

### Primer Encuentro Nacional CONDDE: Anticípate a la Jugada, una mirada desde la Psicología del Deporte

El 31 de diciembre y el 01 de febrero la Facultad de Psicología de la UNAM fue sede del "Primer Encuentro Nacional CONDDE: Anticípate a la Jugada, una mirada desde la Psicología del Deporte". Tras un trabajo en conjunto con las autoridades de CONDDE, este evento se llevó a cabo dentro de las instalaciones de la Facultad y, además, contó con una sede alterna en el Auditorio José Vasconcelos del Centro de Enseñanzas Para Extranjeros (CEPE), esto debido a la gran demanda que hubo a partir del primer día de inscripciones en línea.

El Encuentro contó con distinguidos invitados para las mesas de trabajo, los conversatorios, y las conferencias magistrales, todos de talla nacional e internacional. Grandes investigadores, psicólogos y deportistas vistieron nuestro "Auditorio Dr. Luis Lara Tapia" de conocimiento, experiencias y discusiones que dejaron a los asistentes más que satisfechos.

El Dr. Germán Palafox Palafox Director de la Facultad de Psicología ofreció las palabras de inauguración para este evento, en la misma ceremonia se contó



Foto del presidio de la inauguración: Lic. Tania Jiménez Narcia, Jefa del Departamento Técnico del CONDDE, Dra. Marisol Pedraza Luévano, Directora de Eventos Nacionales e Internacionales del CONDDE, Dr. Manuel Alan Merodio Reza, Secretario General Ejecutivo del CONDDE, Dr. Germán Palafox Palafox, Director de la Facultad de Psicología UNAM, Mtro. Julio Castellón Guillermo, Director de Planeación y Desarrollo Académico, en representación del Lic. Alejandro Fernández Varela Jiménez, Director General de la Dirección General del Deporte Universitario.

con la presencia del Dr. Manuel Merodio Reza, Secretario General Ejecutivo del Consejo Nacional del Deporte de la Educación, la Dra. Marisol Pedraza Luévano, Directora de Eventos Nacionales e Internacionales del CONDDE, el Dr. Héctor Alberto Martínez Meléndez, Director de Medicina del Deporte del CONDDE, el Mtro. Julio Castellón Guillermo, Director de Planeación y Desarrollo Académico y el Lic. Ricardo Alberto Lozada Vázquez Secretario de Asuntos Estudiantiles de la Facultad de Psicología.

Continúa en la pág. 2.

#### CONTENIDO

- ✓ **Mente sana en cuerpo sano:**  
Psicofisiología del Deporte . . . . . 3
- ✓ **Programación de Cursos de Comprensión**  
Lectora: Leyendo Psicología 2019-2  
Modalidad Semipresencial . . . . . 4
- ✓ **Acompañamientos de**  
Grupos Pequeños 2019-2 . . . . . 5
- ✓ **Burbujas de Sexualidad**  
¿Salud Sexual? ¿Y eso qué es? . . . . . 6
- ✓ **"Psicosis... una comedia"**  
Teatro en nuestra Facultad . . . . . 7
- ✓ **Musicoterapia** . . . . . 7
- ✓ **Curso de Búsqueda de Información**  
Psicológica en Bases de Datos . . . . . 8
- ✓ **Coordinación de Psicología Clínica y de la**  
Salud - Seminarios de Tesis 2019 - 2 . . . . . 9
- ✓ **Qué leer** . . . . . 10
- ✓ **Talleres - Centro Comunitario**  
Dr. Julián Mac Gregor y Sánchez Navarro 11
- ✓ **Cursos, talleres y conferencia de la DEC** . 11

Viene de la pág. 1.

Con más de 12 actividades académicas entre conferencias, mesas de trabajo, conversatorios y talleres, este *Primer Encuentro Nacional* fue todo un éxito, cerrando con la presencia del Diputado Federal y ex campeón del mundo, boxeador retirado Érik “El Terrible” Morales, quien se unió a la última mesa de trabajo para cerrar con broche de oro. Sin duda, este evento fue un parteaguas para que la mirada hacia la Psicología del Deporte dentro y fuera de la Facultad tenga mayor impacto y cobertura.



Foto de una de las actividades académicas entre mesas de trabajo, conversatorios y talleres.



Foto de una de las conferencias dentro de las actividades académicas.



Foto del evento con gran demanda de asistentes.

Cabe mencionar que el Encuentro no hubiera sido posible sin la asistencia de las más de 200 personas que

acudieron, en su mayoría, a todos los eventos y al cuerpo de staff conformado por deportistas universitarios de la Facultad. Externamos nuestra gratitud y felicitaciones. ❖



Foto del staff conformado por deportistas universitarios de la Facultad.



**¿Buscas realizar tu servicio social o prácticas profesionales?**

**DEP**  
PSICOLOGÍA  
UNAM

La División de Estudios Profesionales (DEP) te invita a participar en el

**Proyecto PAPIME de Evaluación Educativa 2019:**

**Retos de la permanencia escolar en la población en rezago o riesgo de abandono**



**Actividades:**

- Revisión de la literatura
- Análisis de base de datos
- Diseño de instrumentos de evaluación



**Beneficios:**

- Apoyo económico
- Participación en un proyecto de investigación



Informes:  
División de Estudios Profesionales (DEP)  
Edificio C, Planta Baja  
5622 2239 / 2236  
dep\_psicologia@unam.mx



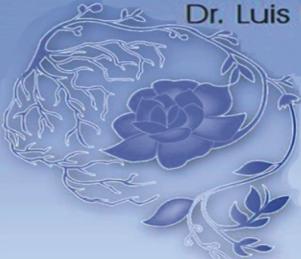


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES  
COORDINACIÓN DE PSICOBIOLÓGIA Y NEUROCIENCIAS



Ter Simposio de Neuroplasticidad:  
*Aproximaciones a la Investigación en Envejecimiento y Enfermedades Neurodegenerativas*

**28 de febrero y 1 de marzo de 2019**  
9:00 a 14:00 horas  
Auditorio  
Dr. Luis Lara Tapia



**Pre-registro:**



**Cupo Limitado**

Informes: [s.neuroplasticidad@gmail.com](mailto:s.neuroplasticidad@gmail.com)  
Facebook: [@Simposio Neuroplasticidad](https://www.facebook.com/SimposioNeuroplasticidad)







PROYECTO PAPIIT-UNAM IA203319

## Colaboraciones académicas

# Mente sana en cuerpo sano: Psicofisiología del Deporte

Fructuoso Ayala Guerrero



Es probable que el concepto "**Mente sana en cuerpo sano**" haya surgido desde que nuestros primeros ancestros adquirieron la conciencia. Sin embargo, los registros históricos indican que **mente sana en cuerpo sano** es citada por primera vez en la *Sátira X* escrita por el poeta italiano Décimo Junio Juvenal o Decimus Junius Juvenalis (en Latín) en el siglo 1 a.C.

