



Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



LA #FELSALUD2022:
UN ENCUENTRO CON LOS LIBROS, LA CIENCIA Y LA CULTURA
Edición especial





CONTENIDO

- 03** #PrincipiosFacMed: Laicidad
- 04** Bienvenida en el Palacio: Ser universitario, uno de los más grandes privilegios
- 06** Todo lo que me gusta engorda ¿Qué pasa?
- 07** Evolución y Medicina
- 08** Biodiversidad, cambio climático y enfermedades emergentes
- 09** Ciencias básicas y ciencias de la salud
- 10** La UNAM, entorno ideal para el desarrollo personal, académico y científico
- 11** Algunas enseñanzas que la pandemia de COVID-19 ha dejado en la dirección de organizaciones, en un entorno de administración sustentable
- 12** Homenaje al doctor Ruy Pérez Tamayo
La Facultad de Medicina: trayectoria y aportaciones de sus Departamentos
- 13** Síndrome post COVID-19: certezas e interrogantes
¿Por qué las mujeres son invisibles para la Medicina?
- 14** Fomentando la inclusión ante enfermedades discapacitantes
Una forma de acompañar a las personas que desean dejar de fumar
- 15** 100 años de formar a profesionales en Salud Pública
Vinculación con las sedes clínicas de pregrado en pro de la enseñanza
- 16** 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022
- 18** Eficiencia de la política de vacunación estadounidense de COVID-19
Diabetes y corazón
- 19** El ejercicio profesional médico y el Derecho
La simulación como metodología de enseñanza médica en el posgrado
- 20** Terapéutica en Neumología
Violencia infantil y adolescente
- 21** Enfermedad cardiovascular asociada a la COVID-19
Realiza tu Servicio Social en el Centro Nacional de Trasplantes
- 22** *Guía busca*, un protocolo para la búsqueda de personas desaparecidas
Morfología Humana reúne el conocimiento de tres asignaturas
- 23** La inclusión empieza por uno mismo
El médico familiar: primer contacto en la atención a la salud
- 24** Una forma práctica de hacer investigación en salud mental
Experiencias de los egresados de Ciencia Forense
- 25** El libro *Nutrición clínica* está dirigido a estudiantes y responde a las necesidades en salud del país
Hacia la sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud
- 26** Enfermedades raras y su diagnóstico
Problemas dermatológicos por COVID-19
- 27** Memoria de la estrategia de prestación subrogada de servicios de salud en la pandemia de COVID-19
Impacto de la no inclusión en la Ciencia de la Nutrición Humana
- 28** 10 consejos para sobrevivir al 1er año de la carrera de Médico Cirujano
Accesibilidad y barreras arquitectónicas para la inclusión
- 29** Una probadita de cocina saludable
El embarazo en adolescentes: factores asociados, consecuencias y medidas preventivas
- 30** Balada de la aspirina
Rehabilitación basada en la comunidad para fomentar la inclusión
- 31** La auscultación cardiaca: un arte en vías de extinción
Entender y prevenir la depresión en mujeres
- 32** Cultura, arte, música y danza en la #FELSalud2022
- 33** Más de 40 instituciones en sinergia para difundir el conocimiento
- 34** La #FELSalud2022 en números
- 35** La #FELSalud2022 en cifras digitales
- 36** La FacMed impulsa la cultura del autocuidado

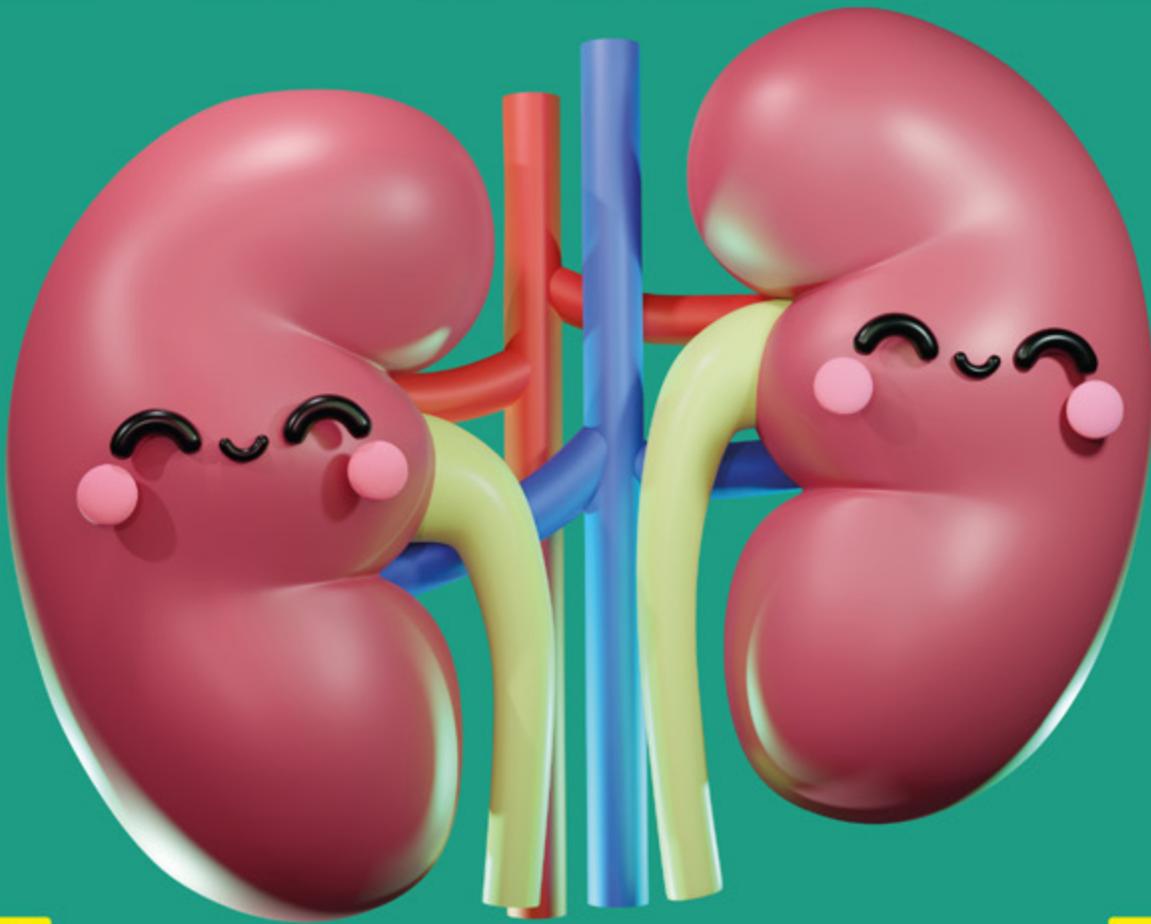
Gaceta Facultad de Medicina, año X, número 294, Edición especial, del 5 al 11 de septiembre de 2022, es una publicación semanal editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, alcaldía Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México, a través de la Coordinación de Comunicación 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: 5 de septiembre 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.



#PrincipiosFacMed

LAICIDAD



Laicidad en las actividades universitarias

Garantizamos la coexistencia de nuestras diversas creencias religiosas, sin que estas desvirtúen las funciones sustantivas universitarias.

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



Facultad de Medicina UNAM



Fotografías: Briseida López y Carlos Díaz

Bienvenida en el Palacio: **Ser universitario, uno de los más grandes privilegios**

Por Karen Hernández

Los días 26, 27 y 28 de agosto el Palacio de la Escuela de Medicina abrió sus puertas para recibir a las y los futuros profesionales de la salud, quienes llegaron al recinto para formar parte de las actividades preparadas especialmente para ellos en la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la cual se realizó en formato híbrido.

En el acto de **inauguración**, el Coro Aliis Vivere de la Facultad de Medicina, el Coral Ars Iovialis de la Facultad de Ingeniería, el Coro Alquimistas de la Facultad de Química y el Coro Acordes de la ENALLT, junto al cuarteto de cuerdas de la Orquesta Sinfónica de Minería, interpretaron *Gaudeamus igitur*, *Canto a la Universidad* y el *Himno*



Universitario, mientras las autoridades de la Facultad de Medicina de la UNAM y otras instituciones cortaron el listón de inauguración.

El doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM, expresó que “es muy emocionante que después de dos años de no poder realizar esta Feria de manera presencial volvamos a estar juntos con este objetivo de reunir a las casas editoriales y acercar a nuestros estudiantes al mundo de los libros; queremos que conozcan no sólo este recinto, sino también la importancia de acercarse a los libros para actualizarse, aprender, distraerse e imaginar”.

Por su parte, el maestro Hugo Setzer Letsche, Presidente de la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana, indicó que las editoriales tienen un gran compromiso con los lectores de seleccionar y verificar los contenidos cuidadosamente, “ya que es muy importante que los estudiantes tengan los mejores libros que requieren para su formación, de ahí el esfuerzo para realizar esta Feria del Libro, la cual es una inmejorable oportunidad para que profesores, alumnos y familiares se acerquen a los libros y a todo lo que contienen”.

“Vivan intensamente y disfruten cada día”

En el auditorio “Dr. Gustavo Baz Prada”, las palabras del doctor Germán Fajardo Dolci marcaron la bienvenida, en seis diferentes ceremonias, de los 2 mil 535 estudiantes que conforman la generación 2023, donde destacó que “el ser universitario, sin duda, significa y significará uno de los más grandes honores y un enorme privilegio de la vida. A lo largo de estos años tendrán la oportunidad de aprender en las aulas, bibliotecas, auditorios, laboratorios, sedes clínicas, y escuchar e interactuar con las mentes más brillantes de la Medicina; ser profesional de la salud es mucho más que una profesión, es tener vocación, es el camino del estudio, de la superación personal a través de la ciencia, de la generación de conocimiento, la enseñanza y, por supuesto, el servicio a los demás”.

“Los alumnos encontrarán en la UNAM y su Facultad un regalo, un espacio de libertad, conciencia y reflexión, donde se convertirán en profesionales de la salud comprometidos con su país y con ustedes mismos; vivan intensamente, disfruten cada día y diviértanse”, expresó el doctor Fajardo Dolci a las y los estudiantes de las seis licenciaturas que se imparten en la Facultad: Médico Cirujano, Investigación Biomédica Básica, Fisioterapia, Ciencia Forense, Neurociencias y Ciencia de la Nutrición Humana.

Posterior a las palabras de bienvenida, expertos dictaron conferencias magistrales sobre temas de vanguardia y de interés nacional e internacional.

En las ceremonias también estuvo la doctora Irene Durante Montiel, Secretaria General, así como los coordinadores de las diferentes carreras y autoridades de la Facultad.

Asimismo, se recibió a las generaciones 2021 y 2022, quienes ingresaron durante la pandemia por COVID-19 y no tuvieron actividades de bienvenida presenciales. Al igual que sus compañeros de la generación 2023, recibieron por parte de la Facultad de Medicina un kit de regalo que contenía un cubrebocas, así como una libreta, separadores y *stickers* de la Misión y Visión de la Licenciatura de Médico Cirujano.

“La inclusión en busca de la igualdad” fue el eje temático de esta Feria que permitió reunir a importantes personalidades, presentar actividades culturales únicas, difundir temas del área de Ciencias de la Salud y acercar los libros a estudiantes, académicos y público general.

Todo lo que me gusta engorda ¿Qué pasa?

Por Azucena Xancopinca

En la **conferencia magistral** de bienvenida para estudiantes de las licenciaturas en Investigación Biomédica Básica y de Médico Cirujano, la doctora Marcia Hiriart Urdanivia, investigadora en el Instituto de Fisiología Celular y profesora en el Departamento de Fisiología de la Facultad de Medicina de la UNAM, indicó que tenemos una epidemia de sobrepeso y de diabetes en México, pero podemos decir que es una pandemia, pues no es exclusiva de nuestro país, sino del mundo entero. “Los años anteriores vimos la unión de dos pandemias, la pandemia de COVID-19 y de diabetes, que juntas hacían que las personas con COVID-19 y enfermedades metabólicas la pasaran muy mal”, señaló.

Asimismo, explicó que en México siete de cada 10 mexicanos tienen sobrepeso u obesidad, lo que nos habla de un problema grave de salud pública, y recalzó que la obesidad se puede prevenir: “Ésta depende de factores genéticos y de factores ambientales, el problema es que la obesidad y especialmente el síndrome metabólico aumentan la susceptibilidad de presentar otras patologías, entre ellas la diabetes mellitus tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares”, enfatizó.

