



psicología

Boletín Informativo para Alumnos

Año XXV

Volumen 25

Número 327

22 de marzo de 2021

Consulta a la Comunidad

Propuestas para el Plan de Desarrollo 2020-2024

Fecha límite de recepción de propuestas: viernes 26 de marzo, 18 horas

A la comunidad de la Facultad de Psicología:

Con base en la normatividad de la UNAM, se invita a toda la comunidad de la Facultad de Psicología a participar en el *proceso de consulta para la definición del Plan de Desarrollo 2020-2024*, a través del envío de propuestas para líneas de acción específicas.

Para lo anterior, se ha abierto un espacio en la página oficial de la Facultad, en el cual se les comparte el documento base que incluye las líneas de acción más representativas de la propuesta de trabajo original presentada por la Dra. María Elena Medina Mora, directora de la Facultad, para la conducción de su gestión en el perio-

do 2020-2024, mismas que están siendo definidas y complementadas en un ejercicio de planeación interno y del cual forma parte esta consulta a la comunidad.

Se les invita a participar a través de esta liga de acceso:

<http://www.psicologia.unam.mx/consulta-de-propuestas-para-plan-de-desarrollo/>

o directamente a través del banner en la página:

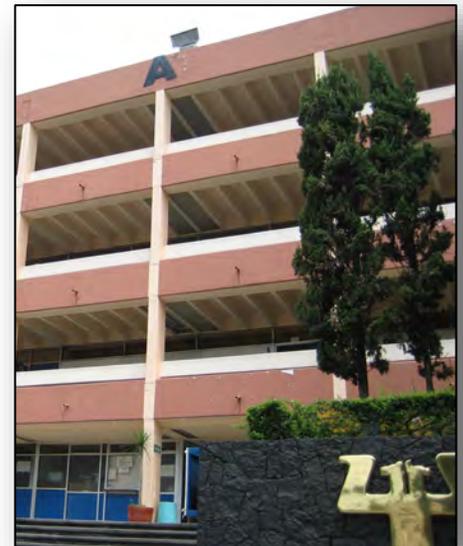
<http://www.psicologia.unam.mx/>

Para contacto y dudas, escribe a:

planeacion.psicologia@unam.mx

Facebook:

www.facebook.com/unam.psicologia



CONTENIDO

• Aviso a la comunidad UNAM y público en general - Catálogos LIBRUNAM y TESIUNAM	2	• Catálogo TESIUNAM a tu alcance Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"	8	• Psicología de la Salud y COVID-19	14
• Curso Lectura Inteligente: Leyendo Psicología 2021-2 Para alumnos a partir de Segundo Semestre Escolarizado y SUA	5	• Cine y Psicología: contando historias Película: "Mar Adentro"	9	• Qué leer... Libros electrónicos en la Biblioteca Digital de la UNAM	15
• Curso de Búsqueda de Información Psicológica en Bases de Datos 2021 Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"	6	• Actividades - Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos	10	• Qué leer... Publicaciones periódicas del Centro de Documentación	17
• Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega" cursos en línea	7	• Acta de Investigación Psicológica	10	• Recomendación medio ambiente: Cuidar el agua contribuye con el cuidado del medio ambiente	18
• La Psicología Escolar cerca de ti ¿Cómo hacer un ambiente positivo para estudiar?	8	• Burbujas de Sexualidad Violencia simbólica y el papel de los medios de comunicación	11	• Curso, Conferencia y Diplomados de la División de Educación Continua	19
		• Lenguaje inclusivo: Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travestí e intersexual (LGBTTTI)	12		

Aviso a la comunidad UNAM y público en general

La Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información de la UNAM (DGBSDI) ha actualizado la interfaz de los Catálogos LIBRUNAM y TESIUNAM

Aviso a la Comunidad UNAM y público en general:

Hemos actualizado la interfaz de los Catálogos **LIBRUNAM** y **TESIUNAM** por lo que te invitamos a consultarlos a través del Portal Web de la DGBSDI:

LIBRUNAM
<https://www.dgb.unam.mx/index.php/catalogos/librunam>

TESIUNAM
<https://www.dgb.unam.mx/index.php/catalogos/tesiunam>

O directamente a través de las siguientes direcciones:

LIBRUNAM
<https://librunam.dgb.unam.mx>

TESIUNAM
<https://tesiunam.dgb.unam.mx>

La dirección <http://tesis.unam.mx> pronto quedará inhabilitada por lo que sugerimos empezar a usar los enlaces arriba señalados.




#LasBibliotecasUNAMNoSeDetienen





No olvides que la interfaz está optimizada para consultar los catálogos desde tu dispositivo móvil y que el portal web de la DGBSDI es: <https://www.dgb.unam.mx/>



SEMINARIO INTERINSTITUCIONAL DE ATENCIÓN Y
ACOMPañAMIENTO PSICOSOCIAL A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA Y
VIOLACIONES A DERECHOS HUMANOS

26 de Marzo 2021

MESA DE DISCUSIÓN 12:00 HRS

**“Atención y acompañamiento psicosocial:
experiencias en América Latina”**

Karen Castro (PAPSIVI, Colombia)

Susana Navarro García (ECAP, Guatemala)

Elizabeth Lira Kornfeld (Universidad

Alberto Hurtado, Chile)



LIGA DE ACCESO A
<https://cutt.ly/llmH8Wf>

Se entregará
constancia electrónica
por su asistencia virtual

Curso-Taller
Manejo de
Personas Adultas con
Síndrome de Down

Proyecto PÁPIME PE302320
Organizador: Dr. Octavio García

**22 y 23 de marzo de 2021
de 16-19 horas**

Transmisión en el canal de  UNAM Psicología UDEMAT
<https://www.youtube.com/UNAMPsicologiaUDEMAT>

 **LIVE** Laboratorio de Neurobiología del Síndrome de Down



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES
COORDINACIÓN DE PSICOLOGÍA Y NEUROCIENCIAS

PROGRAMA**22 de marzo**

- 16:00 h Introducción. El envejecimiento en el síndrome de Down
DR. OCTAVIO GARCÍA,
Facultad de Psicología, UNAM
- 17:00 h Características del perfil cognitivo de las personas adultas con síndrome de Down
MTRA. EN PSICOLOGÍA, ALEJANDRA NEBAÍ FLORES ALONSO,
Facultad de Psicología, UAEM
- 18:00 h Desarrollo de habilidades sociales en adultos con síndrome de Down
MTRA. EN NEUROPSICOL. BEATRIZ CASTILLO IGNACIO,
Facultad de Psicología, UNAM

23 de marzo

- 16:00 h Apoyando la construcción de un proyecto de vida plena y productiva para personas adultas con síndrome de Down
LIC. CELIA GUADALUPE OLIVARES REYES
MTRA. DORA MARÍA MORENO BELLO DOUNCE
MTRA. EMMA VIVIAN ROTH GROSS
Facultad de Psicología CISEE-UNAM

Informes: Dr. Octavio García
ogarcia@unam.mx



    UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES
COORDINACIÓN DE PSICOLOGÍA Y NEUROCIENCIAS

1 Ciclo de Conferencias
Fronteras en la Cognición

Organizador: Dr. Octavio García

24 de marzo, 13:00 hrs
Correlatos neuronales del reconocimiento de palabras y otros sonidos complejos en macacos