La frase original en Latín es '**orandum est ut sit mens sana in corpore sano**' que se traduce como '**oremos por una mente sana en un cuerpo sano**', la cual, dentro del contexto de la Filosofía griega aconsejaba procurar el cultivo del cuerpo y el alma para lograr el equilibrio físico y mental del individuo.

Se ha considerado también que esta frase es autoría de Platón (427 - 347 a.C.), sin embargo, no hay escritos que permitan confirmarlo.

Históricamente, "**mente sana en cuerpo sano**" surge como una plegaria u oración para que los dioses ayudaran a cultivar una mente sana en un cuerpo sano para mantener nuestra alma saludable.

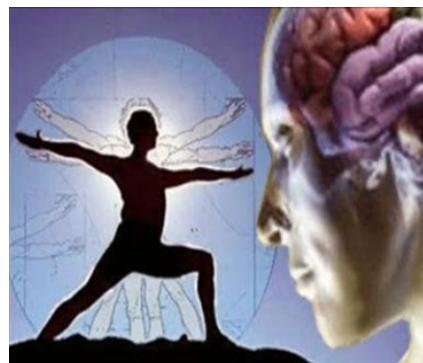
Sin embargo a partir del siglo XIX "**mente sana en cuerpo sano**" ya no se refería al equilibrio de la mente y el cuerpo, sino más bien, al cultivo del cuerpo que traería como consecuencia una mente sana.

Esta nueva tendencia fue impulsada debido al interés de promover y fomentar el desarrollo de las técnicas de la gimnasia moderna, favoreciendo la introducción de la educación física como disciplina pedagógica y la creación de los Juegos Olímpicos por Pierre Fredy de Coubertin, barón de Coubertin (París, Francia, 1 de enero de 1863-Ginebra, Suiza, 2 de septiembre de 1937), quien fue un peda-

gogo e historiador francés, fundador de los juegos olímpicos modernos.



Gracias al avance de la ciencia y la tecnología, existen numerosas evidencias indicando que el ejercicio físico influye significativamente en la regulación de los estados mentales como ansiedad, depresión y disminución del estrés, además de mejorar las capacidades intelectuales y cognitivas.



Lo anterior implica que particularmente la actividad deportiva constituye un elemento fundamental en los programas de promoción de la salud física y mental

para la población en general, incidiendo en problemas de aprendizaje, hiperactividad con atención dispersa, ciertos tipos de deficiencia mental y conducta antisocial.

Dentro de una perspectiva bio-psico-social-ambiental del ser humano, como en el caso de la actividad deportiva, se considera que las diferentes funciones psicofisiológicas y cognitivas están interrelacionadas de tal manera que cambios o modificaciones positivas en algunas de ellas van a repercutir de manera integral en la salud física y mental del individuo dando una sensación de bienestar generalizado.

Durante la práctica de la actividad deportiva, se estimula el desarrollo físico y se hace uso de las funciones ejecutivas, es decir procesos mentales de alto nivel que nos permiten asociar ideas, movimientos y acciones simples para llevar a cabo tareas más complejas, entre tales funciones se encuentran las siguientes.

**Memoria de trabajo:** capacidad de almacenamiento temporal de información y su procesamiento. Se trata de un espacio en el que la información específica está disponible para su manipulación y transformación durante un periodo particular de tiempo. En este caso durante el desarrollo de una competición.

**Planificación:** capacidad de generar objetivos para alcanzar la meta, desarrollar planes de acción y control para conseguirlos y elegir el más adecuado en cada momento de la competición.

**Razonamiento:** facultad que permite al atleta resolver problemas de diversa índole de manera consciente antes y durante la competición estableciendo relaciones causales entre ellos.

*Continúa en la pág. 4.*

Viene de la pág. 3.

**Flexibilidad:** habilidad para realizar cambios inmediatos de la estrategia que estaba planeada previamente, adaptándonos así a las circunstancias durante el desarrollo de la competencia.

**Inhibición:** capacidad de ignorar los impulsos o la información irrelevante tanto interna como externa cuando evitando distracciones mientras se compete.

**Toma de decisiones:** proceso para seleccionar opciones adecuadas de entre varias alternativas en función de las circunstancias que vayan surgiendo.

**Estimación temporal:** capacidad de calcular de manera aproximada el paso del tiempo y la duración de un suceso o actividad.

**Ejecución múltiple:** capacidad de organizar y realizar simultáneamente diversas tareas, intercalándolas de manera adecuada en el momento preciso.



En conclusión gracias al avance de la ciencia y la tecnología se ha podido

confirmar que la práctica adecuada de la actividad deportiva favorece el desarrollo y consolidación de funciones físicas y mentales confirmando lo establecido hace siglos **Mente sana en cuerpo sano.**

#### Bibliografía

- Hopkins, M. E. et al., 2012. Differential effects of acute and regular physical exercise on cognition and affect. *Neuroscience*, 215, 59-68.)
- Chia N. Chiu, Chiao-Yun Chen. Sport, time pressure, and cognitive performance 2017, *Progress in brain research* 234, DOI: 10.1016/bs.pbr.2017.06.007
- Pérez-Córdoba, E. Fisiología y psicología en el deporte: aspectos conceptuales y metodológicos... Cuadernos de Psicología del Deporte, 2011, Vol 11, núm. 2, supl. pp. 81-88. ❖



FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
COORDINACIÓN DEL PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORÍA  
**PROGRAMACIÓN DE CURSOS DE COMPRESIÓN LECTORA:  
LEYENDO PSICOLOGÍA 2019-2  
Modalidad Semipresencial**



