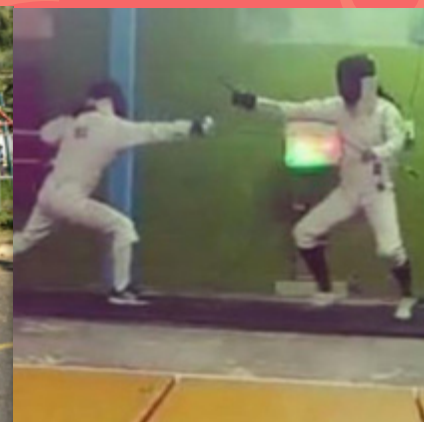
La cualidad deportiva forma parte de su familia y la mayor fuente de inspiración son sus hermanos, pues su hermano César Iván participó en varios mundiales y su hermana Laura Nalleli en competencias nacionales, ambos en natación.

Su disciplina le ha permitido participar en dos pentatlones y seis triatlones a nivel local, en los que ha ganado cuatro primeros lugares, además de ser octava nacional en 2 mil metros de caminata y cuarta regional en steeple (carrera de obstáculos).



"Creo que por la práctica que tengo, mi fuerte es la natación y la carrera a pie, pero durante el pentatlón lo que más me cuesta es el tiro porque hay que hacerlo mientras corres", detalló Jacqueline.

Además, trabaja en la Coordinación de Universidad Abierta, Innovación Educativa y Educación a Distancia de la UNAM como diseñadora, pues es egresada de la Facultad de Arte y Diseño, por lo que dividir su tiempo entre sus estudios, el trabajo y el deporte ha sido un reto, sin embargo, consideró que cuando "se sabe con certeza lo que quieres lograr vas a dar lo mejor de ti en cada actividad para llegar a ese objetivo. Aunque parezca que no se puede, siempre hay cinco minutos que le puedes dedicar a tu mente, a tu cuerpo y a ti en general; en mi caso, el deporte es mi desestrés diario, por eso es tan importante ser constante".





CONCIERTO DEL DÍA
**DE LA MÉDICA
Y EL MÉDICO**
2022



LUNES 24 DE OCTUBRE
19:00 HORAS
SALA NEZAHUALCÓYOTL



ORQUESTA
SINFÓNICA
DE MINERÍA

Coral
Ars Iovialis
Ingeniería UNAM



grupo coral
ágape

Coro de la
ORQUESTA
SINFÓNICA
DE MINERÍA

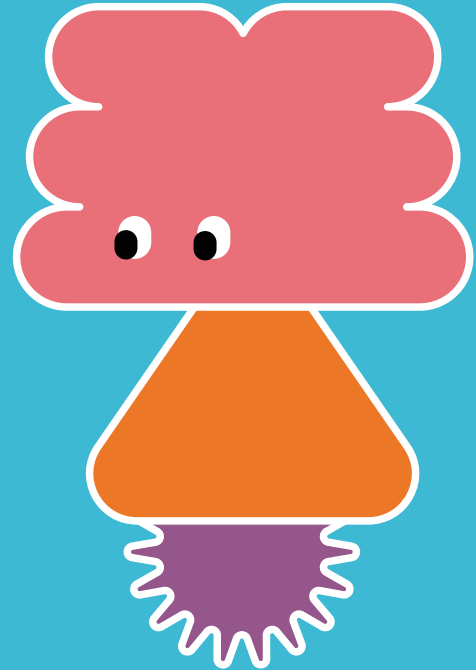
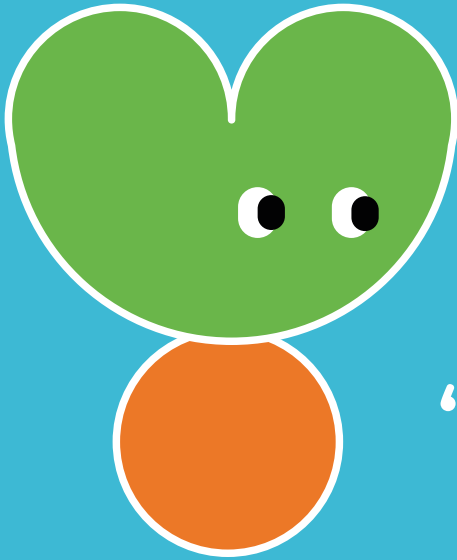
CORO ENALLT
ACORDES