Dr. Luis Lemus
Instituto de Fisiología Celular, UNAM

Transmisión en el canal de  UNAM Psicología UDEMAT
<https://www.youtube.com/UNAMPsicologiaUDEMAT>

 **LIVE**
Laboratorio de Neurobiología del Síndrome de Down





División de Estudios Profesionales
Programa Institucional de Tutoría
Facultad de Psicología, UNAM



CURSO

LECTURA INTELIGENTE: LEYENDO PSICOLOGÍA 2021-2

PARA ALUMNOS A PARTIR DE SEGUNDO SEMESTRE

Escolarizado y SUA

GRUPO	DÍAS	HORARIO	FECHAS
1	lunes	9:00 a 11:00	5 y 19 de abril, 3 y 17 de mayo
2	martes	10:00 a 12:00	6 y 20 de abril, 4 y 18 de mayo
3	miércoles	11:00 a 13:00	7 y 21 de abril, 5 y 19 de mayo
4	jueves	12:00 a 14:00	8 y 22 de abril, 6 y 20 de mayo
5	viernes	13:00 a 15:00	9 y 23 de abril, 7 y 21 de mayo
6	lunes	17:00 a 19:00	5 y 19 de abril, 3 y 17 de mayo
7	martes	18:00 a 20:00	6 y 20 de abril, 4 y 18 de mayo
8	miércoles	19:00 a 21:00	7 y 21 de abril, 5 y 19 de mayo

Curso de 25 h. en línea
4 sesiones de 2 h. a distancia por videollamada
Se requiere de 30 minutos diarios a tu ritmo
(duración 8 semanas)

INSCRIPCIONES: Del 1 al 19 de marzo en el siguiente link: <https://forms.gle/NzaCiQyKCdnFG2GBA>



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES
COORDINACIÓN DE PSICOBIOLOGÍA Y NEUROCIENCIAS



1

Ciclo de Conferencias
Fronteras en la Cognición

Organizador: Dr. Octavio García



21 de abril, 13:00 h
Sincronización auditivo-motora del habla: sus bases neurales e implicaciones cognitivas

Dra. María Florencia Assaneo
Instituto de Neurobiología, UNAM

Transmisión en el canal de



<https://www.youtube.com/UNAMPsicologiaUEMAT>



Laboratorio de Neurobiología del Síndrome de Down





CENTRO DE DOCUMENTACIÓN
DR. ROGELIO DÍAZ GUERRERO

Curso de Búsqueda de Información
Psicológica en Bases de Datos 2021



Te invita a participar en los cursos de **Búsqueda de Información Psicológica en bases de datos** (duración 10 h), cuyo fin es contribuir al alcance de competencia (conocimientos, habilidades y aptitudes) que le permitan al estudiante y académico identificar sus necesidades de información y utilizar diferentes formatos, medios y recursos físicos o digitales.

Se impartirán **vía Zoom**, dos horas diarias, de lunes a viernes y para acreditarlo se tienen que cubrir 10 horas. Cupo mínimo para apertura del curso 6 personas, cupo máximo 10 personas.

Requisitos para poder tomar el curso por Zoom:

- Computadora con cámara Web, conexión a internet y micrófono.

Nota: Se pueden abrir cursos en horarios y fechas distintas a las establecidas, siempre y cuando los alumnos se organicen en un grupo de 10 personas y lo soliciten.

***El curso se impartirá en 4 días en sesiones de 2 horas y media.**

FECHAS	HORARIOS
MARZO	
22-26	10:00 a 12:00 h.
	12:00 a 14:00 h.
	17:00 a 19:00 h.
ABRIL	
5-9	10:00 a 12:00 h.
12-16	12:00 a 14:00 h.
19-23	17:00 a 19:00 h.
26-30	
MAYO	
3-7	10:00 a 12:00 h.
11-14*	12:00 a 14:00 h.
17-21	17:00 a 19:00 h.
24-28	

Servicios virtuales que se ofrecen Durante el Confinamiento

- Orientación de usuarios
- Formación de usuarios
- Referencista en línea
- Suministro de documentos
- Curso de Búsqueda de Información en Bases de Datos
- Boletines de adquisiciones bibliográficas
- Boletín temático de publicaciones periódicas
- Obtención de documentos
- Guías para generar cuentas de acceso remoto
- Expedición electrónica de cartas de no adeudo
- **Digitalización de dos o tres capítulos de libros impresos del acervo del Centro de Documentación***
- Página web: <https://psg-fp.bibliotecas.unam.mx/>
- Facebook: <https://www.facebook.com/cedoc.facultad.psicologia>

* Este servicio está disponible solo en semáforo naranja de la contingencia (se permite al personal del Centro el acceso a la Facultad)

A la comunidad de la Facultad le recordamos que los recursos en línea (Biblioteca Digital UNAM) se conforma de colecciones digitales de libros, revistas, artículos, entre otros. Disponibles las 24 horas del día, a través de los siguientes sitios web:

- <http://www.dgb.unam.mx/>
- <http://www.bibliotecas.unam.mx/>
- <https://www.bidi.unam.mx/>
- <http://www.bibliotecacentral.unam.mx/>

Contacto e inscripciones:
Mtra. Adriana Cruz Romero
Coordinadora del Centro de Documentación
Email: adcruzro@unam.mx o
cedoc.psicologia@unam.mx

PONTE
PUMA



#QUÉDATEEnCASA



Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"

La Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega", te invita a inscribirte a los cursos en línea que se impartirán próximamente, donde aprenderás a utilizar los recursos impresos y electrónicos, identificarás bases de datos especializadas en psicología, podrás elaborar estrategias de búsqueda entre otras habilidades.

FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN-REGÍSTRATE en el curso llenando el siguiente formulario. En caso de que NO HUBIERA CUPO en el horario y fecha que selecciones se te enviará un correo con las fechas disponibles.

<https://forms.gle/99B8JQrr2MBSqhxG7>

Si tienes algún problema con tu registro envía un correo a la:
Lic. Zila Martínez Martínez, Coordinadora de la Biblioteca
zilam@unam.mx

¡Te esperamos!

MES	HORARIO	HORARIO
MARZO		
22 al 26	13:00 a 15:00	17:00 a 19:00
ABRIL		
5 al 9	12:00 a 14:00	14:00 a 16:00
12 al 16	11:00 a 13:00	16:00 a 18:00
19 al 23	12:00 a 14:00	13:00 a 15:00
26 al 30	11:00 a 13:00	17:00 a 19:00

BIBLIOTECA "DRA. GRACIELA RODRÍGUEZ ORTEGA" INFORMA

¿Tienes materiales en préstamo?

No te preocupes: las devoluciones se realizarán cuando regresemos de forma presencial a la Facultad, sin que esto cause ningún tipo de sanción.

Si tienes alguna duda envía un correo a:
Lic. Zila Martínez, Coordinadora de la Biblioteca

zilam@unam.mx
2021



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Psicología
Semestre 2021-2 Licenciatura.
Fuentes de información, asesoría y contacto



División de Estudios Profesionales,
www.psicologia.unam.mx/academica
Conmutador de orientación: 55-5025-0855 opción 3,
Lunes a viernes, 10:00 a 14:00 h. y 16:00 a 19:00 h.
Indica tu nombre y número de cuenta
y motivo de consulta.
www.facebook.com/dep.psicologia.unam/
contacto: dep.psicologia@unam.mx

Secretaría de Administración Escolar,
www.psicologia.unam.mx/administracion-escolar
contacto: servicios.escolares.psicologia@unam.mx

Sistema Universidad Abierta,
sua.psicologia.unam.mx
Comunícate al 55-5622-2246 /55-5622-2231
Lunes a jueves de 10:00 a 12:00 y de 16:00 a 18:00 h.
contacto: doyaa.sua@gmail.com

Más información:
www.facebook.com/unam.psicologia/
www.facebook.com/sasepsicologia



La Psicología Escolar cerca de ti

¿Cómo hacer un ambiente positivo para estudiar?