GRUPO	DÍA	FECHAS	HORARIO
1_2001_ESC-19_2	LUNES	18, 25 de febrero y 4, 11, 25 de marzo	12:00 a 14:00 h.
2_2002_ESC_19_2	MARTES	19, 26 de febrero y 5, 12, 19 de marzo	11:00 a 13:00 h.
3_2003_ESC_19_2	JUEVES	21, 28 de febrero y 7, 14, 21 de marzo	13:00 a 15:00 h.
4_2004_ESC_19_2	MARTES	26 de febrero y 5, 12, 19 y 26 de marzo	11:00 a 13:00 h.
5_2005_ESC_19_2	MIÉRCOLES	27 de febrero y 6, 13, 20, 27 de marzo	12:00 a 14:00 h.
6_2006_ESC_19_2	JUEVES	28 de febrero y 7, 14, 21, 28 de marzo	13:00 a 15:00 h.
7_2007_ESC_19_2	VIERNES	1, 8, 15, 22 y 29 de marzo	13:00 a 15:00 h.
8_2008_ESC_19_2	MARTES	5, 12, 19, 26 de marzo y 2 de abril	11:00 a 13:00 h.
9_2009_ESC_19_2	MIÉRCOLES	6, 13, 20, 27 de marzo y 3 de abril	12:00 a 14:00 h.
10_2010_ESC_19_2	JUEVES	7, 14, 21, 28 de marzo y 4 de abril	13:00 a 15:00 h.
Modalidad en Línea	Pendiente única sesión presencial		
<b>INSCRIPCIONES: Edificio "C" primer piso</b>			



FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
COORDINACIÓN DEL PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORÍA  
**ACOMPAÑAMIENTOS DE GRUPOS PEQUEÑOS 2019-2**



TÍTULO DEL ACOMPAÑAMIENTO	FECHA/HORA	HORA	INVITADO
Las tres vidas de una Psicóloga Organizacional: la academia, la empresa y lo personal	Martes 19 de febrero de 12:00 a 14:00 h.	Psico-charla	Dra. Erika Villavicencio
La participación del psicólogo en el uso educativo de TIC	Viernes 22 de febrero de 12:00 a 14:00 h.	Dialogando entre colegas	Mtra. Ingrid Cabrera Zamora
Ser psicólogo: retos a vencer	Viernes 22 de febrero de 10:00 a 12:00 h.	Intercambiando aprendizajes entre pares	Lic. Miriam Durán
Ya acabé la carrera y me titulé... ¿Y ahora qué hago?	Lunes 25 de febrero de 9:00 a 11:00 h.	Intercambiando aprendizajes entre pares	Lic. Hugo Dávila
¿Conoces la importancia del psicólogo educativo en ambientes escolares?	Lunes 25 de febrero de 12:00 a 14:00 h.	Dialogando entre colegas	Mtra. Irma Castañeda
¿Cómo sobrevivir a la estadística siendo psicólogo?	Jueves 7 de marzo de 10:00 a 12:00 h.	Dialogando entre colegas	Dra. Alejandra Valencia
Entre la espada de la titulación y la pared del desempleo	Viernes 8 de marzo de 13:00 a 15:00 h.	Intercambiando aprendizaje entre pares	Lic. Alexis Raziel Valdés R.
¡Quítate las etiquetas! Psicóloga y mujer en actividades interdisciplinarias	Jueves 14 de marzo de 12:00 a 14:00 h.	Psico-charla	Dra. Azalea Reyes
Los psicólogos como educadores de la sexualidad	Jueves 28 de marzo de 10:00 a 12:00 h.	Dialogando entre colegas	Mtra. Enna Niño
Mi trayectoria en psicología educativa y ahora mi jubilación	Miércoles 10 de abril de 12:00 a 14:00 h.	Psico-charla	Mtro. Salvador Ávila Calderón

INSCRIPCIONES: Edificio "C" primer piso. Horario: 9:00 a 15:00 h y de 17:00 a 19:30 h de lunes a viernes



Programa Institucional de Tutoría, Facultad de Psicología, UNAM. Por INBOX enviar: Nombre completo, nombre del acompañamiento No. de cuenta, semestre, correo, celular, sistema (SUA/ESC), Escuela o Universidad para externos.

No olvides que cuentas con el **Programa Institucional de Tutoría**. Durante todo el ciclo escolar encontrarás algo que te pueda servir...

- 1) **CURSO DE LECTURA INTELIGENTE:** si no has tomado este curso, te invitamos a que vengas a inscribirte, hay una licencia solo para ti. Dos formas de tomarlo Semipresencial (5 semanas) y en Línea (6 semanas).
- 2) **ACOMPAÑAMIENTOS DE GRUPO PEQUEÑO:** si quieres conocer que hacen tus profesores y algunos egresados, platica con ellos de forma

muy cercana y amigable. El cupo es limitado entre 5 y 15 personas.

- 3) **ACOMPAÑAMIENTO DE EMERGENCIA:** ¿tienes alguna duda o problema académica o personal que desees resolver? Trataremos de ayudarte a buscar alternativas de solución
- 4) **ACOMPAÑAMIENTO INDIVIDUAL:** ¿Deseas un tutor que te acompañe a lo largo de la carrera para encontrar los temas que más te interesan?
- 5) **TALLERES INTERSEMESTRALES:** seguro quieres mejorar tus habilidades socioemocionales o académicas,

aquí encontrarás talleres vivenciales... seguro encontrarás uno para ti.

Recuerda que todas las actividades están dirigidas a estudiantes Escolarizados y SUA, y serán bienvenidos los estudiantes de Movilidad y Externos.

**¡¡TE ESPERAMOS!! ❖**



## Burbujas de Sexualidad

### ¿Salud Sexual? ¿Y eso qué es?



PROSEXHUM

En la Burbuja de Sexualidad pasada te presentamos cuáles son tus Derechos Sexuales y Reproductivos (DHSyR), y reflexionamos un poco acerca de cómo ejercerlos en la vida cotidiana. Ahora es momento de hablar de tu **Salud Sexual; El bienestar de tu sexualidad.**

La Salud Sexual no solo consiste en evitar Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) o un embarazo no planeado, también es el estado de bienestar tanto físico, emocional, mental y social relacionado a nuestra sexualidad. **Es la**

**capacidad que tenemos para disfrutar de experiencias y relaciones que den paso a una vida sexual satisfactoria, placentera y segura, libre de coerción, discriminación y violencia.**



Justo por esto, los DHSyR permiten que logremos tener y ejercer nuestra Salud Sexual plena, pues al paso de los años se ha logrado su reconocimiento como un tema eje en el cual, los gobiernos toman nuevas iniciativas, hacen propuestas y toman decisiones en cuanto a la reproducción, la procreación, la equidad entre hombres y mujeres, ayudándonos a cuestionarnos acerca del contexto en el que nos desarrollamos y las decisiones que tomamos para identificarnos a nosotros mismos.