En el auditorio “Dr. Gustavo Baz Prada”, la doctora Hiriart Urdanivia destacó que en los seres humanos hay dos formas de almacenar energía, en el hígado o en el músculo, “la glucosa forma glucógeno y así se almacena, y es más cómodo para el organismo almacenarlo en la grasa”, indicó en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

De la misma forma, compartió que si una persona posee un Índice de Masa Corporal (IMC) por debajo de 18.5 se encuentra baja de peso, si tiene un IMC entre 18.5 y 24.9 se considera saludable, de 25 a 29.9 con sobrepeso, más de 30 se cataloga con obesidad, y más de 40 obesidad extrema u obesidad mórbida.

“En nuestro país, por nuestra genética y por ser mestizos, tenemos genes que propician que almacenemos gran parte de lo que comemos, pero en México no se ve mucho la obesidad mórbida, pues hay genes que favorecen que presentemos diabetes mellitus o enfermedades cardiovas-



Fotografía: Brisceida López

culares”, agregó al mencionar que la población en general realiza poca actividad física.

La también integrante de la Junta de Gobierno de la UNAM expresó que México ocupa el quinto lugar en obesidad en el mundo en mayores de cinco años y el segundo en obesidad infantil, y se estima que las cifras aumenten en la siguiente década, según la Federación Mundial de la Obesidad.

“Cuando tomamos un refresco de 600 ml, consumimos 60 gramos de azúcar, y un jugo de 380 ml equivale a 42 gramos de azúcar, si pensamos en eso, es mejor comer una fruta o un agua de fruta que un refresco, pues tu cuerpo no necesita esa cantidad de azúcar”, aclaró al informar que la Organización Mundial de la Salud fijó un límite máximo de azúcar añadida a la dieta humana de 10 cucharadas para un adulto y 7.5 para los niños, cifras que la población supera todos los días. “Si bebemos un refresco de 600 ml rebasamos en 20 por ciento lo máximo tolerable de azúcar, y en los niños eso es rebasar el 60 por ciento, por lo que los niños en realidad no deberían tomar refresco”, advirtió.

Finalmente, la doctora Hiriart Urdanivia reflexionó que “para estar sanos es necesario entender qué, cómo y cuánto comemos; es un problema complejo al cual debemos poner atención, así como movernos y hacer ejercicio frecuentemente”.

Evolución y **Medicina**

Por Karen Hernández

“Es un privilegio estar conviviendo con las y los futuros médicos y profesionales de la salud de este país, la Facultad de Medicina va a ser su casa y nunca la van a olvidar, así que aprendan, disfruten y sobre todo no pierdan el espíritu universitario que nos hace pertenecer a la UNAM”. afirmó la doctora Ana Barahona, Profesora Titular C de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias, Coordinadora del SUHFECIM de la UNAM y miembro del Seminario de Cultura Mexicana, a estudiantes de nuevo ingreso de las licenciaturas de Médico Cirujano y Fisioterapia en la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

Durante su **conferencia magistral** “Evolución y Medicina”, la doctora Barahona mencionó que los biólogos parten de la idea de que la evolución es un hecho porque los seres vivos que vemos ahora se relacionan genealógicamente con los de épocas pasadas, es decir, los organismos del pasado fueron dando lugar a los que existen actualmente, “por ejemplo, los seres humanos se fueron modificando a través de las generaciones hasta conformar al hombre moderno”.

Mencionó que “para explicar la evolución desde la teoría, el naturalista Charles Darwin desarrolló la teoría de la evolución por selección natural, misma que fue publicada en 1859 dando vuelco al entendimiento de los seres vivos y su historia, donde descubrió que algunos grupos de organismos eran muy parecidos en sus estructuras debido a que compartían un ancestro común, ya que todos los seres vivos descendemos de un mismo antepasado, por lo que las similitudes no son casualidad, pues todos estamos emparentados”.

La también integrante de la Junta de Gobierno de la UNAM explicó el Darwinismo Médico, el cual es una corriente de pensamiento heterogénea y estratificada caracterizada por ideologías que a menudo estaban en desacuerdo entre sí, concibiendo la enfermedad como un aspecto de la variabilidad orgánica que escapaba a la selección natural; mientras que la Medicina Darwiniana explica la selección en la construcción y el mantenimiento hereditario de las características mórbidas en relación con los problemas de



Fotografía: Brisceida López

predisposición genética de las enfermedades infecciosas y de la civilización.

Por ende, enfatizó, “la diferencia teórica fundamental es que la Medicina Darwiniana afirma explícitamente que la selección natural también está en la base del mantenimiento de las características mórbidas vinculadas a un equilibrio entre los costos y los beneficios del proceso evolutivo, mientras que el Darwinismo Médico argumentaba implícitamente que las enfermedades podrían continuar existiendo en la historia evolutiva humana animal, ya que escaparon del trabajo de la selección natural”.

“Así, el psiquiatra Randolph Nesse y el evolucionista George Williams plantean en su libro *Why We Get Sick: The New Science of Darwinian Medicine* cuatro conceptos básicos: los organismos han sido diseñados para reproducirse, no para mantenerse sanos en todas las edades; la evolución es más lenta que los cambios culturales; los patógenos evolucionan mucho más rápido que nosotros; y muchas variantes genéticas interactúan con el medio ambiente y con otros genes”, concluyó la experta.

Biodiversidad, cambio climático y enfermedades emergentes



Fotografía: Carlos Díaz

Por Karen Hernández

“La biodiversidad no solamente son especies y ecosistemas, también incluye el genoma de absolutamente todos los seres vivos porque contiene una extraordinaria cantidad de información sobre el desarrollo, la genética y la fisiología aplicables a la Medicina y a entender la evolución”, indicó el doctor Alberto Ken Oyama Nakagawa, integrante de la Junta de Gobierno de la UNAM, durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

En la **conferencia magistral** de bienvenida para estudiantes de las licenciaturas de Médico Cirujano y Ciencia Forense, el doctor Oyama Nakagawa resaltó que a nivel mundial México es considerado un país megadiverso no solamente por la gran variedad de ecosistemas que hay, sino también porque en el territorio han evolucionado muchas especies nuevas dando como resultado una alta riqueza biológica.

“Absolutamente todas las especies biológicas del planeta que hay y que han existido a lo largo de la historia geológica en la Tierra están hermanadas a través de la teoría de la evolución, es decir, todos provenimos de una primera bacteria, y es por esto que se pueden reconstruir árboles filogenéticos en donde están representados los grupos importantes como las bacterias, las archaea y las eukarya”, indicó el también investigador de la ENES Morelia.

Por otro lado, presentó el Reporte 2022 del Panel Intergubernamental de Cambio Climático (IPCC), el cual muestra los impactos ambientales, las necesidades de adaptación y los niveles de vulnerabilidad de los ecosistemas de acuerdo a la biodiversidad de las comunidades humanas a escalas regionales y globales, con lo que buscó crear conciencia en los asistentes para hacer un cambio y mejorar la forma de cuidar al planeta, ya que vivimos en la época del Antropoceno y “debemos administrar de una mejor manera al planeta mediante el desarrollo sustentable, satisfaciendo las necesidades del presente sin comprometer la habilidad de generaciones futuras de satisfacer sus propias necesidades”.

Así, explicó que la emergencia de las enfermedades es causada por las actividades sobre el medio ambiente, pues el cambio de uso del suelo, la expansión e intensificación de la agricultura, el comercio y consumo de animales silvestres, rompen el equilibrio natural de las interacciones entre la fauna silvestre y sus microorganismos, incrementando el contacto entre la vida silvestre, el ganado y los humanos con sus patógenos, ocasionando las pandemias.

Por ende, indicó que esta problemática representa una carga significativa para la salud pública y la economía global, ya que, de acuerdo con un artículo del 2008 sobre las tendencias globales de las enfermedades infecciosas emergentes, la mayoría de estas afecciones son causadas por bacterias y rickettsias, aunque hay una gran diversidad de agentes infecciosos, siendo que la zoonosis por animales silvestres representa la amenaza más significativa y creciente de salud global de todas las enfermedades emergentes.

“En efecto hay muchos problemas, pero independientemente del área a la que nos dediquemos tenemos que trabajar para encontrar soluciones a esta situación, la ciencia es muy importante, pero cualquier campo de conocimiento aporta; urgen ciudadanos para la sustentabilidad, todas y todos debemos hacer algo para mejorar este planeta”, puntualizó el experto.

Ciencias básicas y ciencias de la salud

Por Azucena Xancopinca

“La ciencia es una de las actividades creativas dedicada a descifrar la naturaleza y el universo, y es una actividad que se ha desarrollado a lo largo del milenio; además, representa el elemento de transformación de las sociedades, forma parte de los elementos creativos y de curiosidad y, la forma en que ha ido impulsando el desarrollo, es el elemento más fuerte que tenemos”, afirmó el doctor Jaime Urrutia Facugauchi, Investigador Emérito de la UNAM y académico del área de Ciencias Exactas de El Colegio Nacional.

Durante la **conferencia magistral** “Ciencias básicas y ciencias de la salud”, como parte de la bienvenida a estudiantes de nuevo ingreso de las licenciaturas en Neurociencias y de Médico Cirujano en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, explicó que “el desarrollo de la ciencia cada vez se da en un tiempo más corto y esto representa una gran capacidad y otorga un gran poder de modificar todo nuestro planeta, no sólo a las sociedades y naciones, sino a todos los organismos con los que compartimos la Tierra, por lo que debemos tener un gran compromiso y responsabilidad”.

Indicó que la característica principal para hacer ciencia es el método científico, pues lo que la distingue de las otras actividades creativas de la sociedad es que tiene un mecanismo de autocorrección, “es de las pocas actividades en las que podemos tener avances, y si éstos tienen problemas, algún error o dificultad, se pueden mejorar, la ciencia tiene este método que corrige estos avances a lo largo de generaciones”.

El también miembro del Consejo Directivo de Fundación UNAM señaló que el título de su conferencia magistral refleja el avance tan rápido que se ha tenido en la ciencia, y las limitaciones que se presentan para entender lo que se está haciendo en otras disciplinas resulta complicado, “por lo que nos hemos visto forzados a centrarnos en especializarnos más, y hemos tenido la necesidad de buscar la parte del trabajo interdisciplinario, multidisciplinario y transdisciplinario, y es en las fronteras del conocimiento



Fotografía: Briseida López

donde tenemos la posibilidad de realizar grandes cambios”, enfatizó.

De igual forma, mencionó que en Ciencias de la Salud, diversos desarrollos que parecían muy lejanos en la parte de la Medicina, como el desarrollo de física de partículas o conocer cómo se comportan los campos magnéticos, ahora se refleja en que contamos con resonancia magnética y tomografías: “La forma de ver al cuerpo con un detalle muy alto, y comparado con lo que teníamos hace unos años, es un cambio enorme, al igual que el desarrollo de la mecánica cuántica o lo que se hace para ver el universo que se trasladan para tener un uso en la parte médica; entonces, el mensaje es, que si bien ustedes tendrán que centrarse en sus materias y trabajos, tienen que verlo de una manera más amplia y tratar de integrarlo dentro de su trabajo profesional, lo que enriquecerá la manera en la que se desarrollan en el día a día”, subrayó.

Finalmente, el doctor Urrutia Facugauchi consideró que las generaciones de hoy “tienen la ventaja de poseer una gran cantidad de información a la mano, mucho mayor de la que podemos procesar, razón por la cual debemos aprender en la Universidad a tener un espíritu crítico que forma parte del método científico para poder entender y usar esta gran cantidad de información”.

La UNAM, entorno ideal para el desarrollo personal, académico y científico



Fotografía: Carlos Díaz

Por Karen Hernández

“El haber estudiado en la UNAM y hecho toda mi formación en esta casa de estudios me permitió crecer en múltiples aspectos. Ustedes están ingresando a una Universidad plural, diversa en disciplinas, intereses, aspectos ideológicos, sociales y culturales, lo cual es una riqueza que deben

aprovechar”, expresó la doctora Rocío Jáuregui Renaud, Investigadora Titular C del Instituto de Física de la UNAM, durante la **conferencia magistral** que dictó como parte de la bienvenida a estudiantes de las licenciaturas en Ciencia de la Nutrición Humana y de Médico Cirujano en la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

“Yo estudié Física del siglo XX, pero la UNAM me proporcionó bases sólidas para no temer adentrarme a temas emergentes, es decir, la formación en la Universidad llega a ser tan completa que los estudiantes pueden abordar y cultivar áreas que sus maestros no les enseñaron, simplemente porque no existían en el momento en que fueron sus profesores”, mencionó la doctora Jáuregui Renaud al recordar su época de estudiante en la que inició con el estudio de Física Atómica, lo cual ocurrió en un momento histórico oportuno a nivel global porque “entonces muchos experimentos eran considerados como poco factibles y aún imposibles, pero gracias al avance tecnológico de fines del siglo XX e inicios del XXI, estos experimentos se volvieron si no cotidianos, sí accesibles. Un ejemplo que me parece es impresionante corresponde a aislar átomos individualmente no sólo para estudiarlos, sino para utilizarlos con fines tecnológicos específicos”.

