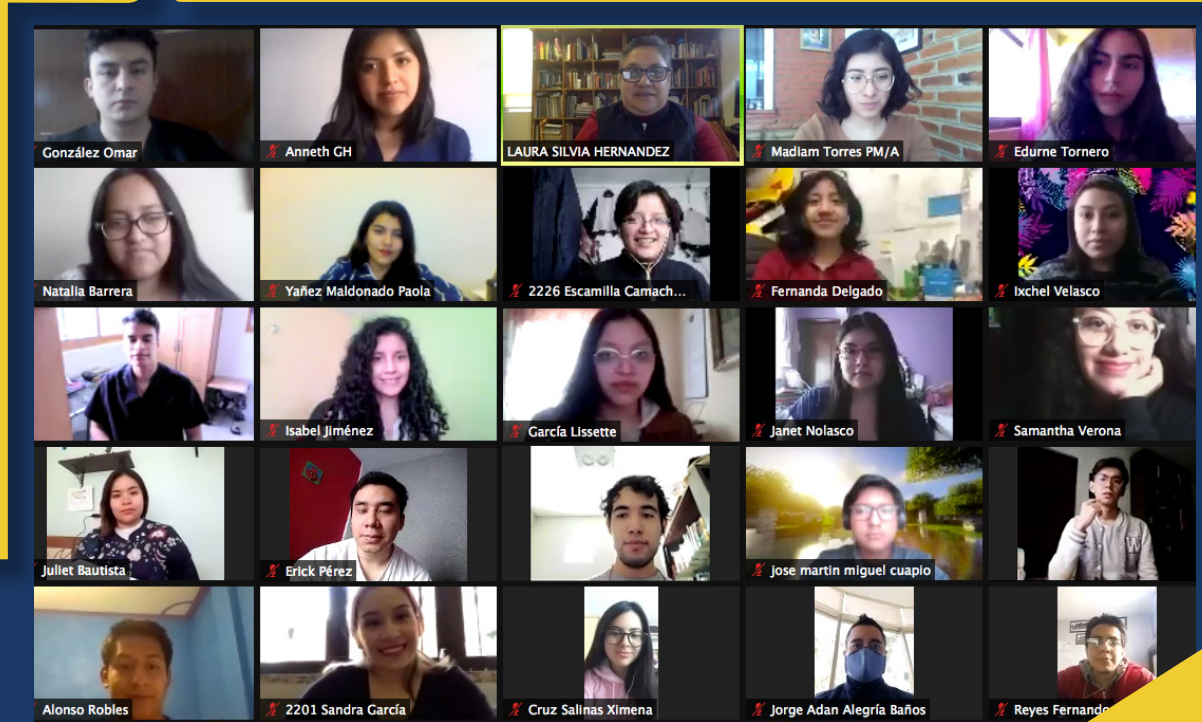




Gaceta

Facultad de Medicina

Facultad de Medicina



CUIDADOS AL ENTRAR Y SALIR DE CASA
Recomendaciones para entrar a casa:

Más de 260 estudiantes se capacitan para ser voluntarios en la **“Campaña a Distancia de Prevención y Atención en Casa de COVID-19”**

Págs. 8-9



CONTENIDO

- 03 Cuatro mil 800 médicos entregan documentos para obtener grado de especialistas y diplomas de alta especialidad
- 04 Retos de la enfermería ante la pandemia de COVID-19
- 05 La Clínica de Género brinda atención a las víctimas de violencia
- 06 Dolor infantil y cuidados paliativos
- 07 *El Paciente. Una visión de la medicina clínica*, un libro para todos
- 08 Más de 260 estudiantes se capacitan para ser voluntarios en la "Campaña a Distancia de Prevención y Atención en Casa de COVID-19"
- 10 Javier Navarro y una forma distinta de sentir la música
- 11 La Biblioteca "Dr. Nicolás León", un espacio con siglos de historia de la medicina
- 12 ¿Sabías que...?
Reseña de sesión ordinaria virtual del Consejo Técnico
- 13 La naturaleza y su significado en el arte
- 14 Noche de Museos con esculturas en movimiento



FACULTAD DE MEDICINA UNAM

CALENDARIO SEMANAL

1 - 5 DE MARZO 2021

SIGUE LA TRANSMISIÓN GRATUITA A TRAVÉS DE:



LUNES	<p>12:00 HORAS CURSO-TALLER DE HISTORIA DEL ARTE LA BELLE ÉPOQUE, LA ÉPOCA DORADA DE PARÍS MTRA. NURIA GALLAND CAMACHO COORDINADORA DE SERVICIOS PEDAGÓGICOS Y CONTENIDOS ACADÉMICOS DEL PALACIO DE LA ESCUELA DE MEDICINA</p>
MARTES	<p>12:00 HORAS SEMINARIO PERMANENTE DE SALUD PÚBLICA EL VALOR DE LA E-SALUD EN LA TRANSFORMACIÓN DE LOS SISTEMAS DE SALUD DR. MIGUEL BETANCOURT CRAVIOTO EX-PRESIDENTE DE LA SOCIEDAD MEXICANA DE SALUD PÚBLICA</p>
MIÉRCOLES	<p>12:00 HORAS WEBINAR EXPERIENCIAS Y VIVENCIAS DE LAS POBLACIONES LGBT+ ANTE EL CONTEXTO DE LA COVID-19 DR. JUAN CARLOS MENDOZA PÉREZ INVESTIGADOR DEL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA, FACMED, UNAM</p>
JUEVES	<p>12:00 HORAS WEBINAR PRUEBAS DIAGNÓSTICAS, LAS VENTAJAS PARA EL CONTROL DE LA EPIDEMIA Y LAS REGULACIONES INTERNACIONALES DRA. ROSA MARIA WONG CHEW JEFA DE LA SUBDIVISIÓN DE INVESTIGACIÓN CLÍNICA, FACMED, UNAM DR. GUSTAVO OLAIZ FERNÁNDEZ COORDINADOR DEL CENTRO DE INVESTIGACIÓN EN POLÍTICAS, POBLACIÓN Y SALUD, FACMED, UNAM DR. JORGE BARUCH DÍAZ RAMÍREZ RESPONSABLE DE LA CLÍNICA DE ATENCIÓN PREVENTIVA DEL VIAJERO, FACMED, UNAM</p>
	<p>17:00 HORAS +SALUD ¿CUÁNDO SE DEBE ACUDIR A UN OPTOMETRISTA, A UN ÓPTICO O A UN OFTALMÓLOGO? INVITADA: DRA. ADRIANA HERNÁNDEZ LÓPEZ COORDINADORA DE INVESTIGACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CIRUGÍA, FACMED, UNAM CONDUCE: DR. OMAR CABRASCO ORTEGA JEFE DEL DEPARTAMENTO DE FARMACOLOGÍA, FACMED, UNAM</p>
VIERNES	<p>12:00 HORAS ENTREVISTA DIRECCIÓN DE CONTENIDOS CULTURALES MTRO. JUAN AYALA SECRETARIO TÉCNICO DE PLANEACIÓN Y PROGRAMACIÓN DE LA COORDINACIÓN DE DIFUSIÓN CULTURAL DE LA UNAM</p>

Gaceta Facultad de Medicina, año IX, número 226, del 1 al 7 de marzo de 2021, es una publicación semanal editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, alcaldía de 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 de 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 Lili Wences Solórzano, séptimo piso de la Torre de Investigación, Circuito Interior sin número, Ciudad Universitaria, alcaldía de Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, México. Fecha de última modificación: 1 de marzo de 2021. 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.

Cuatro mil 800 médicos entregan documentos para obtener grado de especialistas y diplomas de alta especialidad

Por Eric Ramírez

Como parte de los programas "Graduación oportuna" y "Diplomación oportuna", del 5 de febrero al 2 de marzo, la Secretaría de Servicios Escolares (SSE) de la Facultad de Medicina de la UNAM recibe los documentos de 3 mil 500 médicos residentes para titulación y de mil 300 médicos especialistas para obtener su diploma.

"Este proceso fue creado para que los residentes al término de sus clases prácticamente ya estuvieran recibiendo el grado de especialistas o el diploma de alta especialidad. Así, no tendrían que esperar a hacer todos los trámites administrativos que les lleva alrededor de cinco meses, ese es el beneficio. Además, con este ahorro de tiempo, inmediatamente tienen la posibilidad de acceder a un empleo, una promoción, estudios en el extranjero o cualquier actividad que ya tuviesen en puerta y les requiera demostrar que ya tienen el grado en físico", explicó la licenciada Sara Morales Vega, Jefa de Servicios Escolares de Posgrado de la SSE.

Para iniciar el trámite, la Secretaría envía un correo a los jefes de enseñanza, donde les solicita que informen quiénes son los alumnos de último año que consideran como candidatos para que se gradúen, es decir, aquellos que estén inscritos y hayan concluido su trabajo de tesis. Posteriormente, se comunica a los residentes seleccionados para que hagan varias gestiones vía remota y se les otorgue una cita para la recepción de documentos.

Los alumnos deben entregar: una propuesta de jurado, la liberación de tesis, una constancia de no adeudo de libros en la biblioteca, una autorización de transferencia de información, una hoja de datos generales para graduados, cinco fotografías tamaño título, la solicitud de trámite de graduación y los comprobantes de pago por concepto de trámite de graduación, emisión de historias académicas, una cuota simbólica para el patronato y el pergamino.

En caso de que algún estudiante no pueda acudir a entregar sus documentos, un tercero puede hacerlo con una carta poder y las copias de las identificaciones de ambos.



"Todo se modificó debido a la pandemia, estos trámites normalmente los hacemos a partir de junio de cada año, porque es un paquete especial para aquellos que están cursando un posgrado. Ahora se tuvieron que hacer en un tiempo récord", indicó la licenciada Morales Vega al resaltar que la SSE ha estado respaldada por otras áreas, a fin de tener más gente para recibir los documentos, programar las citas, revisar los expedientes e iniciar los trámites de graduación y diplomación.

Asimismo, en esta tarea de recepción de documentos, una de las prioridades fue asegurar la mejor protección sanitaria tanto de los residentes como de los trabajadores. Se establecieron estrictos protocolos como la realización de procesos por Internet, dejar los documentos recibidos en cuarentena por dos semanas; filas y circulación especiales para guardar la sana distancia y recepción de residentes únicamente con previa cita y portando cubrebocas.

Además, se privilegió la atención en áreas abiertas, así como la ventilación adecuada en los espacios cerrados. Al personal se le brindó equipo de protección completo, con cubrebocas, careta, sanitizante, gel individual, pañuelos desechables y guantes.

Retos de la enfermería ante la pandemia de COVID-19



Por Ricardo Ambrosio

La escasez de personal ha sido evidente ante la necesidad de convertir los hospitales en centros de atención para pacientes con COVID-19, no sólo en México, sino en todo el mundo. En nuestro país se calcula que hay 2.5 a 2.6 enfermeras por cada mil habitantes, en contraste con países como Estados Unidos, donde hay hasta 70 por cada mil personas.