En tiempos de confinamiento es importante generar un ambiente físico y emocional donde sea placentero estar, buscar un espacio donde sea posible concentrarse y atender. Emocionalmente el espacio promueve interés o desmotivación hacia lo que la escuela demanda y nos hace sentir éxito o fracaso en las actividades, por lo que es importante que la decoración sea grata, colocar una o varias plantas cerca, o tener un difusor de alguna esencia que propicie bienestar, es importante sentir que el lugar nos invita a estar ahí y contribuya a disfrutar lo que se estudia o trabaja.



¿Cómo acompañar emocionalmente a los niños, las niñas y adolescentes en las actividades académicas?

1. Prepararse juntos/juntas antes de iniciar las actividades, realizar alguna técnica de respiración consciente, en las que la inhalación sea lenta pero la exhalación rápida permite activar al cuerpo y estar más atento/a.
2. Realiza "pausas activas" como estrategias de gimnasia cerebral, levantarse y sentarse varias veces, estirarse, dar una vuelta en la casa. Si lo hacen juntos/as, le ayudaremos a sentirse mejor y a disfrutar lo que está haciendo, pero sobre todo le enviamos el mensaje "yo estoy aquí para apoyarte"
3. Escucha sus necesidades y encuentren conjuntamente maneras de solucionar las dificultades o los retos a los que se enfrente. Con esto se le puede dar el mensaje "Sé que puedes hacerlo por ti mis-

mo/misma, pero si necesitas apoyo estoy contigo"



¡Tú puedes crear el espacio para aprender mejor!

Mtra. Olga Raquel Rivera Olmos y
Dra. María Estela Jiménez Hernández
Residencia en Psicología Escolar
Mtra. Susana Eguía Malo
Responsable Académica de la Residencia ●

Catálogo TESIUNAM a tu alcance

Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"

El Dr. Serafín Joel Mercado Doménech obtuvo la licenciatura en 1964 en el Colegio de Psicología de la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM, siendo el primer alumno en obtener ese grado, ya que anteriormente el Colegio de Psicología sólo otorgaba el grado de maestro. La cual puedes consultar en Texto Completo.

No. de sistema	000674191
Clasificación	001-01921-M28-2011
Autor personal	• Mercado Doménech, Serafin sustentante.
Título	Principios de control cognoscitivo : algunas consideraciones teóricas y un programa de investigación / tesis que para obtener el título de Licenciado en Psicología, presenta Serafín Joel Mercado Domenech ; asesor Rogelio Díaz G., Riley W. Gardner
Datos de publicac.	1964
Descr. Física	1 recurso en línea (96 páginas)
Nota de tesis	Licenciatura en Psicología UNAM, Facultad de Psicología, 1964
Restricciones	Acceso en línea sin restricciones star
Sec. Personal	• Díaz G., Rogello, asesor. • Gardner, Riley W., asesor.
Sec. Corporativo	Universidad Nacional Autónoma de México. Facultad de Psicología, institución que otorga el título.
Recurso electrónico	Texto completo.

Cine y Psicología: contando historias

Película: "Mar Adentro"

La película de Alejandro Amenábar, con la actuación de Javier Bardem, cuenta una historia de la vida real, la historia de Ramón San Pedro, un tetraplégico cuyas ganas de vivir se han acabado, de tal suerte que lo único que desea es que el gobierno y el sistema jurídico dejen que sus amigos le ayuden a morir.

Para ayudarlo en esta aventura o para hacerlo desistir, se encuentra la familia de Ramón: su padre, su hermano, la esposa de su hermano y su sobrino, quienes lo aman y no están del todo de acuerdo con su decisión.

Por otro lado está Julia la abogada que padece una enfermedad terminal, no se sabe cuál (parece que son infartos cerebrales), quien está dispuesta a ayudar a Ramón para llevar su caso a la Corte.

También está Rosa, una chica del pueblo vecino que desea con todo su corazón enseñarle a Ramón que vale la pena seguir viviendo, aunque Ramón la enfrenta con su propia vida amargada y su necesidad de un motivo para vivir. Posteriormente ella, como un acto de amor, y en nombre de un derecho que está más allá de la legalidad, apoya a Ramón en su derecho a morir.

Ramón está seguro de algo y está muy claro en ello: que la vida que está viviendo no es digna, que no le importa que un par de chicas lo amen, que no le importa que el ser escritor lo pueda llevar a la fama y al éxito; que no le importa ser un caso popular dentro de la opinión pública.

Pase lo que pase de cualquiera de estas cosas, no cambiará su destino, él permanecerá en una cama para siempre sin poder moverse.

El caso de Ramón es muy complejo: hay mucha desesperación, hay

mucho "miedo a la vida", o a seguir viviendo como está, miedo a depender de los demás, miedo a que su hermano muera y no puedan ayudarlo más, miedo a la imposibilidad de poder disfrutar el mundo con su cuerpo.

Y además de todos estos miedos, también está viviendo una tormenta de sentimientos; es una vida de mucho sufrimiento, aunque no haya dolor, es una vida de nostalgia por un pasado... porque el presente y el futuro le fueron robados en el pasado, y nunca más volverá a ser igual.

La salida que toma Ramón al final (y que se maneja como eutanasia), tal vez fue una salida equivocada, tal vez no... tal vez fue una salida fácil... y en este caso podríamos decir que fue una salida cobarde, pero tal vez fue justamente al revés, es decir, una salida difícil y de mucho valor para tomar la decisión que tomó.

El hombre debería tener derecho sobre su vida o sobre su muerte, cuando su vida deja de ser humana, cuando deja de ser digna, y a la vez, cuando deja de tener sentido.

Llama un poco la atención que últimamente se estén dando películas a favor de estos temas de la eutanasia, y todo esto a mí me parece ser un reclamo, o una llamada de atención a las autoridades y a la sociedad en general, pues suena absurdo e inaceptable que las autoridades jurídicas en cualquier parte del mundo quieran imponer sus reglas sobre lo que es aceptable o no para proteger la vida de los seres humanos, y la prohibición a la decisión propia de morir, justamente en una época en la que se enfrenta a grandes grupos sociales a la tragedia brutal de su muerte, cuando ellos mismos no desean morir, cuando no están enfermos ni sufriendo una enfermedad



terminal. Me refiero al caso de las guerras, los bombardeos, las invasiones, etcétera.

Es decir, está la gran paradoja de prohibirle a alguien que muera, o prohibir que se ayude a morir por piedad, y esas mismas autoridades permiten que mueran muchos inocentes que no querían hacerlo. ¿Qué pasa entonces?

Situaciones como la de esta película son muy difíciles de evaluar, pero sobre todo de juzgar. Se trata de ver la vida y la muerte como un derecho, y no como una obligación; es resaltar los valores del amor que pueden ser más fuertes que la muerte.