Asimismo, señaló que su trayectoria académica fue posible porque realmente le gustaba lo que estudiaba y sentía sa-

tisfacción al pensar que podría contribuir, aunque fuese con un granito de arena, al avance del conocimiento, siendo la vocación un punto clave, pues “la mayoría de los que estamos aquí es porque disfrutamos hacer algo, nos motiva alcanzar un sueño y creemos que podemos hacerlo con base en el estudio, el trabajo y la reflexión. Nos motiva aportar a la ciencia, formar recursos humanos en la frontera del conocimiento y establecer las bases para que México participe en los avances tecnológicos que impactarán en múltiples áreas, incluida la Medicina. Esta última tiene un dominio multidisciplinario, complejo e integral; emplea además tecnologías e instrumentos propuestos, ideados y fabricados por profesionales de otras disciplinas, como la Física”.

“También quiero resaltar que uno de los aspectos más sobresalientes de nuestra Universidad es la diversidad: se ofrecen muchas opciones formativas. En espacios como la Ciudad Universitaria se conjuga la presencia de expertos en arte, historia, abogacía, ingeniería, salud, entre muchas otras disciplinas; hay investigadores y profesores con amplia experiencia y sólida preparación. Nuestra Universidad ofrece un ambiente óptimo para el trabajo multidisciplinario necesario para innovar”, indicó la también integrante de la Junta de Gobierno de la UNAM.

Por otro lado, consideró que, para entender la igualdad, “lo primero que hay que reconocer es que la diversidad conlleva gran riqueza. Todos los integrantes de la comunidad universitaria podemos ejercer la igualdad sustantiva: dar oportunidad a que cada quien dentro de su diversidad pueda formarse y crecer. Debemos ser personas que apliquemos criterios de igualdad cotidianamente, personas que no imponen, sino que escuchan y responden permitiendo el desarrollo propio y de las personas en su entorno.”

Así, resaltó la importancia de que el esquema de la UNAM sea privilegiado: “Están ingresando al lugar ideal para tratar de crecer, las oportunidades las van a tener, el punto es que no sólo aprovechen las opciones educativas en su área de interés primario, sino también en la oferta multicultural, deportiva y de recreación; busquen un equilibrio que les permita esto, estoy segura que con ello la etapa que inician en la Facultad de Medicina no sólo será satisfactoria, sino plena”, concluyó.

Algunas enseñanzas que la pandemia de COVID-19 ha dejado en la dirección de organizaciones, en un entorno de administración sustentable

Por Azucena Xancopinca

La administración tiene como objeto de estudio a las organizaciones, las cuales están presentes en todos lados, y pueden ser con o sin fines de lucro, gubernamentales, no gubernamentales, internacionales, de salud, educativas, públicas y privadas, y deben estar orientadas a generar valor social, económico y ambiental, "es algo que nos toca vivir en todas las áreas del conocimiento, y ustedes como médicos por supuesto que también deben sumarse a este cambio", afirmó el doctor Juan Alberto Adam Siade, Coordinador del Seminario Universitario de Emprendimiento Social, Administración Sostenible y Formación Integral en los Niveles Medio Superior y Superior (SUESA) de la UNAM.



En la **conferencia magistral** de bienvenida para las y los estudiantes de nuevo ingreso de la Licenciatura de Médico Cirujano, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el especialista explicó que la administración sustentable es una disciplina que impulsa los Objetivos de Desarrollo Sostenible en las organizaciones, para transformarlas y mantenerlas como entidades en las que sus estrategias impactan positivamente en el medio ambiente, la sociedad y la economía en forma permanente. "Cuando nos enfocamos a la administración sustentable hablamos de tres pilares, el social, el económico y el ambiental", indicó.

"Antes del coronavirus, de 2016 a 2020, los retos más importantes de la administración de las organizaciones se enfocaban en la cuarta revolución industrial y el calentamiento global, y para 2021 durante la pandemia, se tuvo el objetivo de continuar apoyando a todos los sectores de la economía y asegurar que las condiciones de financiamiento siguieran siendo favorables; ahora en 2022, se advirtieron problemas adicionales como el coronavirus, los conflictos y el clima", comentó.

El doctor Adam Siade aseguró que, con los problemas sociales de hambre, pobreza, salud, educación, falta de igualdad de género, y ante los estragos en la naturaleza provocados por el cambio climático, como las inundacio-

nes y las sequías, de la propia naturaleza surge un virus que, en relación con el nuevo paradigma de la administración sustentable, paradójicamente, beneficia al medio ambiente, pero destruye la generación de valor social y económico-financiero.

"La pandemia de COVID-19 inició con una crisis sanitaria que siguió con una crisis económica y, en ese sentido, se tuvo que resolver el problema, pues si no se resolvía la crisis sanitaria, no se podía resolver la crisis económica. Afortunadamente, los seres humanos tenemos una adaptabilidad impresionante, lo que ha hecho que reaccionemos positivamente ante algo nuevo donde hay más preguntas que respuestas", expresó el también integrante de la Junta de Gobierno de la UNAM.

Por otro lado, destacó que después de las experiencias vividas por la COVID-19, las organizaciones tendrán que pensar en generar reservas financieras antes no consideradas, como una reserva de capital para contingencias sanitarias, situación impensable antes de esta pandemia que representa una enseñanza, o la necesidad de que todos los colaboradores de una organización tengan por ley un seguro de desempleo por más tiempo que el que actualmente se otorga, así como la existencia de nuevos seguros orientados a cubrir a las organizaciones financieramente en caso de pandemias.

Homenaje al doctor **Ruy Pérez Tamayo**

Por Luz Aguirre

“Mi mentor y quien inspiró gran parte de mi trabajo, fue el doctor Ruy Pérez Tamayo, de quien me alucinaron desde el primer encuentro ante el pizarrón sus explicaciones de patología molecular y su interés por los padecimientos donde el trastorno primario afecta

a moléculas proteicas”, afirmó la doctora Annie Pardo Cemo, Profesora Emérita de la Facultad de Ciencias de la UNAM, quien ofreció una conferencia magistral como homenaje al doctor Pérez Tamayo durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

“En 1969 acudí al entonces Instituto de Investigaciones Biomédicas, para entrevistarme con el doctor Pérez Tamayo. A

raíz de mi participación en el movimiento del 68 me corrieron del IPN donde estudiaba el Doctorado en Bioquímica, y llegué con él con un posgrado truncado sin conocimientos básicos en biomedicina, que es el área que actualmente cultivo”, recordó.

Señaló que los aprendizajes que adquirió sobre biología molecular del tejido conjuntivo en sus años de trabajo guiado por el doctor Pérez Tamayo no fueron el único legado que dejó en su vida, pues también aprendió a ser crítica de los hallazgos, a tratar de encontrar respuestas a las múltiples preguntas que un estudio genera, a seguir un hilo conductor al contar una historia a pesar de la obligada necesidad de una aproximación reduccionista característica de la especialidad.

“El doctor Pérez Tamayo tuvo un gran impacto como investigador biomédico, pero también en las personas que lo conocimos de cerca por su calidad humana”, aseguró la doctora Pardo Cemo, en el evento moderado por la doctora Guadalupe Venteño Jaramillo, de la Asociación Mexicana de Bibliotecarios, AC.

La Facultad de Medicina: trayectoria y aportaciones de sus Departamentos

y, a partir de 1956, jefes de departamento, que son los que hicieron posible este libro”.

El doctor Guillermo Fajardo Ortiz, académico del DHyFM, resaltó que “la obra se integra por 14 capítulos que se refieren a los 14 departamentos que integran la Facultad de Medicina de la UNAM. Aquí descubrirán el origen y devenir de cada uno, de manera que esto es una historia institucional donde se habla sobre su enseñanza y la investigación que se hace siempre de vanguardia, basado en fuentes escritas provenientes del Archivo Histórico de la Facultad”.

El doctor Omar F. Carrasco Ortega, Jefe del Departamento de Farmacología, dijo que “este libro es una ventana a los recuerdos, es un recordatorio de que todos los departamentos estamos unidos por algo, es una constancia del largo trabajo académico de nuestra Facultad y, sobre todo, un reconocimiento a su legado”.

Finalmente, la doctora Guadalupe S. García de la Torre, Jefa del Departamento de Salud Pública, habló de cómo surgió éste, de lo que tuvo que pasar para convertirse en lo que es hoy, así como de los jefes que ha tenido.



Fotografía: Carlos Díaz



Fotografía: Briseida López

Por Vicky Enrimar

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora Martha Eugenia Rodríguez Pérez, Jefa del Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina (DHyFM), coordinó la presentación del libro *La Facultad de Medicina: trayectoria y aportaciones de sus Departamentos*, y mencionó que la narración “prácticamente arranca en 1956, también cuenta la historia anterior a éste, pero es este año en particular cuando se crea la estructura departamental de la Facultad, ya que antes se les llamaba jefes de clase, después jefes de laboratorio

Síndrome post COVID-19: certezas e interrogantes

Por Karen Hernández

“El libro *Síndrome post COVID-19: certezas e interrogantes* tiene una recopilación de las hipótesis de cuáles son las causas determinantes de los síntomas que presentan los pacientes posterior a haberse infectado de esta enfermedad”, mencionó el doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM, quien, junto con los doctores Zoé Robledo Aburto, Director General del IMSS, y José Halabe Cherem, Presidente de la Academia Nacional de Medicina de México, es autor de esta obra.

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el doctor Robledo Aburto expresó que “aunque no son claras las causas determinantes del síndrome post COVID, esas interrogantes darán pie a más respuestas hacia el futuro”. Por su parte, el doctor Halabe Cherem expuso a grandes rasgos las 10 secciones que contiene esta obra, como las reflexiones en torno a las narrativas del COVID prolongado desde las Ciencias Sociales, el Sistema Nervioso Central y la salud mental, los aparatos cardiovascular y respiratorio, el aparato digestivo, entre otros.

Durante la **presentación de la obra**, la doctora Laura Cecilia Bonifaz Alfonso, Coordinadora de Investigación Científica del IMSS, resaltó que esta 1ª edición “aporta mucho y nos deja muchas preguntas para responder en el futuro”. La licenciada Gabriela Brik, Directora General de Editorial Médica Panamericana, comentó que ya preparan la 2ª edición. Finalmente, el doctor Juan Carlos de Anda, Jefe de la División de Medicina Interna del Centro Médico Nacional “Siglo XXI”, dijo que el libro “ayuda a entender cuáles son las manifestaciones, posibles mecanismos fisiopatológicos y las estrategias terapéuticas para combatir los síntomas post COVID”.



¿Por qué las mujeres son invisibles para la Medicina?



Por Vicky Enrimar

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la Coordinación de Humanidades de la UNAM organizó la mesa de discusión “¿Por qué las mujeres son invisibles para la Medicina?”, en la que se tocaron temas como la brecha que existe entre las posiciones de liderazgo y la carga familiar, donde las mujeres son las más afectadas, además de las situaciones que continúan marcando la desigualdad de género.

Los participantes fueron el doctor Fernando Cano Valle, exDirector de la Facultad de Medicina de la UNAM, y el estudiante

Chenoa Pelaez Lorente. En la mesa moderada por el doctor Alberto Carrera Portugal, los ponentes destacaron que la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia tiene por objeto establecer la coordinación entre la Federación, las entidades federativas y los municipios para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres, así como los principios para garantizar su acceso a una vida libre de violencia que favorezca su desarrollo y bienestar conforme a los principios de igualdad y de no discriminación, para garantizar la democracia, el desarrollo integral y sustentable que fortalezca la soberanía y el régimen democrático establecidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Asimismo, mencionaron que aún existen muchos estereotipos machistas que se deben de eliminar por completo, por lo que “debemos tener claro que pequeñas acciones pueden cambiar la perspectiva de género, como el referirse a las mujeres en puestos altos con el pronombre correcto, ya que tenemos un lenguaje igualitario, pero no diverso, hay que aprender a nombrar a cada uno por su profesión, si son doctoras o doctores”, concluyeron.

