

## DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

# María Elena Teresa Medina-Mora Icaza

## directora de la Facultad de Psicología para el periodo 2020-2024

El pasado viernes 23 de octubre, con la designación de la Dra. María Elena Teresa Medina-Mora Icaza como directora de la Facultad de Psicología para el periodo 2020-2024 por parte de la H. Junta de Gobierno de la Universidad concluyó finalmente el proceso para la elección del director o directora de la Facultad de Psicología. Este proceso dio inicio el 24 de febrero de 2020, con anticipación a la conclusión (a inicios de abril) del periodo de gestión para el que fue designado el Dr. Germán Palafox Palafox, en 2016.

El 30 de marzo de 2020, una vez que el Dr. Leonardo Lomelí Vanegas, secretario general de la UNAM, había conocido y recogido las propuestas de candidatura de las distintas personas aspirantes a la Dirección de la Facultad, y antes de que el Dr. Enrique Graue Wiechers, rector de la Universidad, eligiera la terna correspondiente, la Junta de Gobierno suspendió todos los procesos de designación de directoras o directores, en razón de la pandemia de COVID-19. No los reanudaría sino hasta el mes de agosto.

Concluido el periodo de gestión del Dr. Germán Palafox Palafox, el 13 de abril de 2020, la Dra. María Emilia Lucio y Gómez Maqueo, en su carácter de decana del H. Consejo Técnico de la entidad, asumió, ante el pleno del Consejo y el Dr. Lomelí Vanegas, el cargo de directora interina de la Facultad de Psicología.

El pasado 14 de octubre quedó reanudado el proceso de designación, con la presentación ante el Consejo Técnico de la Facultad, por el secretario general de la UNAM, de la terna propuesta por el señor rector para la Dirección de la Facultad, integrada, en orden alfabético, por las doc-



Dra. María Elena Teresa Medina-Mora Icaza  
Captura de pantalla de Zoom

toras: María Elena Teresa Medina Mora Icaza, María del Carmen Montenegro Núñez y Silvia Morales Chainé. El pleno del Consejo aprobó en forma unánime la terna, misma que el rector remitió a la Junta de Gobierno. En el Consejo se destacó el hecho de que, por vez primera en la historia de la Facultad, esta terna estuviese integrada completamente por mujeres.

*Continúa en la pág. 2*

### ● CONTENIDO ●

Conversatorio Ética y posmodernidad: Repensando las prácticas terapéuticas	6
Neurobiología del síndrome de Down. Curso de actualización	6
Premio a Tesis de Licenciatura de la Academia Mexicana de la Lengua	7
Soledad y salud mental en los adultos mayores	8
Evidencia: Sobrevivencia emocional y pandemia en México 1/3	9

Viene de la pág. 1



Dr. Leonardo Lomelí Vanegas  
Captura de pantalla de Zoom

El propio 14 de octubre, el pleno del Consejo Técnico acordó la realización de una sesión informativa con la presentación de los programas de trabajo de las tres candidatas a la Dirección por ellas mismas, sesión que se realizó el lunes 19 de octubre. Cabe señalar que la comunidad en su conjunto tuvo acceso a dicha sesión informativa a través de su transmisión en vivo, y pudo expresar sus inquietudes y preguntas, que fueron recogidas durante la sesión y respondidas con respeto y libertad por las tres aspirantes a la Dirección. Este novedoso ejercicio de expresión y debate se extendió a lo largo de más de tres horas.

Como quedó referido, tras concluir el proceso de auscultación de las expresiones de personas y grupos de la comunidad y de conocer directamente de las aspirantes de la terna sus planes de trabajo, la H. Junta de Gobierno de la UNAM designó el viernes 23 de octubre a la Dra. María Elena Teresa Medina-Mora Icaza como directora de la Facultad de Psicología para el periodo 2020-2024.

## Ceremonia de toma de posesión de la directora de la Facultad de Psicología

Así, el lunes 26 de octubre, a las 9 horas, se realizó la Ceremonia de toma de posesión de la directora de la Facultad de Psicología para el periodo 2020-2024, moderada por la Dra. Patricia Ortega Andeane, Secretaria General, en sesión remota, transmitida en vivo a toda la comunidad, con la presencia de los integrantes del H.



Dra. Patricia Ortega Andeane  
Captura de pantalla de Zoom

Consejo Técnico, de la y los exdirectores de la entidad, de representantes sindicales, funcionarios y miembros de la administración, y presidida por el Dr. Leonardo Lomelí Vanegas. En ella, el secretario general de la UNAM agradeció a la Dra. María Emilia Lucio y Gómez Maqueo por su esfuerzo y notable labor como directora interina en un periodo particularmente complicado y al Dr. Germán Palafox Palafox por su muy destacado papel al frente de la entidad, destacó la amplia trayectoria profesional y académica de la Dra. Medina-Mora así como su prestigio nacional e internacional y le ofreció el apoyo de su secretaría y de la administración central, en su conjunto, para cumplir con el programa de trabajo que presentó a la Junta de Gobierno y le deseó que su gestión al frente de la entidad fuera propicia y productiva en favor de su comunidad y de la sociedad.

Por su parte, la Dra. Lucio agradeció al Consejo Técnico, los miembros de la administración y toda la comunidad por el apoyo que le dio para llevar adelante los trabajos de la entidad en estos meses y deseó a la Dra. Medina-Mora una gestión exitosa.



Dra. María Emilia Lucio y Gómez Maqueo  
Captura de pantalla de Zoom

Al dirigirse a la comunidad por vez primera como directora de la Facultad, la Dra. Medina-Mora agradeció al Dr. Lomelí, destacó la labor de la Dra. Lucio como directora interina, y los logros y trayectoria en favor de la entidad y la disciplina de la gestión del Dr. Germán Palafox; expresó su reconocimiento a las académicas que la acompañaron en la terna y ofreció un ambiente de colaboración y suma de esfuerzos para avanzar en los retos que enfrenta la entidad.

En seguida, la Dra. Medina-Mora expuso los puntos y objetivos centrales de su pre programa de trabajo que, con base en la colaboración y suma de esfuerzos, busca ampliar la calidad de la docencia, la investigación y los servicios que ofrece la entidad y reforzar su difusión y presencia para incidir positivamente en la atención y solución de las necesidades y retos de la Universidad y de la sociedad nacional.

Continúa en la pág. 3

Viene de la pág. 2

## Exposición por la Dra. Medina-Mora de su Pre-Programa de Actividades para la Facultad

La directora reafirmó que era un honor estar hoy en la Facultad, tras cuatro décadas como docente y tutora de tesis y a 42 años de haber tomado clases en sus aulas, como alumna. Agradeció a los miembros de la comunidad que compartieron con ella sus inquietudes y deseos, y que le ayudaron a elaborar un pre-programa de actividades, en congruencia con el Plan de Desarrollo Institucional, y procedió a exponer los puntos centrales.

Ofreció desarrollar el programa a partir de la escucha de la comunidad y sus claustros, con grupos de estudiantes y representantes de trabajadores. Reconoció el avance y grandes contribuciones a la disciplina gestados en la Facultad. Señaló que buscará conciliar las diferentes visiones sobre la Facultad y el plan de estudios mediante el diálogo, pues las distintas posturas y el respeto por ellas la han fortalecido en sus casi 50 años de existencia. Indicó que la nueva administración inicia en un momento difícil para el mundo, con renovados problemas para México, la Universidad y la Facultad. Un grupo de estudiantes organizadas, dijo, buscan atención a demandas legítimas para terminar con el acoso y lograr la igualdad de género, poniendo cimientos para una nueva forma más igualitaria de relacionarnos, sin importar el sexo, el género o la orientación sexual, abriendo la posibilidad de un cambio inmediato y una construcción colaborativa a largo plazo.

Si bien la pandemia por SARS-CoV-2 se había sumado a los retos, reconoció que la comunidad académica y estudiantil de la Facultad supo enfrentarla; se atendió a la mayoría de los estudiantes de manera remota y se ajustó el calendario escolar. Los alumnos de nuevo ingreso deberán esperar para experimentar en toda su dimensión la vida universitaria y otros se han tenido que adaptar a la educación remota; aquellos que estaban listos para recibirse debieron aplazar sus exámenes, los académicos tuvieron que modificar o postergar sus investigaciones, desarrollando estrategias innovadoras. Los profesores se vieron en la necesidad de transformar los cursos para darlos en línea, y así terminar el semestre anterior y sacar adelante uno nuevo. La Facultad ha sabido superar esta crisis, dijo: en condiciones nunca vistas, la administración, los trabajadores y los estudiantes han mantenido la entidad funcionando.

Ahora, las secuelas del Covid-19 representan un nuevo reto: la incertidumbre por el futuro es inmensa; tras el confinamiento, cierre de escuelas, universidades, centros de atención a la salud y la acentuación de graves problemas sociales; el impacto económico, el incremento de la violencia, el aislamiento y las experiencias de muerte comprometen el bienestar de la población. La crisis ha hecho visible la importancia de la salud mental. La psicología tiene mucho que ofrecer, afirmó, y la Facultad ha estado y estará lista para atender los problemas. El campo de conocimiento de la psicología es

amplio y variado, y parafraseó a la Asociación Psicológica Americana, “tiene aplicaciones sin límites en la vida diaria”. La Psicología se funda en las ciencias básica y aplicada. Los psicólogos, indicó, evalúan la inteligencia y las funciones mentales, estudian cómo piensan los niños, procesan la información y la recuerdan, evalúan el desarrollo del cerebro, desarrollan métodos de aprendizaje..., diagnostican y tratan a quienes enferman y a personas con discapacidad, asesoran a comunidades y organizaciones, analizan el contexto y entorno social y dan pauta para políticas públicas y el cuidado del planeta. Identifican retos y desarrollan las intervenciones para mitigarlos. La psicología, afirmó, tiene las estrategias para hacer la transición de la desesperanza a resiliencia, de la soledad a las nuevas formas de relacionarnos, del miedo al cuidado de la salud, del enojo a las soluciones, de sacar lo mejor de la crisis para terminar siendo mejores, de cuidarnos a nosotros mismos para cuidar a otros: sólo esto nos permitirá sobrevivir. Nuestro reto es hacerlas llegar a la población. En coordinación con la Secretaría de Salud, la Facultad brindó a todo el país herramientas diagnósticas y tecnología para atender determinantes sociales y de salud mental, alcanzando a hacer el tamizaje a más de 100 mil personas, canalizando a quienes accedieron al tratamiento. Los psicólogos educativos dan recomendaciones para la educación a distancia con principios de calidad. Otros grupos han tenido éxitos en prevención de abuso de sustancias y suicidio en la Universidad, sus bachilleratos, escuelas y facultades. Especialistas en violencia han aportado soluciones para avanzar en el tema. Los psicólogos organizacionales mostraron los impactos del estrés laboral en la productividad, y su asociación con la falta de sueño, la ansiedad, el desgaste y la adicción al trabajo. En un entorno de cambios y pandemia, se abren espacios para incidir con programas psicosociales.

