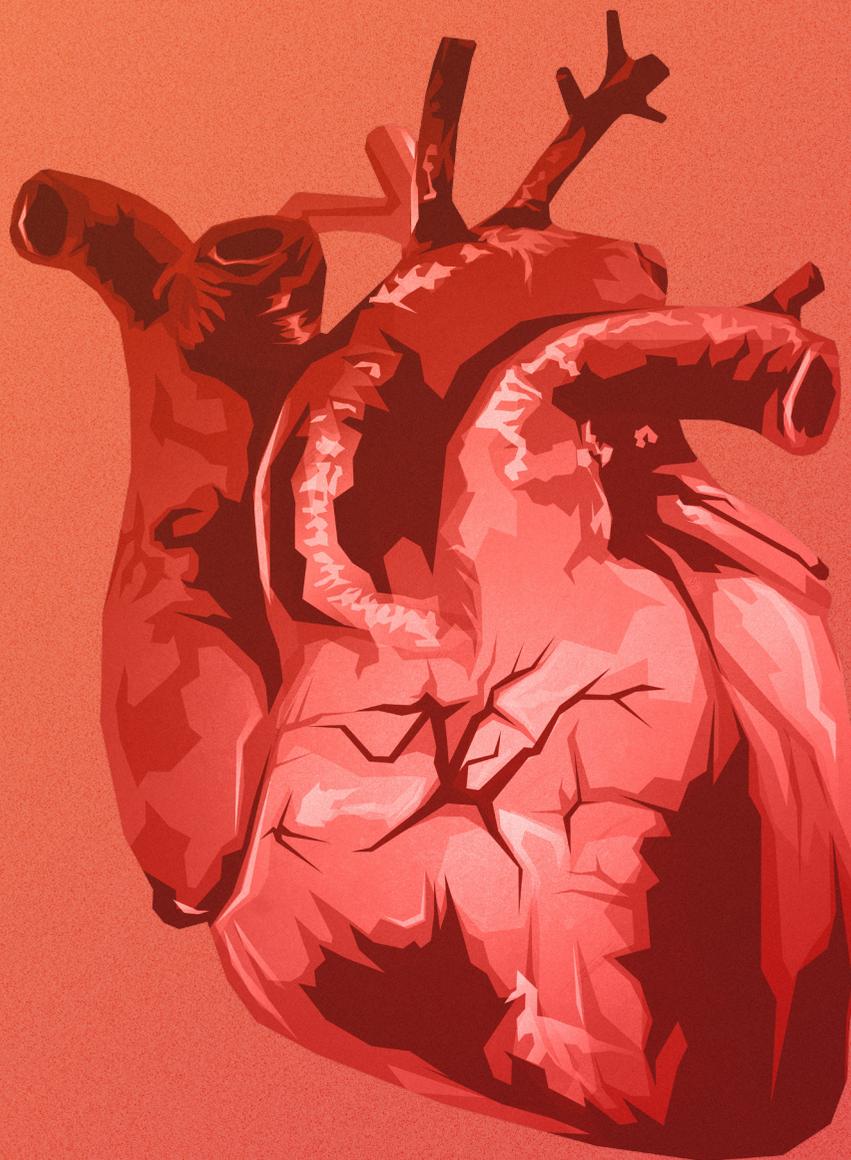




Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



— *Somos* —
HUMANISTAS

Una herramienta para la toma de decisiones clínicas

Por Samedí Aguirre



La Biblioteca Médica Digital de la Facultad de Medicina suma a sus recursos la base de datos BMJ Best Practice, una herramienta de apoyo para la toma de decisiones clínicas, estructurada en torno a la consulta del paciente, con asesoramiento sobre la evaluación de síntomas, las pruebas a indicar y el enfoque del tratamiento.

Entre otras funciones, ofrece más de 6 mil guías clínicas y 250 calculadoras médicas; es posible acceder a ella desde cualquier lugar, incluso sin conexión a Internet. Para ello, es necesario descargar la aplicación e iniciar sesión por primera vez dentro de la IP de la UNAM, creando un usuario con contraseña.

La doctora Margarita Cabrera Bravo, coordinadora de Ciencias Básicas de la Licenciatura de Médico Cirujano, consideró que "es muy valioso contar con información especializada de calidad, pero es mucho más valioso utilizarla".

En este sentido, el doctor Alberto Lifshitz Guinzberg, secretario de Enseñanza Clínica, Internado y Servicio Social, agregó que esta base de datos tiene dos utilidades principales, la primera radica en la formación de futuros médicos, y la segunda como auxilio de quienes ya ejercen, e instó a la comunidad a aprovecharla. "Es una combinación de referencia bibliográfica con experiencia, que nos permite tener acceso al conocimiento actualizado", mencionó.

Durante la presentación de Best Practice, se contó con la asistencia de responsables de otras bibliotecas de la UNAM, pues está disponible para toda la comunidad académica de esta institución.

Reseña de sesión ordinaria de Consejo Técnico

En la sesión del 3 de octubre de 2018 se aprobaron los siguientes asuntos académico-administrativos: un Concurso de Oposición Abierto, 33 contratos por Obra Determinada, 13 ingresos de Profesor de Asignatura, un ingreso de Ayudante de Profesor, tres concursos de Oposición Cerrado para Promoción y cuatro para Definitividad y Promoción, 28 licencias con goce de sueldo, una para trabajo de campo y una sin goce de sueldo, un Año Sabático y un informe, dos cambios de adscripción definitivo y una autorización para remunerar horas de asignatura adicionales a nombramiento de Profesor o Investigador de Carrera.