Fomentando la inclusión ante enfermedades discapacitantes

Por Karen Hernández

“Las personas con discapacidad incluyen a quienes tienen deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar, diversas barreras pueden impedir su participación plena y efectiva en la sociedad; por ende, hay que incluirlos en las actividades cotidianas y alentarlos a tener roles similares a los de sus pares que no tienen discapacidad”, indicó la doctora Teresita Corona Vázquez, Jefa de la División de Estudios de Posgrado (DEP) de la Facultad de Medicina de la UNAM, quien también presentó su libro *Testimonios: esclerosis múltiple*, donde pacientes narran las dificultades médicas, familiares y sociales que enfrentan por esta enfermedad.

En la mesa de discusión “Exclusión social ante enfermedades discapacitantes”, realizada en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora Michele Breda Yepes, colaboradora de la DEP, habló de la epilepsia, que aunque es una enfermedad muy prevalente en el mundo, “quienes tienen este diagnóstico sufren por los estigmas erróneos que existen, así que es importante apoyarlos, integrarlos socialmente, llevarlos



Fotografía: Carlos Díaz

a grupos de apoyo y referirnos a ellos correctamente como personas con epilepsia, y no epilépticos, para disminuir las connotaciones negativas a esta condición”.

En su oportunidad, el doctor Rogelio Chavolla Magaña, Secretario Académico de la DEP, abordó el tema de la pérdida auditiva resaltando que el único recurso para evitar el retraso social de los presbiacúsicos es el uso de prótesis auditivas, y recomendó que quienes conviven con ellos les hablen claramente, de frente para permitir la lectura de labios, hacerlo con apoyos visuales de ser necesario e involucrarlos en las actividades diarias.

Una forma de acompañar a las personas que desean dejar de fumar

Por Azucena Xancopinca

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora Guadalupe Ponciano Rodríguez, Coordinadora del Programa de Investigación y Prevención del Tabaquismo de la Facultad de Medicina de la UNAM y la médica pasante de Servicio Social Iliana Esperanza Rojas Limón, autoras del libro electrónico *La última bocanada. Pensamientos, emociones y conductas para mantenerte libre de humo el resto de tu vida*, declararon que recibe este nombre porque la última bocanada es muy importante para los fumadores, pues implica pasar de una adicción a liberarse de la misma.

Explicaron que esta es la 2ª entrega de una serie de libros donde los pacientes de la Clínica contra el Tabaquismo de la Facultad de Medicina plasmaron sus pensamientos, emociones/sentimientos o conductas que estaban relacionadas en torno al cigarro ahora que habían dejado de fumar. “En el primer libro recopilamos las cartas donde los pacientes se despiden del cigarro y plasman cómo fue la relación que tuvieron con el tabaco”, expresó la doctora Ponciano Rodríguez.

“En este segundo libro, el fumador ya tomó conciencia de lo que significó el cigarro en su vida, reconoce que puede dejar de fumar y que es posible mantenerse sin fumar el resto de su vida, la intención es que las personas que están pensando en



dejar de fumar o que ya dejaron de fumar se mantengan y este libro sea un apoyo para eso”, mencionó la MPSS Iliana Rojas y agregó que los consejos que dieron los exfumadores para no recaer se encuentran compilados y divididos en el libro en tres secciones, en pensamientos, sentimientos y escenarios, “la idea es que cuando lo lea una persona que ha dejado de fumar y se encuentre en un momento de crisis, pueda sentir que no está solo, que hay más personas que cruzaron por el mismo camino”, destacó. La doctora Ponciano concluyó que lo importante de estos libros es que dan voz a las personas fumadoras, ya que son una ventana abierta a sus pensamientos más íntimos.

100 años de formar a profesionales en Salud Pública



Por Lili Wences

En la **presentación del libro** *Cien años de la Escuela de Salud Pública de México 1922-2022*, moderada por el doctor Eduardo Lazcano Ponce, Director General del Instituto Nacional de Salud Pública y uno de los editores del libro, el doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM, resaltó que hablar de 100 años significan “36 mil 500 días que esta institución ha dedicado a formar profesionales en Salud Pública, que buscan todos los días mejorar la vida y salud de los mexicanos y que han beneficiado a millones de personas no sólo en nuestro país, sino en el mundo”.

Por su parte, la doctora Oliva López Arellano, Secretaria de Salud de la Ciudad de México y egresada de la Escuela de Salud Pública de México (ESPM), indicó que la publicación condensa lo que ha sido esta institución, la cual ha permitido un encuentro de profesionalización, capacitación, especialización, el desarrollo de investigación y la generación de propuestas de política pública para mejorar la salud colectiva.

La doctora Laura Magaña Valladares, exDirectora de la ESPM, habló de su historia, destacando que ha formado aproximadamente a 18 mil egresadas y egresados, y “es un importante actor internacional contribuyendo de manera notable al robustecimiento de la educación de Salud Pública en México, América Latina y a nivel global”.

Finalmente, la doctora Ana María Carrillo Farga, académica del Departamento de Salud Pública de la Facultad de Medicina y revisora del libro, señaló que “durante 100 años los maestros de la ESPM han sido los encargados de dirigir y ejecutar los trabajos sanitarios del país, por eso sus programas han variado conforme el proyecto sanitario del Estado se ha modificado”.

Vinculación con las sedes clínicas de pregrado **en pro de la enseñanza**



Por Karen Hernández

“La Secretaría de Enseñanza Clínica, Internado Médico y Servicio Social (SECISS) comprende el 70 por ciento de la formación académica de las y los alumnos de la Licenciatura de Médico Cirujano, por lo que es necesario implementar un equipo que permita la innovación y vinculación entre la Facultad de Medicina y sus sedes clínicas para incrementar y mejorar las estrategias de enseñanza, aprendizaje, métodos de evaluación y realimentación en la clínica, así como fortalecer las políticas sobre la experiencia educativa en la clínica”, indicó la doctora Ana Elena Limón

Rojas, Titular de la SECISS, en la **plática** ofrecida durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

El doctor Guillermo Wakida Kusunoki, Jefe de la Unidad de Integración e Innovación Clínico-Pedagógica de la SECISS, explicó que para lograr que la Unidad se sitúe como factor transformador de la educación médica clínica de las y los estudiantes mediante las aportaciones de un grupo multidisciplinario que enriquezca la formación del médico general, “nos vamos a vincular tanto interna como externamente con las instancias y departamentos para crear material que lleve toda la información de los beneficios que tiene la Facultad en el aspecto cognitivo y cultural”.

Por su parte, el doctor Abel Delgado Fernández, Coordinador de Evaluación de la SECISS, resaltó que el área de oportunidad de la Unidad de Vinculación es llevar la docencia, la investigación y la difusión de la cultura a las sedes clínicas; la procuración de la salud mental con diferentes actividades impartidas por el Departamento de Psiquiatría y Salud Mental; y la difusión de Investigación en Educación Médica.

7a Feria del Libro DE CIENCIAS DE LA SALUD 2022



Eficiencia de la política de vacunación estadounidense de COVID-19



Fotografía: Brisceida López

Por Luz Aguirre

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el doctor Armando Sánchez Vargas, Director del Instituto de Investigaciones Económicas (IIE) de la UNAM, presentó el estudio “Evaluando el efecto del programa de vacunación norteamericano en la positividad del COVID-19: un enfoque multivariado”.

El también investigador planteó que la política de vacunación en dicho país ha sido efectiva, sin embargo, tiene un impacto diferenciado y compensado por otros factores negativos, tales como el clima, la movilidad y el comportamiento humano, concluyendo que diferentes variantes externas afectan la efectividad de la misma.

“La gente asocia la COVID-19 con un solo factor: la vacuna, pero en realidad hay muchos otros factores externos que inciden en contagiarse o en la reacción inmune; cada caso de COVID es único por un sinfín de factores médicos, sociales y naturales”, consideró el doctor Sánchez Vargas en la conferencia moderada por la licenciada Débora Martínez Ventura, académica del IIE.

Por su parte, la doctora Yolanda López Vidal, Jefa del Programa de Inmunología Molecular Microbiana de la Facultad de Medicina de la UNAM, calificó el trabajo del doctor Sánchez Vargas como “una investigación capaz de romper fronteras académicas y los límites del conocimiento humano, abriendo la posibilidad a los diálogos entre disciplinas”.

Diabetes y corazón

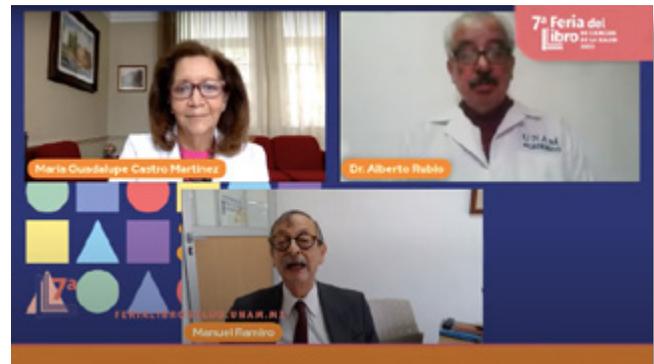
Por Luz Aguirre

El libro *Diabetes y Corazón* es una obra escrita por la doctora María Guadalupe Castro Martínez y el doctor Alberto Francisco Rubio Guerra, especialistas en el tema de diabetes.

“Esta obra surge de la inquietud por parte de ambos autores, considerando, en primer lugar, que la diabetes es un problema de salud importante en el país y que la principal causa de muerte en ese grupo de pacientes son las enfermedades cardiovasculares, además de su constante asociación con hipertensión y obesidad”, indicó la doctora Castro en la **presentación de la obra**, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, moderada por el doctor Manuel Ramiro Hernández.

Del mismo modo, la autora mencionó que “la investigación y resultados de la obra están avalados por la UNAM y la Universidad La Salle, y pretende ser un referente para las y los médicos para ayudar a reconocer las repercusiones que tiene la diabetes en el corazón.

Por su parte, el doctor Rubio resaltó que “el libro surge de inquietudes, pero también de la experiencia de un grupo de



internistas y cardiólogos que trabajan en el área, así se trata de combatir el riesgo de las enfermedades cardiovasculares relacionadas con la diabetes y evitar complicaciones que podrían presentarse 20 o 25 años más adelante”.

Asimismo, destacó que este libro tiene gran importancia porque toca temas sobre cómo abordar a un paciente con diabetes y la toma de decisiones como profesional de la salud, para disminuir el riesgo cardiovascular y aumentar la esperanza y la calidad de vida del paciente.

El ejercicio profesional médico y el Derecho

Por Vicky Enrimar

“La importancia que tiene que el médico conozca las leyes es que al momento de tomar una decisión pueda reconocer que sus actos casi siempre están conectados con un componente ético, es por esto que la regulación de la actividad médica es un buen punto de partida para evidenciar que el ejercicio de esta profesión nunca se debe alejar de la norma y del cumplimiento de la misma, ya que la salud y el Derecho se encuentran íntimamente relacionados”, afirmó el doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM, en la **presentación del libro** *El ejercicio profesional médico y el Derecho*.

En el evento moderado por la doctora Zoraida García Castillo, Coordinadora de la Licenciatura en Ciencia Forense, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora Mariana Mureddu Gilibert, Magistrada del Tribunal Federal de Justicia Administrativa, indicó que “se busca sensibilizar a los médicos sobre la necesidad de saber cuál es el marco jurídico en el que se mueven, se les habla de lo que es el acto médico, de sus obligaciones, sus derechos y los de sus pacientes, o de la



responsabilidad en la que pueden incurrir si ocurre una situación no deseada. El derecho para los médicos es también una herramienta, como lo es el bisturí o el estetoscopio; les sirve para desarrollar su profesión de una forma adecuada; de estar seguros de forma jurídica y sentirse tranquilos de que nadie los va a perseguir”.

Por su parte, el doctor Salvador Vives López, Director de la editorial Tirant lo Blanch, comentó que “la presencia de los problemas médicos en el Derecho ha ido aumentando, no sólo en México sino en todo el mundo; cada vez nos planteamos más temas, por ejemplo, la muerte digna”.

La simulación como metodología de enseñanza médica en el posgrado

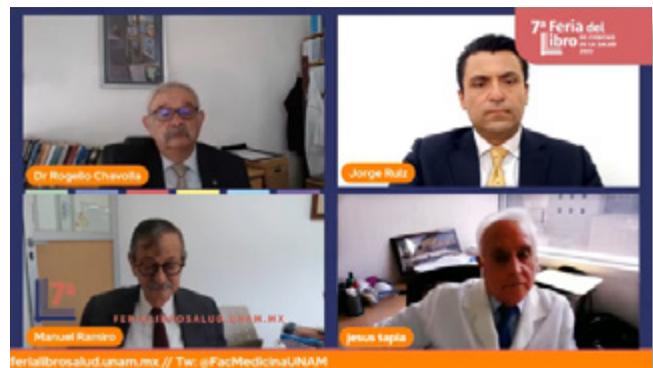
Por Azucena Xancopinca

El libro *Simulación. Innovación en el aprendizaje médico de posgrado* forma parte de la colección de la División de Estudios de Posgrado (DEP) de la Facultad de Medicina de la UNAM, y surge con el objetivo de brindar una educación innovadora.