ACTIVIDAD: Contesta para ti mismo(a) las siguientes preguntas:	Con cada una de estas respuestas, ahora pregúntate:	RECUERDA:
¿Cómo vivo mi ser mujer/hombre? ¿Qué emociones vienen a mí cuando me veo al espejo? ¿Cómo me siento con mi cuerpo? ¿Qué hago para cuidar mi salud física? ¿Con quién puedo hablar de sexualidad? ¿Qué es para mí el placer? ¿Cómo he vivido mi placer? ¿Qué tan satisfactorios son mis encuentros sexuales? ¿Cómo son las personas con las que me involucre sentimentalmente? ¿Cómo me siento en cada relación que me involucre?	¿Cómo me siento? ¿Hay algo que me gustaría que fuera diferente? ¿Qué necesito hacer para aumentar o mantener mi bienestar?	En la medida en que tú estés más contento con tu cuerpo, tus emociones y los sentimientos que te genera cada experiencia, es más probable que puedas encaminarte al bienestar físico, emocional, mental y social que necesitas para tener relaciones y experiencias más placenteras en todos los sentidos.

Ahora que conoces acerca de tu Salud Sexual, en el siguiente boletín hablaremos de nuestra Identidad Personal; Identidad de género, Rol de género, Orientación Sexual (Definición de cada concepto, porqué son diferentes y cómo dan el paso a la diversidad sexual). ¡NO TE LO PIERDAS!

Autoras: Mtra. Ena Eréndira Niño Calixto y Pedagoga Eva Guadalupe Flores Aguilar. ✦

FACULTAD DE PSICOLOGIA, UNAM  
PROGRAMA ÚNICO DE ESPECIALIZACIONES EN PSICOLOGÍA  
INVITAN AL EVENTO

**"LA AUTODEFENSA DE UNA AUTOVIUDA: MARÍA TERESA DE LANDA"**  
DEL LIBRO "MARÍA TESESÁ DE LANDA. UNA MISS QUE NO VIO EL UNIVERSO"  
AUTORA: DRA. REBECA MONROY NASH

MIRADA COMPLEMENTARIA DEL "JURADO HECHIZADO: DR. LUIS DE LA BARRERA SOLÓRZANO"  
21 DE FEBRERO DE 11:00 A 13:00 HRS  
AUDITORIO DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA: "SILVIA MACOTELA"  
004PA-PAPIIT IN400319

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
División de Estudios Profesionales  
Coordinación de Procesos Psicosociales y Culturales

**Jornadas de Psicología Social**

Auditorio "Dr. Luis Lara Tapia"  
12 de marzo de 13-15 h

Conferencia  
La psicología social como perspectiva para estudiar otro país: el caso del **HIKIKOMORI** en Japón  
LIC. ANGEL NOEL LÓPEZ NORIEGA

¡LA VIOLENCIA NOS TOCA!

La violencia siempre es responsabilidad de quien la genera **NO de quien la recibe.**

¡Tú puedes pararla!

¡Pide ayuda! Llama al **5025 0855**  
Programa de Atención Psicológica a Distancia

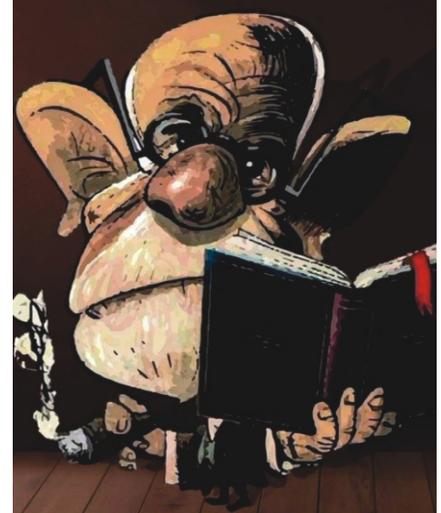
## "Psicosis... una comedia" Teatro en nuestra Facultad

El pasado martes 12 de febrero, en el Auditorio "Dr. Luis Lara Tapia" de nuestra Facultad, se presentó "Psicosis... una comedia" como parte de las Actividades Culturales que la Secretaría de Asuntos Estudiantiles prepara para la comunidad. La obra estuvo a cargo del colectivo de teatro "Psique", un proyecto que busca conjuntar a la psicología y al teatro, para ofrecer creaciones sencillas y amenas, que a la par permitan establecer una seria reflexión sobre ciertos temas de salud mental. En el caso de esta obra, el tema involucra una divertida reflexión acerca de la locura y su antagonico, la salud mental, en un sistema que promueve cada vez más la productividad del ser, por encima de su propia realización. Se desarrolla en un consultorio psicoanalítico, donde tiene lugar una peculiar relación terapéutica entre un paciente buscando aliviar los problemas de la relación con su madre y por otra parte una

psicoterapeuta tratando de convencer a su marido de su propia muerte. Ambos personajes se enfrascan en una divertida farsa, donde el espectador sacará sus propias conclusiones en torno a la locura. Cuenta con las actuaciones de Esmeralda Valerio y Juan Díaz, Licenciados en Psicología egresados de nuestra Facultad, quienes cuentan con una amplia trayectoria también en estudios teatrales y actualmente profesores del taller de teatro de la misma; y con la dirección de Daniel Ramírez "Yuma".

Cabe destacar que la actividad resulto ser un éxito llenando por completo el Auditorio, incluso dejando gente afuera, por lo que se ha decidido programar más fechas, mismas que pronto estarán disponibles para que pueda el público que no logró hacerlo disfrutar de la puesta.