La Comisión de Trabajo Académico aprobó seis solicitudes de suspensión temporal de estudios, un reingreso al Programa de Primas al Desempeño del Personal Académico de Tiempo Completo, una solicitud para percibir el Estímulo al Desempeño de Profesores y Técnicos Académicos de Medio Tiempo, asuntos de los cuales se enviará la documentación correspondiente a la Dirección General de Asuntos del Personal Académico.

En otro tema, se presentó el Programa de Apoyo y Fomento a la Investigación Estudiantil de la Facultad de Medicina, a cargo de la doctora Rosalinda Guevara Guzmán, jefa de la División de Investigación.

CONTENIDO

Director

Dr. Germán Fajardo Dolci

Secretaría General

Dra. Irene Durante Montiel

Jefe de la División de Estudios de Posgrado

Dr. José Halabe Cherem

Jefa de la División de Investigación

Dra. Rosalinda Guevara Guzmán

Secretario de Enseñanza Clínica, Internado y Servicio Social

Dr. Alberto Lifshitz Guinzberg

Secretaría de Educación Médica

Dra. Alicia Hamui Sutton

Secretario de Consejo Técnico

Dr. Arturo Espinosa Velasco

Secretaría de Servicios Escolares

Dra. María de los Ángeles

Fernández Altuna

Secretario Administrativo

Mtro. Luis Arturo González Nava

Secretario Jurídico y de Control Administrativo

Lic. Sergio Luis Gutiérrez Mancilla

Coordinadora de Ciencias Básicas de la Licenciatura de Médico Cirujano

Dra. Margarita Cabrera Bravo

Coordinador de la Licenciatura en Investigación Biomédica Básica

Dr. Rafael Camacho Carranza

Coordinadora de la Licenciatura en Fisioterapia

Dra. Laura Peñaloza Ochoa

Coordinadora de la Licenciatura en Ciencia Forense

Dra. Zoraida García Castillo

Coordinador de la Licenciatura en Neurociencias

Dr. David García Díaz

Coordinadora de Comunicación Social

Lic. Karen Paola Corona Menez

Gaceta Facultad de Medicina

Editora

Lic. Karen Paola Corona Menez

Coordinadora editorial

Leonora C. González Cueto Bencomo

Redacción

Lili Wences Solórzano

Diseño gráfico

Paulina Fonseca Alvarado

Fotógrafos

Carlos Fausto Díaz Gutiérrez

Adrián Álvarez del Ángel

Distribución

Lorena Patricia Mondragón Rodríguez

Colaboradoras

Beatriz Mariana Montiel Sánchez

Andrea Sánchez Nieto

Samedí Sharit Aguirre Schilling

Gabriel Enrique Espinosa López

Servicio Social

Víctor Arturo Valencia Yeo

Rolando Alaniz Avalos

Gaceta Facultad de Medicina

Gaceta Facultad de Medicina, año VI, número 127, del 10 al 16 de octubre 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: 10 de octubre de 2018. Los artículos contenidos en esta publicación pueden reproducirse citando la fuente. Los textos son producto de las actividades propias de la Facultad de Medicina, reproducen las opiniones expresadas por los entrevistados ponentes, académicos, investigadores, alumnos, funcionarios y no reflejan el punto de vista de la editora ni de la UNAM.

- 02 Una herramienta para la toma de decisiones clínicas
- Reseña de sesión ordinaria de Consejo Técnico
- 04 Cuidados paliativos: procurar la calidad de vida hasta el final
- 05 Estilos de vida saludables, más efectivos que los fármacos
- 06 Etiquetado de fácil lectura para disminuir la obesidad en México
- 07 Perspectiva de género, metodología para la investigación criminalística
- 08 Cultura de autoprotección FacMed
- 09 Misión y Visión de la Licenciatura de Médico Cirujano
- 10 El género impacta en la salud mental
- 11 Reprogramación celular para el estudio del Alzheimer
- 12 Pioneros de la inmunoterapia ganan Premio Nobel de Medicina 2018
- El CIPPS capacita a su personal sobre protección de datos
- 13 Consolidar vínculos personales, la mejor manera de prevenir el suicidio
- 14 Sismos en México: ¿por qué suceden?
- 15 Eduardo de la Fuente gana lugar para torneo estatal de ajedrez
- Sarai Jiménez, lista para ganar otra medalla en taekwondo
- 16 #SomosFacMed

Cuidados paliativos: procurar la calidad de vida hasta el final

Por Mariana Montiel



La doctora Mariana Navarro y la segunda generación del Servicio Social rotatorio en Cuidados Paliativos

La salud es un derecho humano, vivir dignamente también lo es, con todo lo que esto significa, incluyendo a la muerte misma.

Imagina este caso: Un paciente con cáncer tiene un diagnóstico tardío, los protocolos médicos oncológicos hacen lo que esté al alcance para mejorar su salud. Aun así el paciente está cansado, con efectos secundarios por enfermedad y tratamiento, y posiblemente hasta mutilado. Las fuerzas y energía, junto con los recursos, van disminuyendo. Hay una situación física, familiar y económica devastadora. ¿Podría ser diferente?

Los cuidados paliativos mejoran la calidad de vida de pacientes que afrontan ésta y otras realidades, por ello, en 2017, la Facultad de Medicina, a través del Seminario de Estudios sobre la Globalidad, puso en marcha un Servicio Social rotatorio que brinda a los estudiantes herramientas para aplicar estos conocimientos en la clínica.

“Es un programa que exige alto rendimiento, los pasantes tendrán que estar cumpliendo muchas actividades a la vez. Rotaciones en campos clínicos con revisión de casos, participación en proyectos de investigación y otras actividades académicas. Llevan el curso ‘El médico ante la muerte’ y un Seminario de Bioética, entre otras actividades. Dependiendo la sede, pueden incluso interactuar con otras disciplinas como Psicología”, explicó la doctora Mariana Navarro Hernández, coordinadora del grupo de trabajo “Calidad al final de la vida” del Seminario de Estudios sobre la Globalidad.