“Aunque los retos que enfrentan enfermeras y enfermeros son semejantes a los que afronta todo el personal de salud, guardan diferencias importantes”, aseguró el doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM, al dar la bienvenida a la maestra Rosa Amarilis Zárate Grajales, Directora de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia (ENEO) de la UNAM, quien habló sobre la situación del personal de enfermería en esta época de pandemia y las acciones que se han realizado.

En el “Seminario Permanente de Salud Pública”, transmitido por Facebook Live de la Facultad, la maestra Zárate Grajales resaltó la importancia de que dichas instituciones hermanas unan esfuerzos para compartir entre sus estudiantes y profesores temas de

interés común referentes a la docencia y la atención de los pacientes.

Por otro lado, mencionó que la falta de personal de enfermería ha generado problemas en el sistema de salud, principalmente en comunidades marginadas y centros de primer nivel de atención, debido, en gran parte, a la transición epidemiológica y el peso cada vez mayor que se les da a los sistemas hospitalarios del país.

Señaló que en México hay aproximadamente 157 escuelas de enfermería en el nivel superior, de las cuales la mayoría son privadas y se estima que hay una enfermera especialista por cada nueve enfermeras, siendo la ENEO la escuela con mayor oferta educativa para realizar estudios de especialización.

Durante la pandemia, apuntó, ha habido un gran impacto en la docencia debido a la cancelación de campos clínicos y la necesidad de continuar con el aprendizaje a distancia en la Licenciatura en Enfermería y la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia, que imparte la ENEO.

La maestra Zárate Grajales resaltó que se implementó un programa nacional

de capacitación sobre COVID-19 para estudiantes de enfermería, en colaboración con la Secretaría de Salud; se distribuyeron 150 mil kits de equipo de protección personal a enfermeras y pasantes de enfermería; se hicieron guías clínicas para el cuidado del personal de salud, donde se incluyen consejos sobre hidratación, apoyo emocional y descanso; se desarrolló un programa de contención emocional que funciona por chat y vía telefónica para cuidar la salud mental de estudiantes, docentes y enfermeras de servicios clínicos; y se impulsó un protocolo contra violencia y agresiones hacia trabajadores de hospitales.

En alianza con la Facultad de Artes y Diseño se pintó un mural en el perímetro de la ENEO, donde se rinde homenaje al personal de enfermería y de salud que ha combatido la pandemia. También se editó un libro titulado *Enfermería y COVID-19*, en donde se plasman las vivencias relacionadas con la atención de la pandemia. “Es un homenaje a este grupo profesional que hoy más que nunca ha sido visible no solamente por las agresiones, sino por seguir adelante a pesar de las pérdidas, el agotamiento, y el sufrimiento al frente de esta pandemia”, expresó.

La Clínica de Género brinda atención a las víctimas de violencia

Por Ricardo Ambrosio

El Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina de la UNAM pone a disposición de la comunidad universitaria la Clínica de Género, para orientar y tratar de manera gratuita a personas que sufran situaciones de violencia mediante un seguimiento integral.



La Clínica se creó en 2016 atendiendo el aumento de denuncias relacionadas con la violencia de género presentadas por la comunidad a través de la Unidad para la Atención de Denuncias (UNAD). Su propósito es brindar apoyo psicológico y terapéutico a través de tres áreas: Trabajo Social, que es el primer contacto; Psiquiatría y Psicología, donde se realizan evaluaciones de los casos y se determina la mejor forma de apoyarlos de acuerdo con su situación. “Estamos capacitadas para atender a hombres y mujeres que son víctimas de violencia, aunque en su mayoría acuden mujeres”, indicó la psicóloga Ana Lilia Guerrero Vilorio, Responsable de la Clínica de Género.

Ésta cuenta con un modelo de atención especializado de acuerdo con el tipo de violencia vivida; en caso de requerir asesoría jurídica, las integrantes de la Clínica brindan orientación respecto al procedimiento que se debe realizar para interponer una denuncia, así como para darle seguimiento al problema, ya que se mantiene un contacto directo con la Defensoría de los Derechos Universitarios, Igualdad y Atención de la Violencia de Género. En situaciones concretas,

también se ofrece el contacto de múltiples organizaciones certificadas que trabajan a través de intervenciones y grupos de apoyo especializados que proporcionen la ayuda requerida, por ejemplo, cuando llegan a solicitar atención hombres que ejercen violencia.

Debido a la pandemia por COVID-19, se cerraron las instalaciones y no fue posible continuar con la atención de manera presencial, por lo que ésta se retomó a distancia mediante citas virtuales, donde las personas se conectan a través de teléfono celular o computadora. “Esta modalidad no ha dificultado atender pacientes de primera vez, subsecuentes o dar de alta a quienes concluyen su proceso. Se ha mantenido un seguimiento de los casos que acudían a la Clínica mediante llamadas y correos electrónicos”, señaló.

Durante el año 2020 se atendieron a 885 personas. Actualmente, el servicio cuenta con tres profesionales que cuentan con amplia experiencia en tratar situaciones de violencia de género y las repercusiones que tienen a nivel personal y social: la trabajadora social Erika Hernández Ramírez, la psiquiatra Brenda Hernández Vega y la psicóloga Ana Lilia Guerrero Vilorio.

La forma de contacto para los interesados en solicitar atención es a través de la página del Departamento (<http://psiquiatria.facmed.unam.mx/>), donde se pedirá el registro y algunos datos personales que se manejarán de forma confidencial. En caso de requerir apoyo de la Clínica de Género, se puede seleccionar la opción correspondiente en la página de Internet para agendar una cita con la trabajadora social.