En la **presentación de la obra** durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el doctor Manuel Ramiro Hernández felicitó a los coordinadores del libro, el doctor Jesús Tapia Jurado, Jefe de la Unidad de Simulación de Posgrado, y el doctor Rogelio Chavolla Magaña, Secretario Académico, ambos de la DEP.

El doctor Chavolla Magaña destacó que esta publicación beneficiará a los médicos en formación: “Para adquirir conocimiento, se puede hacer un escenario parecido a lo real, con la ventaja de que puede ser repetido en diferentes ocasiones y con el beneficio de que no va a dañar a nadie; además, puede ser evaluado por quienes dominan esta área”, mencionó.

Asimismo, el doctor Tapia Jurado indicó que “este es el primer libro que a través de una metodología nos hace ver desde los



antecedentes, pasando por la técnica de la simulación y tomando en cuenta el *debriefing*, como parte importante de esta metodología; en el libro también se comparten las diversas experiencias vividas por la misma Unidad de Simulación de Posgrado”, apuntó.

En su momento, el doctor Jorge Ruiz Lizárraga, Jefe del Centro de Simulación Quirúrgica de la DEP, aseguró que esta obra es un compendio general de lo que es la simulación, y reseña las diferentes estrategias tanto para la simulación médica como para la quirúrgica.

Terapéutica en **Neumología**



Por Vicky Enrimar

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, los doctores Jorge Salas Hernández y Juan Carlos Vázquez García, Director General y Director de Enseñanza del Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias "Ismael Cosío Villegas" (INER), **presentaron el libro** *Terapéutica en Neumología*, donde se aborda el estado actual del conocimiento, el diagnóstico y manejo terapéutico de la mayoría de las enfermedades respiratorias.

El doctor Salas Hernández destacó que "todo el contenido ha sido cuidadosamente analizado para que así tengan la seguridad que cada uno de quienes escriben estos capítulos son verdaderamente expertos en el tema; espero que esta obra los ayude a encontrar las soluciones de los problemas que atienden o simple y sencillamente el abrirse más al campo del entendimiento y el conocimiento de las enfermedades respiratorias".

Por su parte, el doctor Vázquez García explicó que "la Neumología, a pesar de haber nacido de una sola enfermedad, es una disciplina que se ha hecho extraordinariamente compleja", por lo que el objetivo de este libro fue abarcar diversos tópicos que se relacionan con ella.

Señaló que la Neumología abarca áreas que antes no incluía, destacando que es la principal especialidad que atiende trastornos de sueño e, incluso, recordó que el primer posgrado de alta especialidad en Medicina del Sueño en México fue fundado en el INER en colaboración con la Facultad de Medicina de la UNAM.

Violencia infantil y adolescente

Por Azucena Xancopinca

Según cifras de la OMS, 70 por ciento de las mujeres han sido violentadas en algún momento de su vida. "La violencia no nada más es física, puede ser económica, estructural o de discriminación, no necesitamos ver un moretón o cuestiones trágicas para decir que es el preámbulo de una situación de violencia", indicó la doctora Guillermina Mejía Soto, Directora de @dolescentes, SC.

En la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, durante la plática "Violencia en niñas, niños y adolescentes desde una perspectiva de género", la doctora Ana Beatriz Rosas Sumano, Vicepresidenta de la Federación Mexicana de Pediatría, explicó que se ha observado que para la mayoría de las familias mexicanas es normal ver que la mamá es violentada y muy probablemente eso haga que los niños sientan que el *bullying* o las groserías son normales.

La doctora María Ofelia Mendoza Rojas, del Hospital Infantil de México Federico Gómez, expresó que "es importante que, como personal de salud, conozcamos nuestra propia sexualidad, pues



esto es lo que nos va a permitir hablar abiertamente con nuestro paciente, debemos borrar distintos tabúes y hablar abiertamente para que el adolescente tenga confianza de hablar y que sepa que es un profesional de salud el que lo está escuchando y va a poder orientarlo".

Asimismo, el doctor Francisco Fernández Paredes, miembro titular de la Academia Mexicana de Pediatría, mencionó que "en el país hay aproximadamente 400 mil embarazos en menores de 19 años, y en los últimos años se han reportado 10 mil casos de embarazos no deseados en menores de 14 años".

Enfermedad cardiovascular asociada a la COVID-19

Por Azucena Xancopinca

El libro *Enfermedad cardiovascular asociada a la COVID-19*, coordinado por el doctor Marco Antonio Martínez Ríos, ex-Director General del Instituto Nacional de Cardiología "Ignacio Chávez" (INC), se integra de una serie de capítulos elaborados por académicos de la Academia Nacional de Medicina de México, consta de una presentación del doctor José Halabe Cherem, Presidente de la misma, y del doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina, así como de un prólogo del Director General del INC, el doctor Jorge Gaspar Hernández.

En la **presentación de la obra** en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el doctor Martínez Ríos destacó que han encontrado que la COVID-19 se presenta más en hombres que en mujeres y, en la COVID prolongada, durante 6 a 8 meses se presentan dolores musculares y articulares, y más del 50 por ciento de los pacientes quedan con disautonomía, es decir, mareo o síncope.

Por su parte, el doctor Said Vega, adjunto de Cardiología Intervencionista en el INC, explicó que los pacientes con

infección por COVID-19 pueden tener manifestaciones clínicas de un síndrome cardiovascular agudo, y que la pronta evaluación de la infección con esa afección asociada a COVID es fundamental en la sala de emergencia.

El doctor Javier Roldán, del INC, advirtió que la Telemedicina y la Inteligencia Artificial no sustituirán al médico, "van a complementarlo a él y a la investigación, pero el médico que no esté actualizado y conozca bien las herramientas de la Medicina digital va a quedar relegado de la práctica médica habitual".



Fotografía: Carlos Díaz

Realiza tu Servicio Social en el Centro Nacional de Trasplantes

Por Karen Hernández

Desde la experiencia de médicos pasantes, las y los estudiantes que asistieron a la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022 conocieron el Programa de Servicio Social en el Centro Nacional de Trasplantes (CENATRA), el cual busca fortalecer los servicios hospitalarios de donación de órganos y tejidos con fines de trasplante de diferentes unidades médicas autorizadas para la procuración, con la integración de médicos pasantes de Servicio Social capaces de colaborar en el proceso de detección, evaluación, mantenimiento, entrevista y logística de la coordinación de donación.

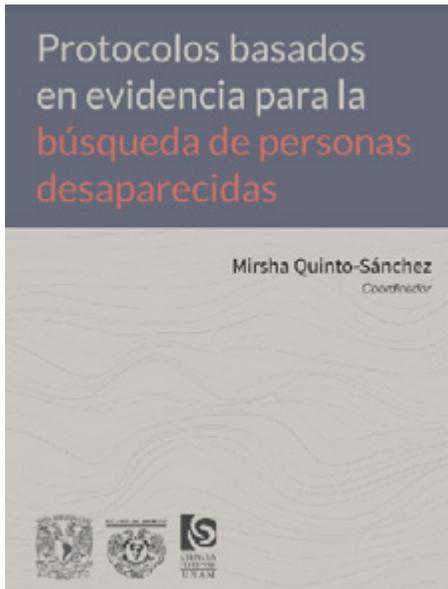
Diana Vanessa González Martínez, Lael Silva Pérez y Williams Cedeño Hernández, médicos pasantes en el CENATRA, indicaron que para pertenecer a este Servicio Social deberán tener cubierto el 100 por ciento de sus créditos y un promedio mínimo de 8.5, y una vez dentro del programa tendrán la opción de desenvolverse en las modalidades de vinculación, investigación o servicios a la comunidad; además, tendrán apoyos alimenticios y educativos para que continúen con su formación.



Fotografía: Briseida López

Asimismo, con el apoyo de fotos y videos, compartieron varias de las experiencias que han vivido, resaltando que aprendieron demasiado y están contentos por todo el trabajo realizado bajo la coordinación de la maestra María del Rosario Araujo Flores, Subdirectora de Planeación, Evaluación y Enseñanza del CENATRA, e invitaron a formar parte de este Servicio Social.

Guía busca, un protocolo para la búsqueda de personas desaparecidas



Por Luz Aguirre

“En México se estima que hay cerca de 16 mil fosas comunes, eso significa, en un escenario de una persona por fosa, más de 16 mil personas que necesitan ser encontradas e identificadas”, comentó el doctor Mirsha Quinto Sánchez, académico de la Licenciatura en Ciencia Forense (LCF) de la Facultad de Medicina de la UNAM y coordinador del libro *Protocolos Basados en Evidencia para la Búsqueda de Personas Desaparecidas: Guía Busca*,

presentado en la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

La publicación reúne a 13 especialistas de distintas áreas que ayudan a la búsqueda de personas por tierra y mar. La maestra

Josselinne Alegre Mondragón, del Centro Geo y coautora del libro aclaró que “no son cuerpos, son personas con pasado y familia que los busca”.

“Fui con mi equipo a buscar fosas y, cuando llegamos, los militares nos dejaron en una zona enorme, nos dijeron ‘busquen donde quieran’, no sabíamos por dónde empezar, sólo así te das cuenta de la desesperación que sufren los que buscan a alguien”, recordó el arqueólogo Salvador Isab Estrada Apátiga, investigador del INAH y coautor del libro.

La doctora Ana Caccavari Garza, académica del Instituto de Geofísica de la UNAM y coautora, comentó que en las páginas del libro se encuentran plasmadas las diferentes técnicas desarrolladas por el equipo de geofísicos de la Universidad Nacional para hacer búsquedas en grandes extensiones de tierra de la forma menos invasiva posible.

El libro se encuentra disponible de forma gratuita en la plataforma digital de la LCF: http://www.cienciaforense.facmed.unam.mx/?page_id=7520.

Morfología Humana reúne el conocimiento de tres asignaturas

Por Vicky Enrinar

“El reto del libro *Morfología Humana* fue integrar las materias de Anatomía, Biología Celular e Histología Médica, y Embriología Humana; la idea surgió para que los alumnos de primer año lo usen como herramienta para comprender de manera fácil los conocimientos que se les brindan y, en el caso de los egresados de Medicina, tomen el libro y, de manera muy sencilla, retomen el conocimiento obtenido durante la carrera”, resaltó el doctor Manuel Ángeles Castellanos, académico y exJefe del Departamento de Anatomía.

Esta obra, **presentada** en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, se hizo en colaboración entre el Programa Institucional de Libros de Texto de la Facultad de Medicina y la Editorial Médica Panamericana, con el apoyo de más de 80 autores.

La doctora Isabel García Peláez, académica y exJefa del Departamento de Biología Celular y Tisular, mencionó que “la creación de esta obra surge como una iniciativa de nuestras autoridades



en la búsqueda de responder a la necesidad de mejorar la calidad del proceso de aprendizaje por el cual transitan nuestros estudiantes”.

Por su parte, la doctora Guadalupe Sánchez Bringas, Coordinadora de Ciencias Básicas de la Licenciatura de Médico Cirujano, indicó que el objetivo de integrar los conocimientos de las tres materias en un solo libro permite que el proceso cognoscitivo de aprendizaje se realice de manera eficiente, pues “aporta a la comprensión del estudiantado frente al reto de la gran cantidad de conocimiento que surge día con día”.

La inclusión **empieza por uno mismo**



Por Lili Wences

“Debemos comprender que todos somos distintos y que dentro de la diversidad podemos seguir evolucionando, pero para poder incluir al otro, a la familia, a la pareja, a los amigos, a la escuela, tengo que empezar conmigo”, afirmó la doctora Olga Robelo Zarza, Coordinadora del área de Difusión en Psiquiatría y Salud Mental del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental (DPSM) de la Facultad de Medicina de la UNAM, en la **plática** para padres de familia y estudiantes sobre inclusión familiar.

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud, resaltó que “cuando comprendemos que somos diferentes e imperfectos, podemos empezar a hablar de inclusión, para disminuir el estigma,

que se conforma de estereotipos y prejuicios; la familia, que, con base en su organización e integración para cubrir las necesidades, será o no una red de apoyo; por lo que es importante cuidar la salud mental de sus integrantes, donde lo importante es aprender a identificar nuestras emociones, regularlas y decidir para qué nos sirve eso.