Por ello, habrá que reforzar las áreas de la Facultad que intervienen en la capacitación de los estudiantes, para que egresen con las habilidades y el conocimiento necesarios para contribuir a la sociedad e insertarse exitosamente en el núcleo laboral. Se les debe dotar de las capacidades, conocimientos, habilidades, actitudes, valores y experiencias que les permitan enfrentar y resolver problemas en el ámbito nacional e internacional, con ética, respeto a los derechos humanos, pensamiento crítico, orientación a las innovaciones, compromiso con la Universidad y con la nación. La Facultad cuenta con una importante fuerza humana para brindar servicios integrales a los alumnos; que, gracias a convenios con múltiples instituciones, realizan prácticas con experiencia supervisada; y ha formado cuadros de trabajo en múltiples escenarios. Sus posgrados gozan, de tiempo atrás, de categorías de competencia nacional y calidad internacional por parte del Programa Nacional de Posgrados de Calidad del CONACyT. Su investigación en psicología abarca desde la investigación básica a la aplicada, de la persona a la sociedad. La cien-

Continúa en la pág. 4



Viene de la pág. 3

cia básica, indicó, debe ser apoyada y protegida: sin ella la ciencia no tiene futuro. Así, “la psicología tiene mucho que aportar para que el país pueda enfrentar los retos de la pobreza, de la violencia y la inequidad, articulando un nuevo tejido social, que permita un desarrollo sostenible”.

Recordó cómo el Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023 del rector señala el camino a seguir. En el tema de promover una cultura de paz y la resolución pacífica de conflictos en la UNAM, propuso fortalecer la comunicación entre la comunidad docente, estudiantil, de investigación y administrativa; escuchar con sensibilidad y reconocimiento, desde el diálogo, la diversidad de opiniones y demandas de los claustros; abrir espacios interdisciplinarios, construyendo una visión más global de la psicología; y establecer un comité de ética para vigilar el cumplimiento de los valores de la UNAM y la Facultad, que aborde situaciones críticas y de inconformidad en su ámbito de competencia. En cuanto a definir y aplicar políticas en materia de igualdad de género y derechos universitarios, destacó atender las peticiones formuladas por las mujeres jóvenes en contra de la violencia de género y ofreció establecer un pacto de cero tolerancia, generar cursos para todo el personal y los estudiantes, para prevenir y eliminar la violencia por razones de género; acompañar y facilitar la comunicación entre el Consejo Técnico, la Comisión Interna de Igualdad de Género, la Coordinación de Igualdad de Género, la Comisión Constituyente y, en su momento, la Comisión Tripartita; y promover la inclusión y respeto a las diversidades sexo-genéricas, los principios de la dignidad humana, la igualdad sustantiva, la no discriminación, la consideración de personas con capacidades diferentes y el respeto a los derechos humanos. En el tema de seguridad y participación solidaria, atender las necesidades de transporte, nutrición, salud y bienestar del estudiantado; tener una facultad más sustentable, elevar la seguridad y mantenimiento de las instalaciones, con adecuaciones para acceso y permanencia de personas con discapacidad y protocolos de seguridad, resolución de conflictos y prevención de la violencia. En cuanto a medidas preventivas para la salud, propuso desarrollar un programa especial para continuar atendiendo el impacto de la pandemia y el confinamiento en el bienestar de los estudiantes y promover su bienestar. Indicó que la vinculación nacional e internacional debe fortalecerse para aprovechar sus ventajas en beneficio de estudiantes, docentes y la investigación. En materia de programas sustantivos se expresó por, con una visión incluyente y consensuada con los claustros, continuar con la actualización del plan de estudios y el trabajo sobre el plan curricular, cuidando del perfil de egresos; por transversalizar la perspectiva de género en todas las actividades e incorporar una asignatura de género obligatoria en todos los niveles; establecer un sistema de evaluación orientado a mejorar el aprendizaje, vinculando a laboratorios, centros de atención clínica y organismos externos en prácticas y capacitación de estudiantes. Propuso crear una

estrategia de acompañamiento en la transición del uso tecnológico, con apoyo y asesoría. En cuanto al Sistema Universidad Abierta, destacó sus avances y su oportunidad para posicionarse como una modalidad educativa líder en el desarrollo de las tecnologías para el aprendizaje significativo. La Facultad, dijo, al establecer puentes entre los dos sistemas, puede convertirse en referente para la educación mixta semi presencial o híbrida; desarrollar modelos mixtos y ampliar la oferta de capacitación para docentes y estudiantes. En docencia, se propuso aumentar la proporción de estudiantes titulados; fortalecer la enseñanza con nuevas tecnologías y modelos basados en el conocimiento de las neurociencias, las ciencias cognitivas, la clínica, la psicología social, educativa y organizacional; ofreció un diagnóstico situacional para atender la estabilidad laboral de los docentes de asignatura; abordar las demandas de los técnicos académicos y continuar con el Subprograma Universitario de Incorporación de Jóvenes Académicos (SIJA). En materia de investigación e innovación, gestionar recursos para mantener los laboratorios de investigación actualizados, y certificarlos; facilitar la obtención de recursos financieros, y promover la investigación con enfoque de género. En lo referente a los servicios, completar la certificación de procesos, con enfoques de calidad, mejora continua y evaluación de resultados; ampliar la atención comunitaria y establecer redes con otros servicios de la Universidad. Señaló que la infraestructura requiere ampliar los programas de mantenimiento, atendiendo prioridades; planteó, en lo posible, aumentar los cubículos; mejorar la iluminación alrededor de la Facultad y, para su prevención, adecuar los lugares que propician actos de violencia; buscar espacios más adecuados para los servicios clínicos, como compartir entidades periféricas, para fortalecer la atención comunitaria. En el tema de gestión administrativa, mantener la transparencia y rendición de cuentas; así como continuar la relación buena y respetuosa con el personal y atender sus necesidades.

Estoy convencida de que la disciplina, afirmó, en sus diferentes áreas de especialidad y la comunidad universitaria tienen mucho que ofrecer a la Universidad, a México y al mundo; tenemos el potencial para contribuir con lo que nuestro país necesita en esta nueva realidad; debemos trabajar en equipo para colocar a los estudiantes en el centro. Concluyó: “En mis años de trabajo en la Universidad, desde diferentes ángulos, aprendí que el o la directora de cualquier escuela, facultad o instituto debe tener una vocación de servicio. Me guía un interés genuino de trabajar al servicio de la UNAM, ahora en mi facultad, de su comunidad y por la psicología.”

Los invitamos a recuperar el video de la Ceremonia de Toma de Posesión en:

<https://www.youtube.com/watch?v=OHmKlxUfwDQ>

Y el plan de trabajo de la nueva directora en:

<http://www.juntadegobierno.unam.mx/designaciones.html> ●

## María Elena Teresa Medina-Mora Icaza – Semblanza profesional –

Nació en la Ciudad de México en 1951. Cursó la licenciatura (campos clínico y social) y maestría (campo clínico) en Psicología en la Universidad Iberoamericana. Es Doctora en Psicología Social por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM 1994). Fue miembro de su Junta de Gobierno en el periodo 2003–2011. Recientemente, ocupó el puesto de Jefa del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina de la UNAM. Recibió el Doctorado Honoris Causa de la Universidad Nacional Autónoma de México (2019).

Es profesor de asignatura desde 1978, actualmente imparte los Seminarios de Investigación y tesis en el Doctorado de Psicología y en el Doctorado en Ciencias de la Salud, campo Salud Mental Pública, de la Facultad de Medicina, para la cual desarrolló el currículo. Fue miembro del comité Académico de la maestría en Psiquiatría y es miembro del Comité Académico de la Residencia en Psiquiatría. Fue miembro de las Comisiones dictaminadoras de Psicología y de Medicina y actualmente es miembro de dicha comisión en el Instituto de Fisiología Celular.

En el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, sede de los programas de especialización en Psiquiatría y de maestrías y doctorados en Psicología, de Ciencias Médicas (Psiquiatría) y Ciencias de la Salud (Salud Mental Pública) de la UNAM, fue Directora del área de Epidemiología y de Investigación Psicosocial de 1999 a 2008 y Directora General de 2008 a 2018, al concluir su mandato fue nombrada Directora General Emérita. Está afiliada al Centro de Investigación en Salud Mental Global, programa conjunto de la UNAM y del Instituto Nacional de Psiquiatría (INPRFM), del que fue fundadora.

Es Investigadora Emérita del Sistema Nacional de Investigadores (CONACYT 2018) y de la Coordina-

ción de Institutos Nacionales de Salud y Hospitales de Alta Especialidad (Secretaría de Salud 2018). Es Miembro del Colegio Nacional desde 2006.

Está o ha estado afiliada a 21 organizaciones y sociedades, entre ellas, es miembro de las Academias Mexicana de Ciencias y Nacional de Medicina y de la Junta Universitaria de la Universidad de Sonora. Fue Vocal de las Juntas de Gobierno de los Institutos Nacionales de Salud Pública, de Neurología y Neurocirugía y actualmente de Pediatría y Psiquiatría. Fue miembro de los paneles de expertos en adicciones y para la revisión de las modificaciones a la Clasificación Internacional de Enfermedades CIE 11 de la Organización Mundial de la Salud en el capítulo de salud mental, fue miembro de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes de Naciones Unidas. Actualmente es presidenta del Grupo Técnico Asesor de la Organización Panamericana de la Salud en Política de Alcohol y copresidente de la red Internacional Informal de Científicos, de Naciones Unidas y la Organización Mundial de la Salud. Es miembro del Comité de Honor del SNI.

Ha graduado a 77 estudiantes como tutor principal, 20 de ellos de doctorado y tres posts doctorantes, en 47 más fue miembro del Comité de Tesis.

Ha recibido financiamientos externos para 29 proyectos, 11 de ellos de agencias internacionales, 25 como autor principal.

Ha presentado trabajos como autor principal o coautor en más de 200 Congresos Internacionales, y 300 nacionales

En total ha publicado más de 445 artículos en revistas, 230 capítulos de libro y 30 libros y manuales. Tiene más de 21,026 citas en el índice Scopus sin auto-citas o citas de sus coautores y un factor H de 40 - en 387 documentos citados (07/02/2020).