Tienen la posibilidad de rotar por los institutos nacionales de Neurología y Neurocirugía “Manuel Velasco Suárez”; de Perinatología “Isidro Espinoza de los Reyes”; de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”, y el Hospital General “Doctor Manuel Gea González”, señaló.

Actualmente, hay 16 estudiantes en esta modalidad de Servicio Social. La primera generación estuvo integrada por 10 alumnos, uno de ellos es Rodrigo Gustavo Castellanos Garza, quien desarrolló un algoritmo opioide para pacientes que nunca han recibido un analgésico de este tipo.

“Hay desconocimiento y miedo sobre estos medicamentos, tanto del médico como del paciente. Con esta guía lo que buscamos es que el doctor sepa cómo se da una terapia analgésica opioide, y que con esta información se pueda educar al paciente, por ejemplo, sobre el potencial de adicción, que no es tan grande como se cree”, detalló el médico pasante.

Al invitar a sus compañeros a participar en este Servicio Social, recordó que parte del papel que debe ejercer el médico es el de acompañar y quitar el dolor. “Tener la perspectiva de que la muerte es algo natural, y que en la última parte de la vida puede haber gran calidad, ayuda mucho al paciente y a la familia”.

Estilos de vida saludables, más efectivos que los fármacos

Por Samedí Aguirre

El consumo excesivo de grasas saturadas, azúcares simples o harinas refinadas, la mínima ingesta de frutas y verduras, las alteraciones en el sueño, y la poca actividad física ocasionan exceso de peso por acumulación de grasa. "Esto es una enfermedad crónica causada por adiposidad, mejor conocida como sobrepeso u obesidad", indicó la doctora Ana Lilia Rodríguez Ventura, académica de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Este padecimiento produce inflamación generalizada que afecta todos los órganos y puede complicarse al desarrollar hipertensión arterial, alteraciones menstruales, adelantar pubertad en niñas, hígado graso, osteoporosis, diabetes, cáncer y muchas otras enfermedades que reducen la calidad de vida del individuo e implican un alto costo económico en el sistema de salud. Tan sólo en México, 35 de cada 100 niños presentan obesidad o sobrepeso y están en peligro de desarrollar otros padecimientos.

El implementar hábitos saludables no sólo reduce el riesgo, también disminuye el impacto de las enfermedades antes descritas. "Un estilo de vida saludable es dos veces más efectivo que el mejor fármaco para prevenir diabetes", aseguró.

La endocrinóloga describió que "el exceso de peso siempre es a expensas de grasa, misma que se va acumulando en el interior de vasos sanguíneos, lo que disminuye la oxigenación y los nutrientes en los órganos". Lo anterior, ocasiona un estado de inflamación generalizada en todo el cuerpo y, en particular, afecta la acción de la insulina

y alteraciones en rutas metabólicas que pueden propiciar la aparición de estados prediabéticos (glucosa alterada en el ayuno e intolerancia a la glucosa) e incluso diabetes.

El exceso de peso también puede impactar la calidad del sueño al presentarse obstrucción de las vías respiratorias, entre otras alteraciones. Con base en diversos estudios, la experta recomienda realizar tres comidas principales y una o dos colaciones, disponer de más de 20 minutos para comer, consumir diario al menos tres raciones de verdura y dos de fruta, suspender la comida industrializada, desayunar durante las dos primeras horas después de despertar, beber diario dos litros de agua, dormir más de seis horas pero menos de nueve, comer antes de las tres y cenar antes de las ocho, además de caminar de 10 mil a 15 mil pasos por día y/o realizar cinco horas de ejercicio a la semana.

La doctora Rodríguez Ventura reconoció que debido al ritmo de vida tan acelerado que se desarrolla en las ciudades, estas acciones en beneficio de la salud no son tan fáciles de realizar, por lo que recomendó la implementación de políticas públicas en las que los horarios de trabajo, ubicación y transporte faciliten un menor desgaste y tiempo suficiente para poder mejorar los hábitos

que constituyen un estilo de vida saludable. "Lo ideal es fomentar en nuestra sociedad una cultura de la prevención y no esperar a enfermarse para actuar; además, si ya se padece adiposidad o diabetes, aún se pueden hacer esfuerzos para evitar las complicaciones", concluyó.



Etiquetado de fácil lectura para disminuir la obesidad en México

Por Mariana Montiel

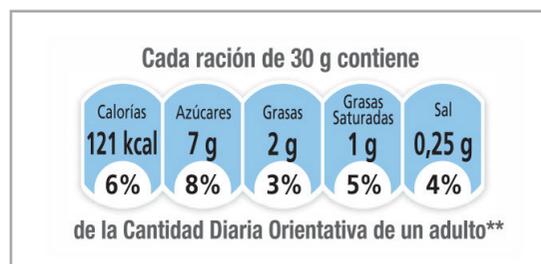


Licenciado Carlos Labastida

Nuestro país tiene la tasa de obesidad más alta de todos los miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, alertó el licenciado Carlos Labastida Villegas, coordinador del Programa Universitario de Alimentos (PUAL) de la UNAM. “De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Salud Pública, tres de cada 10 niños padecen obesidad o sobrepeso, así como cuatro de cada 10 adolescentes y siete de cada 10 adultos”, señaló.

En el Seminario Permanente “La epidemia de enfermedades crónicas no transmisibles en México”, organizado por el Departamento de Salud Pública, recordó que, en 2016, “la Secretaría de Salud emitió por primera vez una alerta epidemiológica para enfermedades no infecciosas: la diabetes y el sobrepeso”.