Actualmente se encuentran abiertas las inscripciones para el taller de teatro que será impartido los viernes de



14:30 a 16:30 h y los sábados de 9:00 a 11:00 h en las instalaciones de nuestra Facultad. Puedes consultar la convocatoria y recoger tu formato de inscripción en la Secretaría de Asuntos Estudiantiles. ❖

## Musicoterapia

A principios del siglo XX se comprobó que la música influía en las constantes fisiológicas: circulación, tasa cardíaca, frecuencia respiratoria, entre otras, pero ha sido a partir de la década de los 70, con la llegada de las nuevas tecnologías para la obtención de neuroimágenes de gran precisión, que se han realizado los primeros estudios científicos sobre los efectos de algunas secuencias de música, en la salud física, emocional y mental; que inducen a estados de relajación y bienestar, además de la modificación de las constantes corporales y el alivio del dolor. La neurociencia, estudia los efectos de la música en algunas estructuras anatómicas del cerebro, como el sistema límbico, que provocan cambios en los procesos fisiológicos del sistema nervioso, generando múltiples sensaciones: físicas, emocionales, cognitivas, en interac-

ción con nuestras experiencias (formación, gustos, entorno cultural) además de los condicionantes genéticos y su consecuente relación con la conducta, las emociones, y los pensamientos.



Recientes investigaciones han encontrado cambios en la configuración cerebral en los músicos que favorecen la "reserva cognitiva" que es una protección a la neuro-degeneración celular en edades avanzadas, y la mejora de diversas habilidades, como las verbales. Si analizamos las acciones que se ejecutan durante la

interpretación musical: leer la partitura, traducir e interpretar el código musical y trasladarlo a movimientos motores y planificación de la ejecución; todo ello acompañado de atención, concentración y emoción; se implican millones de sinapsis y sincronización de ambos hemisferios y conexiones neuronales entre áreas corticales y subcorticales, produciendo un aumento de la materia gris, en el cuerpo caloso, la corteza prefrontal, auditiva y premotora, el cerebelo, y las áreas asociativas parieto-occipito-temporales, que son básicas para el aprendizaje. (Gaser y Schlaug, 2003).

Así la música influye en diversas dimensiones esenciales para el ser humano, al igual que lo social: relación con los demás a través del canto, baile, juegos y lo espiritual, que favorece nuestro

*Continúa en la pág. 8.*

Viene de la pág. 7.

crecimiento personal, convirtiéndose en mucho más que un entretenimiento. También, se ha comprobado que, las estructuras cerebrales que procesan las emociones son equivalentes a las que procesan la música, lo cual explica la

relación directa que existe entre ambas. La música que más nos gusta, aumenta la producción de oxitocina y la generación de ondas cerebrales alfa, que están asociadas a estados de relajación y bienestar corporal, emocional y psíquico.

Elaborado por:

Lic. María Guadalupe Reynoso Rocha  
Centro de Documentación

"Dr. Rogelio Díaz Guerrero"

Edif. E, Planta Baja.

56222245

cedoc@uam.mx, rreynoso@unam.mx ❖

## Curso de Búsqueda de Información Psicológica en Bases de Datos

Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero Navarro"

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 competencias (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 imparte 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.

Informes:

Coordinadora: Mtra. Adriana Cruz Romero

Correo electrónico:

cedoc.psicologia@unam.mx o

adcruzro@unam.mx

Teléfono: 41236, 562-22245. Ubicación: Av. Universidad 3004, Col. Universidad Nacional Autónoma de México, C.U., Alc. ia. Coyoacán, C.P.04510, México, Distrito Federal. Edificio "E", planta baja. ❖



### FECHAS

25 de Febrero  
al 01 de marzo

Marzo  
4 - 8  
11 - 15  
19 - 22\*

25 - 29 Abril  
01- 05  
8 - 12  
22 - 26  
29 al 03 mayo

### HORARIOS (para todas las fechas)

10:00 a 12:00 h.  
12:00 a 14:00 h.  
17:00 a 19:00 h.

\* Se imparte por cuatro días y se ajustará a las 10 horas.

## Biblioteca



Calendario de los sábados que la biblioteca dará servicio. Durante el semestre 2019-2

- Febrero 9 y 23.
- Marzo 9 y 23.
- Abril 6 y 27.
- Mayo 4 y 18.

Horario de 9:00 a 14:30 h. ❖

**5to. Coloquio Internacional de Psicología Social Comunitaria en Nuestra América**  
Desafíos para la Psicología Social Comunitaria y las Poblaciones Organizadas en el Siglo XXI

Evento Fundado en la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México - PAPIIT IN 303513.

**12, 13, 14 y 15 de Noviembre de 2019**

Lugar:  
Universidad Nacional Autónoma de México/  
Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Iztapalapa

Fechas:  
Inicio de recepción de trabajos: 01/Noviembre/2018  
Límite de recepción de trabajos: 31/Marzo/2019  
Dictamen de trabajos: 30/Abril/2019  
Recepción de trabajos completos: 30/Junio/2019  
Registro de asistentes: 01/Noviembre/2018 al 31/Agosto/2019

Consulta las bases en:  
<https://5tocoloquiopsnuestraamerica.blogspot.com>  
Informes:  
[5tocoloquiopsnuestraamerica@gmail.com](mailto:5tocoloquiopsnuestraamerica@gmail.com)

México México Perú Ecuador Colombia

### COORDINACIÓN DE PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

TE INVITA

A LAS **REUNIONES INFORMATIVAS**  
DE TITULACIÓN **SEMESTRE 2019-2**

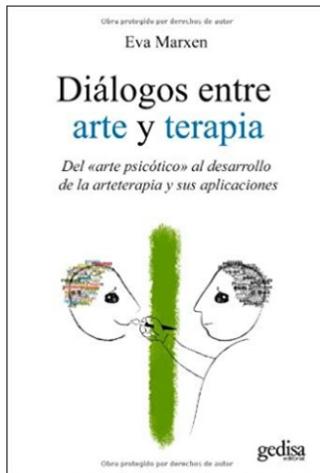
FECHA	HORARIO	AULA
13 marzo	11:00	210
21 marzo	17:00	203
4 abril	12:00	304
23 abril	17:00	206
9 mayo	10:00	303
20 mayo	18:00	207