En 2009 recibió el nombramiento como Académico Distinguido (*"Distinguish Provost International Scholar"*) en la Escuela de Enfermería de la Universidad del Estado de Pensilvania (*"Pen State University, USA"*). De 2013 a 2015 fue profesora adjunta (*"Adjunct Professor"*) en la escuela Chan de Salud Pública de la Universidad de Harvard. Recibió el *Doctorado Honoris Causa* de la Universidad Autónoma de Nuevo León (2009) y de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (2018).

Entre otros reconocimientos destacan el *Premio al Mérito Doctor Gerardo Varela* del Consejo de Salubridad General (Salud Pública) (1986). *Reconocimiento "Sor Juana Inés de la Cruz"* de la UNAM (2010), el *Premio Rogelio Díaz Guerrero*. Fundación Mexicana de Psicología Social y la Etnopsicología (2010), el Premio de la Sociedad Mexicana de Psicología (2014) para Psicólogos Destacados, el *Premio Scopus*, Elsevier, CONACYT en el área de ciencias Humanas y de la Conducta (2012). En 2017 recibió el *Premio al Mérito Médico Ramón de la Fuente Muñiz* del Consejo de Salubridad General.

A nivel Internacional, recibió el *"National Award of Excellence in Research by a Senior Investigator"* 2007 otorgado por el *"National Hispanic Science Network"*. El *reconocimiento especial del Director General de la Organización Mundial de la Salud* en el área de control de tabaco (2010). En 2011 recibió el *Premio de Excelencia por su liderazgo internacional del Instituto Nacional de Abuso de Drogas* (NIDA). En ese mismo año, recibió el reconocimiento *"LLILLAS BENSON Mexico Center"* de la Universidad de Texas Austin y en 2018 y con el doctor Flavio Marsiglia de la Universidad de Arizona, el *Premio Internacional de Investigación colaborativa* de la *"Society for Prevention Research"* USA. ●

## Conversatorio Ética y posmodernidad: Repensando las prácticas terapéuticas

La División de Estudios de Posgrado e investigación y la Residencia en Terapia Familiar, organizaron el pasado 16 de Octubre El *Conversatorio Ética y Posmodernidad: Repensando las prácticas terapéuticas*, en él se invitó a reflexionar, acerca de nuestro quehacer como terapeutas al tomar las aportaciones que nos da la crítica posmoderna para pensar en nuestra postura ética y su implicación en el diálogo con quienes nos consultan.

Los participantes de la mesa de diálogo fueron los Mtros. Nora Rentería, Miriam Zavala y Gerardo Reséndiz. Ellos son terapeutas familiares y profesores de la Residencia en Terapia Familiar de la Facultad de Psicología.

Consideraron a la posmodernidad como una pluralidad de voces que ayuda a descentrar los discursos. Hablaron de libertad y responsabilidad como aspectos a enfatizar en los procesos terapéuticos y se refirieron a la ética como un proceso intrínseco a la terapia y que se refleja en nuestra forma de estar con el otro.

El diálogo se centró también en el contexto de México, en el que existen desigualdades, violencias e injusticias sociales. En este sentido, se rescató la idea de que los problemas no suceden en el vacío y por lo tanto, no son sólo individuales. Propusieron un ejercicio crítico de la terapia y desta-

caron la importancia de no replicar en el consultorio las desigualdades del contexto.

Hablaron de dilemas éticos resaltando el papel de la persona del terapeuta siendo influida por las historias de los consultantes, que puede ser una invitación a construir una relación más horizontal y a traer a la conversación lo que pensamos de forma respetuosa, sin invalidar la voz de quien tenemos enfrente.

Se trató de un diálogo muy rico, plural, donde diferentes voces convergieron y nos dejaron elementos importantes para reflexionar sobre nuestro hacer y nuestro ser en terapia. ●

## Neurobiología del síndrome de Down Curso de actualización

Por segunda ocasión se llevó a cabo en la Facultad de Psicología, un curso de actualización sobre síndrome de Down. En esta ocasión el curso que se celebró del 20 al 23 de octubre a través de la plataforma Zoom, y se enfocó en conocer los aspectos celulares y moleculares que se encuentran involucrados en la neuropatología, disfunción intelectual y plasticidad neuronal del síndrome también conocido como trisomía 21. En la primera sesión, los estudiantes pudieron conocer algunos aspectos del neurodesarrollo que se encuentran alterados en el síndrome de Down y su efecto en las neuronas, en la segunda sesión se analizaron las diversas teorías que sugieren que a partir de los defectos neuroanatómicos, la actividad neuronal se modifica favore-

ciendo la transmisión inhibitoria en el cerebro con trisomía 21. En la tercera sesión los estudiantes conocieron el papel que juegan las células gliales en la homeostasis neuronal, y como defectos asociados a estas células afectan el metabolismo neuronal, la formación de sinapsis así como la transmisión y plasticidad sináptica en el cerebro. Posteriormente se realizó una sesión donde se discutió una de las teorías más novedosas del síndrome de Down la cual sugiere que la alteración genética, morfológica y fisiológica de la mitocondria, podría ser un punto central en la mayoría de las alteraciones cerebrales asociadas al síndrome y su propuesta

como una enfermedad metabólica. Finalmente el curso concluyó con el análisis de la viabilidad de las terapias farmacológica y no farmacológicas para rescatar los déficit cognitivos en el síndrome de Down.

El curso forma parte del proyecto PAPIIME 302320. ●



Captura de pantalla de Zoom

# Premio a Tesis de Licenciatura de la Academia Mexicana de la Lengua

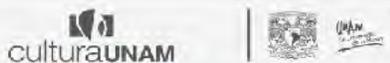
El 13 de octubre de 2020 a las 12:00 horas se celebró, por vía remota, la ceremonia de entrega del Premio *Joaquín García Icazbalceta* de la Academia Mexicana de la Lengua —escritor y filólogo mexicano—, en la que se premió a los tres mejores trabajos de titulación presentados durante el año 2019 de la Licenciatura en Lengua y Literaturas Hispánicas de la Facultad de Filosofía y Letras. El jurado estuvo conformado por la Dra. Concepción Company Company, el Dr. Aurelio González, la Dra. Eugenia Revueltas Acevedo y el Dr. José Villarías Zugaogitia, quienes, de 65 tesis revisadas, eligieron las tres que cumplieran con excelencia en la calidad de los trabajos. Las tres tesis premiadas fueron la licenciada Maribel Ayala Rodríguez, cuyo su asesor fue el Dr. Daniel Gutiérrez Trápaga, la licenciada Diana Andrea Pérez Adame, cuyo asesor fue el Dr. Fernando Vizcarra, y la licenciada Deviani Bonilla Romero, cuya asesora fue la Dra. Natalia Arias Trejo, Directora del Laboratorio Psicolingüística de la Facultad de Psicología. El premio Joaquín García Icazbalceta busca exaltar el valor del trabajo en el área de Letras Hispánicas y estimular los estudios dentro de

la literatura en lengua española y la lingüística hispánica. Es importante resaltar que una alumna de la carrera de Letras Hispánicas haya ganado este premio con una tesis de lingüística que fue realizada dentro de la Facultad de Psicología, pues esto pone en evidencia el trabajo que dos ramas del conocimiento —la Psicología y la Lingüística— pueden realizar de manera conjunta.

La tesis de licenciatura titulada "Asociación de palabras durante la adultez. Análisis comparativo en dos cohortes de adultos mexicanos" explora la estructura y el funcionamiento de las relaciones léxicas de tipo semántico en población adulta mexicana. Participaron 60 participantes, 30 jóvenes de 18 a 26 años y 30 adultos mayores de 60 a 70 años. Se realizó una tarea de asociación libre. Los análisis realizados se dividen en dos partes: la cuantitativo que comparó las medidas de Fuerza de Primer Asociado, Número de asociados y Respuestas en Blanco; mientras que la segunda clasificó los datos obtenidos (palabras respuesta) en 14 categorías semánticas para comparar la frecuencia de asociaciones entre grupos. Se hallaron diferencias signi-

ficativas en 4 categorías: Sinónimo, Colocación Temática, Parte-Todo, y Adjctival. Los resultados aportan información acerca de los cambios en la organización léxica asociados a la edad, así como de las estrategias semánticas involucradas en la asociación de palabras y su permanencia a lo largo de la vida adulta. Permiten caracterizar el tipo de respuestas dadas en el envejecimiento sano para en el futuro compararlas con respuestas en pacientes con enfermedades neurodegenerativas.

Deviani Andrea Bonilla Romero obtuvo el grado de Licenciada en Lengua y Literaturas Hispánicas el 12 de abril del 2019 en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM. Su trabajo de investigación ha sido presentado en congresos nacionales como el *XII Coloquio de Lingüística* de la ENAH así como a nivel internacional en el *International Mental Lexicon Conference 2018* realizado en la Universidad de Alberta, Canadá. Actualmente es profesora de español como segunda lengua y de cultura hispanoamericana en Canadá. Sin embargo, el honor de recibir el Premio *Joaquín García Icazbalceta* ha despertado nuevamente su fervor científico. ●




**CON - CIENCIA**  
Psicología y Sociedad

**Radio UNAM y la Facultad de Psicología presentan**

**Tema:**  
*Memoria de testigos y retrato hablado*

**Invitado:**  
*Lic. Luis Fernando Cuevas Remigio, doctorante*

**Conductora:**  
*Laura E. Ramos Languren*

**Retransmisión:**  
*2 de noviembre de 2020*

**Tema:**  
*El psicólogo en los hospitales COVID-19*

**Invitado:**  
*Dr. Edgar Landa Ramirez*

**Conductora:**  
*Laura E. Ramos Languren*

**Retransmisión (grabación remota):**  
*9 de noviembre de 2020*

Lunes, 18 h / Retransmisión  
96.1 FM / Jueves, 19 h 860 AM

[www.radio.unam.mx](http://www.radio.unam.mx)



## Soledad y salud mental en los adultos mayores

El pasado 16 de octubre se llevó a cabo el cierre del Ciclo *Internacional de Conferencias: El bienestar de las personas mayores*, con la Conferencia “Soledad y salud mental en los adultos mayores”, a cargo de la Dra. María Montero y López Lena (México).

La Doctora comenzó mencionando los objetivos de la conferencia, mencionando lo siguiente:

**Objetivo General:** Brindar un panorama general de la soledad y la salud mental de los adultos mayores mexicanos.

**Objetivos específicos:**

- Analizar la situación actual de los adultos mayores en México.
- Analizar la salud mental de las personas adultas mayores en México.
- Explicar el impacto de la soledad en la salud mental de las personas adultas mayores.