Indicó que todo ello lo relacionamos con la dimensión biológica (alimentación, autocuidado, ejercicio), psicoemocional (cómo expreso el amor, qué pensamientos tengo durante el día), sociocultural (las creencias heredadas y adquiridas de quién soy) y espiritual (cómo quiero que me recuerden).

“Eso nos obliga a hablar de inteligencia emocional y algunas de las estrategias es que cuando tengan una situación, regresen a sus sentidos, si están muy enojados, disfruten un chocolate o la música; otras estrategias es que identifiquen cuál es la desregulación de su emoción y busquen apoyo, y hagan una lista de proyectos, porque más que papás o hijos, son personas”, concluyó la doctora Robelo al invitarlos a estar atentos porque el DPSM seguirá dando este tipo de charlas y talleres.

El médico familiar: primer contacto en la atención a la salud

Por Vicky Enrimar

“El médico familiar tiene necesidades muy peculiares de educación, pues labora en el primer nivel de atención a diferencia de otros especialistas; brinda atención en unidades donde la población tiene contacto inicial con cualquier sistema de salud, convirtiéndose así en el primer médico al que la población acude para conservar su salud y no solamente para atender sus enfermedades. Una segunda peculiaridad es que es el único especialista que atiende a hombres y mujeres a lo largo de todo el ciclo de vida”, resaltó el doctor Javier Santacruz Varela, Jefe de la Subdivisión de Medicina Familiar de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad de Medicina de la UNAM, durante la **presentación del libro** *Terapéutica en medicina familiar*, que forma parte de la colección “Terapéutica en...”, una serie de textos para apoyar los contenidos de las especializaciones médicas.

En la actividad moderada por el doctor Manuel Ramiro, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, los doctores Javier Santacruz Varela, Geovani López Ortiz, Octavio



Noel Pons Álvarez y Carlos Rivero resaltaron que el libro aborda los problemas más frecuentes que se atienden en la especialidad de Medicina Familiar. A lo largo de tres secciones, 51 expertos aportaron sus conocimientos en diferentes temas de la materia.

“Estamos muy contentos de poner a disposición de ustedes este libro, no hay que olvidar que la Medicina Familiar tiene un enfoque biopsicosocial y justamente es este enfoque que se da a lo largo de todos los capítulos que lo componen”, indicó el doctor Geovani López Ortiz.

Una forma práctica de hacer **investigación en salud mental**



Fotografía: Brisceida López

Por Luz Aguirre

El libro titulado *Manual de Investigación en Salud Mental: una guía práctica*, busca dar respuesta a las inquietudes del personal sanitario que quiere hacer investigación en salud mental pero no sabe cómo iniciar.

"Alrededor de la labor de investigar, suele haber muchas dudas y temores. En muchas ocasiones, las asignaturas y los compendios de metodología son tan áridos y carentes de sentido, que solamente logran alejar a quien pretende empezar a hacer investigación. En este manual quisimos ofrecer un recurso accesible, de ágil lectura. Cada capítulo es como escuchar a las autoras dar clase porque buscamos alejarnos de las palabras confu-

sas y elegantes para hacer un libro de simple comprensión que sea de utilidad para todo estudiante o profesionista interesado en el área. ¡Esperamos que este manual sea el acompañamiento en muchos de sus proyectos de investigación!", indicó la doctora Ingrid Vargas Huicochea, coordinadora de esta obra en la que también participan las doctoras María Asunción Álvarez del Río, Shoshana Berenzon Gorn, Ana Fresán Orellana, Ana Carolina Rodríguez Machain, Nayelhi Saavedra Solano, Silvia Aracely Tafoya Ramos y María Yoldi Negrete.

En la presentación de la obra durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora Shoshana Berenzon afirmó que le hubiera gustado que, cuando era estudiante, alguien le dijera todo lo que hay en el libro, a fin de tener una guía para realizar investigación. Por su parte, la doctora Ana Fresán consideró que "cuando hablamos de investigación en salud, también hablamos de investigación de enfermedad, por lo que la investigación debe estar guiada para resolver problemas y este libro funge como esa guía". El libro, una coedición de la Facultad de Medicina de la UNAM con la Asociación Psiquiátrica Mexicana, AC, está disponible en <https://bit.ly/3R3oQ00>.

Experiencias de los egresados de **Ciencia Forense**



Fotografía: Brisceida López

Por Luz Aguirre

"En el 2013 ingresó la 1ª generación de la Licenciatura en Ciencia Forense (LCF) de la Facultad de Medicina de la UNAM, es una carrera muy joven y aún cuesta trabajo vislumbrar el papel del científico forense en el ámbito laboral, por eso estamos aquí, para conocer la experiencia de nuestros egresados", comentó la doctora Ana María Sosa Reyes, Jefa de la Unidad de Docencia de la Licenciatura.

En la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, Sofía Vianey Avelino Labana, quien trabaja en la Comisión Nacional de Búsqueda, recordó que la carrera fue una oportunidad perfecta para cumplir sus sueños: "Busqué el perfil de lo que solicitaban

los empleadores y lo comparé con las carreras a las que podía entrar, Ciencia Forense cumplía el perfil de egreso que más coincidía con el perfil de empleo que quería".

"Me felicitan mucho por el enfoque que tengo y la visión tan amplia a la hora de investigar, y eso es algo que me dio la visión de la carrera", comentó, a su vez, Vanessa Fossati Del Ángel, quien actualmente es líder de un equipo de investigadores de redes monta choques en el sector privado.

Para Josué Emmanuel Romero García, Director del área de análisis de contexto en el Equipo Mexicano de Antropología Forense, la situación no es distinta: "No somos químicos, ni criminalistas, somos científicos, tenemos una visión única en el campo laboral".

El doctor Luis Jiro Suzuri Hernández, profesor de la LCF, mencionó que el siguiente reto que enfrenta ésta es la creación de la Escuela Nacional de Ciencia Forense que permitirá aumentar la matrícula, abrir nuevas licenciaturas y mejorar el Plan de Estudios tomando en cuenta las experiencias de sus egresados.

El libro *Nutrición clínica* está dirigido a estudiantes y responde a las necesidades en salud del país

Por Lili Wences

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, se presentó la 3ª edición del libro *Nutrición clínica*, coordinado por la maestra María Elena Téllez Villagómez, quien destacó que “uno de los principales objetivos de esta obra es la enseñanza de la nutrición, pues en ella todos los que escriben son o han sido docentes de Nutrición, lo cual es un plus porque todos sabemos cuáles son las necesidades de las y los estudiantes”.

Al destacar la importancia de generar conocimiento científico, pues la nutrición va cambiando a pasos vertiginosos, la doctora Elvira Sandoval Bosch, Coordinadora de la Licenciatura en Ciencia de la Nutrición Humana de la Facultad de Medicina de la UNAM y colaboradora de la publicación, resaltó que “es un libro de consulta basado en evidencia que muestra el quehacer de las y los nutriólogos, responde a las necesidades en salud del país y a lo que se enfrentarán nuestros estudiantes cuando egresen y sean científicos de la Nutrición Humana”.



Por su parte, la maestra María del Carmen Servín Rodas, colaboradora de la publicación, señaló que ésta incluye contenidos relacionados con las bases de la nutrición y con estudios de caso a final de cada capítulo, y destacó que en la nutrición “siempre debemos ser muy conscientes y tener en cuenta la parte antropológica, cultural y social de nuestra comunidad”.

Hacia la sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud

Por Karen Hernández

La Fundación Mexicana para la Salud (FUNSALUD) está comprometida con el fortalecimiento conjunto del Sistema Nacional de Salud (SNS) y con la

implementación de acciones que permitan avanzar de manera progresiva hacia la garantía efectiva del derecho a la protección de la salud de toda la población. De acuerdo con el licenciado Héctor Valle Mesto, Presidente Ejecutivo de la FUNSALUD, sus tres pilares son: “la formación de un sistema de salud que siempre busqué mejorar su acceso, apoyar la investigación en materia de salud y trabajar en la relación público-privada”.

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de Salud 2022, las doctoras Fernanda Cobo Armijo, investigadora de la Universidad Iberoamericana, y Lina Sofía Palacio Mejía, investigadora catedrática del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), y el doctor Juan Eugenio Hernández Ávila, investigador del Centro

de Investigación en Evaluación y Encuestas del INSP, dieron una visión general del libro *Hacia la Sostenibilidad del Sistema Nacional de Salud Mexicano*, estructurado en distintos componentes que proporcionan un panorama de cómo ha evolucionado el SNS, su estructura, dónde se encuentra actualmente y recomendaciones para continuar con su consolidación más sostenible.

En su exposición, resaltaron algunos retos propios del diseño institucional, mismos que generan una mayor fragmentación por la condición laboral y nivel de atención, así como diferencias en la cobertura. Además, puntualizaron la necesidad de robustecer las capacidades técnicas y administrativas de las instituciones; publicar todos los instrumentos normativos que regulen la operación tanto del Instituto de Salud para el Bienestar como del IMSS Bienestar; y crear mecanismos de comunicación entre los operadores del sistema y la población para disminuir la incertidumbre relacionada con las modificaciones. Así, a manera de conclusión, mencionaron que el libro es un documento que tiene la intención de describir qué es lo que está pasando con el SNS y generar una base para construir de manera conjunta, entre todos los actores del sistema, soluciones ante los retos y problemáticas que enfrenta el país en materia de salud.

Enfermedades raras y su diagnóstico



UNIDAD DE, DIAGNÓSTICO DE ENFERMEDADES RARAS

Por Karen Hernández

“Una enfermedad rara es aquella que tiene una frecuencia igual o menor a uno en cada 2 mil individuos en la población general; actualmente, existen más de 8 mil enfermedades raras que afectan al 7 por ciento de la población mundial, y la causa más frecuente por la que se producen es por alteraciones genéticas”, comentó el doctor Juan Carlos Zenteno Ruíz, responsable de la Unidad de Diagnóstico de Enfermedades Raras (UDER) de la División de Investigación de la Facultad de Medicina de la UNAM, durante la conferencia “¿Qué son las enfermedades raras y cómo se diagnostican?” en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

Asimismo, indicó que los pacientes con una enfermedad rara reciben por lo menos tres diagnósticos erróneos antes de llegar al diagnóstico final, lo cual es un problema no solamente emocional, sino económico, porque pasan en promedio 8 años de su vida buscando el diagnóstico y por lo menos visitan 10 especialistas en ese periodo de tiempo, lo cual repercute en su calidad de vida; por lo tanto, es importante intentar llegar a un diagnóstico aplicando tecnología moderna.

Para obtener el diagnóstico, el médico debe realizar una buena historia clínica del paciente, revisar su genealogía, estudiar los análisis de laboratorio y gabinete que tenga el paciente para saber qué le han dicho anteriormente, hacer una exploración física y, si se sospecha que es una enfermedad rara, deberán aplicar técnicas amplias de análisis genético.

Finalmente, resaltó que la UDER se creó para ayudar a la evaluación y diagnóstico de este tipo de enfermedades a pacientes que lo necesiten. Para mayor información, consulta la página <http://enfermedadesraras.facmed.unam.mx/>.

Problemas dermatológicos por COVID-19

Por Luz Aguirre

“Después de contraer COVID-19, las secuelas de la enfermedad pueden ser muchas, pero de las menos mencionadas son las consecuencias que se generan en la piel, siendo las más comunes la alopecia y el efluvio telógeno”, indicó el doctor Rodrigo Roldán Marín, responsable de la Clínica de Oncodermatología de la Facultad de Medicina de la UNAM, durante su conferencia “Problemas dermatológicos asociados al COVID”, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

El especialista consideró que esas afecciones pueden representar un problema a nivel socioemocional, pues el cabello juega un importante papel en la imagen e identidad de una persona, ya que se ha registrado que mujeres y hombres con problemas en el cuero cabelludo presentan cuadros graves de ansiedad y depresión.

Sin embargo, aseguró que la alopecia causada por COVID-19 es totalmente reversible, “con el paso de las semanas, se recupera la totalidad del cabello, si no es así, es necesario acudir con un especialista”.

“Además, derivado de las medidas de prevención por la pandemia, se han presentado otras afecciones, como dermatitis por el uso excesivo de la mascarilla, resequedad por la continua desinfección de manos y, en casos más específicos, el avance desmedido de cáncer de piel por dejar de asistir a terapias o no tener acceso a un médico durante la pandemia”, advirtió.

Finalmente, el doctor Roldán Marín consideró que “es importante abrir el panorama sobre las secuelas de COVID; la parte dermatológica es de las menos abordadas, pero existen otras, todas a considerar por una pandemia inesperada”.