Las causas son multifactoriales, refirió, entre ellas están la falta de actividad física y la genética, pero otras trascendentales son la pobreza y la pobreza extrema en la que viven el 43.6 y 7.6 por ciento de la población, respectivamente (Consejo



Ejemplo de etiquetado frontal actual

Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social, 2016), así como la mala alimentación, en donde la publicidad y la desinformación influyen.

Expertos en la materia -y otros miembros de la sociedad civil- han pugnado por un etiquetado de fácil lectura para todos. En el artículo “Sistema de etiquetado frontal de alimentos y bebidas para México: una estrategia para la toma de decisiones saludables”, publicado en la *Revista de Salud Pública* (agosto 2018), se propone que el etiquetado en los alimentos sea claro y parta de un sustento científico y sin conflictos de interés; además, que se base en datos de instituciones con alta credibilidad y no de empresas.

Por su parte, la química en alimentos Ana Berenice de la Barrera Avilés, responsable del Subprograma de Apoyo a la Docencia en Alimentos del PUAL, indicó que la Norma Oficial Mexicana 051 brinda las especificaciones generales para etiquetado de productos envasados y bebidas no alcohólicas. “De manera obligatoria, debe tener la tabla nutrimental, con el contenido energético en kilocalorías o kilojoules, la cantidad de proteínas por gramos, la cantidad de hidratos de carbono, grasas saturadas, sodio y cualquier otro nutrimento que se considere importante”, refirió.

Sin embargo, esto no es suficiente para una población que no sabe cuántas calorías debe consumir, y los porcentajes que presentan algunos productos están basados en las Guías Diarias de Alimentación, creadas por las mismas empresas, las cuales parten de una dieta de 2 mil calorías diarias para todos, cuando el Instituto Mexicano del Seguro Social estima que las mujeres sanas deben consumir entre mil 600 y mil 800 calorías, y los hombres sanos entre mil 800 y 2 mil.

Perspectiva de género, metodología para la investigación criminalística

Por Mariana Montiel



“Más que un concepto, la perspectiva de género tiene que estar presente como metodología en todo momento, y desde el inicio de la investigación en un caso de violencia feminicida”, señaló la maestra Mercedes Adriana Rubio Mendoza, criminalista consultora del Observatorio Ciudadano Nacional del Femicidio, durante el Seminario de Bioética y Ciencia Forense organizado por la Licenciatura en Ciencia Forense de la Facultad de Medicina.

Al respecto, recordó la sentencia emitida en 2009 por la Corte Interamericana de Derechos Humanos (CoIDH) para el “Caso Campo Algodonero”, en el cual ocho víctimas de feminicidio fueron encontradas en un lote de Ciudad Juárez, Chihuahua. “Se establece que el Estado mexicano debe de conducir todas las investigaciones mediante una metodología que permita no sólo el esclarecimiento del hecho, sino también un adecuado proceso, que la CoIDH le llama perspectiva de género”.

Seis años después, en otro caso, la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN) coincidió en la necesidad de garantizar la perspectiva de género en la investigación, al resolver que el “Caso Mariana Lima Buendía” (mujer asesinada a manos de su esposo, quien denunció la muerte como un suicidio) fuera investigado como feminicidio. “La SCJN establece que las muertes violentas de mujeres deben investigarse con pers-

pectiva de género y se deben realizar diligencias particulares”, manifestó la maestra Rubio Mendoza.

En su oportunidad, la doctora Ana Pamela Romero Guerra, directora General Adjunta para la Atención a Víctimas de Delitos de la Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas, refirió que, aunque estos casos han sentado precedentes a nivel jurídico, “la ciencia ha estado muy dudosa de las perspectivas de género y el enfoque de derechos humanos, al considerar que hacen perder objetividad.

“La perspectiva de género es una visión analítica, científica y política de los hombres y las mujeres, en los contextos de desigualdad, discriminación, vulneración y violencia que se viven por los roles y estereotipos”, definió quien también es académica de la Licenciatura en Ciencia Forense.

Ejemplificó con el caso de una joven en Chihuahua: “su cuerpo estaba tirado en un lote baldío, y al lado había una jeringa, la levantaron y dijeron, ‘ah, seguro era drogadicta’. En lugar de seguir un método de análisis, saltaron a las conclusiones inmediatamente porque los estereotipos nos afectan”, aseguró. “La perspectiva de género ayuda a ser objetivo. Si piensas que las mujeres ‘se lo buscaron’ porque eran trabajadoras sexuales o viajaban solas, no estás haciendo bien tu trabajo”.

CULTURA DE AUTOPROTECCIÓN FACMED



RECOMENDACIONES PARA CUIDAR TU INTEGRIDAD*

Todo el tiempo somos vulnerables a enfrentar situaciones de emergencia. Los eventos que pueden poner en peligro la vida ocurren en cualquier lugar. Las siguientes recomendaciones pueden darte herramientas valiosas para saber actuar en caso de que estés en peligro.

ANTES



1. Conoce y documenta un breve historial clínico tuyo (alergias, medicamentos, enfermedades y/o condiciones especiales), éste puede ir en "alertas médicas", como collares, pulseras o tarjetas de información en tu cartera, bolso o mochila. Es importante integrar: número de Seguridad Social, número de credencial e información de un familiar o a quién contactar en caso de una emergencia.



2. No corras cuando llueva, en escaleras, superficies resbalosas o donde no haya cintas antiderrapantes.



3. Conoce los números de emergencia, úsalos responsablemente:

- Protección Civil FacMed 5624-5179
- Protección Civil UNAM 5622-6552
- Bomberos UNAM 5622-0565



4. Disminuye acciones que te vuelvan vulnerable:

- Evita caminar sol@ en lugares poco concurridos o mal iluminados.
- No te aisles de tu entorno, procura no caminar o realizar otras actividades mientras usas el celular o cualquier otro dispositivo electrónico.
- Evita llamar la atención usando audífonos, aparatos y joyería, o contando dinero en público. ¡Mantente alerta en todo momento!