¿Cómo podemos tener un acercamiento a la soledad desde una aproximación filosófica?, en este punto la Doctora comentó que debido a la búsqueda de autoconciencia, el ser humano tiende a asociar la vejez con soledad, por ello se cree que el fin de la vida termina siendo la soledad, como podemos observar la presencia de lo que es la soledad en diferentes actividades artísticas y culturales como lo es: la literatura, la poesía, la pintura, música.

Si hablamos de una aproximación científica podemos identificar los siguientes niveles:

- Nivel Fisiológico: Asociación con la prevalencia del virus Epstein-Barr, agente etiológico de la mononucleosis.
- Nivel Psicológico: Asociación con estados depresivos y características psicológicas disfuncionales como baja autoestima, timidez, introversión, predisposición hacia la interdependencia.

Ineficiencia en el establecimiento de relaciones afectivas satisfactorias.

Impacto negativo sobre la calidad y extensión de la red de apoyo social.

- Nivel Epidemiológico: Asociación con conductas adictivas como: consumo de alcohol, uso de fármacos, drogas y tabaco; alteraciones en la ingesta de comida.
- Nivel etnológico: Incremento en los estudios sobre la forma en que la cultura, o grupos específicos identifican, experimentan y afrontan la experiencia de soledad.

En otro punto, la Doctora comentó los resultados de su tesis de doctorado, en el cual se realizó un cuestionario del que se desprende la tasa de soledad que asocian los adultos mayores en México, entre los resultados están:

- Déficit en la autopercepción de bienestar emocional.
- Déficit en el afecto percibido de amistad.
- Déficit en el efecto percibido por compañeros de trabajo y de pareja.

Podemos observar que en el país residen 15.4 millones de personas de 60 años y más, lo que representa el 12.3% de la población. De las cuales, 1.7 millones de personas mayores de 60 años viven solas, por ello tiende a ver un número alto de personas que presentan cuadros depresivos asociados con la soledad en este rango de edad. De acuerdo con los datos de la ENSANUT, la prevalencia de demencia es mayor en mujeres 9.1% en comparación con los hombres 9%, para el deterioro cognitivo no demencia las mujeres tiene un 8.3% y los hombres un 6.3% de la población total; las mujeres tienden a tener cuadros depresivos mayores (40%) en comparación con los hombres (30%). en México más de 350,00 personas están afectadas por la enfermedad de Alzheimer y mueren por ella anualmente 2,030 pacientes.

En relación a los adultos mayores en México ante la pandemia por COVID-19, la Facultad interactuando con las

personas por medio de la red de servicios de apoyo emocional, la línea de la vida y la línea de orientación del IMSS ha recibido más de 80 mil solicitudes de atención a la salud mental de los y las mexicanas, entre el 23 de marzo y el 16 de junio de 2020. Los principales síntomas reportados fueron ansiedad, miedo, irritabilidad, estrés, depresión, tristeza, trastornos del sueño, ideación suicida y adicciones.

¿Cómo afrontar la soledad?

En este caso comentan que el distanciamiento social, genera mayor riesgo de desarrollar síntomas depresivos, ansiosos y de estrés en el adulto mayor, como:

- Irritabilidad, tristeza, malestar e importancia.
- Preocupación excesiva y constante.
- Olvidos frecuentes.
- Pérdida de interés en realizar actividades que antes disfrutaba hacer.
- Dificultad para iniciar o mantener el sueño y pesadillas constantes.

Las acciones que promueven la salud mental en personas mayores ante COVID-19 son:

- Mantener la certeza de que esta contingencia pasará.
- Conservar en lo posible las actividades cotidianas.
- Realizar actividades prácticas que impliquen algún desafío físico o intelectual.
- Hacer aspiraciones-exhalaciones profundas de manera periódica a lo largo del tiempo de vigilia.
- Elaborar un diario de gratitud.

Por último, la Dra. Montero mencionó cinco tips con los cuales se puede aprender de la soledad.

- Ver lo que tenemos en nuestro alrededor.
- Reconocer el valor de la soledad.
- Aceptar las circunstancias.
- Integrar.
- Amar la soledad.

Este Ciclo fue organizado por la División de Educación Continua de nuestra Facultad. ●



# Evidencia: Sobrevivencia emocional y pandemia en México 1/3

Benjamín Domínguez Trejo. Facultad de Psicología, UNAM

Yolanda Olvera López. Escuela Superior de Medicina, IPN

Li Erandi Tepepa Flores. Facultad de Ciencias, UNAM

Asumirnos como una especie social; reconoce que la supervivencia humana ante la adversidad por una amenaza depende de la *co-regulación* de nuestro estado neurofisiológico a través de la interacción social. Un ejemplo lo observamos entre un bebé y su madre, que ilustra la *bi-direccionalidad* de la interacción social; la madre no solo regula al bebé, sino que el bebé está regulando recíprocamente a la madre. Las características de: co-regulación, interacción, reciprocidad, conectividad, y confianza se expresan a través del sistema nervioso mamífero y optimizan la función homeostática suministrando un vínculo neurobiológico entre nuestro equipamiento mental y físico para la salud.

Para Dobzhansky, T. (1973). Nothing in biology makes sense except in the light of evolution. *The American biology teacher*, 35(3), 125-129). "es esta capacidad de cooperar lo que permitió a las primeras especies de mamíferos sobrevivir en un mundo hostil dominado por reptiles físicamente más grandes y potencialmente agresivos". A medida que luchamos contra la amenaza, necesitamos rein-

terpretar y replantear nuestras reacciones dentro de una base informada de la calibración de nuestro sistema nervioso; reconociendo que nuestras reacciones a la pandemia solo tendrán sentido si se derivan paralelamente con la comprensión de la evolución. Esta nos conduce preguntas dirigidas a nuestra reactividad ante la amenaza e incertidumbre y nuestras necesidades paralelas de co-regular suficientemente nuestro estado corporal para desplazarnos desde sentimientos de miedo, incertidumbre y peligro hasta sentimientos de seguridad y confianza en los demás.

El discurso de Walter Hess como Premio Nobel (1949) fue profético e histórico; afirmó que: "Un hecho reconocido que se remonta a los primeros tiempos es que cada organismo vivo no es la suma de una multitud de procesos unitarios; sino que es, en virtud de interrelaciones y de niveles de control cada vez más altos, *una unidad in-interrumpida*". Según Hess (1949) y Dobzhansky (1973), nuestro imperativo biológico de conectividad requiere un Sistema funcional de Involucramiento Social,

Domínguez, Carter & Porges (2011). Avances recientes en la teoría polivagal y el papel de la oxitocina en la neurobiología de la monogamia. Enseñanza e Investigación en Psicología. Número Especial. Pp.5-51 (9), que permita a través de estructuras comunes del tronco encefálico coordinar los músculos estriados de la cara y cabeza con regulación vagal de las vísceras que se originan en la región del tronco encefálico en el núcleo ambiguo. Idealmente, esta "otra" persona para co-regular deberá proyectar señales positivas autonómicas a través de la voz prosódica, facies amigable –afectuosa, expresiones y gestos de accesibilidad. Esto permite también vocalizaciones y expresiones faciales, modulada por estados autónomos, para servir como señales de seguridad o amenaza a los demás. En conjunto, estas rutas conectan comportamientos con el sistema nervioso y forman la base para comunicación social, cooperación y conectividad.

Proyecto PAPIIT IT300519 "Calor no febril y dolor crónico" (2019-2021) ●





— 2020 —

PRAGUE, 19<sup>th</sup> - 24<sup>th</sup> July, 2020

ICP 2020 Rescheduled to 18-23 July 2021!

**PSYCHOLOGY IN THE 21ST CENTURY:  
OPEN MINDS, SOCIETIES & WORLD**

The 32<sup>nd</sup> International Congress of Psychology  
PRAGUE 2020 / Czech Republic

<https://www.icp2020.com>





Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología  
Semestre 2021-1 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  
contacto: dep.psicologia@unam.mx  
**Sistema Universidad Abierta,** sua.psicologia.unam.mx  
contacto: doyaa.sua@gmail.com

**Secretaría de Administración Escolar,**  
www.psicologia.unam.mx/administracion-escolar  
contacto: servicios.escolares.psicologia@unam.mx  
**Más información:**  
www.facebook.com/unam.psicologia/  
www.facebook.com/sasepsicologia  
**Más contactos:**  
http://bit.ly/FP-UNAM-Contactos-Lic



PRIDE 2021 – PRIMER PERIODO –  
AVISO AL PERSONAL ACADÉMICO



A los académicos que renuevan, reingresan o desean participar por primera vez en el Programa de Primas al Desempeño del Personal Académico de Tiempo Completo (PRIDE), se les informa que la Dirección General de Asuntos del Personal Académico (DGAPA), ha emitido su Convocatoria 2021. Por lo anterior, comunicamos a ustedes que a partir del 19 de octubre y hasta las 18:00 horas del jueves 10 de diciembre del

2020, quienes cumplan con los requisitos podrán registrar su solicitud en la página electrónica <http://dgapa.unam.mx>

Para mayores informes:  
[pride.psicologia@unam.mx](mailto:pride.psicologia@unam.mx)



Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Psicología



A la comunidad de la Facultad de Psicología puede consultar en la página web [www.psicologia.unam.mx](http://www.psicologia.unam.mx)

- PROTOCOLO DE CONTROL DE ACCESO LIMITADO PARA ACTIVIDADES ESENCIALES ANTE LA PANDEMIA DE COVID-19 (SEMÁFORO ROJO) - **Junio de 2020**
- ACTUALIZACIÓN DEL PROGRAMA EXTRAORDINARIO LOCAL DE SEGURIDAD Y PROTECCIÓN 2020 (PELSP20) - **Junio 2020**



6º Encuentro universitario de mejores prácticas  
de uso de TIC en la educación

#educatic2020

Reinventar la docencia, juntos y a la distancia

Del 23 al 27 de noviembre de 2020

<https://encuentro.educatic.unam.mx/>



# Salud Mental en Profesionales de la Salud

## Cuidando a quien nos cura

El proyecto "SAMEPS" del Programa de Medicina Conductual de la División de Estudios de Posgrado e Investigación de la Facultad de Psicología de la UNAM, tiene el objetivo de brindar asesoramiento psicológico gratuito a profesionales de la salud, estudiantes y trabajadores de cualquier servicio y especialidad

Para acceso al servicio basta lo siguiente:

Responder un breve cuestionario y brindar su consentimiento para ser contactado por un psicólogo en:

<https://forms.gle/Q6qV7qBYfYBo2xyN7>

En un lapso no mayor a 24 horas se pondrá en contacto vía telefónica un psicólogo en horarios que el usuario solicite.