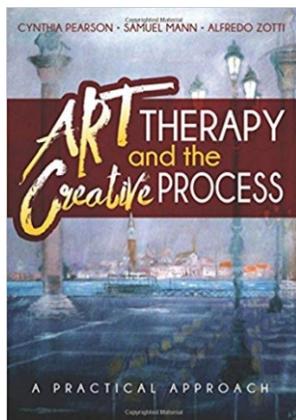
 <b>Coordinación de Psicología Clínica y de la Salud</b> <b>SEMINARIOS DE TESIS 2019 - 2</b>		 <b>DEP</b> <b>PSICOLOGÍA</b> <b>UNAM</b>	
TEMÁTICA	PROFESOR	HORARIO	SALÓN ASIGNADO
1 <ul style="list-style-type: none"> <li>El cuerpo: Constitución simbolización y problemas psicosomáticos.</li> <li>Violencia familiar y/o urbana y sus efectos.</li> <li>Tribus urbanas.</li> <li>Problemas en la subjetivación (desarrollo). Efectos de la psicosexualidad.</li> <li>El binomio pérdida-duelo como proceso normal y cuando sus tiempos se detienen.</li> </ul>	<b>Dr. David Ayala Murguía</b>	Contactar al profesor en Salón A 101 Martes 11:00 - 14:00 h.	
2 <ul style="list-style-type: none"> <li>Modelo transdiagnóstico de la psicopatología alimentaria.</li> <li>Relación entre los problemas alimentarios y los problemas afectivos.</li> <li>Intervención desde el enfoque cognitivo conductual.</li> <li>Construcción, adaptación y validación de instrumentos de evaluación en psicopatología.</li> </ul>	<b>Dr. José Alfredo Contreras Valdez</b>	Lunes 12:00 - 15:00 h.	Salón por asignar
3 <ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo emocional de niños y adolescentes.</li> </ul>	<b>Lic. Lidia Diaz San Juan</b>	Miércoles 10:00 - 14:00 h.	Cubículo 5 Planta Baja, Edificio C
4 <ul style="list-style-type: none"> <li>Enfoque existencial humanista, cognitivo conductual.</li> </ul>	<b>Lic. Damariz García Carranza</b>	Miércoles 12:00 - 14:00 h.	Cubículo 2 Planta Baja, Edificio C
5 <ul style="list-style-type: none"> <li>Envejecimiento y psicoterapia.</li> </ul>	<b>Mtra. Angelina Guerrero Luna</b>	Jueves 12:00 - 14:00 h	Cubículo 26 Planta Baja, Edificio C
6 <ul style="list-style-type: none"> <li>Psicología Infantil</li> </ul>	<b>Mtra. Laura Amada Hernández Trejo</b>	Jueves 11:00 - 13:00 h.	Salón por asignar
7 <ul style="list-style-type: none"> <li>Estudio de la depresión en jóvenes.</li> <li>Estudios en salud con jóvenes universitarios.</li> <li>Psicología de la Salud.</li> <li>Terapias cognitivo-conductuales y sus implementaciones en el ambiente hospitalario.</li> <li>Metodología de la Investigación en Psicología (cualitativa y cuantitativa).</li> <li>Estadística aplicada a la psicología de la salud.</li> </ul>	<b>Mtra. Angélica Juárez Loya</b>	Martes 11:00 - 13:00 h.	Salón por asignar
8 <ul style="list-style-type: none"> <li>Metodología General.</li> </ul>	<b>Dra. Blanca Elena Mancilla Gómez</b>	Miércoles y Jueves 10:00 - 12:00 h.	Cubículo 5 Planta Baja, Edificio C
9 <ul style="list-style-type: none"> <li>Psicología Clínica y Salud.</li> </ul>	<b>Mtra. Lilia Joya Laureano</b>	Martes y Jueves 20:00 - 22:00 h.	Salón por asignar
10 <ul style="list-style-type: none"> <li>Psicología Jurídica y Forense.</li> <li>Evaluación Clínica Infantil.</li> <li>Divorcio de alto conflicto.</li> </ul>	<b>Dra. Maria Cristina Pérez Agüero</b>	Martes 14:00 - 16:00 h.	Cubículo 38 Planta Baja, Edificio C
11 <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Grupo reflexivo para pasantes que tienen tesis rezagadas.</li> <li>2. Psicoterapia de grupo.</li> </ul>	<b>Dr. Jorge Rogelio Pérez Espinosa</b>	1. Martes 12:00 - 14:00 h. 2. Lunes 13:00 - 15:00 h.	Cubículo 26 Planta Baja, Edificio C
12 <ul style="list-style-type: none"> <li>Prevención en conductas adictivas.</li> </ul>	<b>Mtro. Federico Puente Silva</b>	Viernes 9:00 - 11:00 h.	Salón por asignar
13 <ul style="list-style-type: none"> <li>Metodología de la investigación, adicciones y psicopatología.</li> </ul>	<b>Dr. Carlos Omar Sánchez Xicotencatl</b>	Miércoles 18:00 - 20:00 h.	Salón por asignar
14 <ul style="list-style-type: none"> <li>Intervención en niños, adolescentes y adultos.</li> <li>Psicodiagnóstico violencia en el noviazgo, de pareja y trabajo con adultos mayores.</li> <li>Consecuencias psicológicas de desastres naturales.</li> </ul>	<b>Mtra. Laura Somarriba Rocha</b>	Martes 12:00 - 14:00 h.	Cubículo 3 Planta Baja, Edificio C
15 <ul style="list-style-type: none"> <li>Adolescencia, juventud y terapia psicoanalítica.</li> </ul>	<b>Mtra. Janett Esmeralda Sosa Torralba</b>	Miércoles 10:00 - 12:00 h.	Salón por asignar
16 <ul style="list-style-type: none"> <li>Metodología Familiar.</li> </ul>	<b>Mtra. Guadalupe Santaella Hidalgo</b>	Miércoles 10:00 - 12:00 h.	Cubículo 7, Planta Baja, Edificio C
17 <ul style="list-style-type: none"> <li>Salud mental y Uso de drogas inyectadas.</li> </ul>	<b>Dra. Claudia Rafal Loera</b>	Martes 8:00 - 10:00 h.	Salón por asignar
18 <ul style="list-style-type: none"> <li>Proyectos de titulación</li> </ul>	<b>Mtro. Ricardo Trujillo</b>	Miércoles (presencial) 12:00 - 14:00 h. Jueves 21:00 - 23:00 h. (en línea)	Salón por asignar
19 <ul style="list-style-type: none"> <li>Formación y adquisición de habilidades estratégicas psicoanalíticas para el psicólogo clínico.</li> </ul>	<b>Mtra. Dalila Yussif Roffe</b>	Miércoles 10:00 - 14:00 h.	Cubículo 11 Planta Baja, Edificio C
<b>INSCRIPCIONES DEL 18 DE FEBRERO AL 1ero. DE MARZO</b> <b>CUBICULO 36 PLANTA BAJA DEL EDIFICIO "C"</b> <b>INICIO DE SEMINARIOS 25 DE FEBRERO</b>		<b>INDISPENSABLE: PRESENTAR CREDENCIAL DE ALUMNO,</b> <b>EXALUMNO y/o HISTORIAL ACADÉMICO</b>	

## Qué leer

Libros en el Centro de Documentación:



- La arteterapia es una técnica terapéutica que permite al paciente comunicarse a través de materiales artísticos, los cuales le facilitan la expresión de sus conflictos y de su mundo interno, además de que le otorgan un medio propicio para la reflexión. Esta técnica está especialmente indicada para aquellas personas que, tienen dificultades para articular verbalmente sus conflictos, en virtud de alguna enfermedad o cualquier otra condición, sin embargo, cualquier persona puede beneficiarse de esta técnica, en cualquier etapa de la vida y en cualquier contexto, siempre y cuando este guiado por profesionales especializados.