DURANTE



1. **Conserva la calma**
Evalúa si es prudente pedir ayuda en el lugar o es necesario alejarte y llamar cuando estés a salvo.



2. **¡Pide ayuda!**
Según el evento, deberás llamar al número de emergencia necesario. Recuerda informar: qué sucede y dónde, la cantidad de víctimas o lesionados, y los peligros o amenazas presentes en el lugar (olor a gas, violencia, personas agresivas y/o armadas, animales o sustancias peligrosas, fuego, etcétera).

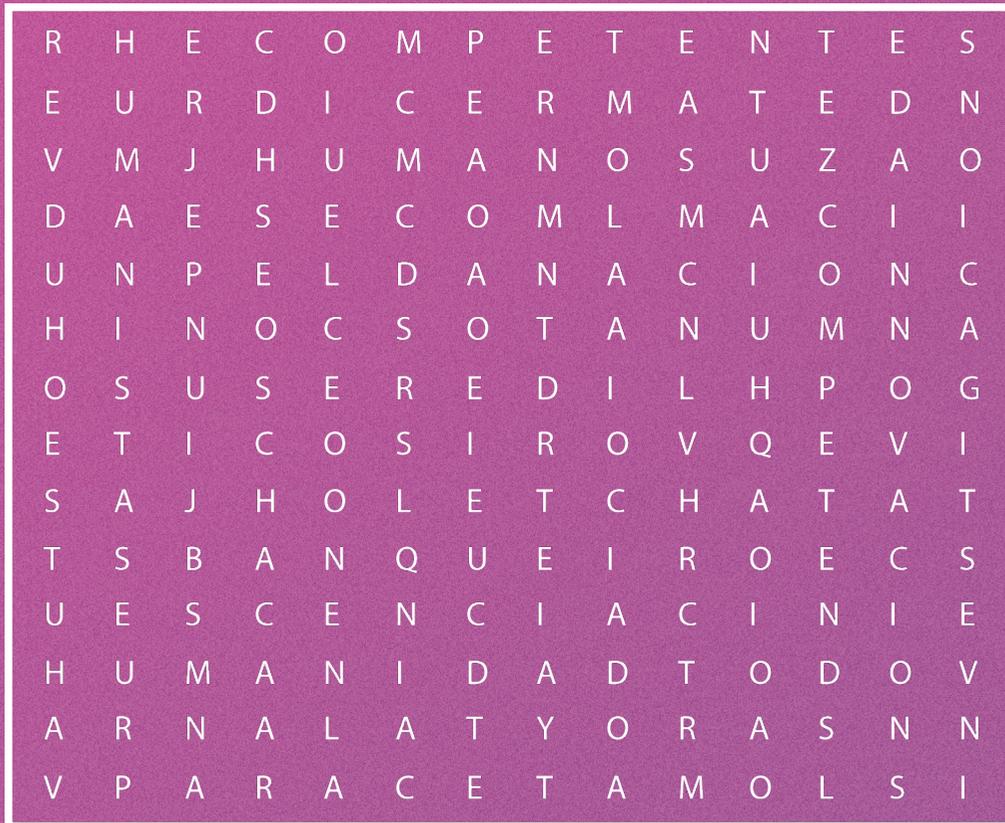


3. Si no estás capacitado para ayudar, ponte a salvo, recuerda que tu integridad es lo más importante. Con pedir ayuda habrás hecho suficiente.

*Información proporcionada por la Coordinación de Protección Civil de la Facultad de Medicina.

MISIÓN Y VISIÓN DE LA LICENCIATURA DE MÉDICO CIRUJANO

LLENA LOS ESPACIOS CON LAS PALABRAS QUE ENCUENTRES EN LA SOPA DE LETRAS.



¿Menciona tres características de los médicos generales según la Misión de la Licenciatura de Médico Cirujano?

_____, _____ y _____.

Completa la frase: los médicos formados según la Misión de la Licenciatura de Médico Cirujano responden a las necesidades en salud, con _____ y excelencia_____.

Los beneficiados por los alumnos formados en la UNAM según la Misión y la Visión de la Licenciatura de Médico Cirujano son la _____ y la _____.

¿Cuáles son las dos características primordiales de los médicos, según la Visión de la Licenciatura de Médico Cirujano?

_____ y _____.

Completa la siguiente frase. La Misión de la Licenciatura de Médico Cirujano incluye formar médicos capaces de desarrollarse en: _____.

Ganarán un libro l@s 10 primer@s alumn@s que presenten sus respuestas correctas en las oficinas de la Gaceta (7º piso de la Torre de Investigación, edificio "H" de la Facultad de Medicina).

Comprueba tus respuestas en gaceta.facmed.unam.mx



Doctoras Virginia Barragán, Ana Lizette Peraza, Ana Carolina Rodríguez y Nayelhi Saavedra.

El género impacta en la salud mental

Por Samedí Aguirre

De acuerdo con la doctora Virginia Barragán Pérez, investigadora del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina, en México se responde a un sistema de género hetero-normativo en el que se basa el comportamiento de hombres y mujeres. Detalló que aunque constitucionalmente todas las identidades sexuales y genéricas deben ser respetadas, “cuando la manera de expresar nuestra sexualidad no entra en estos ‘cajoncitos’ creados por este sistema, se genera exclusión, rechazo, discriminación, y violencia, que en algunos casos provocan un detrimento en la salud mental”.

En este sentido, la doctora Ana Lizette Peraza Noriega, adscrita al Hospital Psiquiátrico “Fray Bernardino Álvarez”, aseguró que “la salud mental es un concepto dinámico porque está ligado a las condiciones de cada persona, a medida que cambian sus contextos de vida, los avances de la ciencia y la propia cultura de los pueblos la van modificando”.