Para atención inmediata contactar vía facebook @Salud Mental en Profesionales de la Salud "Sameps" o e-mail [sm.personaldesalud@gmail.com](mailto:sm.personaldesalud@gmail.com)

O ingresando al sitio web

<https://smpersonaldesalud.wixsite.com/sameps>

donde encontrará materiales de apoyo sobre técnicas psicológicas y regulación del estrés



## CUÉNTANOS CÓMO TE HAS SENTIDO



Estamos recabando experiencias sobre cómo los profesionales de salud han vivido la pandemia por COVID-19.

Si deseas participar contáctanos a los correos: [tallozoya17@gmail.com](mailto:tallozoya17@gmail.com) o [sm.personaldesalud@gmail.com](mailto:sm.personaldesalud@gmail.com)



Sitio web

<https://smpersonaldesalud.wixsite.com/sameps>



SAMEPS

## COUNSELING PSICOLÓGICO

SALUD MENTAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD (SAMEPS)

### EL COUNSELING PSICOLÓGICO

De acuerdo con la Asociación Americana de Psicología (APA, 2020), es una práctica de especialistas en salud mental que se centra en el apoyo psicológico breve a nivel personal y social.



### PSICÓLOGOS CONSEJEROS

Ayudan con problemas de salud emocional, mental y en situaciones de crisis, además, proporcionan evaluación, diagnóstico y tratamiento de los síntomas psicológicos más graves.

### EN SAMEPS

Brindamos counseling psicológico gratuito a distancia a profesionales de la salud (médicos, enfermeras, estudiantes o trabajadores) que viven situaciones de estrés como resultado de la emergencia sanitaria por COVID-19.



PUEDES CONTACTARNOS EN:

[HTTPS://SMPERSONALDESALUD.WIXSITE.COM/SAMEPS](https://smpersonaldesalud.wixsite.com/sameps)



SAMEPS



La Universidad Nacional Autónoma de México te invita a participar en el

## Bases

1. Podrán participar estudiantes de nivel licenciatura y posgrado inscritos en algún programa educativo de la UNAM al momento del registro de la propuesta.
2. El cartel diseñado deberá de ser alusivo al ODS 10 Reducir la desigualdad dentro y entre los países o a alguna de sus metas específicas.
3. Las propuestas de carteles deberán estar asesoradas por un/una docente o investigador/a de la UNAM, a quien se le deberá dar el crédito correspondiente.
4. Las modalidades del concurso son: a) licenciatura, b) posgrado y c) premio del público.
5. La inscripción está limitada a un cartel por estudiante.
6. Los/las concursantes deberán registrar su propuesta en el sitio web: [http://proyectos.sdi.unam.mx/cous\\_carteles](http://proyectos.sdi.unam.mx/cous_carteles) hasta el 13 de noviembre de 2020.
7. El envío de los carteles tendrá como fecha límite el 27 de noviembre de 2020 y deberá incluir el código de registro.
8. Los carteles serán evaluados por un comité científico integrado por personal académico de la UNAM; solo se evaluarán los carteles que cumplan con todos los requisitos de esta convocatoria. La decisión del comité será inapelable.
9. El 11 de enero 2021 se llevará a cabo una presentación de los carteles finalistas, que se tendrá en cuenta para la definición de los carteles ganadores.
10. La definición del premio del público se llevará a cabo a través de una votación abierta del 11 al 14 de enero 2021 en la página de Facebook COUS UNAM.
11. Los resultados se darán a conocer en el sitio web del concurso el 15 de enero 2021.
12. Los/las ganadoras en las modalidades de licenciatura y posgrado, además de recibir los premios establecidos en esta convocatoria por el comité organizador, representarán a la UNAM en el Foro Global Virtual convocado por la Universidad de Indiana, que se llevará a cabo el 24 de enero de 2021 y donde participaran los/las ganadoras de las cinco universidades que forman parte de esta iniciativa.
13. De resultar seleccionada o seleccionado, las y los participantes ceden los derechos de reproducción, difusión y patrimoniales a la UNAM, sin que ello vaya en detrimento de los derechos morales de su autoría.

### Premiación:

- En el caso de las modalidades de licenciatura y posgrado, los/las ganadoras del primer lugar recibirán \$10,000.00 pesos y participará en el Concurso Global Virtual; los segundos lugares obtendrán \$7,000.00.
- El cartel ganador en la modalidad premio del público recibirá \$5,000.00 en cada categoría.
- El comité evaluador también podrá considerar la entrega de menciones honoríficas a aquellos trabajos que tengan una calidad sobresaliente y que no hayan sido premiados.

Las especificaciones de formato, contenido, diseño y creatividad, así como los criterios de selección de carteles ganadores, pueden consultarse en el sitio web: [http://proyectos.sdi.unam.mx/cous\\_carteles](http://proyectos.sdi.unam.mx/cous_carteles)

Mayores informes:  
[cous@unam.mx](mailto:cous@unam.mx)









**XIII COLOQUIO DE PSICOLOGÍA ORGANIZACIONAL**

**LA GESTIÓN DE RECURSOS HUMANOS ANTE LA NUEVA NORMALIDAD**

**- Octubre 27 y 28 de 2020 -**

 Coordinación Psicología Organizacional UNAM
  @CPOUNAM
 [www.psicologia.unam.mx](http://www.psicologia.unam.mx)

 **Presentación de Trabajos:**  
Para esta ocasión únicamente se recibirán propuestas de Simposio o Trabajo Libre (presentación oral)

 **Envío de Trabajos:** Fecha límite para recibir trabajos es el 7 de noviembre de 2020.

 **Instrucciones para trabajos**  
Formato: Resumen de 250 a 300 palabras para trabajo libre; hasta 500 palabras en simposio. Letra Arial 12 pts., interlineado sencillo. Formato APA.

**Datos:** Título, nombre completo de los autores (nombre y apellidos), adscripción (lugar de estudio o trabajo), correo electrónico de contacto

 **Enviar a:** mau\_ramiz@comunidad.unam.mx

**2020**  
**Noviembre 26 y 27**

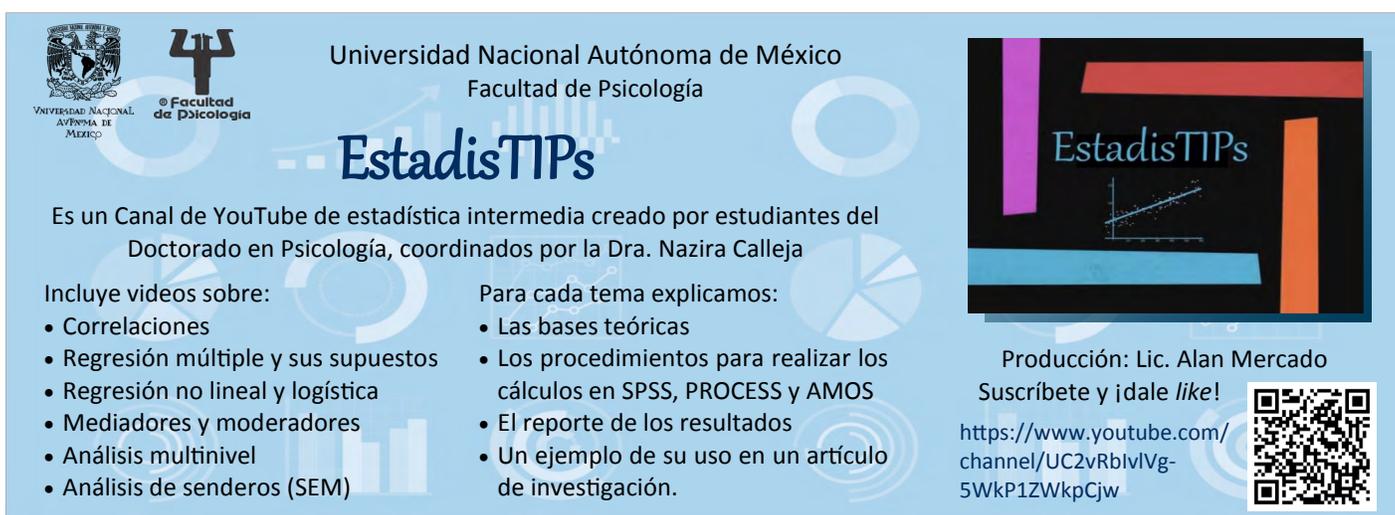


**Encuentro en Neuropsicología**





Laboratorio de Neuropsicología y Cognición  
Coordinación de Psicobiología y Neurociencias






Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Psicología

**EstadisTIPs**

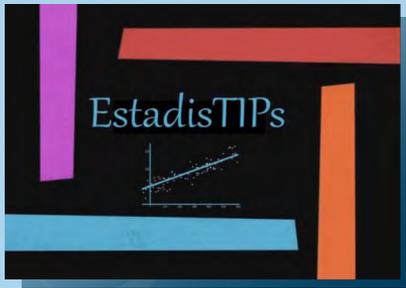
Es un Canal de YouTube de estadística intermedia creado por estudiantes del Doctorado en Psicología, coordinados por la Dra. Nazira Calleja

Incluye videos sobre:

- Correlaciones
- Regresión múltiple y sus supuestos
- Regresión no lineal y logística
- Mediadores y moderadores
- Análisis multinivel
- Análisis de senderos (SEM)

Para cada tema explicamos:

- Las bases teóricas
- Los procedimientos para realizar los cálculos en SPSS, PROCESS y AMOS
- El reporte de los resultados
- Un ejemplo de su uso en un artículo de investigación.



Producción: Lic. Alan Mercado  
Suscríbete y ¡dale like!

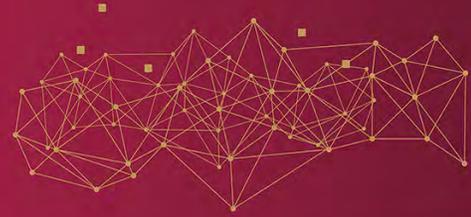
<https://www.youtube.com/channel/UC2vRbivVg-5WkP1ZWkpCjw>





# 2<sup>o</sup> Intercambio de Experiencias Académicas en Psicología Escolar

Facultad de Psicología de la UNAM  
Instituto Politécnico Nacional  
Escuelas Normales, CAMCM



## HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES: SU MARCO DE REFERENCIA Y SU DESARROLLO 18 y 19 de noviembre, 2020

Escenario académico para el intercambio, la reflexión y la socialización de experiencias en psicología escolar, con la finalidad, de fomentar el vínculo entre IES y fortalecer procesos educativos que inciden en la formación inicial y el desarrollo profesional.