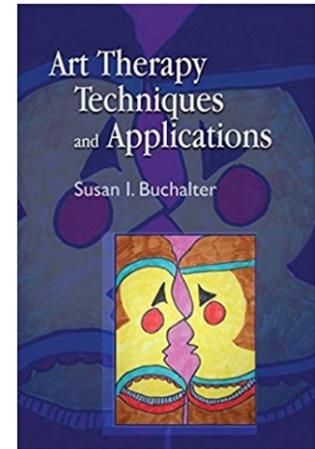
- Art Therapy y Creative Process es un espacio en el que diversos artistas de diferentes expresiones creativas comparten sus perspectivas sobre el arte, el proceso del artista y cómo el arte ha sido terapéutico para ellos. Explican el por qué escriben, pintan, tocan música o toman fotografías, lo que los impulsa y lo que sus medios individuales significan para ellos, y lo que pueden significar para los demás, el por qué han elegido variadas formas de arte, y cómo el arte les ha otorgado una oportunidad para escapar del mundo exterior y adentrarse en su mundo interno, y cómo este proceso le ha ayudado a sanar. Los amantes de la literatura, la música y el arte en todas sus formas obtendrán una visión de las almas de los artistas.

La terapia artística y el proceso creativo le dan al arte un propósito que va más allá de lo que la mayoría de nosotros suele pensar: el arte es una manera de mantenernos sanos en un mundo enloquecedor y nos brinda la oportunidad de crear algo para sanar ese mismo mundo. Eso nos hiera.

"El arte nos permite tomar el control de lo incontrolable y dar sentido al caos. El arteterapia, es la puerta a un nuevo entendimiento entre arte, ciencia y psicología". - Tyler R. Tichelaar, Ph.D.

"Las actividades creativas sanan. Nos sacan del sufrimiento, nos validan, transforman nuestra percepción del mundo. La terapia artística y el proceso creativo pueden ser un ejemplo brillante para aquellos que desean salir de un infierno personal". Bob Rich, PhD.

- Las técnicas y aplicaciones de arteterapia se pueden vincular a las técnicas de la Terapia Cognitivo Conductual y de la Entrevista Motivacional, así como de otros enfoques terapéuticos.



También se pueden utilizar con una amplia variedad de pacientes tanto a nivel individual como grupal, en poblaciones diversas.

Este libro escrito de forma clara y concisa, contiene sugerencias y planes innovadores de arteterapia, que se pueden implementar fácilmente: desde ejercicios de adaptación, familiarización con los materiales y herramientas, trazos libres hasta creaciones de collage y máscaras para ayudar a expresar estados de ánimo, conflictos, desordenes emocionales; incluye orientaciones sobre formas de combinar arte, metáforas y movimiento, atención plena, ejercicios, y hasta el uso de programas de computadora para los proyectos. Es una guía de referencia indispensable para el terapeuta que desea mejorar el enfoque, desarrollar habilidades de resolución de problemas y agregar creatividad a su trabajo grupal.

### Elaborado por:

Lic. María Guadalupe Reynoso Rocha  
Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"

Edif. E, Planta Baja.

56222245

cedoc@unam.mx ❖

## CENTRO COMUNITARIO

### Dr. Julián Mac Gregor y Sánchez Navarro

Programación Febrero 2019

- Taller para mayores de 18 años. **"Reducción de Ansiedad y Estrés Basados en la Atención Plena"**. Taller matutino jueves de 11:00 a 13:00 h hasta el 18 de abril. Taller vespertino martes de 17:30 a 19:00 h hasta el 16 de abril. Responsables Académicas: Dra. Gabina Villagrán y Lic. Alejandra Manjarrez.
- Taller para adolescentes de 11 a 18 años con sus papás. **"Habilidades para la Vida"**. Sábados de 11:00 a 13:00 h hasta junio 1o. Responsable Académico: Dra. Ángeles Cruz Almanza.
- Taller. **¿Feliz con Mi Pareja?** Sábados de 11:00 a 13:00 h hasta junio 1o. Responsable Académico: Dra. Ángeles Cruz Almanza.
- Taller para niñas(os) de 3 a 6 años. **"Gigantes Exploradores."** Martes de 15:00 a 17:00 h hasta el 11 de abril. Responsable Académica: Mtra. Hilda Paredes Dávila. ❖



## Cursos, talleres y conferencia de la DEC

Todas las actividades se llevarán a cabo en las instalaciones de la DEC

### CURSOS

- **Entrevista de selección de competencias.** Lic. Ivonne Osorio de León, del 22 de febrero al 29 de marzo de 2019, de 17:00 a 21:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología. \*
- **Calidad de vida en pacientes con cáncer.** Lic. Nora del Carmen Flores García, del 1 al 29 de marzo de 2019, de 17:00 a 21:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología y áreas afines a la psicología clínica y de la salud. \*

### TALLERES

- **Estimulación temprana y su intervención.** Mtra. Gloria Romero Carbajal, del 25 de febrero al 01 de abril de 2019, de 17:00 a 21:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología y áreas afines a la psicología de la educación. \*
- **Empowerment como estrategia de desarrollo personal y organizacional.** Mtra. Martha Laura Jiménez Monroy, del 27 de febrero al 20 de marzo de 2019, de 17:00 a 21:00 h.

Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología.\*

### CONFERENCIAS

- **Psicopatología y desarrollo infantil.** Mtra. Gloria Romero Carbajal, 25 de febrero de 2019, de 18:00 a 20:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología y áreas afines al tema. \*

\* Se requiere documento probatorio

Informes e inscripciones:  
5593-6001, ext. 106 y 108  
WhatsApp: 5548047651  
edu.presencial@unam.mx  
<http://dec.psicol.unam.mx>

### Descuentos

- ❖ 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.
- ❖ 15% a ti y a 2 acompañantes más, inscribiéndose el mismo día y al mismo servicio. ❖

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
División de Estudios Profesionales  
Coordinación de Procesos Psicosociales y Culturales

MESA  
**Psicología social y mundo tecnológico**

DRA. LETICIA OSORNO CASTILLO  
FES Iztacala  
LIC. JOSÉ ANTONIO ORTIZ VÉLEZ  
FES Iztacala  
DR. MARCO ANTONIO GONZÁLEZ PÉREZ  
FES Iztacala

11-13 h

Auditorio  
"Dr. Luis Lara Tapia"  
9 de abril

16-19 h

**LO AND BEHOLD**  
ENSOÑACIONES DE UN MUNDO CONECTADO (2014)  
DIR. WERNER HERZOG

Moderador del debate:  
DR. MARCO ANTONIO GONZÁLEZ PÉREZ

**Jornadas de Psicología Social**

LO AND BEHOLD  
REVERIES OF THE CONNECTED WORLD

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES  
COORDINACIÓN DE PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

**CINE DEBATE**  
Martes 19 de Marzo  
11:00 - 14:00 Horas  
Auditorio "Dr. Luis Lara Tapia"

**LA HABITACIÓN**  
Comentarista  
Dr. David Ayala Murguía

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES  
COORDINACIÓN DE PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

COMISIÓN LOCAL DE SEGURIDAD  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM



## Volcán Popocatepetl: ceniza

Continúa informado y atiende las recomendaciones de las autoridades.

Mantente resguardado y no hagas actividades al aire libre.

Barre la calle y la banqueta para evitar que se tape el drenaje. Colócala en bolsas de plástico o costales de tejido fino para que no salga la ceniza.

### Recomendaciones

Antes	Durante	Después
<p><b>Mantente informado, no propagues rumores y atiende las recomendaciones de las autoridades</b></p> <p><b>Prepara tu plan familiar de protección civil y mochila de emergencia</b></p>	<p><b>Cubre nariz, ojos y boca con un cubrebocas o pañuelo húmedo</b></p> <p><b>Mantente resguardado y no hagas actividades al aire libre</b></p>	<p><b>Continúa informado y atiende las recomendaciones de las autoridades</b></p> <p><b>Retira la ceniza humedeciéndola un poco y guardándola en una bolsa de plástico</b></p>
<p><b>Identifica las rutas de evacuación y refugios temporales</b></p> <p><b>Infórmate para proteger a tu ganado o mascota</b></p>	<p><b>Protege tu piel, usa manga larga y sombrero</b></p> <p><b>Cubre depósitos de agua para que no se contamine</b></p>	<p><b>Revisa las condiciones de tu casa</b></p>

## Fomenta y promueve la educación o cultura sostenible

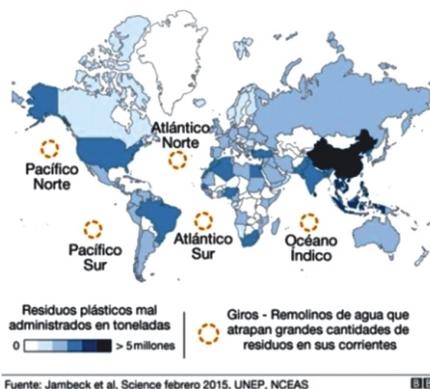
### Uso del plástico de manera responsable y no contaminar

El plástico uno de los materiales que más deteriora el medio ambiente, tarda en desaparecer de la tierra aproximadamente 1000 años y debido a sus bajos costos se usa principalmente para crear productos desechables que contaminan de manera dramática el planeta y generan graves problemas ambientales, económicos y sociales.

### Recomendaciones para el uso del plástico de manera sostenible:

- ✓ Consume productos plásticos que puedan ser reciclados.
- ✓ Evita las bolsas de plástico (lleva tú bolsa biodegradable).
- ✓ Evade el uso de botellas de plástico (las botellas para el agua y el vino son más sanas en vidrio y se pueden reutilizar).

### Océano de plástico



- ✓ No uses utensilios de plástico (uso de platos o vasos de cartón o biodegradable).
- ✓ Deja de lado los recipientes plásticos (guarda los alimentos en recipientes de vidrio).

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

## La Ética en el individuo y en la sociedad

MARZO  
21  
12:00 HRS

Dra. Patricia Corres Ayala.

Dra. Zuraya Monroy Nasr.

Lic. Blanca Reguero Reza.

Moderador: Alberto López Díaz González

Auditorio Luis Lara Tapia.  
Facultad de Psicología, UNAM.

### DIRECTORIO

- Dr. Germán Palafox Palafox**  
*Director*
- Dr. José Martínez Guerrero**  
*Secretario General*
- Lic. Guillermo Huerta Juárez**  
*Secretario Administrativo*
- Dra. Sofía Rivera Aragón**  
*Jefa de la División de Investigación y Posgrado*
- Dr. Óscar Zamora Arévalo**  
*Jefe de la División de Estudios Profesionales*
- Mtro. Jorge Molina Avilés**  
*Jefe de la División del Sistema de Universidad Abierta*
- Mtra. Susana Lara Casillas**  
*Jefa de la División de Educación Continua*

### Comunidad psicología Boletín Informativo para Alumnos

Es una publicación trisemanal. El No. 312 correspondiente al 25 de Febrero de 2019, Año XXIII, Volumen 23, se terminó de imprimir en febrero de 2019, en los Talleres Gráficos de la Facultad de Psicología de la UNAM (Av. Universidad No. 3004, Col. Copilco-Universidad, C.P. 04510, México, Cd. Mx.). El Tiraje consta de 800 ejemplares. **Editora responsable: Lic. Claudia Rodríguez Esquivel.** Certificado de licitud de título No. 9889 y de contenido No. 6928. Reserva de título No. 3014/96. Impreso y hecho en México.

**Diseño y formación:** Teodoro Mareles S., **Revisión técnica:** Lic. Aurelio J. Graniel Parra y Lic. Rosa Icela García Silva. **Colaboración Especial:** Lic. Augusto García Rubio G. **Impresión:** Departamento de Publicaciones.