La dificultad para entender y aceptar una situación tan difícil como ésta, es que, precisamente contrario a la lógica de que "es el amor el que da la vida" pues ese mismo amor podría ayudar a quitarla, "por amor" justamente.

Un acto de amor, es también un acto de libertad porque cuando se ama se deja libre al que se ama; porque el individuo debe tener la posibilidad y la capacidad para determinar la orientación que le dará a su propia vida y a su muerte.

Ahora bien: Para el caso que nos ocupa en esta película, habrá que aclarar, que a pesar de que se habla de eutanasia, lo que vemos en la película se trata más bien de un suicidio asistido y no de eutanasia. ●

Actividades

Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos



- **3a. Sesión Académica**

“Trastornos del niño y del adolescente, mhGAP”

Ponente. Dra. Paulina Vázquez

Modera: Lic. Lizeth Santos

Servicios de Atención Psiquiátrica SAP

24 de marzo de 2021, 10:00 h.

Transmisión: <https://us02web.zoom.us/j/85396118801>

Informes: centros.psicologia@unam.mx

- **3a. Sesión Clínica**

“La activación de habilidades para la resolución no violenta de conflictos”

Ponente. Mtra. Zoraida Meléndez Zermeño

Modera: Mtra. Montserrat Rivera Barrientos

Programa de Sexualidad Humana

7 de abril de 2021, 10:00 h.

Transmisión: <https://us02web.zoom.us/j/82165714539>

Informes: centros.psicologia@unam.mx

Acta de Investigación Psicológica

Para cerrar su décimo aniversario, la Revista Acta de Investigación Psicológica (AIP) presentó en el último número (Vol. 10 No. 3) el noveno y décimo manuscritos, vinculados a la Calidad de Vida en pacientes con cáncer de mama, y la detección de oportunidades de mejora y realización de ideas novedosas en una población docente, respectivamente. El primer manuscrito establece cómo el cáncer de mama se relaciona con manifestaciones de ansiedad, depresión, y estrés, mermando de manera importante la calidad de vida de las personas; y realiza

la importancia del acompañamiento para disminuir estas manifestaciones de malestar. La última investigación se da a la tarea de desarrollar, validar y confiabilizar una escala que evalúa el comportamiento laboral docente. El manuscrito presenta evidencias de validez y confiabilidad de un instrumento con cuatro dimensiones de comportamiento innovador que son relevantes para la práctica docente. Consulte el catálogo completo de la revista en:

<https://revista-psicologia.unam.mx/>

Burbujas de Sexualidad



Violencia simbólica y el papel de los medios de comunicación

En el marco de Día Nacional de la Lucha contra la violencia de género en los medios de comunicación, hablaremos sobre la violencia simbólica, que si bien no es tangible ni fácil de detectar es igual de peligrosa y dañina que la violencia física o psicológica, pues contribuye a la perpetuación de ideas que promueven la desigualdad entre hombres y mujeres en la sociedad normalizando conductas machistas.

La violencia simbólica fue definida por primera vez por Pierre Bourdieu en la década de los 70's, la cual se presenta cuando en una relación de dos o más personas una parte "dominante" ejerce violencia indirecta contra las personas dominadas, quienes aceptan la agresión ya que están inmersas en los roles y estereotipos de género en los que hemos sido educados y que justifican la cosificación y la violencia contra las mujeres.

Los medios de comunicación, co-

mo la televisión, redes sociales, videojuegos, entre otros, tienen un papel importante en el desarrollo de la violencia simbólica, debido a su capacidad para difundir un mensaje de forma masiva el cual puede fortalecer las costumbres y concepciones sobre el género o por otro lado cuestionarlas.

Se ejerce este tipo de violencia en los medios cuando en la televisión se muestra a la mujer de una forma sexualizada, donde aspecto físico delgado es lo más importante como en la sección del clima de los noticieros donde las mujeres suelen usar ropa muy ajustada o corta. De igual manera en la publicidad de artículos de limpieza o alimentos, es dirigida hacia las mujeres, reforzando estereotipos sobre tareas domésticas y cuidado.

En el caso de las redes sociales se observa que son "un arma de doble filo" pues si bien son un excelente medio para exhibir y denunciar abusos

contra las mujeres, también se han convertido en un ambiente propicio para la agresión contra las mismas. En los videojuegos el diseño corporal de personajes con glúteos o pechos muy grandes e incluso con ropa demasiado provocativa o casi inexistente, da lugar a la hiper sexualización de las mujeres.

Debido a todo lo anterior los medios de comunicación ejercen violencia y son una pieza importante en su perpetuación, ya que siguen transmitiendo mensajes donde la habituación de la violencia nos vuelve indiferentes, haciendo más difícil el cambio, sin embargo, así como los medios pueden contribuir a perpetuar el abuso, de igual manera pueden ayudar a romper con él, si se decide tomar el camino contrario, creando material con un mensaje de igualdad y empoderamiento hacia las mujeres. ●

Para más información síguenos en nuestras redes sociales:



Programa de Sexualidad Humana -PROSEXHUM

Autoras: Mtra. Ena Niño Calixto y Psic. Emily Jazmín Hernández Cruz.

Lenguaje inclusivo:

Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI)

Actualmente los derechos humanos, de igualdad y tolerancia, de la comunidad LGBTTTI están cada vez más presentes en las noticias y en las conversaciones en general. Es por ello que el uso de un lenguaje correcto e inclusivo es tan importante e imprescindible para el desarrollo de una sociedad incluyente.

Las expresiones excluyentes para referirse a esta población reflejan y refuerzan la hegemonía de la heterosexualidad frente a las otras expresiones de la diversidad sexual, la cual abarca a toda la gama de orientaciones, preferencias, expresiones e identidades relacionadas con la sexualidad humana e incluye a la heterosexuali-

dad; por ello es importante reconocer que el uso de las siglas LGBTTTI enfatiza y visibiliza a aquellas identidades que históricamente han sido discriminadas por un orden heteronormativo y patriarcal.

“La Suprema Corte de Justicia de la Nación, máximo Tribunal de Interpretación, señaló que el lenguaje que se utiliza para ofender o descalificar a ciertos grupos adquiere la calificativa de discriminatorio; se trata de un discurso homófono, el cual consiste en la emisión de una serie de calificativos y valoraciones críticas relativas a la condición homosexual y a su conducta sexual, y suele actualizarse en los espacios de la cotidianidad; por lo tan-

to, generalmente se caracteriza por insinuaciones de homosexualidad en un sentido burlesco y ofensivo, mediante el empleo de un lenguaje que se encuentra fuertemente arraigado en la sociedad. Concluye que aquellas expresiones homófobas, esto es, que impliquen una incitación, promoción o justificación de la intolerancia hacia la homosexualidad, ya sea mediante términos abiertamente hostiles o de rechazo, o bien, a través de palabras burlescas, deben considerarse como una categoría de lenguaje discriminatorio y, en ocasiones, de discursos del odio”¹.

Para nombrar a la población LGBTTTI se recomienda tomar en cuenta los siguientes usos:

Expresión excluyente	Expresión Incluyente
Personas con preferencias distintas a la heterosexual	Población lésbico, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti e intersexual (LGBTTTI)
Amanerado Afeminado	Persona homosexual Hombre homosexual Persona gay Hombre gay
Machorra	Persona lesbiana Mujer homosexual Mujer lesbiana*
Bicolor Bicicleta Dobletero	Persona bisexual Hombre bisexual Mujer bisexual

*Aunque puede considerarse un pleonismo, se utiliza en un sentido de reivindicación de género.