La transmisión del evento se llevará a cabo a través del canal de YouTube de la Facultad de Psicología de la UNAM, empleando para ello la plataforma ZOOM de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Programa e inscripción para constancias:

[www.psicolideres.com/intercambiosepunam/](http://www.psicolideres.com/intercambiosepunam/)

Transmisión: [www.youtube.com/UNAMpsicologiaUDEMAT](http://www.youtube.com/UNAMpsicologiaUDEMAT)

Dudas e informes: Dr. Néstor Fernández [nnffss@gmail.com](mailto:nnffss@gmail.com)



INSCRIPCIÓN  
PARA CONSTANCIAS



TRANSMISIÓN



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**AEF MÉXICO**  
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

[gob.mx/aefcm](http://gob.mx/aefcm)

## PROMOCIÓN DE LA SALUD SEXUAL

Como se mencionó en la edición pasada, –PROSEXHUM– continuará con la segunda parte del tema “Aborto Legal en México”, abarcando en esta ocasión, en qué consiste un ABORTO y una INTERRUPCIÓN LEGAL DEL EMBARAZO (ILE), dos situaciones completamente diferentes y que, por falta de información oportuna y certera, se han malinterpretado los movimientos sociales que se han realizado en todo el país, dejando a muchas mujeres desprotegidas, en situaciones de peligro y/o muerte.

### ¿Qué es el ABORTO?

Un aborto o aborto espontáneo como también se le conoce, es cuando un embrión o feto muere antes de la semana 20 del embarazo. Las causas son inexactas ya que casi nunca es provocado por la persona embarazada y, al contrario de lo que se cree, tener sexo, hacer ejercicio, trabajar y tomar la mayoría de los medicamentos NO lo provocan.

Algunas de las causas más conocidas son:

- Que el óvulo fecundado tenga un número anormal de cromosomas (genes).
- Ciertas enfermedades, como la diabetes grave, pueden aumentar el riesgo.
- Una infección muy seria o una lesión física mayor.

### ¿Qué es la INTERRUPCIÓN LEGAL DEL EMBARAZO (ILE)?

Hace referencia a la interrupción voluntaria o aborto inducido de un embarazo que no está penalizado mientras el proceso de lleve a cabo en las primeras 12 semanas de gestación, garantizando el derecho a decidir de la mujer de manera libre sobre su cuerpo, maternidad y sexualidad.

Existen 2 métodos para su realización:

- Aspiración Uterina: Con una cánula plástica especial aspira el tejido dentro, logrando una limpieza de cavidad.
- Medicamentos.



- En ambas situaciones (aborto espontáneo e ILE) pueden ser emocionalmente difíciles. Es normal tener sentimientos de duelo y pérdida.
- El aborto espontáneo es un proceso natural, incontrolable y/o inevitable del cuerpo, y la ILE es una toma de decisión de la mujer por y para su propio cuerpo donde influyen las condiciones sociales, económicas, la edad, las creencias religiosas, tradiciones y costumbres e ideologías personales.
- Las movimientos sociales exigen que ambos procesos se lleven a cabo en clínicas y hospitales de manera gratuita y segura, donde las mujeres sean atendidas sin prejuicios, sin discriminación ni penalización.

### ¿A dónde acudir para una Interrupción Legal del Embarazo?

En la Ciudad de México existen las clínicas y hospitales dedicados a brindar el servicio de manera legal, gratuita y segura. Es posible acceder a ellas así seas de otro Estado porque, como sabrás, es ilegal en algunos otros lugares de la República o bien, es penalizado dependiendo de las circunstancias en las que se haya realizado el procedimiento. Existen también clínicas particulares de las cuales, es importante verificar que sean lugares legales, con precios correspondientes al servicio y seguros. Siempre es necesario conocer a dónde podemos acudir, habiendo también organizaciones que te pueden apoyar y orientar. ¡NO ESTÁS SOLA! Te dejamos el código QR para que puedas acceder a la página oficial del Gobierno de la Ciudad de México y conozcas qué es lo que necesitas y cuál es el procedimiento para realizarte una ILE.



Y ahora que ya lo sabes, ¿Qué opinas al respecto? ¿Ya conocías estas diferencias? ¿Tú o alguien a quien conoces ha pasado por algún aborto espontáneo o el proceso de ILE? ¿Con esta información estaremos más preparados(as) para apoyar a una mujer que lo necesite?

Cuéntanoslo en nuestras redes sociales y si tienes dudas acerca del tema, PROSEXHUM estará para apoyarte, sólo contáctanos. ¡Te esperamos en la siguiente edición!

Programa de Sexualidad Humana  
@prosexhum\_unam



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



# Psiconeuroinmunología (PNI)

Es un área interdisciplinaria que involucra a muchos profesionales en la lucha por una mejor salud de los seres humanos; que estudia las relaciones bidireccionales entre la conducta, el cerebro y el sistema inmune. Se han realizado estudios de inmunodepresión e inmuoactivación condicionada para verificar hasta qué punto el sistema inmune es afectado por influencias psicosociales. La metodología de la PNI ha logrado condicionar la supresión y la activación del sistema inmune gracias a la acción integradora del SNC; y especialmente a las funciones de los sistemas límbico y simpático, así como del eje hipotálamo-hipófisis-glándulas suprarrenales.

La psiconeuroinmunología, mediante la aplicación del condicionamiento clásico ha demostrado un gran cúmulo de evidencias empíricas logrando efectos significativos a nivel experimental y clínico sobre las respuestas celular y humoral del sistema inmune. La supresión condicionada del sistema inmune puede disminuir el rechazo a órganos trasplantados y ser un auxiliar en el tratamiento de enfermedades autoinmunes. La inmuoactivación condicionada ha sido efectiva en la disminución de la progresión tumoral en modelos animales, lo que podría beneficiar a humanos.

Se entiende que el cerebro regula en mayor o menor medida el sistema inmunitario, los sistemas encargados de mantener la homeostasis, y los factores psicológicos pueden afectar estos

sistemas por la acción integradora y holística del cerebro.

La función principal del sistema inmune es identificar y eliminar cualquier agente nocivo que pudiera comprometer el adecuado equilibrio del organismo; a través de respuestas adaptativas de inmunidad innata (o no específica), o de inmunidad adquirida. Una de las más importantes son las respuestas inflamatorias de fase aguda, relacionadas con una gran cantidad de enfermedades.

La ansiedad y el estrés han sido los factores más estudiados y los que han demostrado gran evidencia de las relaciones entre factores psicológicos y el sistema inmune. Así, por ejemplo, se han encontrado importantes diferencias leucocitarias en mujeres remitidas a una revisión oncológica, en comparación con mujeres sanas. De la misma forma, se observan francas diferencias en respuestas leucocitarias entre altos y bajos valores en ansiedad.

Uno de los modelos de estrés más estudiados es el de reacción ante exámenes en estudiantes universitarios; encontrando empeoramientos transitorios en varios parámetros de la función inmune, y un incremento de los auto-reportes de síntomas de enfermedades infecciosas, durante los períodos de examen. También se han realizado estudios sobre el estrés, tanto en situaciones de la vida cotidiana, como estrés artificialmente provocado; los resultados muestran que una situación estresante incrementa la presión sanguínea,

los latidos cardíacos, y la estimación subjetiva de ansiedad, miedo y estrés, así como un incremento en las células NK, y números de células T supresoras/citotóxica (cns).

También se han evaluado los resultados de la intervención psicológica con programas de habilidades de afrontamiento, desensibilización sistemática y técnicas cognitivas para reducir los índices de ansiedad, estrés y depresión, encontrando múltiples datos de un fortalecimiento psicológico-conductual significativo que mejora el curso de las enfermedades y modifica la cantidad de linfocitos, provocando diversos cambios inmunológicos, que fortalecen a la persona frente a algún tipo de enfermedad.

Si bien, los procesos psicológicos pueden alterar al sistema inmune, es necesario precisar muchos más elementos antes de establecer relaciones directas. Aunque se cuenta con muchas evidencias, falta mucho por descubrir en la interacción de los sistemas nervioso, endocrino e inmunitario; y saber cómo se producen los cambios.

La psiconeuroinmunología, nunca ha establecido que los elementos psicológicos son la causa de una determinada enfermedad. Sólo plantea que los factores psicológicos pueden favorecer la aparición o ayudar a enfrentar un determinado estado de salud.

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



## Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"

La Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega", te invita a inscribirte a los cursos en línea vía zoom 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.

Para mayores informes:

Lic. Zila Martínez Martínez, Coordinadora de la Biblioteca

zilam@unam.mx

iTe esperamos!

Inscripciones en <https://forms.gle/hTznrqfnQ69XgWW8>

FECHA	Grupo 1	Grupo 2
<b>NOVIEMBRE</b>		
9 al 13	11:00 - 13:00 h. 12:00 - 14:00 h. 16:00 - 18:00 h. 17:00 - 19:00 h.	
23 al 27	11:00 - 13:00 h. 14:00 - 16:00 h. 16:00 - 18:00 h.	11:00 - 13:00 h.

# Qué leer...

Libros electrónicos en la Biblioteca Digital de la UNAM

Se requiere registrarse previamente en [www.dgb.unam.mx](http://www.dgb.unam.mx) en Acceso Remoto para contar con una clave de acceso-alumnos vigentes.

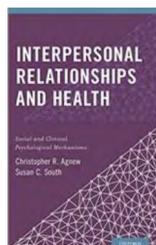
- ***Psychoneuroimmunology: systems biology approaches to mind-body medicine*** / by Qing Yan : Springer, [2016].



Este libro proporciona una descripción completa de los descubrimientos recientes y los enfoques de sistemas relacionados con el campo multidisciplinario de la psiconeuroinmunología (PNI); los hallazgos científicos de las relaciones cuerpo-mente, como base para el desarrollo de una medicina personalizada. Específicamente, el libro se centra en los estudios de la biología sobre los sistemas complejos y los mecanismos en los que se interrelacionan el estrés y la inflamación. Existe una sólida evidencia que respalda la estrecha relación entre el estrés, la inflamación y los trastornos que incluyen enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades de la piel, obesidad y trastornos del sueño. Dado que la inflamación es una conexión crítica que se presenta en diferentes enfermedades; entender esta conexión contribuye de manera importante en el diseño sistémico de las dianas terapéuticas y de la medicina traslacional en la práctica clínica. Un desafío importante en la biociencia es la traducción de los descubrimientos científicos básicos en mejores resultados clínicos. Con la comprensión de las implicaciones traslacionales de la PNI, las intervenciones

médicas integradoras pueden aplicarse para modular las respuestas al estrés y promover comportamientos más saludables.