Coro
Aliis Vivere
Facultad de Medicina UNAM



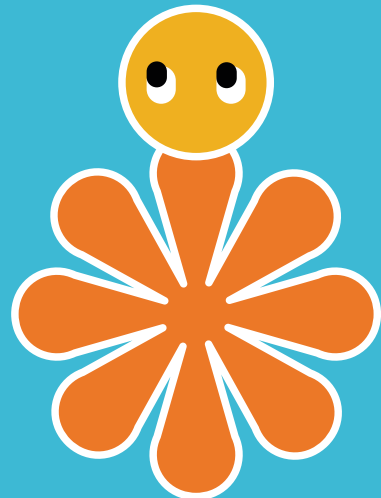
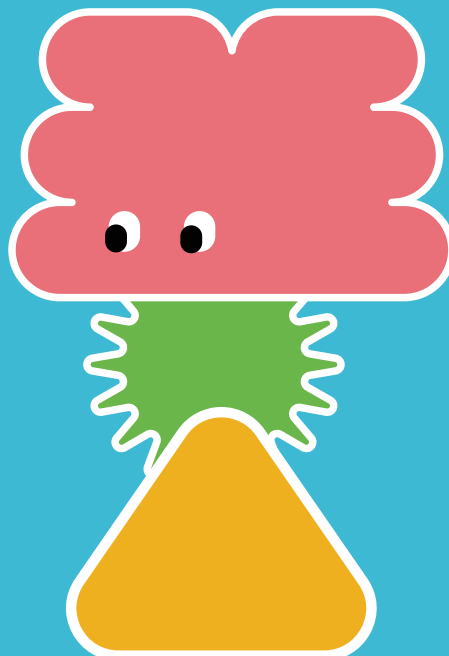


FERIA UNIVERSITARIA DE SALUD MENTAL



“ ESCUCHANDO
Y ATENDIENDO
MI CUERPO,
MENTE Y
EMOCIONES ”

MARTES
11 DE OCTUBRE
DE 2022,
DE 11:00 A 15:00 HORAS



EXPLANADA
DE LA FACULTAD
DE MEDICINA

HABRÁ STANDS INFORMATIVOS, TALLERES Y OTRAS ACTIVIDADES.



ALIMENTACIÓN FAC MED



TRABAJANDO EN
COMUNIDAD
PARA NO DEJAR
A NADIE ATRÁS



DEL 04 AL 21
DE OCTUBRE
2022



LUNES A VIERNES
10:00 A 18:00
HORAS

PLANTA BAJA DEL EDIFICIO B DE LA FACULTAD DE MEDICINA, A UN COSTADO DE LA BIBLIOTECA.



Puedes apoyar trayendo:

Alimento / Presentación sugerida

Pasta para sopa integral / Bolsa 200g

Arroz entero / Bolsa 1kg

Galletas tipo Marías / Caja

Galletas saladas / Caja

Amaranto en alegría / Bolsa

Fécula de maíz / Sobre 47g

Avena hojuela entera / Bolsa 700g

Frijol entero / Bolsa 1 kg

Lentejas enteras / Bolsa 0.5kg

Garbanzo / Bolsa 0.5kg

Atún en agua / Lata 295/220g

Sardinas en tomate / Lata 425/300g

Chícharo con zanahoria / Lata 420/252g

Ensalada de verduras/legumbres

/ Lata 410/246g

Chiles jalapeños / Lata 380/220g

Aceite de canola / Envase 845ml

Mayonesa / Frasco 385g

Café sin azúcar / Frasco 300g

Té / Caja 25 sobres

Azúcar morena / Bolsa 1kg

Piloncillo / Bolsa

Sal de grano / Bolsa 1kg

Agua / Envase de 4, 5 o 6Lts

Microbicida para alimentos y agua

/ Envase de 90-100mL

Leche en polvo / Bolsa 460/150g

Harina de maíz / Bolsa 1kg

Harina de trigo / Bolsa 1kg

Pasta o pure de tomate / Envase 210/260g

nutrición.facmed.unam.mx

Todos los alimentos recaudados serán donados a la **red de bancos de alimentos BAMX** (<https://bamx.org.mx/>) quienes entregan las donaciones a familias, comunidades e instituciones que lo necesiten a lo largo del país y al **Hogar de Nuestra Señora de la Consolación para Niños Incurables I.A.P.** (<https://hogardelaconsolacion.org/>).

Con el fin de fortalecer la salud mental de nuestra comunidad, la FacMed puso en marcha el PROSAM, que plantea **7 objetivos específicos**:



1. **Identificar los principales problemas de salud mental** en cada grupo poblacional que conforma la comunidad de la FacMed.
2. Identificar los factores asociados a los problemas de salud mental, **para establecer medidas de intervención acordes a las necesidades de la comunidad**, encaminadas a prevenir el desarrollo de psicopatología.
3. **Brindar estrategias emocionales, cognitivas y conductuales** que fortalezcan la salud y el bienestar integral.
4. **Fortalecer las condiciones de convivencia** dentro de la Facultad, que influyan favorablemente sobre la salud mental.
5. **Estimular hábitos de vida saludable.**
6. **Detectar necesidades** para el mantenimiento de la salud integral en quienes tengan o hayan tenido algún problema de salud mental, a fin de prevenir recaídas, favorecer su canalización adecuada y dar seguimiento.
7. **Identificar y disminuir los estigmas para la búsqueda de atención profesional en salud mental.**

Este programa es resultado del trabajo colaborativo y de las aportaciones de diversas áreas e integrantes de nuestra Facultad.