La transexualidad y la transgeneridad son condiciones inherentes a las personas, por lo que no es necesario decir “mujer transgénero” u “hombre transexual”, a menos que se justifique resaltar esa condición. Por ejemplo, decir: “Esther, la mujer que trabaja en mi oficina”, en lugar de: “Esther, la mujer transexual que trabaja en mi oficina”. Se recomienda utilizar la identidad sexo-genérica que la persona ha elegido expresar y no el sexo de origen. Ejemplo

Expresión excluyente	Expresión Incluyente
Hermafrodita	Persona intersexual

¹ Reseña del amparo directo en revisión 2806/2012 ministro: Arturo Zaldívar Lelo de Larrea secretario: Javier Mijangos y González primera sala de la suprema corte de justicia de la nación libertad de expresión. Expresiones homófobas y manifestaciones discriminatorias. Recuperado el 28 de febrero de 2021, de https://www.scjn.gob.mx/sites/default/files/resenias_argumentativas/documento/2017-01/res-AZLL-2806-12.pdf, pp. 2.7.

Viene de la pág. 12

La importancia de incorporar el lenguaje incluyente en la información que emiten los medios de comunicación impresos, electrónicos y digitales para eliminar estigmas, estereotipos y prejuicios hacia la población de la diversidad sexual y de género, permitirá nombrar de forma adecuada a estos grupos históricamente discriminados por su apariencia, orientación y preferencia sexual o por su identidad de género y coadyuvar en el cambio cultural hacia una ciudad más incluyente.

Bibliografía

Consejo para prevenir y eliminar la discriminación de la Ciudad de México: Coordinación Académica de Políticas Públicas y Legislativas. Manual lenguaje incluyente y no discriminatorio en la actuación de

la administración pública de la ciudad de México, COPRED: México, 46 p. Recuperado el 02 de marzo de 2021, de

<http://data.copred.cdmx.gob.mx/wp-content/uploads/2017/01/Lenguaje-incluyente-y-no-discriminatorio-13092016.pdf>

Secretaría de Gobernación. Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2015). Colección guías básicas, Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje. CONAPRED: México, 66 p. Recuperado el 01 de marzo de 2021, de

https://www.conapred.org.mx/documentos_cedoc/GuiaBasica-Usolenguaje_INACCSS.pdf

Secretaría de Gobernación. Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación. (2016). Acciones para combatir la discriminación por motivos de orientación sexual, identidad de género, expresión de género y características sexuales 2016-2020, CONAPRED: México, 77 p. Recuperado el 01 de marzo de 2021, de

https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Acciones_Combatir_Discriminacion_por_OSIG_01-junio-2020.pdf

[Acciones_Combatir_Discriminacion_por_OSIG_01-junio-2020.pdf](https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/Acciones_Combatir_Discriminacion_por_OSIG_01-junio-2020.pdf)

Elaboró. Mtra. Adriana Cruz Romero
Coordinadora del Centro de Documentación ●



II Congreso de Políticas Universitarias de Género, Interculturalidad e Inclusión

9-11 Junio 2021

Modalidad virtual

Psicología de la Salud y COVID-19

La pandemia mundial de COVID-19 ha generado consecuencias políticas, económicas, sociales, culturales y laborales que repercuten de manera sustancial en la calidad de vida de los individuos de todas las edades y sus familias. Una pandemia es un problema integral y no solamente sanitario, afecta tanto a la salud física, como a la estabilidad emocional y la convivencia social, provocando la falta de movilidad y la imposibilidad de desarrollar las actividades normales, a causa del confinamiento y el miedo al contagio, esta situación exige un acelerado proceso de cambio en los modos de vida de la población y en las formas de interrelacionarse, para lo cual, la mayoría de la población no está preparada.

Fomentar el autocuidado personal y familiar, cambiando los comportamientos, hábitos y rutinas, ayuda a evitar en gran parte el problema del contagio y la enfermedad. La psicología, participando en equipos multidisciplinarios, a través de programas basados en la evidencia, que han demostrado su eficacia en los procesos de comunicación, prevención, atención individual y colectiva, puede apoyar para el cambio de conducta, la adherencia al tratamiento y a las diversas prácticas de higiene y de sana distancia, que son básicas tanto en la prevención, como en el afrontamiento a múltiples enfermedades. En la psicología se han desarrollado modelos desde diferentes perspectivas, como: modificación de conducta, cambio de creencias, locus de control, autoeficacia, acción razonada, entre muchos otros, que explican los mecanismos por los cuales adquirimos, mantenemos, cambiamos, adaptamos o eliminamos nuestros comportamientos, por medio del aprendizaje, que a su vez está determinado por nuestras creencias (cogniciones), emociones y el comportamiento protector o riesgoso para la salud.

En esta pandemia del COVID-19, los especialistas reportan una serie de reacciones emocionales, caracterizadas por miedo e incertidumbre extremos y estados psicológicos

alterados con serios efectos en la salud mental. En algunas personas, este miedo, las percepciones y atribuciones distorsionadas de riesgo y consecuencias dañinas, los han conducido a comportamientos sociales negativos, desde actitudes discriminativas hasta violencia.

Por la gran propagación y rapidez de contagio se han colapsado los sistemas de salud, y el confinamiento ha alterado el funcionamiento social y económico de la mayoría de la población, por lo que las emociones negativas de indignación, rechazo y discriminación a personas infectadas o potenciales contagiantes, la desesperación y frustración por el encierro, y la desesperanza e incertidumbre, así como la sensibilidad al riesgo han aumentado considerablemente. Por lo que la dificultad sanitaria y social debe ser analizadas desde diversas variables y disciplinas que consideren la salud de forma integral, como un completo bienestar biológico, psicológico y social, que vincule los conocimientos que se tengan del COVID-19, sus consecuencias y las áreas de necesidades e intervención con los principios psicológicos básicos de evidencia empírica y experimental, que ayuden a entender y tratar los aspectos más dañinos de la pandemia. El análisis y detección de las creencias racionales e irracionales, las percepciones de riesgo y el nivel de conocimiento de la enfermedad pueden marcar una diferencia significativa en cómo abordar esta emergencia.

Hoy el COVID-19 ha demostrado que la salud no es exclusivamente biológica, que los aspectos socioculturales y nuestros comportamientos pueden ser muy relevantes. Un cambio de comportamiento y el desarrollo de nuevos hábitos, en diversas áreas, hoy salva vidas. Por lo que se deben atender sus efectos en las emociones y estados afectivos que determinan el estilo de afrontamiento al aislamiento y las conductas esenciales de protección o de riesgo, para él y su entorno.

Hoy contamos con un listado de conductas específicas o mapa conductual para enfrentar la COVID-19:

1. Lavado constante de manos
2. Evitar asistir a lugares muy concurridos
3. Guardar la distancia social (evitar estar en contacto o cercanía con personas que no viven en casa)
4. Uso de cubrebocas y mascarillas
5. Respetar la cuarentena, sólo salir de casa para cuestiones indispensables.
6. Dentro de casa realizar actividades saludables, ejercicio, recreación, estudio, comida saludable, prácticas de higiene, convivencia familiar, etcétera.