Además, explicó que “en la salud mental el aspecto del género es invisibilizado porque todo se lo atribuimos a los componentes biológicos y esto es un factor de riesgo para muchos trastornos mentales”.

Por su parte, la doctorante Ana Carolina Rodríguez Machain, investigadora del Departamento de Psiquiatría y Salud Men-

tal de la Facultad, aseguró que “la violencia de género es el abuso de las desigualdades de poder que surgen en los roles de género”, aunque pueden impactar a cualquier persona, las mujeres son quienes experimentan en mayor medida este tipo de violencia, pues de acuerdo con datos de encuestas nacionales, alrededor del 66 por ciento la ha experimentado, principalmente de tipo emocional o psicológica, que puede llegar a generar trastornos mentales como estrés postraumático.

“Debemos propiciar un entorno clínico que promueva la confianza y utilizar herramientas de comunicación que nos permitan acercarnos a las personas, no juzgar, ni presionar”, alertó.

La doctora Nayelhi Saavedra Solano, investigadora del Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”, precisó que el sistema de salud responde a la construcción social de género, por lo que deben generarse políticas públicas que lo contrarresten, como involucrar a los hombres en programas de asistencia prenatal, por ejemplo.

Recordó que el profesional de la salud no solamente está para atender una patología, “no somos únicamente servidores de salud, también debemos ser activadores del empoderamiento de la ciudadanía, que sepa sobre sus derechos y pueda ejercerlos”.

Reprogramación celular para el estudio del Alzheimer

Por Samedí Aguirre

La demencia es un síndrome caracterizado por el deterioro de la función cognitiva. El 60 por ciento de los casos es del tipo Alzheimer, explicó la doctora María del Carmen Cárdenas Aguayo, profesora del Departamento de Fisiología de la Facultad de Medicina, quien lidera el Laboratorio de Reprogramación Celular y Enfermedades Crónico-degenerativas.

El problema radica en la dificultad para poder diagnosticar este padecimiento. "Con pruebas cognitivas puedes saber que el paciente tiene demencia, pero no puedes saber de qué tipo, el único diagnóstico certero hasta el momento es el *post mortem*", en el que se detectan los dos tipos de lesiones histopatológicas en el cerebro de los pacientes: las placas neuríticas (compuestas principalmente por el péptido Amiloide beta) y las marañas neurofibrilares (compuestas esencialmente por la proteína tau hiperfosforilada), refirió la doctora durante una conferencia organizada por la Licenciatura en Neurociencias.

A pesar de que esta enfermedad es propia del ser humano, los principales modelos para estudiarla son animales, en especial los ratones transgénicos. "Necesitamos alternativas que utilicen células humanas para evaluar fármacos y entender la patología. Por ello, estamos trabajando en tres abordajes: células humanas del neuroepitelio olfatorio, células mesenquimales de la pulpa dental que se obtiene de dientes que se han extraído por razones odontológicas, y células madre pluripotentes inducidas (iPS) a partir de biopsias de la piel de los pacientes", explicó.

Estos modelos se basan en la investigación del Premio Nobel de Fisiología o Medicina 2012, doctor Shinya Yamanaka, sobre reprogramación celular. De acuerdo con la especialista "es



Doctora María del Carmen Cárdenas

necesario utilizar células somáticas humanas para poder obtener, a partir de la reprogramación y la diferenciación, células neurales paciente-específico y así reconocer nuevos blancos terapéuticos y evaluar la eficacia de fármacos". También refirió que en su laboratorio se están analizando fibroblastos de una familia italiana y una canadiense con Alzheimer familiar (hereditario, correspondiente a sólo el 5 por ciento de los casos). "Esas células las vamos a reprogramar. Lo que más nos interesa es comprender qué pasa con ellas en comparación con células de controles no afectados por esta patología", mencionó.

La especialista aseguró que las ventajas de estas técnicas son amplias, pues "reducen las implicaciones éticas de utilizar las células embrionarias, versus utilizar células somáticas de la piel del paciente para obtener células iPS, y de ahí derivar neuronas" y afirmó que "pueden ser útiles en el modelaje de enfermedades, para estudio de los mecanismos moleculares involucrados, desarrollo de fármacos con potencial aplicación en el ser humano a diferencia de los resultados obtenidos hasta el momento con modelos murinos".

Pioneros de la inmunoterapia ganan Premio Nobel de Medicina 2018

Por Samedí Aguirre y Rolando Alaniz



Doctores James Allison y Tasuku Honjo

¿Nuestro sistema inmunológico puede usarse para atacar las células cancerosas? Esta pregunta ha rondado por varias décadas en laboratorios, hospitales y centros de investigación en todo el mundo, y ha originado estudios como los del estadounidense James Allison y el japonés Tasuku Honjo, quienes ganaron en forma paralela el Premio Nobel de Fisiología o Medicina 2018.

De acuerdo con el Instituto Karolinska de Estocolmo, el jurado ha conferido el Premio a estos dos científicos por "su descubrimiento de la terapia contra el cáncer mediante la inhibición de la regulación inmune negativa".

La Organización Mundial de la Salud estima que el cáncer es la segunda causa de muerte en el mundo, y se caracteriza por la proliferación descontrolada de células anormales que se diseminan por tejidos y órganos sanos.

El sistema linfático no las ataca porque proteínas como la CTLA-4 o la PD-1 lo impiden, al funcionar como una barrera entre el sistema inmunológico y las células del cuerpo, incluyendo a las cancerosas.

Precisamente las investigaciones de los doctores galardonados eliminan esa barrera y permiten que los linfocitos T ataquen los tumores. El doctor James Allison comenzó a estudiar la proteína CTLA-4, en los noventa, y sus resultados se consolidaron dentro de los compuestos que integran ipilimumab, el primer medicamento oncológico contra el melanoma metastásico, aprobado en 2011.