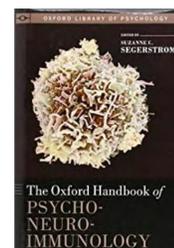
- ***Interpersonal relationships and health: social and clinical psychological mechanisms*** / edited by Christopher R. Agnew and Susan C. South: Oxford University Press, 2014.



Este libro reúne a investigadores expertos en psicología social y clínica, salud pública, medicina y sociología; con aportaciones teóricas y empíricas para comprender los mecanismos psicológicos, sociales y clínicos que vinculan los procesos de relaciones estrechas con los resultados de salud física y mental. Actualmente ha surgido el interés por comprender las formas en que las relaciones interpersonales afectan la salud y el bienestar. Este volumen reúne investigaciones que se encuentran en la intersección de las relaciones humanas y la salud. Los temas abordados incluyen procesos biológicos clave que influyen y, a su vez, son influenciados por relaciones cercanas; que demuestran las conexiones entre la calidad de relaciones interpersonales, los resultados de salud mental y física y los marcadores biofísicos que ocupan un lugar destacado en los campos de la psiconeuroinmunología, la endocrinología y la

cardiología. Además, destaca el trabajo reciente sobre las relaciones maritales, familiares y sociales y su interacción con las enfermedades, la recuperación, la salud y el bienestar. Los capítulos también abordan la salud sexual entre los adultos jóvenes y mayores, así como los esfuerzos de intervención clínica que se centran en los factores relacionales que más influyen en la salud.

- ***The Oxford handbook of psychoneuroimmunology*** / edited by Suzanne C. Segerstrom: Oxford University Press, [2012].



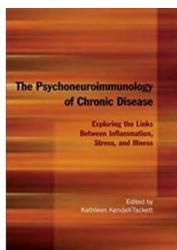
La psiconeuroinmunología (PNI), estudia las interacciones entre la mente, el sistema nervioso y el sistema inmunológico. El Manual Oxford de Psiconeuroinmunología comprende perspectivas y las aplicaciones más avanzadas de la psicología a la PNI; así como, toda la gama de niveles de análisis en psiconeuroinmunología. Se consideran los genes dentro de las células, las células dentro de los órganos, los órganos dentro de los individuos y los individuos dentro de grupos sociales cercanos y las grandes estructuras sociales. Se abordan los efectos de los factores psicológicos sobre los marcadores de inflamación sistémica crónica, que pueden indicar el riesgo de muchos trastornos como

*Continúa en la pág. 16*

Viene de la pág. 15

la aterosclerosis, la enfermedad de Alzheimer, la fibromialgia y algunos cánceres. Se presentan aplicaciones específicas de modelos psiconeuroinmunológicos para la fatiga crónica, el cáncer, la neuroinflamación y el dolor, y una revisión de la ciencia afectiva, la neurociencia del comportamiento o la psicología clínica cuyos enfoques psicoterapéuticos integrados con el conocimiento psiconeuroinmunológico pueden mitigar los resultados adversos para la salud.

- **The psychoneuroimmunology of chronic disease: exploring the links between inflammation, stress, and illness** / edited by Kathleen Kendall-Tackett: American Psychological Association, [2010].



La psiconeuroinmunología, describe cómo los factores psicológicos, la ansiedad, el estrés y la depresión, afectan los sistemas neurológico e inmunológico. La investigación demuestra cada vez con mayor contundencia, que los esta-

dos psicológicos juegan un papel clave en el desarrollo y exacerbación de enfermedades inflamatorias como son: enfermedades cardíacas, diabetes, esclerosis múltiple, Alzheimer y trastornos autoinmunes.

En este libro, un grupo de reconocidos investigadores, exploran desde diferentes perspectivas las formas en que los factores estresantes, físicos y psicológicos, como pueden ser: la falta de sueño, el trastorno de estrés postraumático y la depresión, desencadenan la respuesta inflamatoria del organismo y por lo tanto, aumentan el riesgo de enfermedad. Los primeros capítulos describen los procesos biológicos implicados en la inflamación, centrándose tanto en la respuesta fisiológica corporal típica a la amenaza, como en los efectos nocivos a largo plazo del estrés sobre el sistema inmunológico. También se analiza el papel del estrés psicosocial en la etiología de la enfermedad y se presentan evidencias de las conexiones entre la mente y el cuerpo.

- Introduction to psychoneuroimmunology* / Jorge H. Daruna. Second edition: Academic Press, 2012.
- The Link between religion and health: psychoneuroimmunology and the faith factor* / edited by Harold G. Koenig and Harvey J. Cohen: Oxford University Press, 2002.

*Psychoneuroimmunology: hypotheses and current research: 6th Expert Meeting on Psychoimmunology*, Innsbruck, January 2000 / editors, B. Sperner-Unterweger, W.W. Fleischhacker, W.P. Kaschka: Karger, 2001.

*Towards a psychosomatic conception of hypochondria: the impeded thought* / by Martine Derzelle: Springer, [2014].

*Psychosomatic medicine: an international primer for the primary care setting* / Kurt Fritzsche, Susan H. McDaniel, Michael Wirsching, editors: Springer, [2014].

*The expression of the psychosomatic body from a phenomenological perspective* / Jennifer Bullington: Springer, [2013].

*Somatization and psychosomatic symptoms* / Kyung Bong Koh, editor : Springer, [2013].

Manifestaciones somáticas de los trastornos mentales: perfeccionamiento de la agenda de investigación para el DSM-V / [editado por] Joel E. Dimsdale ; traducción, Santiago Madero García : Elsevier Masson, [2010].

*Trauma and health: physical health consequences of exposure to extreme stress* / edited by Paula P. Schnurr and Bonnie L. Green. : American Psychological Association, [2004].

*Everyday biological stress mechanisms: International Symposium on 'Scientifically Based Biologically Assessment of Long-Term Stress in Daily Life'*, Wenner-Gren Foundations, Stockholm, April 2000 / editor, T. Theorell: Karger, 2001. ●



CENTRO DE DOCUMENTACIÓN  
DR. ROGELIO DÍAZ GUERRERO

Curso de Búsqueda de Información  
Psicológica en Bases de Datos



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 organizan en un grupo de 10 personas y lo soliciten.

Contacto e inscripciones: Mtra. Adriana Cruz Romero

Coordinadora del Centro de Documentación

Email: [adcruzro@unam.mx](mailto:adcruzro@unam.mx) o [cedoc.psicologia@unam.mx](mailto:cedoc.psicologia@unam.mx)

FECHAS	HORARIOS
<b>NOVIEMBRE</b>	
9-13 17-20 23-27 30-4 diciembre	10:00 a 12:00 h. 12:00 a 14:00 h. *17:00 a 19:00 h.

\* El horario de 17:00 a 19:00 h. de las semanas 9-13 y 17-20, ya se encuentra saturado.

# Qué leer...

## Publicaciones periódicas del Centro de Documentación

- **Cognitiva**

ISSN 0214-3550 / ISSN-L 1579-3702

- **Un Bien Social**

Para que la información y el conocimiento existan como un bien social deben circular y distribuirse equitativamente, es decir, que la posibilidad de su democratización sea un hecho y en consecuencia la posibilidad de la democratización del poder (Morales, 1998).

La base en la que se sostiene la posibilidad de la democratización de un bien de este tipo, para que sea social, colectivo y común, sería aquella en la que el orden social que debe privar para que esto tenga lugar, debe descansar sobre la interacción entre los sujetos debido a que una visión de este tipo supera a la que dio origen a la dicotomía tradicional, que dividió a los bienes en dos, asignando a los bienes privados al mercado, y a los colectivos a un monopolio cuyo orden social descansa sobre la imposición de la fuerza (Ostrom en Ramis, 2013). Lo cual quiere decir, que los propios implicados, son quienes sabrán gestionar mejor y de manera sostenible un «recurso de uso común» (Ostrom en Ramis, 2013), como es el caso de la información y el conocimiento científico. La conclusión es, que también debe comprenderse al conocimiento, como un bien común (Ostrom y Hess, 2006). Además, no debe descuidarse la importancia de reconocer los conceptos de bien social, colectivo o común, dentro de su marco teórico referencial para comprender el sentido específico en su contexto discursivo, sobre todo, por su visión transformadora debido a su incidencia en la realidad imperante.

Acciones de este tipo, que basadas en la cooperación a través del establecimiento de una red de instituciones y funcionando de manera coordinada, posibilitan reunir y diseminar la información sobre las publicaciones científicas seriadas producidas en Iberoamérica (Latindex, 2020). Lo cual tienen como

efecto facilitar y promover la disposición de una amplia bibliografía iberoamericana en habla hispana y portuguesa, ya que su intención es, promover el acceso a la información y a el conocimiento mediante un sistema que como bien social está disponible para las sociedades de la región. Eso es Latindex, un Sistema Regional de Información en Línea para Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, surgió en 1995 en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y se convirtió en una red de cooperación regional a partir de 1997 (Latindex, 2020).

Si nos son desconocidas, revistas que publican en español y que diseminan resultados investigación de Iberoamérica, es posible que sean localizadas, identificadas y reconocidas a través de este gran sistema de información. Algunas de ellas, especializadas en psicología y regionales, han sido suscripciones del Centro de Documentación que han pasado por el proceso de digitalización para colocarse en la modalidad de acceso abierto (open Access) y así estar de manera libre a disposición del mundo de habla hispana. Como ejemplo, tal es el caso de la revista *Cognitiva*, que disemina información sobre procesos cognitivos, percepción, memoria, com-



prensión y producción del lenguaje, razonamiento, resolución de problemas y representación mental, así como, cognición animal, cognición social, neuropsicología y neurociencia cognitiva (Latindex, 2020), además, es una publicación periódica española editada por la Fundación Infancia y Aprendizaje.

### Referencias

- Morales, S. (1998). Democratizar la información es democratizar el poder y apostar al desarrollo. *Revista Latina de Comunicación Social*, 6, 1-4.
- Ostrom, E. and Hess, Ch. (2006). (Ed.). *Understanding knowledge as a commons: From theory to practice*. The MIT Press: Cambridge, Massachusetts.
- Ramis, A. (2013). *El concepto de bienes comunes en la obra de Elinor Ostrom*. *Ecología Política*, agosto 6, 116-121.
- Latindex (2020). <https://www.latindex.org/latindex/inicio>

Elaboró, desarrolló y documentó: Mtro. Alejandro Muñiz Campos, Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero". ●

## ACCIONES PARA CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE

### El uso de mascarillas

La mascarilla es considerada una medida de prevención y control que puede limitar la propagación de determinadas enfermedades respiratorias causadas por virus, en particular la COVID-19. Sirven también para proteger a las personas sanas (cuando estas las emplean al entrar en contacto con una persona infectada) o para el control de fuentes (si una persona infectada la utiliza para no contagiar a otros).