Dentro de los requisitos para ser atendido es necesario ser estudiante, docente o trabajador de la UNAM, tener número de cuenta o número de trabajador, contar con credencial vigente y estar dado de alta en su institución de salud, ya sea IMSS o ISSSTE, para el caso de tener que referir a quienes requieran atención de emergencia. El horario de atención es de las 9 a las 17 horas de lunes a viernes.

Dolor infantil y cuidados paliativos

Por Janet Aguilar

El dolor es una experiencia sensorial y emocional desagradable asociada o similar a la asociada con daño tisular real o potencial. Éste acompaña a niños y niñas de todas las edades con problemas crónicos y complejos como cáncer, neuropatías, parálisis cerebral infantil, problemas reumatológicos, infecciosos como el VIH y trastornos ortopédicos, e incluso en problemas agudos como una apendicitis o una fractura.

“Es posible decir que nada puede influir más en la calidad de vida de niños y niñas, ya sea con cáncer u otras patologías crónicas avanzadas o en un estado terminal, como la difusión y aplicación de los principios actuales del tratamiento paliativo, incluido el alivio del dolor y el control de síntomas”, apuntó el doctor Jorge Ramos Guerrero, Adscrito al Servicio de Cuidados Paliativos y del Dolor del Hospital General de Occidente, en la

sesión “Dolor infantil” del Seminario Permanente de Cuidados Paliativos y Humanidades Médicas, transmitido por Facebook Live de la Facultad de Medicina de la UNAM y moderado por el doctor David Fajardo Chica, quien es parte de la coordinación del Seminario.

Los cuidados paliativos pediátricos son un enfoque activo y total de cuidados para niños y jóvenes con afecciones que limitan la vida y la de sus familias, abarcando elementos físicos, emocionales, sociales y espirituales; se centran en la mejora de la calidad de vida. Para abordar el dolor desde los cuidados paliativos “hay que hacer control de síntomas, entonces se elabora una semiología del dolor y se valora en un interrogatorio: inicio del dolor, dónde y cómo se distribuye, qué características tiene, qué impacto tiene en la emoción del niño y qué lo desencadena”, explicó el experto.

Finalmente, comentó que se debe hacer una intervención multimodal que contribuya al control del dolor, para ello se usan analgésicos no opioides, analgésicos opioides y fármacos adyuvantes, así como las intervenciones no farmacológicas, entre las cuales está la terapia cognitivo conductual, la hipnosis, el uso de videojuegos, el diálogo y el juego.

Por su parte, la maestra Candela Heredia, Docente de la Universidad Nacional de Tres de Febrero de Argentina, habló del dolor infantil desde la perspectiva de la antropología social.

El dolor nunca puede tratarse de una experiencia estrictamente personal, es una experiencia social, “el dolor siempre será una invitación a compartirlo, la forma en que lo expresamos podría tener como objetivo hallar un sentido socialmente compartido para ubicarlo en un espacio intersubjetivo en el que adquiera nuevos significados”, indicó.



En cuanto al dolor infantil, la especialista explicó que “la dependencia y la inocencia con la que pensamos la niñez acrecienta el carácter de intolerable moral del dolor infantil, lo que quiere decir es que en nuestra sociedad que un niño tenga dolor, no es bello ni justo. Esto genera sentimientos de injusticia, por lo cual se crea una política de reconocimiento; necesitamos ver a ese ser sufriente, reconocerlo y hacer algo, de ahí es que se ven materializados los cuidados paliativos pediátricos”, concluyó.

El Paciente. Una visión de la medicina clínica, un libro para todos

Por Eric Ramírez

Con el propósito de analizar y reflexionar la relación médico-paciente, el doctor Alberto Lifshitz Guinzberg, Académico de la Facultad de Medicina de la UNAM, escribió el libro *El Paciente. Una visión de la medicina clínica*, el cual fue premiado por la Academia Nacional de Medicina de México en el concurso de "Obras Médicas".

"Con esta obra sentí que podía aportar más de 50 años de experiencia clínica. Representa la visión de cómo un clínico ve a sus pacientes y a partir de ahí fueron saliendo una gran variedad de dudas y respuestas plasmadas en esta obra. El paciente es el depositario de todas las acciones médicas, el participante activo y para quien se trabaja", reflexionó el doctor Lifshitz Guinzberg en la presentación del libro, a través de la plataforma Zoom.

Por su parte, el doctor Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina, destacó que este libro es para cualquier persona que esté interesada, pues tiene un lenguaje muy accesible. "Felicitó al doctor Lifshitz por esta obra e invito a estudiantes de todas las áreas de la salud a leerlo. Es un texto para seguir buscando, en conjunto, una mejor medicina, una más humana, de mayor calidad y al alcance de todos", indicó.



En tanto, el doctor Enrique Ruelas Barajas, Presidente y Director del Instituto Internacional de Futuros de la Salud, destacó que esta obra es un reflejo del humanismo de su autor. "El libro es necesario en tiempos como éste, en donde necesitamos entender al paciente por quien es y tener una enorme empatía", consideró.

"El doctor Alberto Lifshitz nos habla sobre el paciente que padece, sufre, tolera y aguanta; sin embargo, ahora podemos agregar a los enfermos en soledad por su padecimiento, nos hace tenerles empatía y pensar como ellos lo hacen", resaltó la doctora Karem Mendoza Salas, Jefa de Capacitación y Vinculación Docente de la Secretaría de Enseñanza Clínica, Internado Médico y Servicio Social de la Facultad, quien también moderó el evento.