La investigación realizada por el doctor Tasuku Honjo se centra en el estudio de la proteína PD-1 y, de acuerdo con la Asamblea del Nobel, ha permitido crear tratamientos efectivos contra el cáncer de pulmón, renal, de piel y linfoma.

El CIPPS capacita a su personal sobre protección de datos

Por Lili Wences

Con el propósito de identificar conceptos, ideas y definiciones básicas sobre la protección de datos personales, el Centro de Investigación en Políticas, Población y Salud (CIPPS) de la Facultad de Medicina realizó el curso "Introducción a la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de Particulares".

En el auditorio del Centro de Ciencias de la Complejidad, el personal del CIPPS conoció la importancia de los datos personales para que un individuo pueda convivir en sociedad y cómo el control de la información propia disminuye la posibilidad de que otros tengan control sobre ella.

El curso fue impartido por especialistas del Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales el pasado 1 de octubre, es el primero de una serie de cursos especializados del programa permanente de capacitación que tiene el Centro para complementar la formación de sus recursos humanos, pues debido a la naturaleza de sus investigaciones es de suma importancia que conozcan ese tipo de temas, señaló el doctor Gustavo Olaiz Fernández, coordinador General del CIPPS.

Consolidar vínculos personales, la mejor manera de prevenir el suicidio

Por Samedí Aguirre



¿Cómo reconocemos a una persona con ideación suicida?, ¿De qué forma podemos apoyar?, ¿Cómo se puede prevenir?, fueron algunos de los cuestionamientos que surgieron dentro del foro de preguntas y respuestas “Lo que siempre quisiste saber y no te atrevías a preguntar sobre suicidio”, organizado por el Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina.

“No hay señales tan orientadoras para prevenir un evento, pero sí podemos reconocer el sufrimiento del otro, por ejemplo, en alguien que no hace contacto visual, no habla, está retraído, baja su productividad y se aleja de sus intereses”, aseguró el doctor Rodrigo Corona Amezcua, quien ha colaborado en la Clínica de Trastorno Bipolar y en el Centro de Ayuda al Alcohólico y sus Familiares del Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”.

Por ello, recomendó no basar las relaciones en la tecnología, pues la mensajería instantánea aleja a las personas y hace imperceptible las sensaciones, tonos de voz y expresiones que pueden alertar al familiar o amigo. “Aunque una persona no sepa pedir ayuda, el vínculo nos cura y es bidireccional”, insistió.

El especialista reconoció que, entre otras razones, por el estigma, el miedo de acudir al médico, o la dificultad para pedir ayuda, existen personas que sufren y debaten si los problemas que enfrentan en la vida tienen solución. “Cuando a alguien

‘se le cierra el mundo lo suficiente para que sea un túnel’, puede ser que considere que la única salida que queda es morirse”, refirió.

En este sentido, toma relevancia la educación emocional, que se centra en la capacidad de saber reconocer nuestros sentimientos y comunicarlos para poder enfrentarlos; sin embargo, el doctor Corona Amezcua explicó que muchas personas no tienen esta formación en la familia, que por lo general sólo se fomenta en ámbitos escolares y laborales. “La invitación es a identificar que todos sentimos y sufrimos, pero hay formas en las que podemos padecer la vida mucho menos y vivirla mejor”, indicó.

En el ambiente escolar, resaltó la importancia de incluir estrategias para resolver problemas cotidianos, aparte de expresión de emociones y su dominio. “Partiendo de la educación, uno mismo puede salir de la tiranía de sus emociones y puede ayudarse a sentirse mejor”, precisó.

Respecto al riesgo de depresión en estudiantes de Medicina, el especialista reveló que son personas que enfrentan una gran exigencia social, académica y física, que impacta de distintas formas en cada individuo. “El médico siempre es un sujeto en alto riesgo de enfermar de todo, tanto física como mentalmente”, refirió.

Aunado a lo anterior, la juventud es un factor determinante, pues “es una etapa crítica en donde se activan muchas enfermedades del desarrollo”, detalló. Además, invitó a los alumnos a poner mucha atención a sus hábitos de sueño y alimentación, a fortalecer sus vínculos, y a visitar el servicio de salud mental si llegan a sentirse tristes y sin salida.

La recomendación final es acercarse a los seres queridos, fortalecer los vínculos afectivos y aprender a reconocer, expresar y resolver nuestras emociones, pensando siempre que sí existe otra solución.

Sismos en México: ¿por qué suceden?

Por Mariana Montiel

Fotografía de Marco Antonio Cruz



“Un sismo es el movimiento de las rocas en el interior de la Tierra, que genera una liberación repentina de energía”, definió el doctor Eduardo Sergio Moisen Estévez, miembro fundador del Plan Institucional para Casos de Siniestros del Instituto Mexicano del Seguro Social desde 1986.

Durante el Viernes Cultural, señaló que las placas tectónicas de Cocos, Norteamericana y del Caribe interactúan una con la otra, originando los sismos que afectan a la República Mexicana. “No es cualquier cosa, es un problema latente y muy especialmente para nuestro país”, manifestó. Por lo que insistió en la importancia de estar preparados para actuar ante sismos como los ocurridos el 7 y el 19 de septiembre de 2017, con epicentros en Oaxaca y Puebla, respectivamente.