Memoria de la estrategia de prestación subrogada de servicios de salud en la pandemia de COVID-19

Por Vicky Enrimar

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022 se **presentó el libro** *Memoria narrativa de la estrategia de prestación subrogada de servicios de salud entre instituciones públicas y privadas en el marco de la pandemia de COVID-19 en México*, el cual aborda “una de las soluciones que se plantearon en la lucha contra la pandemia y que fue realizada en conjunto con el gobierno mexicano y la participación de la Fundación Mexicana para la Salud (FUNSALUD), siendo este programa de gran ayuda a nuestro país en varios sentidos”, afirmó el doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Por su parte, el licenciado Héctor Valle Mesto, Presidente Ejecutivo de FUNSALUD, comentó que “el acceso a salud es una preocupación que tenemos y queríamos hacer algo para reducir las brechas que tiene la población en el acceso a la misma; esta obra es un proyecto de muchos años, donde hemos invertido menos de lo que debimos de haber invertido y por eso nos en-

contramos en coyunturas donde, en ocasiones, no está el personal de salud, no hay infraestructura o medicamentos, así que esta obra surgió de la idea de que nuestra tarea es encontrar cómo sumar realmente entre todos para encontrar mejores soluciones”.

La doctora Marcela Vázquez Coronado, Secretaria Técnica del Comité Técnico Científico de Especialistas en Mieloma Múltiple, consideró que “esta narrativa es muy importante, ya que hoy tenemos un escenario epidemiológico diferente, estamos observando no solamente el repunte de las enfermedades emergentes, sino también nuevas patologías, es así que esta pandemia se convierte en un ejemplo de lecciones aprendidas para el escenario epidemiológico de los próximos meses y años”.



Fotografía: Carlos Díaz

Impacto de la no inclusión en la Ciencia de la Nutrición Humana

Por Luz Aguirre

Durante la conferencia “Impacto de la NO inclusión en Ciencia de la Nutrición Humana”, realizada en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora Mónica Leticia Parra Martínez, académica de la Licenciatura en Ciencia de la Nutrición Humana de la Facultad de Medicina de la UNAM, comentó que el lema del Día Mundial de la Alimentación, que se celebra el 16 de octubre, es “no dejar a nadie atrás”, con la intención de abrir el panorama sobre las diferentes condiciones alimenticias que existen en México y el mundo.

Por su parte, la doctora Blanca Estela Zardel Jacobo, investigadora de la FES Iztacala, comentó sobre experiencias derivadas de la convivencia con la diversidad y la importancia del uso adecuado de los términos relacionados con la inclusión.

Se estableció que la no inclusión impacta en la Ciencia de la Nutrición Humana en varios aspectos, como la falta de equipo específico para realizar una evaluación del estado de nutrición completa y de tablas de referencia para personas con alguna discapacidad. Otro aspecto es la transaccionalidad, cuando la persona tiene

varias características que la hacen vulnerable, como ejemplo, ser mujer, indígena y con discapacidad.

Estos aspectos ocasionan inseguridad alimentaria con graves consecuencias en la promoción y mantenimiento de la salud.

El público intervino con algunas propuestas de solución, como atender la diversidad, consumir local, retomar la dieta tradicional mexicana basada en plantas y promover la formación de científicas y científicos de la Nutrición Humana que generen, apliquen y difundan conocimiento sobre alimentación y nutrición, con enfoque de derechos humanos en el respeto a la diversidad, sustentabilidad y perspectiva de género.



Fotografía: Briseida López

10 consejos para sobrevivir al 1er año de la **carrera de Médico Cirujano**

Por Lili Wences

“Si dudas de tu capacidad cuando ingresas a la Universidad, es normal, pero recuerda que, si llegaste hasta aquí, es porque eres bueno e inteligente”, afirmó el doctor Manuel Millán Hernández, académico de la Facultad de Medicina de la UNAM, quien, en una plática organizada por Wolters Kluwer en la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, compartió un decálogo de consejos a las y los estudiantes de nuevo ingreso para su desarrollo óptimo durante su licenciatura:

1) Administra el tiempo, haz una lista de las cosas que debes hacer, jerarquízala y verifica si lo hiciste bien; 2) Haz una agenda, la mejor es la que se te acomode; 3) El descanso es primordial, lo ideal es dormir 7.5 horas, pero si no puedes, descansa 90 minutos en completa oscuridad para generar melatonina y tengas buen descanso.

4) Aliméntate sanamente, pero sobre todo hidrátate bien para que tu cuerpo se recupere de las desveladas más rápidamente; 5) Excluye distractores y concentra tu atención en la actividad que estás realizando; 6) Comprende la importancia

de los programas académicos de tu Plan de Estudios para que sepas qué debes estudiar de cada tema.

7) Aprende a usar los complementos digitales que tengas a tu alcance, por ejemplo, está comprobado que si subes a 1.5 de velocidad la reproducción de los videos, tu cerebro aprende más rápido; 8) Aprovecha los complementos académicos inscribiéndote únicamente a los cursos o plataformas que te sirven; 9) El mejor libro es el que lees; y

10) Repite y vuelve a repetir para asimilar conocimientos.

Finalmente, el doctor Millán Hernández te recomienda cuidar 5 tipos de salud, que serán los mismos que cuidarás en tus pacientes: mental, social, espiritual, física y familiar.



Accesibilidad y barreras arquitectónicas **para la inclusión**

Por Lili Wences

“Aunque todavía hay muchos lugares que no cuentan con la infraestructura o señalización para garantizar la accesibilidad e inclusión de personas con alguna discapacidad, debemos ser conscientes de lo que tenemos ya y, si no nos sabotamos, podemos hacer muchas cosas y contribuir a un cambio”, consideró el maestro Luis Alberto Luja Ramírez, Jefe de la Unidad de Evaluación y Formación Académica de la

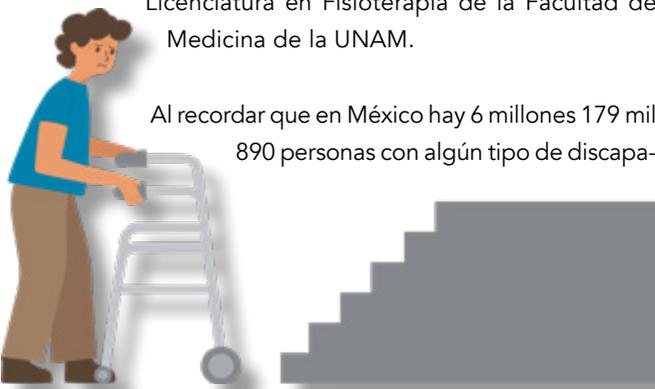
Licenciatura en Fisioterapia de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Al recordar que en México hay 6 millones 179 mil 890 personas con algún tipo de discapa-

cidad, indicó que existen diferentes barreras arquitectónicas para ellas: urbanísticas (obstáculos en la vía pública, falta de rampas), en el transporte (las escaleras impiden el acceso o los pasillos son estrechos), comunicación (por ejemplo, no saben el momento en el que el semáforo está en verde) y edificación (en la misma casa hay escalones que impiden su acceso o faltan barras de apoyo).

En la conferencia moderada por el licenciado Francisco Javier Duarte Rodríguez, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el maestro Luja Ramírez concluyó que “debemos de ser conscientes de que tenemos que ser incluyentes con nosotros mismos, que somos seres humanos, no nada más es una silla de ruedas o unas muletas, además de las personas de la tercera edad, niños y otros individuos”, y recomendó a las y los estudiantes consultar el Manual de Normas Técnicas de Accesibilidad de la CDMX, que incluye pasos de accesibilidad, medidas antropométricas y ergonomía, entre otros temas.

Ilustración: Alejandra Hernández



Una probadita de **cocina saludable**

Por Lili Wences

Con el objetivo de mostrar cómo el cuidado de la salud es compatible con una alimentación deliciosa, la Licenciatura en Ciencia de la Nutrición Humana (LCNH) de la Facultad de Medicina de la UNAM organizó una masterclass bajo la conducción de la maestra en Ciencias de la Salud Mariel

Lozada Mellado, académica de la LCNH, quien destacó que una buena alimentación debe incluir todos los nutrientes que requiere el cuerpo, con la participación del chef ejecutivo Israel Loyo.

La especialista indicó que la alimentación debe tener seis características: completa, es decir, consumir alimentos de tres

grupos: verduras y frutas, cereales y tubérculos, así como leguminosas y alimentos de origen animal; suficiente de acuerdo con las características individuales de cada persona (edad, sexo, situación de salud); variada al consumir diferentes alimentos de los tres grupos; inocua, por lo que no debe representar ningún daño a la salud; equilibrada, es decir, que los nutrientes se distribuyan de acuerdo a las características individuales; y adecuada a las personas, con base en sus gustos y recursos económicos, sociales y culturales.

Asimismo, recomendó no sobre cocinar las verduras y frutas para que no pierdan sus vitaminas y minerales; consumir fibra, pues ayuda al tránsito intestinal, contribuye a la disminución de los niveles de colesterol en la sangre y a que los niveles de glucosa no aumenten. Finalmente, aconsejó combinar leguminosas y cereales para obtener proteínas de origen vegetal de alto valor y disminuir el consumo de alimentos de origen animal.

Los asistentes degustaron las siguientes preparaciones del chef Israel Loya: pollo a la jardinera, coliflor rostizada y ensalada de alubias.

El embarazo en adolescentes: factores asociados, consecuencias y medidas preventivas

Por Luz Aguirre

“El embarazo a temprana edad implica grandes consecuencias en la salud y en la vida de las y los adolescentes, muchas de ellas son permanentes”, indicó la doctora Mónica Aburto Arciniega, Coordinadora del Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes (PPEA) de la Facultad de Medicina de la UNAM, en la **conferencia** “El embarazo en adolescentes: factores asociados, consecuencias y medidas preventivas”, durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

Al mencionar que México es el 1er lugar en embarazo adolescente entre los países que pertenecen a la OCDE, y se estima que 70.6 nacimientos de cada mil es de adolescentes, detalló que éstos se presentan, entre otros factores, porque son víctimas de abuso sexual, por el consumo de drogas y alcohol, falta de un plan de vida, entornos socioculturales que priorizan la maternidad sobre otros aspectos de la vida, poca educación sexual y reproductiva, y la falta de acceso a métodos anticonceptivos.

En la conferencia moderada por el licenciado Javier Díaz Castorena, la doctora Aburto Arciniega detalló que “la deserción escolar, el desequilibrio entre la madurez fisiológica-biológica y psicológica, son algunas de las consecuencias más recurrentes entre las adolescentes que tienen un embarazo”. Por ello, consideró que las medidas más eficientes para prevenir un embarazo en adolescentes son el acceso a información adecuada, implementación de programas de sexualidad en etapa temprana y la comunicación asertiva entre tutores y menores.

Si requieres mayor información, escribe al correo ppea@unam.mx e ingresa a <http://di.facmed.unam.mx/ppea.php>.



Ilustración: Alejandra Hernández

Balada de la aspirina

Por Karen Hernández

“Les voy a hacer viajar a lo largo del tiempo para que conozcan cómo fue que se descubrió la aspirina y cómo llegó a tener la enorme importancia que ahora tiene”, comentó el doctor Jorge Gaspar Hernández, Director General del Instituto Nacional de Cardiología “Ignacio Chávez”, en su conferencia “Balada de la aspirina”, durante la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

era llamado *Salix*, de ahí vino el nombre salicina, que es el componente activo que ahora conocemos de la aspirina”.

Asimismo, indicó que Edward Stone fue el primer científico en hacer un uso más racional del sauce y descubrió el ingrediente activo de la aspirina, medicamento que sirve para tratar principalmente el dolor de cabeza, un padecimiento muy prevalente, pero “fue hasta 1928 que se identificó la salicina, un compuesto amarillo muy amargo que tiene la actividad antipirética y analgésica, y 10 años después se sintetizó el ácido acetilsalicílico en Alemania”.

“A pesar de que Bayer tiene la patente, insistía en usar la genuina porque otros laboratorios comenzaron a producir medicamentos que solucionaban la misma problemática de cefalea. Actualmente, es el fármaco más utilizado en el mundo y, por su eficacia en reducir la mortalidad en infarto agudo al miocardio, ha sido claramente uno de los logros farmacológicos más importantes del siglo XX”, puntualizó el doctor Gaspar.