La doctora Herlinda Dabbah Mustri, Directora y Representante de la editorial Palabras y Plumaz, calificó como "imparable" la labor del doctor Lifshitz de continuar creando conocimiento, y destacó la facilidad con la cual transmite sus enseñanzas.

Para cerrar la presentación del libro, los doctores Griselda Emilia Uribe Martínez, miembro de la Academia Nacional de Educación Médica, y Manuel Ramiro Hernández, Académico de la División de Estudios de Posgrado de la Facultad, así como Carlos Eduardo Gutiérrez Cruz, alumno de la Licenciatura de Médico Cirujano, agradecieron al autor por esta obra.

Para adquirir el libro, en físico o digital, se puede hacer en la página <https://bit.ly/2NJo7Wx>.



Más de 260 estudiantes se capacitan para ser voluntarios en la “Campaña a Distancia de Prevención y Atención en Casa de COVID-19”



Por Eric Ramírez

Con el propósito de colaborar en la solución de la problemática diversa que ha generado la emergencia sanitaria en las cercanías y partiendo de la posibilidad académica de fomentar el desarrollo de habilidades de comunicación y liderazgo, la identidad profesional y la vocación de servicio, la Facultad de Medicina de la UNAM convocó a estudiantes de las licenciaturas de Médico Cirujano y Fisioterapia a participar como voluntarios en la “Campaña a Distancia de Prevención y Atención en Casa de COVID-19”, así como a los académicos de las mismas carreras para brindar capacitación y asesoría en la planeación y desarrollo de estas actividades.

Como respuesta, 263 alumnos (224 de medicina y 39 de fisioterapia) se inscribieron y fueron capacitados del 17 al 19 de febrero a través de la plataforma Zoom, en una actividad organizada por el Departamento de Integración de Ciencias Médicas (DICiM), encabezado por la doctora Laura Silvia Hernández Gutiérrez.

Las sesiones incluyeron el tema “Promoción de la salud”, donde el doctor Ariel Vilchis Reyes, Académico del Departamento de Salud Pública (DSP), abordó las estrategias de comunicación en educación, control y prevención de enfermedades, elaboración de políticas públicas y reorientación de los servicios de salud.

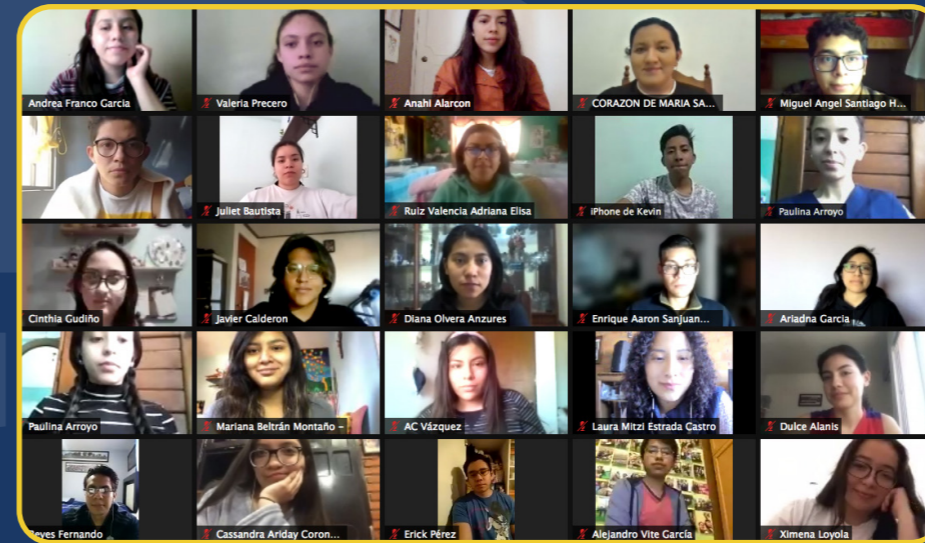
Al hablar sobre la “Transmisión del virus”, la doctora Rocío Tirado Mendoza, Investigadora del Departamento de Mi-

crobiología y Parasitología, se refirió a los mecanismos de propagación y las fases de la enfermedad. Destacó que “las vacunas siguen en proceso de análisis y su objetivo es tratar de controlar la cadena de contagio, así como evitar la enfermedad grave y severa”.

Asimismo, los doctores Josefina Serrano Pérez y Fernando Daniel Argueta Muñoz, Académicos del DICiM, hablaron sobre “Los cuidados del paciente COVID en casa” relacionados con la alimentación, la higiene personal, la protección y la sanitización. También, a través de Classroom, se brindó el material para que los voluntarios estudiaran el tema “Síntomas de la enfermedad COVID-19”.

Por otro lado, el doctor José Benjamín Guerrero López, Jefe del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental, y la doctora Olga Robelo Zarza, Coordinadora de Trabajo Social Clínico del mismo Departamento, explicaron el “Manejo emocional del aislamiento para paciente en casa con COVID-19 y familiares”, enfocando su participación en la reflexión acerca de las redes de apoyo y cómo sobrellevar las emociones en la vida cotidiana.

“Las emociones son una respuesta biológica del organismo que conlleva cambios, entonces, en algún momento, esta respuesta puede ser tan intensa que origina otros trastornos. A grandes rasgos, deben saber que si las emociones negativas se mantienen más de dos semanas y nos provocan



Uso adecuado del oxímetro

- Verifique que el oxímetro sea nuevo o no exhiba golpes o daño evidente.
- Corrobore que las pilas o baterías sean nuevas.
- Retire esmalte de uñas, uñas artificiales, acrílicas o de gel.
- Coloque el oxímetro en dedo índice.
- Manténgase en reposo por 5 minutos.
- Dejar colocado el oxímetro por 2 min aproximadamente.