La OMS sigue reuniendo datos de investigación sobre la eficacia del uso de diferentes mascarillas y sus posibles daños, riesgos e inconvenientes, así como su combinación con la higiene de las manos, el distanciamiento físico y otras medidas.

De manera análoga, las mascarillas respiratorias filtrantes (MRF) (también llamadas mascarillas respiratorias o de protección respiratoria) ofrecen un equilibrio entre la filtración y la respirabilidad; sin embargo, en tanto que las mascarillas médicas filtran gotículas de 3 micrómetros de diámetro, las filtrantes tienen que filtrar partículas sólidas de 0,075 micrómetros, lo que es más

difícil. Otras propiedades que se comprueban en las mascarillas filtrantes son la observancia de los parámetros especificados para la acumulación de CO<sub>2</sub> y la entrada indebida total de aire.

Las mascarillas filtrantes N95 o semejantes presentan una disminución del riesgo que las mascarillas médicas o las de 12 a 14 capas de algodón.

La OMS recomienda que el uso de mascarillas se rija por un enfoque de riesgo centrado en los siguientes criterios: *La finalidad del uso de la mascarilla*: si la intención es prevenir que el individuo infectado transmita el virus a otros (es decir, control de fuentes) o brindar protección a una persona sana contra la infección (es decir, prevención); *La vulnerabilidad del individuo* o el grupo que usa la mascarilla: por ejemplo, las mascarillas médicas pueden ser usadas por personas mayores, enfermos inmunodeprimidos y personas con enfermedades crónicas; *Entornos en que vive la población*: lugares densamente poblados y entornos donde no es posible guardar una distancia de al menos 1 metro; *Factibili-*

*dad*: disponibilidad y costo de las mascarillas, acceso a agua limpia para lavar las mascarillas y capacidad de los individuos para tolerar los efectos secundarios del uso de la mascarilla; y *Posibles riesgos o del uso de mascarillas*: Aumento de la contaminación de la mascarilla por el usuario debido a la manipulación de esta, seguida del tocamiento de los ojos con las manos contaminadas, la posibilidad de contaminación si el usuario no cambia una mascarilla que se ha humedecido o ensuciado.

La mascarilla complementa otras medidas preventivas esenciales como el distanciamiento físico y la higiene de las manos.

Referencia

*Coronavirus disease 2019 (COVID-19) Situation Report – 73*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2020 ([https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200402-sitrep-73-covid-19.pdf?sfvrsn=5ae25bc7\\_6](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200402-sitrep-73-covid-19.pdf?sfvrsn=5ae25bc7_6), consultado el 18 de octubre de 2020).

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

**Cuadro. Eficiencia de filtración, caída de la presión y factor de calidad del filtro de las mascarillas higiénicas \***

Material	Fuente	Estructura	Eficiencia de filtración inicial (%)	Caída de la presión inicial (Pa)	Factor de calidad del filtro, Q ** (kPa <sup>-1</sup> )
Polipropileno	Material de interfaz, tal como se compra	Material no tejido de filamento (Tela no tejida)	6	1,6	16,9
Algodón 1	Ropa (camiseta)	Tejido	5	4,5	5,4
Algodón 2	Ropa (camiseta)	De punto	21	14,5	7,4
Algodón 3	Ropa (suéter, jersey, pulóver)	De punto	26	17	7,6
Poliéster	Tela (manta de niño pequeño)	De punto	17	12,3	6,8
Celulosa	Pañuelos desechables	Fusionado	20	19	5,1
Celulosa	Toalla de papel	Fusionado	10	11	4,3
Seda	Servilleta	Tejido	4	7,3	2,8
Algodón, gasa	N.C.	Tejido	0,7	6,5	0,47
Algodón, pañuelo	N.C.	Tejido	1,1	9,8	0,48
Nailon	Ropa (pantalones para hacer ejercicio)	Tejido	23	244	0,4

\* En este cuadro se incluyen únicamente los materiales examinados en estudios experimentales con revisión por pares. La eficiencia de filtración, la caída de presión y el factor Q dependen de la velocidad de flujo. \*\* Según el consenso de expertos, el factor Q mínimo recomendado es de 3. N.C. = no corresponde.



La Facultad de Psicología de la UNAM  
tiene la pena de informar a su comunidad el sensible fallecimiento del



*Dr. Alfonso Escobar Izquierdo*

Destacado humanista y neurofisiólogo, investigador emérito del Instituto de Investigaciones Biomédicas desde 1985, Alfonso Escobar había ingresado en 1961 como docente en la recién creada carrera de Psicología y continuó, hasta su muerte, como profesor de esta Facultad en el campo de Psicobiología y Neurociencias.

Descanse en paz.

Ciudad de México, 14 de octubre de 2020.

## Oferta académica de la DEC

Todas las actividades serán impartidas a través de la plataforma Zoom.

### CURSOS

- **Inteligencia emocional y manejo del estrés.** Lic. Diana Guerra Diéguez, del tres al seis de noviembre de 18:00 a 20:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología organizacional y público en general.
- **Estrategias de comunicación para mejorar la relación con el adolescente.** Mtra. Gloria Romero Carbajal, del 10 al 27 de noviembre de 9:00 a 13:00 h. Dirigido a padres de familia, maestros y público en general.
- **Estrategias para el manejo del estrés y laboral.** Mtra. Elsa Cruz Prieto, del 28 de noviembre al 19 de diciembre de 9:00 a 14:00 h. Dirigido a padres de familia, maestros y público en general.

### TALLERES

- **Formación básica en supervisión: gestión administrativa y del personal.** Lic. Diana Guerra, del 26 de octubre al 21 de noviembre, disponible las 24 horas los 7 días de la semana. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología organizacional y áreas a fines, plataforma Moodle DEC.

- **Análisis y valuación de puestos de trabajo.** Mtro. Rogelio Gómez Lama, del 3 al 24 de noviembre de 18:00 a 21:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología organizacional y público en general.

- **El consulta efectivo: claves para una asesoría exitosa.** Mtro. Rogelio Gómez Lama, sábados del 7 al 28 de noviembre de 10:00 a 13:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología organizacional y público en general.

### CONFERENCIAS

- **Change management (gestión del cambio).** Lic. Gabriela Loveman Ma-

rín, viernes 30 de octubre de 17:00 a 18:30 h. Dirigido a público en general, conferencia gratuita.

Informes e inscripciones:

Consulta por los requisitos de inscripción. 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. ●



FERIA INTERNACIONAL DEL LIBRO DE GUADALAJARA®

INVITADOS DE HONOR 2020

**SHARJAH**

Y LA CULTURA ÁRABE

<https://www.fil.com.mx/invitado/2020.asp>

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

هيئة الثقافة الشارقة  
Sharjah Book Authority

28 6  
NOV DIC

مرحباً بالجميع

¡BIENVENIDOS TODOS!



COMISIÓN LOCAL DE SEGURIDAD  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM



## Felicidades por su cumpleaños

OCTUBRE	
Lic. Ma. de Lourdes Monroy Tello	26
Sr. Luis Alberto Negrete Álvarez	26
Pas. Juan José García Ruiz	27
Dra. Aime Edith Martínez Basurto	27
Ing. Martha Luisa Pérez López	27
Mtra. Luz Adriana Vargas Fuentes	27
Pas. Carlos Osvaldo Vázquez Pichardo	27
Sra. Mayra Gisela Tuxpan Sánchez	27
Sra. Laura Ortega Martínez	28
Dr. Javier Nieto Gutiérrez	29
Sra. Reyna Calderón Díaz	29
Mtro. Javier Alatorre Rico	30
Lic. Angélica Larios Delgado	31

NOVIEMBRE	
Mtro. Flavio Sifuentes Martínez	1
Sra. Karla Nayeli Trejo Ríos	2
Mtra. Laura Amada Hernández Trejo	2
Dra. Gilda Teresa Rojas Fernández	2
Sr. Fabián Téllez Ramírez	2
Sra. Esperanza Guerrero Ibarra	3
Sra. Silvia Ramírez Sánchez	3
Sr. Luis Tonatiuh Ortega de la Rosa	3
Dra. Adriana Ixel Alonso Orozco	4
Sra. María del Rosario Zavala Sánchez	4
Sra. Ada Olivia Romero López	4
Sra. Ana Cristina Rodríguez García	5
Mtra. Nora Claudia Rentería Cobos	6
Mtro. José Vicente Zarco Torres	6
Sra. María Araceli Rangel Aranda	6
Mtra. Susana Lara Casillas	6
D. en C. César Casasola Castro	7
Dr. Germán Palafox Palafox	7
Mtra. Rosa María Ramírez de Garay	7
Sra. Alicia Ramírez Velázquez	7
Dra. Alicia Roca Cogordan	8
Lic. Jeanette Hernández Manzo	8
Lic. José Hernández Quintero	8
Mtro. Gerardo Mora Gutiérrez	8
Dr. José Alfredo Contreras Valdez	9
Mtra. Margarita Molina Avilés	9
Sra. Elvia Noemí Lira Valle	9
Sr. Juan Pablo Martínez Negrete	9
Lic. Mirna Rocío Ongay Valle	10
Sr. Víctor Manuel Gervasio Zúñiga	10
Sra. Lorena Arzate Castañeda	10

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



Este número de Gaceta puede consultarse a través de nuestra página en Internet <http://www.psicologia.unam.mx>  
Recibiremos sus comentarios en la extensión: 222 66 o en el correo: [publicaciones.psicologia@unam.mx](mailto:publicaciones.psicologia@unam.mx)

**DIRECTORIO**

**Dra. María Elena Teresa Medina-Mora Icaza**  
*Directora*

**Dra. Patricia Ortega Andeano**  
*Secretaría General*

**Lic. Guillermo Huerta Juárez**  
*Secretario Administrativo*

**Dra. Natalia Arias Trejo**  
*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 Sistema de Universidad Abierta*

**Mtra. Susana Lara Casillas**  
*Jefa de la División de Educación Continua*

**Publicaciones**  
*Responsable de la Edición:*  
Lic. Claudia Rodríguez Esquivel.  
*Diseño y formación:* Lic. Aurelio J. Graniel Parra  
*Revisión técnica:* Lic. Rosa Isela García Silva y Teodoro Mareles Sandoval. Lic. Augusto A. García Rubio G. y Lic. Irazema Ariadna Guzmán González  
*(Colaboración especial).*  
*Elaboración:* Departamento de Publicaciones.