Desde la Psicología existe suficiente evidencia sobre los mecanismos que permiten modificar aumentando o disminuyendo la frecuencia de una determinada conducta. Por condicionamiento, modelamiento, aprendizaje asociativo, por lo que, la incorporación de programas adecuados pueden mejorar la comprensión y la efectividad de las campañas, acciones, e intervenciones para cambiar o influir en comportamientos positivos de la población y sus estilos de vida.

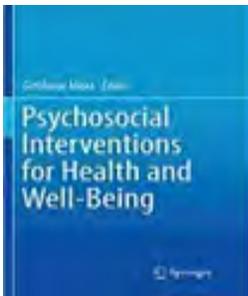
Investigado y elaborado por: Mtra. María Guadalupe Reynoso Rocha
Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"

Qué leer...

Libros electrónicos en la Biblioteca Digital de la UNAM

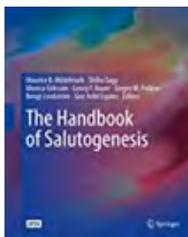
Se requiere registrarse previamente en www.dgb.unam.mx en Acceso Remoto para contar con una clave de acceso -alumnos vigentes.

- Girishwar, M. (Ed.). (2018). **Psychosocial interventions for health and well-being**. New Delhi: Springer.



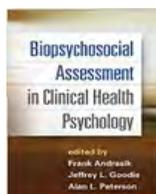
Este libro ofrece conocimientos multifacéticos y multidisciplinarios sobre estudios de salud. Pone en evidencia las aportaciones de las ciencias del comportamiento y de las ciencias sociales en los problemas de la enfermedad y la recuperación de la salud, así como del crecimiento adquirido al superar situaciones difíciles, y el bienestar que se logra al final, situando dichos acontecimientos en contextos sociales y culturales. Aborda las modalidades psicológicas y sociales de las intervenciones relacionadas con la salud en diversos contextos. Los temas específicos que exponen los colaboradores son el crecimiento que se logra al superar un estrés postraumático, la resiliencia, el género y la salud, la angustia y el bienestar, la curación indígena, el asesoramiento y la psicoterapia, las intervenciones relacionadas con la discapacidad, la autocuración, así como los problemas de salud de grupos especiales como los adolescentes y ancianos, pacientes con cáncer y quienes padecen otras enfermedades crónicas. Y el progreso del modelo médico, que se apegaba al reduccionismo biológico y que empieza a considerar todos los componentes de salud y bienestar dentro del individuo.

- Mittelmark, M.B., Sagy, S., Eriksson, M., Bauer, G., Pelikan, J.M., Lindström, B., & Espnes, G.A. (Eds.) (2017). **The handbook of salutogenesis**. Cham: Springer Open.



La salutogénesis es una perspectiva innovadora sobre la promoción de la salud, la atención médica y el bienestar. El desarrollo del modelo salutogénico ha enriquecido, ampliado y fortalecido los conceptos centrales de la salud, más notablemente los recursos de resistencia generalizados y el sentido de coherencia, que lo diferencian de la patogénesis. Los expertos en salud han descubierto una variedad de aplicaciones en el mundo real, dentro y fuera de los contextos médicos, desde la psicología positiva hasta la geriatría; desde las pequeñas comunidades hasta las instalaciones penitenciarias, y desde la escuela y el lugar de trabajo hasta la formación profesional. Las perspectivas del modelo salutogénico da sentido de coherencia en entornos de atención de la salud.

- Andrasik, F., Goodie, J. L. & Peterson A. L. (Eds.) (2015). **Biopsychosocial assessment in clinical health psychology**. New York: The Guilford Press.



En este libro se presentan los enfoques y herramientas de vanguardia para evaluar tanto los comportamientos relacionados con la salud como los aspectos psicosociales de las enfermedades. El libro comienza presentando un marco de evaluación biopsicosocial integral. Se describen estrategias basadas en la evidencia para evaluar factores clave del estilo de vida como el consumo de tabaco, el alcohol y otras drogas, la actividad física y el entorno y apoyo social. Se abordan de manera muy específica los problemas conductuales, cognitivos y emocionales asociados a la salud y a una gran variedad de afecciones médicas específicas, en las que se incluyen cáncer, enfermedades cardiovasculares, diabetes, dolor crónico y otras. Los capítulos sobre evaluación de poblaciones específicas cubren pacientes pediátricos, adultos mayores, grupos minoritarios étnicos, pacientes trasplantados, con cirugía bariátrica, y atención primaria, relacionando en todos los casos los aspectos conductuales, cognitivos y emocionales.

- Orozco, L. A., Ybarra, J. L. y Valencia A. I. (2014). **Intervenciones con apoyo empírico: herramientas fundamentales para el psicólogo clínico y de la salud**. México, D.F.: Editorial El Manual Moderno: Universidad Autónoma de Tamaulipas.



Continúa en la pág. 18

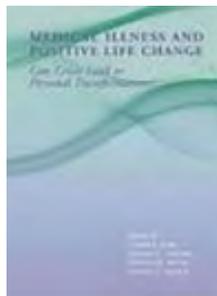
Viene de la pág. 17

La diversidad de tratamientos psicológicos en las áreas de Psicología Clínica y de la Salud exige un control de calidad estricto, sobre sus efectos. Por lo que, es incuestionable la aplicación del método científico, para determinar los programas psicoterapéuticos más eficaces y efectivos y los mecanismos psicológicos a través de los que actúan. La necesidad por fundamentar la práctica profesional sobre la evidencia empírica comenzó hace siglos, y la aparición de nuevos instrumentos, como el meta-análisis ha hecho posible la integración de investigaciones empíricas sobre intervenciones psicológicas.

En el 2005, un grupo de trabajo de la APA estableció los lineamientos de la Psicología Clínica Basada en la Evidencia (PCBE) con el propósito de promover una práctica psicológica efectiva y mejorar la salud pública mediante la aplicación de principios de evaluación psicológica, formulación de casos, relación terapéutica e intervención que cuenten con apoyo empírico. Las decisiones en el proceso clínico deben realizarse en colaboración con el paciente, con base en evidencia empírica relevante, y considerando los posibles costos y beneficios, así como las opciones y recursos disponibles. Este libro presenta las intervenciones psicológicas que investigaciones recientes señalan como más eficaces, efectivas y eficientes en su aplicación a diversos problemas clínicos como trastorno de ansiedad, trastorno del estado de ánimo y trastornos de la

infancia y adolescencia, así como problemas de salud como el cáncer, diabetes, trastornos cardiovasculares y VIH/SIDA.

- Park, C. L., Lechner, S. C., Antoni, M. H., & Stanton, A. L. (Eds.) (2009). **Medical illness and positive life change: can crisis lead to personal transformation?** Washington, D.C.: American Psychological Association



can Psychological Association

La idea de que las personas experimenten un cambio positivo a través de sus luchas con la adversidad es muy antigua. Sin embargo, solo recientemente esta idea ha generado una amplia atención de la investigación empírica. Las personas a menudo afirman experimentar mejores relaciones con familiares y amigos, un sentido más claro de sus propias fortalezas y resiliencia, cambio de prioridades sobre lo que es importante en la vida y varios otros cambios positivos después de luchar con eventos estresantes o traumáticos. Este libro examina estos temas en profundidad y extrae implicaciones para la investigación y la práctica clínica. Dado que la enfermedad médica ha sido uno de los

contextos principales en los que los investigadores han estudiado el fenómeno del cambio de vida positivo, este libro se centra en cómo se puede fomentar el cambio de vida positivo en el contexto de la enfermedad. Se examina si las percepciones del cambio reflejan un cambio real y variable, es decir, si han dejado atrás pensamientos y comportamientos contra-productivos. También analiza si la percepción del cambio en sí es un proceso importante de reconstrucción del significado, así como qué factores influyen en el crecimiento personal y qué efecto tiene el crecimiento en la salud física y mental.