Niveles de Saturación de oxígeno	
• 95 – 99%	Normal
• 91 – 94%	Hipoxia leve
• 86 – 90%	Hipoxia moderada
• < 86%	Hipoxia severa

problemas del sueño, falta de apetito, cansancio, desánimo o enojo continuo, tenemos que buscar una evaluación de un especialista para detectar si hay algún problema mayor”, explicó el doctor Guerrero López.

Los licenciados Martha Liliana Morales Aguirre, Jefa de Evaluación de la Licenciatura en Fisioterapia (LF), y Luis Alberto Luján Ramírez, Jefe de la Unidad de Evaluación y Formación Académica de esa carrera, dedicaron su participación a la “Higiene postural” e hicieron recomendaciones sobre la postura, la ergonomía, los beneficios de la higiene postural, diferentes decúbitos y actividades más comunes, riesgos de malas posturas y ejercicios para combatirlas. Para ejemplificar dichas recomendaciones, la pasante Itzi González realizó los ejercicios.

“Una buena postura no sólo es parte de la imagen que reflejamos a los demás, también es el primer eslabón en la cadena preventiva de lesiones y desórdenes musculoesqueléticos. Para los fisioterapeutas es menester conocer la higiene postural, aplicarla y enseñarla”, aseguraron los ponentes.

Mientras tanto, el doctor Daniel Pahua Díaz, Coordinador de Evaluación en el DSP y la MPSS Angélica Villeda Arciniega, explicaron las “Estrategias de prevención”, destacando el

lavado de manos; el uso adecuado de cubrebocas, oxímetro, termómetro, glucómetro y tensiómetro; el estornudo de etiqueta; la desinfección de áreas más comunes; y los cuidados al entrar y salir de casa. “Limpiar significa eliminar la materia orgánica, suciedad e impurezas de las superficies mediante un arrastre mecánico; desinfectar es usar productos químicos para eliminar a los agentes infecciosos de superficies”, detalló el doctor Pahua Díaz.

Los doctores Nashielly Cortés Hernández y Víctor Olivo Iglesias Guzmán, Académicos del DSP, abordaron las “Estrategias a distancia”, en donde explicaron cómo acceder a una comunidad, la forma correcta de atender a sus integrantes, identificar las dinámicas de riesgo, la vinculación a través de la prestación de servicios de salud y cómo realizar monitoreos.

Finalmente, los maestros Carla Gabriela Uresty Valencia, quien labora en el área de Control Docente de la LF, y Christian Alan Lazcano Benítez, Jefe del Área de Enseñanza Clínica de esa licenciatura, hablaron de los beneficios de la “Activación física”; los niveles de actividad; las indicaciones y las contraindicaciones; la dosificación del entrenamiento en intensidad, frecuencia, tipo de actividad, progresividad, mantenimiento y adhesión al programa; y consideraciones y propuestas para los pacientes.



#TalentoFacMed

JAVIER NAVARRO Y UNA FORMA DISTINTA DE SENTIR LA MÚSICA



Por Guillermo Navarro

Hablar del significado de la música es hablar de algo subjetivo, pues se trata de un arte que en cada persona produce un cúmulo distinto de sentimientos y experiencias. Para Javier Navarro Magallón, estudiante de la Licenciatura en Neurociencias, todo es música; de ahí que tiene un enorme poder para trascender otros tipos de comunicación e impactar a las personas: “La podemos escuchar y sentir.”

Antes de comenzar su camino por las Neurociencias, Javier estudió música; primero de modo autodidacta y después de manera formal. Allí, en la escuela de música, aprendió a explorar los principios de composición y armonía a través del piano, el cual, junto con la batería, es su instrumento favorito.

“La música me gusta de una manera filosófica, tengo esa particularidad de verla en la vida y todo lo que la compone. La música es vibración e información. Nos acompaña, nos neutraliza y nos cura”. Por ello, una de las actividades que más disfruta es tocar en vivo, la oportunidad perfecta para perderse en el escenario y conectar con la gente a un nivel más profundo.

Ahora que las circunstancias sanitarias imposibilitan sus presentaciones en festivales o restaurantes, se dedica a componer y ensayar con su banda (Biblioteca de Fantasía y Terror <https://spoti.fi/2NXDbQa>) para sacar nuevo material: “La idea de la banda nació hace mucho tiempo, cuando mi hermana Valeria (vocalista) y yo teníamos una gran afición por la literatura fantástica, pero no logró concretarse sino hasta que entré a la escuela de música. En las canciones solemos expresar estados introspectivos de reflexión y metáforas oníricas, todo influenciado por la literatura fantástica y con un tinte místico”, agregó Javier.

Fusionar ambas disciplinas es algo que él tiene contemplado, pues el procesamiento musical es algo que se puede estudiar a partir del sistema nervioso para conocer las peculiaridades que presentan los músicos y así entender científicamente todo lo que la música produce: “En mis ratos libres me gusta leer sobre música y neurociencias, así como literatura científica que trata el procesamiento musical”, apuntó.



La Biblioteca “Dr. Nicolás León”, un espacio con siglos de historia de la medicina



Por Janet Aguilar

La Biblioteca “Dr. Nicolás León” fue fundada en 1956 por el doctor Francisco Fernández del Castillo, entonces Jefe del Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina (DHFM) de la Escuela Nacional de Medicina, hoy Facultad de Medicina de la UNAM, quien deseaba preservar todos los fondos antiguos, integrando una rica biblioteca con textos publicados entre los siglos XVI y XIX.