Fotografía: Briseida López

El doctor Gaspar contó que el precursor de la aspirina es el sauce, un árbol frondoso que se encuentra a las orillas de los ríos y puede llegar a medir hasta 30 metros de altura, “en latín

Rehabilitación basada en la comunidad para fomentar la inclusión

Por Luz Aguirre

“La Rehabilitación Basada en la Comunidad (RBC) es una estrategia de desarrollo comunitario para las personas con discapacidad, con base en la rehabilitación, igualdad de oportunidades y la integración social”, indicó el licenciado Christian Alan Lazcano Benítez, Jefe del Área de Enseñanza Clínica de la Licenciatura en Fisioterapia de la Facultad de Medicina de la UNAM, al recordar que en México hay más de 6 millones de personas con alguna discapacidad, ya sea motriz, visual, del habla, auditiva o cognitiva.

En la conferencia “Rehabilitación Basada en la Comunidad”, moderada por el licenciado Francisco Javier Duarte Rodríguez en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, el licenciado Lazcano Benítez aclaró que no sólo se trata de conseguir la rehabilitación física, también es lograr una verdadera inclusión para ser autosuficientes e independientes dentro de la sociedad.

“Para lograr una RCB exitosa, el esfuerzo conjunto de las instituciones, sociedad y familia debe de resultar en un ambiente



Fotografía: Carlos Díaz

educativo digno para personas con y sin discapacidad, promoción y prevención de enfermedades, y la inclusión social y laboral”, indicó el experto al recordar que para 2010, 92 países ya utilizaban la RCB, entre ellos Argentina, Brasil, Bolivia, Colombia, Honduras y México, sin embargo, hasta la fecha no existe ningún proyecto en toda América Latina que evalúe y certifique que se está realizando, aunque en el caso de nuestro país, la Ciudad de México, Estado de México, Chiapas y Oaxaca han implementado dicha estrategia desde 2007.

La auscultación cardiaca: un arte en vías de extinción

Por Vicky Enrimar

“El arte se puede definir como la virtud, disposición o habilidad para hacer una cosa, es así como la auscultación del corazón se convierte en un arte, ya que nos permite hacer diagnósticos precisos y nos hace capaces de reconocer un gran número de enfermedades cardiacas a la cabecera del enfermo; también, lo podemos comparar con la complejidad que se requiere para tocar un instrumento musical, porque primero se necesita un aprendizaje seriado para después aprender a tocarlo”, afirmó el doctor José Fernando Guadalajara Boo, ícono de la Cardiología mexicana, en la conferencia “La auscultación cardiaca: un arte en vías de extinción”, en el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022.

“El aprendizaje de esta técnica es un proceso que requiere dos o tres años para que el clínico alcance la destreza suficiente que le permita conocer por este medio el diagnóstico de diversas enfermedades cardiovasculares; primeramente, se requiere conocer el ciclo cardiaco, para que después se pueda hacer una imagen mental del mismo, enseguida colocar el estetoscopio en el pecho

del paciente e identificar los ruidos cardiacos, así esta imagen se traslada al lóbulo frontal y de esta manera, al conocer la fisiopatología, el médico que ausculta al corazón, traslada la acústica a su mente para hacer su diagnóstico”, detalló.

“No se debe perder el estudio clínico del enfermo porque es la única forma de hacer una orientación racional de los estudios no invasivos de imagen y el contacto personalizado con el enfermo, por eso tanto la auscultación como todas las maniobras clínicas deben de preservarse, así como la prevención”, concluyó el doctor Guadalajara Boo.



Fotografía: Carlos Díaz

Entender y prevenir la depresión en mujeres

Por Azucena Xancopinca

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, la doctora María Asunción Lara Cantú, Investigadora del Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”, explicó que se define como depresión cuando las personas presentan un estado de ánimo deprimido, disminución del interés o capacidad de disfrutar casi todas las actividades, y cuatro de los siguientes síntomas juntos con alguno de los dos antes mencionados

durante la mayor parte del tiempo, con una duración de dos semanas, como pérdida importante de peso o aumento

del apetito, insomnio o hipersomnia, agitación o lentitud psicomotoras, fatiga o pérdida de energía, sentimientos de inutilidad o culpa excesiva, disminución de la capacidad para pensar o concentrarse y pensamientos recurrentes de muerte.

En su **conferencia**, indicó que en México al menos 10% por ciento de las mujeres padece o ha padecido depresión, la cual generalmente inicia en la adolescencia: “Las mujeres repensamos nuestros problemas con mayor frecuencia que los hombres, sobre todo porque el trabajo de casa no necesita mayor concentración, mientras que los trabajos fuera del hogar requieren más atención”.

También comentó que entre 75 y 90% de los casos de depresión ocurren cuando las personas han vivido la muerte o enfermedad de familiares, separación o divorcio, pérdida del empleo y aborto; además, 13% de las mujeres sufren depresión posparto durante los primeros seis meses y 9% durante el embarazo. Finalmente, invitó a leer el libro de su autoría *¿Es difícil ser mujer? Una guía sobre depresión*, que es una obra de autoayuda basada en investigaciones científicas.



Ilustración: Héctor Juárez

Cultura, arte, música y danza en la #FELSalud2022

Por Azucena Xancopinca

En un ambiente festivo, la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022 fue el marco idóneo para que las y los universitarios, así como sus familiares y el público en general, disfrutaran de actividades artísticas y culturales en diferentes escenarios del Palacio de la Escuela de Medicina.

En la inauguración, el Coro Aliis Vivere de la Facultad de Medicina, en compañía del cuarteto de cuerdas de la Orquesta Sinfónica de Minería (OSM), y las voces del Coral Ars Iovialis de la Facultad de Ingeniería, el Coro Alquimistas de la Facultad de Química y el Coro Acordes de la ENALLT, interpretaron *Gaudeamus igitur*, *Canto a la Universidad* y *el Himno Universitario*; asimismo, en la clausura de la Feria, los coros dirigidos por el maestro Oscar Herrera volvieron a unir sus voces, ahora al Quinteto de Minería, para ofrecer un vasto repertorio de música mexicana como *Obertura Mexicana*, *Huapango*, *Marcha Rivapalacio*, *Así*, *La Adelita* y *La Rielera*.



En el auditorio "Dr. Gustavo Baz Prada", Los Corpógrafos, bajo la dirección de la bailarina y coreógrafa Isabel Beteta, presentaron una propuesta que usa el cuerpo humano como referencia de un movimiento permanente de la vida; igualmente, el Grupo Lowen, con un programa de música celta, llevó a recorrer a los asistentes a los bosques y los parajes más escondidos de la Europa atlántica.

En este mismo recinto, los miembros de la Compañía Universitaria de Folklor Mexicano de la Facultad de Medicina y el Ballet Folclórico de Arely Falcón deleitaron al público con cuadros de danzas y bailes representativos de



distintos estados de la República Mexicana, como *Centenario de la Revolución*, *Mis amores de Colima*, *Alebrijes* y *Fiesta Tapatía*.



Por su parte, La Mafia Flamenca, del director Oscar Eduardo Campos, se presentó con un estilo fresco y contemporáneo, a ritmo de danza flamenca con distintos estilos y formas típicas del sur de España.

También se organizaron visitas guiadas por el Palacio de la Escuela de Medicina, donde los asistentes conocieron cada uno de los rincones arquitectónicos y culturales que conforman este recinto histórico.





Más de 40 instituciones en sinergia para **difundir el conocimiento**

Por Karen Hernández

Presentaciones de libros, conferencias, talleres, mesas de análisis y discusión, simposios y masterclass sobre cocina saludable fueron algunas de las actividades que vivieron estudiantes, padres de familia, académicos, investigadores y público en general en la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, que este año tuvo como eje temático “La inclusión en busca de la igualdad”.

Este gran evento, realizado en el Palacio de la Escuela de Medicina los días 26, 27 y 28 de agosto, fue resultado de la participación y el trabajo colaborativo de más de 40 instituciones y organismos como el Instituto Mexicano del Seguro Social, el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”, el Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias “Ismael Cosío Villegas”, el Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente Muñiz”, el Instituto Nacional de Salud Pública y el Instituto Nacional de Cardiología “Ignacio Chávez”.

También, El Colegio Nacional, la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana, la Academia Nacional de Medicina de México, la Asociación Mexicana de Bibliotecarios, el Centro Nacional de Trasplantes, los Centros de Integración Juvenil, la Comisión Nacional de Arbitraje Médico, la Comisión Nacional de Bioética, el Fondo de Cultura Económica, la Fundación Mexicana para la Salud y Saint Luke Escuela de Medicina.

Asimismo, por la UNAM participaron la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia; la Escuela Nacional de Estudios Superiores Unidad León; las facultades de Arquitectura, Ingeniería, Medicina Veterinaria y Zootecnia, Psicología y Química; así como las facultades de Estudios Superiores Iztacala y Zaragoza. También, el Programa de Vinculación con los Egresados, Fundación UNAM, la Coordinación de Difusión Cultural, el Programa Universitario de Bioética, la Dirección General de Publicaciones y Fomento Edito-

rial-Libros UNAM, la Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información, la Coordinación de Humanidades, el Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas y de la Información, el Instituto de Investigaciones Jurídicas, el Instituto de Ciencias de la Atmósfera y Cambio Climático y el Instituto de Investigaciones Económicas. Además, la Orquesta Sinfónica de Minería y la Academia de Música del Palacio de Minería.

También, la Facultad de Medicina con sus seis licenciaturas (Médico Cirujano, Investigación Biomédica Básica, Fisioterapia, Ciencia Forense, Neurociencias y Ciencia de la Nutrición Humana), la División de Investigación, la División de Estudios de Posgrado y el Palacio de la Escuela de Medicina.

Una de las sorpresas fue la presencia de Goyo, la mascota de los Pumas de la UNAM, quien llegó al auditorio “Dr. Gustavo Baz Prada” y dirigió la Goya, posteriormente convivió con las y los estudiantes, y el público en general, tomándose fotos en la alfombra azul y oro y en los stands, donde las editoriales ofrecieron títulos novedosos. Antes de retirarse, Goyo acudió a las carpas que se colocaron en la Plaza 23 de mayo para que le tomaran las medidas antropométricas.

¡Te esperamos en la 8ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2023!



Fotografías: Briscida López y Carlos Díaz



La #FELSalud2022 en números

174 actividades:
 125 académicas
 16 culturales
 33 de bienvenida



50 stands de editoriales e instituciones



45 instituciones participantes con actividad



El libro *Algunas consideraciones sobre pediatría*, publicado en 1881, fue donado a la Biblioteca "Dr. Nicolás León", por el doctor Alberto Orozco, bisnieto del doctor Mariano Herrera, quien se tituló con dicha publicación.

La #FELSalud2022 en cifras digitales

Visitas al sitio web
20,171
<https://ferialibrosalud.unam.mx/>

Recibimos visitas de México, Estados Unidos, Corea del Sur, Perú, Argentina, Irlanda y Ecuador

3,066 reproducciones de las actividades

FacultadMedicinaUNAM
184,023 personas alcanzadas

*Cifras al 31 de agosto de 2022

Durante la Feria, el programa digital consistió en:

17 Transmisiones en vivo que incluyeron conferencias magistrales y presentaciones de libros

24 Actividades en el aula virtual integradas por conferencias, presentaciones de libros y pláticas



Se desarrolló la experiencia 360° del Palacio de la Escuela de Medicina

49 Stands virtuales de editoriales y expositores del área de la salud



2 libros donados por Marbán Editorial a cada estudiante



La FacMed impulsa la cultura del autocuidado

Por Karen Hernández

En el marco de la 7ª Feria del Libro de Ciencias de la Salud 2022, las y los estudiantes de tercer semestre de la Licenciatura en Ciencia de la Nutrición Humana (LCNH) realizaron mediciones antropométricas con el objetivo de conocer el estado de salud del estudiantado de la Facultad de Medicina de la UNAM.

Para ello, estudiantes de la primera generación, quienes están cursando la asignatura "Evaluación del estado de Nutrición", pusieron en práctica la técnica para medir el peso corporal, estatura y circunferencia de la cintura, así como para determinar el Índice de Masa Corporal de las alumnas y los alumnos de las diferentes licenciaturas que acudieron a la carpa colocada en la Plaza 23 de mayo, ubicada frente al Palacio de la Escuela de Medicina.

"Esta iniciativa es para el cuidado de la salud de la comunidad estudiantil, la información recabada la vamos a analizar para identificar los posibles riesgos y les daremos algunas recomendaciones", explicó la doctora Elvira Sandoval Bosch, Coordinadora de la LCNH.

Asimismo, indicó que es importante cuidar la privacidad de todas y todos, por lo que las medidas se tomaron en espacios que favorecieron dicha privacidad, y confidencialidad con sus datos.

"Esperamos seguir con esta iniciativa con las futuras generaciones e impulsar el cuidado a la salud", apuntó la doctora Sandoval Bosch.



Fotografías: Carlos Díaz