Otros libros electrónicos que también se pueden consultar en la Biblioteca Digital de la UNAM:

Friedman, H. S. (Ed). The Oxford handbook of health psychology. Oxford: Oxford University Press.

Geoffrey, B. (Ed.). (2015). *Community psychology and community mental health: towards transformative change*. Oxford: Oxford University Press.

O'Donohue, W. (Ed.). (2017). *Practical strategies and tools to promote treatment engagement*. Cham: Springer.

Investigado y elaborado por:
Mtra. María Guadalupe Reynoso Rocha,
Centro de Documentación
"Dr. Rogelio Díaz Guerrero".
cedoc.psicologia@unam.mx ●



Qué leer...

Publicaciones periódicas del Centro de Documentación

- **Journal of Organizational Behavior**, ISSN 0894-3796 / ISSN-L 1099-1379

Especializada en su campo, esta publicación periódica, justifica su enfoque internacional cuando precisa que, en cualquier lugar del mundo donde se lleve a cabo el trabajo, en ello está centrado su interés. Es decir, según lo plantea Kahn (1990) citado en Knight, Patterson y Dawson (2017), donde existan empleados comprometidos involucrados física, cognitiva y emocionalmente en sus respectivos roles laborales, que experimenten un sentido de significado que radique en la recompensa por el desempeño invertido en cada uno de esos roles, con sentido de confianza y seguridad en el trabajo, y con disponibilidad, como la sensación de poseer los recursos físicos y psicológicos necesarios para el trabajo. Es decir, donde tenga lugar el compromiso laboral en los empleados, porque de no existir en ellos no prevalecería un estado mental caracterizado por el vigor, la dedicación y la absorción. El vigor como la alta energía y la resistencia mental, mientras el empleado trabaja con dedicación al participar intensamente en las tareas laborales, experimentando un sentido asociado a la importancia, entusiasmo y desafío, en una plena absorción a un estado de concentración total en el trabajo y de abstinencia positiva en él. Así es como Schaufeli (2002), citado también en Knight et al. (2017), describe a este estado mental configurado por lo que, desde su mirada, es el compromiso laboral.

En cuanto al *Journal of Organizational Behavior* (JOB), en su nueva visión, Askanasy (2008) detalla y narra que se propuso colocar a esta publicación periódica en la corriente principal de la investigación sobre conducta

organizacional, por ello actualmente, su objetivo es el de publicar informes empíricos y revisiones teóricas de la investigación en el campo del comportamiento organizacional de cualquier lugar del mundo donde se realice el trabajo. De modo que menciona, que esta revista está enfocada en la investigación y la teoría en todos aquellos temas asociados con el comportamiento organizacional dentro y a través de los diferentes niveles de análisis como son el individual, el grupal y el organizacional. Así lo expone actualmente la propia revista en lo que son sus objetivos y alcance, detallando que cada uno de estos niveles incluye: en el nivel individual, a la personalidad, la percepción, las creencias, las actitudes, los valores, la motivación, el comportamiento profesional, el estrés, las emociones, el juicio y compromiso; en el nivel de grupo, al tamaño, la composición, la estructura, el liderazgo, el poder, el afecto grupal y la política; y en el nivel organizacional, a la estructura, el cambio, el establecimiento de metas, la creatividad y la gestión de recursos humanos. Y precisa que lo realiza, considerando a través de todos los niveles, a la toma de decisiones, el desempeño, la satisfacción laboral, la rotación y el ausentismo, la diversidad, la carrera y el desarrollo profesional, la igualdad de oportunidades, la conciliación, la identificación, la cultura y el clima organizacional, los procesos interorganizacionales y los temas multinacionales y transnacionales. Tomando en cuenta a las metodologías de investigación de los estudios del comportamiento organizacional.

Esta publicación forma parte del grupo de revistas especializadas dentro de este campo, el cual es referido con una diversidad de conceptos de enormes diferencias: psicología organizacional, psicología industrial, psicología labo-



ral, psicología del trabajo, psicología gerencial, psicología ocupacional, psicología y negocios, psicología del personal o comportamiento organizacional. Diversidad que debe radicar en su fundamentación teórica y conceptual, la cual debe hacerse evidente en las diferentes revistas especializadas en el área, al diseminar los diversos resultados de investigación según las tradiciones que las distinguen a partir de lo que cada una de ellas publican de acuerdo a su particular especialización. El *Journal of Organizational Behavior* (JOB) es una suscripción vigente del Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero", así como otras más pertenecientes a este campo, área o disciplina. Colección que existe en soporte electrónico de 1996 Vol. 17 en adelante, a través del editor Wiley & Sons mediante los servicios digitales de información de la Dirección General de Bibliotecas, y en soporte papel, de 1991 a 2011 Vol. 12 a Vol. 32 en el acervo impreso de esta unidad informativa.

Referencias

- Askanasy, N. M. (2008). The new JOB mission. *Journal of Organizational Behavior*, 29(1), 1-2.
- Knight, C., Patterson, M. & Dawson, J. (2017, July). Building work engagement: A systematic review and meta-analysis investigating the effectiveness of work engagement interventions. *Journal of Organizational Behavior*, 38 (6), 792-812.

Elaboró, desarrolló y documentó:
Mtro. Alejandro Muñoz Campos,
Técnico Académico Titular "C" T.C. -
Centro de Documentación ●

Recomendación medio ambiente: Cuidar el agua contribuye con el cuidado del medio ambiente

El Día Mundial del Agua se celebra cada 22 de marzo para recordar la relevancia de este vital líquido. A pesar de que todas las actividades sociales y económicas dependen en gran medida del abastecimiento de agua dulce y de su calidad, 2 200 millones de personas viven sin acceso a agua potable. Este día tiene por objetivo concientizar acerca de la crisis mundial del agua y la necesidad de buscar medidas para abordarla.

El agua y el cambio climático, cómo los dos están vinculados.

Al entender los efectos que el cambio climático puede ocasionar sobre el agua, se protegerá la salud y se salvarán vidas. En sentido inverso, si se usa el agua de manera más eficiente, también se puede reducir los gases de efecto invernadero. El uso que se haga del agua puede ayudar a reducir las inundaciones, las sequías, la escasez y la contaminación, así como a combatir el cambio climático. A medida que cambia el clima, cambiarán también los recursos de agua dulce y salada sobre los que se basan las sociedades y economías. Y a medida que cambia el clima, cambiará también la relación con el agua.

Ya sea en estado líquido, sólido o gaseoso, el agua es vital para el planeta. Dependemos de ella para beber, para la agricultura y para la ganadería, e innumerables especies necesitan los ecosistemas de agua dulce para vivir. Los océanos contribuyen a modular los niveles de CO₂ y a mantener las temperaturas globales, a la vez que transportan nutrientes y albergan ecosistemas marinos.