En la década de 1970, la biblioteca se trasladó de las instalaciones de la Facultad en Ciudad Universitaria al Palacio de la Escuela de Medicina, que también alberga al DHFM y al Museo de la Medicina Mexicana. “Desde 2008 forma parte del Sistema Bibliotecario de la Facultad, el cual está integrado además por la Biblioteca “Valentín Gómez Farías” y la Biblioteca Médica Digital”, señaló el maestro Oscar Maya Corzo, Responsable de la Biblioteca “Dr. Nicolás León”.

En ella se encuentran resguardados más de 30 mil ejemplares relacionados con la medicina, dentro de los cuales hay libros de los siglos XVI al XX, folletos de los siglos XVIII al XX, así como tesis y revistas de los siglos XIX y XX.

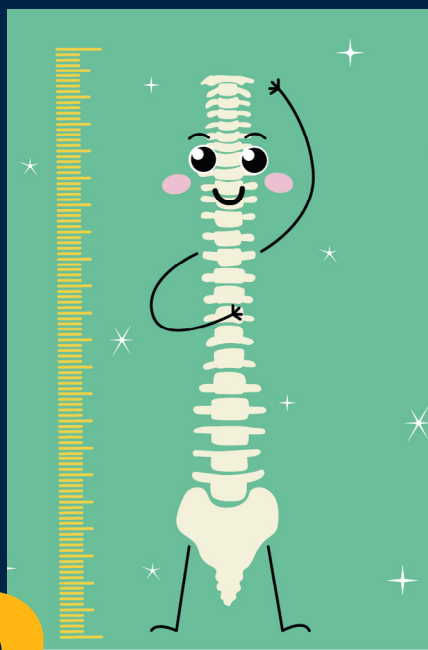
La biblioteca proporciona servicio principalmente al DHFM, a la Facultad y al sistema educativo bibliotecario tanto de la UNAM como de otras instituciones públicas y privadas.

Además, los usuarios, fundamentalmente los estudiantes de medicina, tienen acceso a recorridos por la biblioteca, donde se muestran algunos ejemplares valiosos. “Somos de las pocas bibliotecas en el mundo con este tipo de fondos abiertos al público, generalmente lo que han hecho muchas instituciones es digitalizarlo y solamente podemos acceder de manera virtual a este tipo de documentos”, destacó el maestro Maya Corzo, durante el Viernes Cultural moderado por la licenciada Leonora González Cueto y transmitido por Facebook Live de la Facultad de Medicina.

Por su parte, el doctor José Sanfilippo y Borrás, Académico del DHFM, recordó que el doctor Nicolás León “fue uno de los profesores de la Escuela Nacional de Medicina de principios del siglo XX, etnólogo, historiador, antropólogo físico, bibliógrafo, lingüista, botánico, uno de los bibliófilos más importantes que ha tenido nuestro país y el creador de la antropología física de los estudios bibliotecológicos”. Algunas de sus obras son *Biblioteca Botánico-Mexicana* y *Bibliografía Mexicana del Siglo XVIII*.

El doctor Sanfilippo y Borrás indicó que la biblioteca tiene fama internacional debido a que en ella hay muchos ejemplares que no son fáciles de localizar, un ejemplo de ello son los nueve tomos de la traducción al francés de la obra completa de Hipócrates. “En toda América Latina no hay otra biblioteca que tenga esta riqueza. Dentro del conjunto de bibliotecas universitarias históricas, ésta y la del Palacio de Minería son las más importantes, y aparte es patrimonio universitario. Esto es un orgullo para nuestra biblioteca”, destacó.

¿SABÍAS QUE...?



Al despertar por la mañana, nuestra estatura aumenta de 1 a 2 centímetros. Esto es debido a la composición y fisiología de la columna vertebral, la cual está formada por vértebras que están separadas por discos intervertebrales compuestos del anillo fibroso y el núcleo pulposo.

Debido a la presión ejercida por el peso del cuerpo sobre la columna y los discos intervertebrales al estar de pie, los núcleos pulposos perderán agua a lo largo del día, haciéndonos disminuir de estatura. Será hasta la noche, cuando el cuerpo descansa en una posición de decúbito y la columna cargue menos peso, que los núcleos pulposos de las vértebras se rehidraten y se expandan, aumentando nuestra altura.

Como parte del proceso de envejecimiento, esta capacidad de hidratación y rehidratación de los núcleos pulposos es cada vez menor, por lo que nuestra estatura va disminuyendo con el paso de los años.

Con revisión de la Licenciatura en Fisioterapia, Facultad de Medicina, UNAM.

Kapandji I. A. *Fisiología Articular*. Tomo 3. Madrid. Editorial Panamericana. 6ª edición 2007

Reseña de sesión ordinaria virtual del Consejo Técnico

En la sesión del 24 de febrero de 2021 se aprobó lo siguiente de la Comisión de Asuntos Académico Administrativos: 19 contratos por Obra Determinada, 26 ingresos de Profesor de Asignatura, 22 ingresos de Ayudante de Profesor de Asignatura, una comisión, tres diferimientos de periodo sabático, una Estancia Posdoctoral y una al Programa de Estancias de Investigación en la UNAM.

La Comisión de Trabajo Académico aprobó ocho solicitudes de suspensión temporal de estudios, así como la asignatura optativa "Medicina narrativa" del Plan de Estudios de la Licenciatura de Médico Cirujano en modalidad presencial, también las modificaciones al documento "Lineamientos para la presentación, aprobación, evaluación y modificación de asignaturas optativas en la modalidad presencial y/o a distancia (MOLIMOD)" y al formato institucional para la

presentación de programas académicos de asignaturas optativas.