“Los epicentros de los últimos dos años han sido en Chiapas, Oaxaca, Guerrero, Morelos, Ciudad de México, Puebla, Durango y Chihuahua. ¡En Chihuahua ya también tiembla! Eso se debe a que la Placa de Cocos se ha ido metiendo en la

Placa Norteamericana en un fenómeno de subducción”, alertó quien es egresado de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Recordó que, tras el sismo del 19 de septiembre de 1985 -y sus posteriores réplicas-, estuvo apoyando las actividades de rescate en el Hospital Juárez de México, en donde, de la mano de Douglas Jewett, entonces jefe del Departamento de Bomberos y Rescate de Miami-Dade, en Estados Unidos de América, aprendió sobre los protocolos que se deben seguir en sismos de tal magnitud.

Douglas Jewett pidió a los médicos abstenerse de colaborar en la remoción de escombros, pues su conocimiento era más importante en la atención de heridos. “Hasta entonces aprendí el concepto de *triage*, para una situación de desastre, se empezó a utilizar formalmente en la Segunda Guerra Mundial. Nos permite analizar las condiciones de cada paciente para dar prioridades en la atención médica, por ejemplo, alguien con un traumatismo craneoencefálico, penetrado de tórax o de abdomen, antes que a otro con una fractura de tobillo”, explicó.

Entre otras medidas, el especialista norteamericano implementó la credencialización de los brigadistas. “Les pidió portar una tarjeta con sus datos básicos: nombre, dirección, domicilio, qué saben hacer, en qué horario pueden ayudar y a quién avisar en caso de emergencia. Vale la pena que este tipo de ideas las retome Protección Civil para estos casos”.

“Los sismos no se pueden predecir”, aseguró el doctor Moisen Estévez, pero se puede diseñar un plan de acción a seguir antes, durante y después del sismo.

Conoce las recomendaciones en: gaceta.facmed.unam.mx

Eduardo de la Fuente gana lugar para torneo estatal de ajedrez

Por Lili Wences y Víctor Valencia



Las batallas de estrategia y táctica son lo suyo. Eduardo Antonio de la Fuente Flores ha practicado ajedrez desde la secundaria, pero un año atrás comenzó a hacerlo de manera más profesional. Sus aptitudes lo han llevado a diversas competencias y hace unos días, en los Juegos Universitarios 2018, consiguió un lugar para participar en el Torneo Interuniversitario Estatal, etapa previa a la Universiada Nacional.

“Es bonito el enfrentamiento mental entre dos personas, y ver cómo puedes vencer a tu rival. Es un desafío intelectual y eso me agrada”, manifestó el alumno de la Licenciatura de Médico Cirujano respecto a lo que siente al estar frente a un tablero.

Para Eduardo, el ajedrez y la Medicina tienen mucha relación. “Cuando ves algún paciente, estás estudiando determinada enfermedad o cualquier parte del cuerpo, siempre tienes que ir más allá y adelantarte a lo que puede suceder, como en el ajedrez, se deben tener estrategias, estar pensando la segunda, la tercera o la décima jugada para vencer”, aseguró.

Como ajedrecista quisiera llegar al título de Maestro FIDE, pero su verdadera pasión es la Medicina, donde le gustaría dedicarse a la investigación o la clínica, pues el trato social y humano es muy importante para él.

Sarai Jiménez, lista para ganar otra medalla en taekwondo

Por Lili Wences y Víctor Valencia

Desde los nueve años practica taekwondo. Sarai Betsabé Jiménez Robles entró a esta disciplina porque quería practicar un arte marcial. Desde entonces ha ido mejorando con cada entrenamiento que realiza. Ahora es cinta negra tercer dan y ha tenido logros en varias competencias.

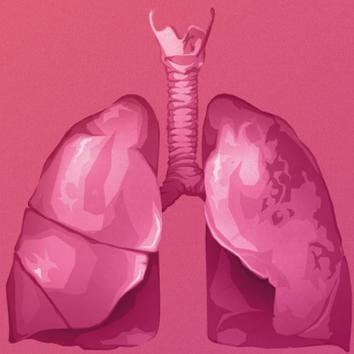
“Fui parte del equipo del Estado de México, donde participé en la Copa Telmex y gané el primer lugar en 2011. Asistí a un festival de cintas negras en Aguascalientes, quedé en primer sitio, y en otro realizado en 2017, obtuve el tercer peldaño”, afirmó orgullosa la alumna de la Licenciatura de Médico Cirujano de los podios que ha conquistado.

Este año participará en sus segundos Juegos Universitarios a nombre de la Facultad de Medicina, donde tiene como objetivo igualar la medalla de oro que obtuvo en la edición pasada. “Representarla implica mucha responsabilidad. Para mí es un orgullo”, aseguró.

El taekwondo ya forma parte de la vida de Sarai Betsabé, quien ha logrado compaginar bien sus entrenamientos y la carrera. Su sueño es dedicarse a la clínica, posiblemente en Ortopedia; mientras tanto, el entrenar todos los días le permite llegar a casa con mayor concentración para estudiar mejor. “Es muy conveniente practicar un deporte, ayuda a la salud y a sentirse bien con una misma; si se puede hacer ambas cosas, sólo es cuestión de organizarse”, expresó.



Somos
INNOVADORES



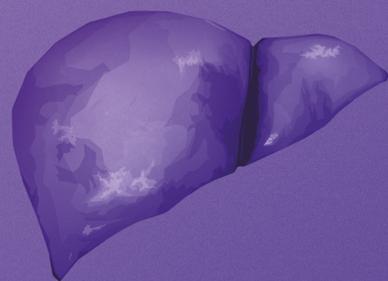
#SomosFacMed

Somos
COMPETENTES



#SomosFacMed

Somos
CIENTÍFICOS



#SomosFacMed

Somos
HUMANISTAS



#SomosFacMed

Somos
ÉTICOS



#SomosFacMed

Somos
VANGUARDISTAS



#SomosFacMed

Somos
LÍDERES



#SomosFacMed

Somos
PROFESIONALES



#SomosFacMed

Somos
INVESTIGADORES



#SomosFacMed