¿Sabías que...?

- Una de cada tres personas viven sin agua potable.
- Para 2050, hasta 5 700 millones de personas podrían estar viviendo en áreas donde el agua es escasa durante al menos un mes al año.
- Un sistema de saneamiento y un suministro de agua adaptados al cambio climático podrían salvar la vida de más de 360 000 bebés cada año.
- Si se logra limitar el aumento del calentamiento global a 1.5°C por encima de los niveles preindustriales, se podría reducir la sequía causada por el clima hasta en un 50%.
- El clima extremo ha causado más del 90% de los desastres mayores en la última década.
- Para 2040, se proyecta que la demanda mundial de energía aumente en más del 25% y que la de agua se incremente más del 50%.

11 Formas de ahorrar agua

- Sé consciente.
- Dúchate en vez de bañarte.
- Cierra el grifo mientras...no se usa
- El inodoro NO es una papelera.
- Fugas no.
- No enjuagues los platos antes de meterlos en el lavavajillas.
- Lavadora a carga completa.
- Agua que no has de beber, no la dejes correr.
- Usa reductores de caudal o aireadores en los grifos.
- Si vas a cambiar los electrodomésticos... revisa el consumo.
- Si tienes jardín o plantas de exterior que regar...regula el uso.

Para saber más de usos y distribución del agua en México consulte <https://sdg6data.org/country-or-area/Mexico>

Elaboró. Mtra. Adriana Cruz Romero
Coordinadora del Centro de Documentación ●

Curso, Conferencia y Diplomados de la División de Educación Continua



CURSOS

- **Técnicas para la entrevista laboral.** Lic. Ivonne Osorio, del 6 al 20 de abril de 2021 de 16:00 a 21:00 h. Dirigido a pasantes y licenciados en Psicología organizacional. Plataforma Zoom.
- **Psicopatología infantil: Trastornos internalizados.** Mtro. Francisco Espinosa, del 5 al 26 de abril de 2021 de 16:00 a 20:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en Psicología clínica y áreas a fines. Plataforma Zoom.
- **Terapia de juego en niños con problemas de aprendizaje.** Mtro. Francisco Espinosa, del 6 al 27 de mayo de 2021 de 16:00 a 20:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en Psicología clínica y áreas a fines. Plataforma Zoom.

TALLERES

- **El consultor efectivo: claves para una asesoría exitosa.** Mtro. Rogelio Gómez Lama, del 6 al 27 de abril de 2021 de 18:00 a 21:00 h. Dirigido a pasantes y licenciados en Psicología organizacional y público en general. Plataforma Zoom.
- **Criterios y estrategias de funcionalidad familiar de cara al confinamiento.** Mtra. Gloria Romero Carbajal, del 13 al 27 de abril de 2021 de 09:00 a 13:00 h. Dirigido a pasantes

tes y licenciados en Psicología clínica y público en general. Plataforma Zoom.

- **Estimulación temprana y su intervención.** Mtra. Gloria Romero Carbajal, del 11 al 25 de mayo de 2021 de 09:00 a 13:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en Psicología educativa y áreas a fines. Plataforma Zoom.

CONFERENCIAS

- **Psicopatología y desarrollo infantil.** Mtro. Francisco Espinosa. 29 de abril, de 17:00 a 19:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en Psicología clínica y áreas a fines. Plataforma Zoom.
- **Manejo emocional familiar: ansiedad, depresión y miedo.** Mtra. Gloria Romero Carbajal, 28 de mayo, de 09:00 a 12:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en Psicología clínica y público en general. Plataforma Zoom.

DIPLOMADOS

- **Diplomado con opción a Titulación Gestión estratégica del Talento Humano (R.H.) y Competencias Laborales,** Lic. Humberto Patiño, modalidad semipresencial mediante las plataformas moodle (asincrónica) de lunes a domingo en horario libre, zoom y/o webex (sincrónicas) los jueves de

16:00 a 21:00 h y sábados de 09:00 a 14:00 h. El primer grupo inicia el 8 de abril de 2021, el segundo grupo iniciará el 27 de mayo de 2021. Dirigido a pasantes en Psicología.

- **Diplomado de actualización Terapia Breve y sus aplicaciones.** Mtra. Laura Laguna Lamas, modalidad semipresencial a través de la plataforma Moodle de la División de Educación Continua de la Facultad de Psicología y de la plataforma virtual Zoom, los viernes de 9:00 a 14:00 horas, del 16 de abril al 3 de diciembre de 2021.

Se requiere documentación probatoria.

Todas las actividades serán impartidas a través de la plataforma Zoom, webex y/o Moodle.

Informes e inscripciones:
WhatsApp: 55 4804 7651 y
55 4194 7632
edu.presencial@unam.mx
<http://dec.psicol.unam.mx>

Descuentos cursos y talleres

- ♦ 10% presentando credencial vigente de alumno, exalumno, docente de la UNAM o afiliado a Fundación UNAM.
- ♦ 12% efectuando el pago 15 días hábiles, previos a la fecha de inicio. ●



Foto gratuita: pexels-photo-3819567

COMISIÓN LOCAL DE SEGURIDAD
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

A todos los miembros de la Comunidad de la Facultad de Psicología de la UNAM.

Si en estos tiempos de COVID-19:

- *Tienes síntomas del virus.
- *Estás diagnosticado con el mismo.
- *Tienes familiares diagnosticados.
- *Tienes familiares fallecidos (hasta de tercer grado).

Contáctanos al correo electrónico:

psicologia_contigo@unam.mx



Ante la contingencia sanitaria por
Covid-19



Es natural sentir **estrés**,
ansiedad, **enojo**,
tristeza o **miedo**.

Pasos:

1) **Identifica tu condición de salud mental** en:
<https://misalud.unam.mx/covid19/>



2) **Realiza las recomendaciones de las infografías, videos y cursos a distancia.**

3) **Decide si requieres Apoyo Psicológico a Distancia:**
55 5025 0855



DIRECTORIO

Dra. María Elena Teresa Medina Mora Icaza
Directora

Dra. Sofía Rivera Aragón
Secretaria General

Lic. Guillermo Huerta Juárez
Secretario Administrativo

Dra. Magda Campillo Labrandero
Jefa de la División de Estudios de Posgrado e Investigación

Dr. Oscar Zamora Arévalo
Jefe de la División de Estudios Profesionales

Mtro. Jorge Molina Avilés
Jefe de la División del Sistema de Universidad Abierta

Dra. María de los Ángeles Mata Mendoza
Jefa de la División de Educación Continua

Comunidad
psicología

Boletín Informativo para Alumnos

Es una publicación trisemanal. El No. 327 correspondiente al 22 de Marzo de 2021, Año XXV, Volumen 25, se terminó de elaborar en Marzo de 2021, por la Facultad de Psicología de la UNAM (Av. Universidad No. 3004, Col. Copilco-Universidad, C.P. 04510, México, Cd. Mx.). Editora responsable: Lic. Claudia Rodríguez Esquivel. Certificado de licitud de título No. 9889 y de contenido No. 6928. Reserva de título No. 3014/96. Versión digital, hecho en México. Diseño y formación: Teodoro Mareles S., Revisión técnica: Lic. Aurelio J. Graniel Parra y Lic. Rosa Isela García Silva. Colaboración Especial: Lic. Augusto García Rubio G. Elaboración: Departamento de Publicaciones.