La Comisión de Mérito Universitario aprobó la propuesta de modificaciones a la convocatoria del Premio a la Innovación Educativa Digital "Aliis Vivere".

Se realizó la presentación del "Análisis de la situación académica de los Técnicos Académicos de la Facultad de Medicina", por la doctora Marcia Hiriart Urdanivia, Jefa de la División de Investigación. En asuntos generales, se presentó el informe sobre la capacitación para brigadistas de la UNAM para la "Campaña Nacional de Vacunación contra SARS-CoV-2", por la doctora Guadalupe Silvia García de la Torre, Jefa del Departamento de Salud Pública.



Por Janet Aguilar

Las plantas, flores y animales han tenido un valor simbólico, sobre todo en las obras del Renacimiento y el Barroco, en donde se trabajaba con mucha más profundidad el significado de cada uno de los elementos que acompañaban a la obra. “Lo que es muy interesante es que muchas veces este valor no es necesariamente arbitrario, sino que nace de las propiedades mismas de las plantas, de las flores, de los árboles, pero también de la personalidad de los animales”, indicó la maestra Nuria Galland Camacho, Coordinadora de Servicios Pedagógicos y Contenidos Académicos del Palacio de la Escuela de Medicina.

En la obra *Retrato de una princesa de la casa de Este* de Pisanello, realizada a raíz de la prematura muerte de la joven Ginevra d’Este, están presentes unas flores llamadas aguileñas, que tienen un carácter fúnebre; otro elemento que es importante para hablar de la transitoriedad de la vida a la muerte es la presencia de mariposas, las cuales son símbolo de resurrección y salvación del alma.

“El girasol era en aquel entonces símbolo de devoción, porque, en sí, esta maravillosa planta sigue los rayos del sol y los persigue durante todo el día, y de ahí que esté

LA NATURALEZA Y SU SIGNIFICADO EN EL ARTE

vinculada fuertemente con este valor”, explicó la experta al hablar de las obras *Autorretrato con girasol* de Anton van Dyck y *Clitia transformada en girasol* de Charles de la Fosse.

En el Curso-taller de Historia del Arte, transmitido por Facebook Live de la Facultad de Medicina de la UNAM, mencionó que en la pintura *La última cena* de Domenico Ghirlandaio hay elementos interesantes, como el pavo real que es símbolo de resurrección, una palmera que es emblema de martirio, pájaros volando de un lado a otro que representan la idea de que el alma abandona el cuerpo para emprender su camino hacia la vida eterna, el limón que habla de la salvación y curación de las almas, y los cipreses que “son símbolo de la muerte o este vínculo entre lo terrenal y lo celestial”.

“El cisne tiene varios valores simbólicos, por un lado está relacionado con la música porque se creía falsamente que antes de morir emitía un dulce canto, entonces de ahí su vínculo; por otro lado, debido a su plumaje blanquísimo, es símbolo de pureza, pero también de hipocresía, porque debajo de este plumaje blanco se encuentra la carne que es negra, símbolo de mácula y pecado en aquel entonces”, señaló la experta al hablar de la obra *El cisne amenazado* de Jan Asseljin.

Finalmente, la maestra Galland Camacho habló de la obra *Perrita* de Giovanna Garzoni, en donde aparecen moscas, símbolos de maldad, de enfermedad y de la transitoriedad de la vida, las cuales “también servían para que los artistas pudieran representar su virtuosismo, pues al ser tan diminutas implicaban un sinfín de detalles, con lo que demostraban su gran habilidad”. Otro animal que aparece es un perro que “es símbolo de fidelidad, pero también en este caso, al ser diminuto y exótico, es símbolo de vanidad, ya que son animales de ornato que acompañan a la gente que tiene la posibilidad económica de mantenerlos”, concluyó.

Noche de Museos con esculturas en movimiento

Por Eric Ramirez

“El trabajo que presenta el artista Francisco Cabriales, inspirado en el crecimiento natural de las formas, busca el equilibrio de las fuerzas externas e internas y la habilidad de diversos mecanismos de ejecución en madera, que culminan en la realización de esta muestra artística”, explicó el doctor Omar Arroyo, Director del Museo de la Medicina Mexicana, el pasado 24 de febrero.

La Noche de Museos del Palacio de la Escuela de Medicina fue el marco para el estreno del video de la muestra dedicada a la obra “Extrapolación de los sólidos platónicos. Esculturas en movimiento”, la cual conjunta múltiples figuras combinadas y talladas en madera, mientras una base giratoria juega con los efectos visuales de cada pieza.

“Los invitamos a recorrer la obra de Cabriales con los ojos abiertos, la mente lúcida y los oídos muy atentos para escuchar la geometría musical que se desprende de cada una de las piezas que componen la colección”, indicó el doctor Gabino Sánchez Rosales, Coordinador



de Investigación del Departamento de Historia y Filosofía de la Medicina de la Facultad de Medicina.

Entre las piezas que se presentan, están: “Manifestación interior”, “Tótem en negativo”, “Tótem con desarrollo tetragradiente hexahelicoidal”, “Cubo chato”, “Icosaedro piramidal”, “Hexa octa dodecaedro 1”, “Hexa octa dodecaedro 2”, “Infinito del triángulo”, “Compenetración tetraédrica”, “Hexaedros corriendo”, “Dodecaedro en tenso-proyección”, “Columna en corte diagonal”, “Dodecaedro piramidal”, “Rotaciones de hexaedro”, “Tótem con desarrollo positivo-negativo”, “Cubo octaedro” y “Hexaedro”. El video se puede ver en <https://bit.ly/3q11E4E> y la página <http://pem.facmed.unam.mx/>.

