



GACETA



DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM

Diccionario de las Emociones

Campaña de la Coordinación de Humanidades y la Facultad de Psicología

Con el propósito de promover la salud emocional entre la comunidad universitaria y la sociedad en general se desarrolla conjuntamente el proyecto y campaña “Diccionario de las Emociones” entre la Coordinación de Humanidades de la UNAM, a través de la Dirección General de Divulgación de las Humanidades (DGDH), responsable de la producción gráfica y gestión de medios, y la Facultad de Psicología, con la participación destacada de la Coordinación del Programa Institucional de Tutoría (PIT-FP) en la generación de contenidos, del área de Comunicación Social en la coordinación interna y externa, revisión de contenidos y asesoría de prototipos, así como de la Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos (CCFSP) que aportó componentes preventivos para el cuidado de la salud. La campaña consiste, inicialmente, en una docena de videos de animación de dos minutos de duración, que proponen y aportan a la población información y estrategias para el reconocimiento y regulación de las emociones, con elementos accesibles y claros para la sociedad en general.

A partir de una inquietud original de la DGDH, entre ambas instancias universitarias se conformó un equipo de



Imagen: <https://www.gaceta.unam.mx/ante-el-desafio-de-la-pandemia-el-diccionario-de-las-emociones/>

trabajo multidisciplinario en el que participan psicólogos, comunicólogos y diseñadores gráficos. Desde la Facultad se generan contenidos para abordar una emoción diferente en cada video-cápsula, cuidando la pertinencia y solidez psicológica de la perspectiva planteada, procurando exponer para cada emoción su función, manifestación psicológica,

Continúa en la pág. 2

Año 22, Vol. 22, No. 421

Número de distribución digital

8 de abril de 2022

<p>Escribe a la directora</p> <p>María Elena Medina Mora buzon.direccion.psicologia@unam.mx</p>	<p>POC'S</p> <p>PERSONAS ORIENTADORAS COMUNITARIAS ¡Acércate a ellas!</p> <p>psicologia.unam.mx/pocs</p>	<p>Defensoría de los Derechos Universitarios Igualdad y Atención de la Violencia de Género</p> <p>Solicita orientación 55-4161-6048 defensoria.unam.mx</p>	<p>CONOCE LA RUTA DE ATENCIÓN PARA QUEJAS POR VIOLENCIA DE GÉNERO</p> <p>bit.ly/RutaDefensUNAM</p>
---	--	---	---

● CONTENIDO ●

Orgullo estudiantil	3
Ciclo Controversias en Filosofía de la Psicología Herencia vs. Aprendizaje y determinismo biológico vs. determinismo social	4
Relatoría de la Sesión Académica De lo micro a lo macro en la prevención del consumo de alcohol	5
Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo	5
UNAMirada desde la Psicología ¿Cómo identificar el riesgo suicida? y ¿Qué hacer ante este comportamiento?	6
7ª Sesión académica del Quinto Ciclo de Sesiones Clínicas y Académicas Enseñando autocontrol a niños(as) con TDAH durante la pandemia	7
II Ciclo de Conferencias Fronteras en la Cognición Alteraciones de los circuitos neuronales inducidos por el péptido beta amiloide: Relevancia para la enfermedad de Alzheimer	8
UNAMirada desde la Psicología Abordaje de la depresión desde la perspectiva cognitivo conductual	9
¿Qué ha sido de mí después de haber realizado la maestría?	10
Retos de las Prácticas de Formación Profesional El acompañamiento en el escenario de formación profesional, clave de la vinculación teoría-práctica	11
Nuestras Experiencias en la Práctica de Formación Profesional	12
Comunidad saludable	13
Promoción de la salud sexual	14
Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"	15
Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"	16
Acta de Investigación Psicológica	16
Módulo de Gestión para Permisos del Personal Académico, Convocatorias Eventos de capacitación, PEDPACMeT y PEDMETI	17
Qué leer... Libros electrónicos en la Biblioteca Digital de la UNAM	19
Qué leer... Publicaciones periódicas del Centro de Documentación	21
Invitación Tutor Individual	22
Convocatorias	24
POCs	25
Actividades sobre género	26
Próximos eventos académicos	27
Acciones para cuidar el medio ambiente. Día mundial del agua	29
Actividades de la Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos	29
Libros a la venta	30
Oferta académica de la DEC	31

Viene de la portada

fisiológica y sociocultural, y subrayando que su aparición y expresión puede presentarse en distintas magnitudes de un continuo de intensidad, y no como respuestas fijas. Una cercana dinámica de colaboración facilitó definir y afinar los contenidos con una mirada preventiva anclada en la perspectiva de las humanidades, y lograr una efectiva comunicación visual sobre el alto impacto que las emociones cobran en nuestro bienestar y salud mental, con un nivel de lenguaje accesible y efectivo para un público muy amplio, de utilidad social particularmente tras las condiciones y contextos socioemocionales producidos por la pandemia de COVID-19.

El "Diccionario de las Emociones" sensibiliza a las personas para reconocer mejor sus emociones y hacer un adecuado manejo y regulación de ellas, apuntando mecanismos y técnicas de control, promoviendo el autocuidado, e indicando la importancia de buscar apoyo y recurrir a la asistencia profesional cuando las emociones les rebasen o pongan en riesgo tanto su salud mental como las relaciones personales, familiares y laborales. Este proyecto ha hecho visible la valiosa labor que psicólogas y psicólogos pueden brindar a la población en general y el compromiso de la Facultad de Psicología para abordar los problemas actuales de nuestra realidad social.

Una primera etapa de la campaña del Diccionario se difunde desde el 16 de febrero pasado, con la publicación semanal de la animación de una nueva emoción (entre ellas, enojo, sorpresa, tristeza, miedo, alegría, ansiedad y melancolía) a través de múltiples medios y plataformas digitales, como TV-UNAM, Radio UNAM, Canal Once del Instituto Politécnico Nacional, la Red de Radiodifusoras y Televisoras Educativas y Culturales de México, el Sistema de Transporte Colectivo Metro y el Heraldo Media Group. Gracias a la magnífica recepción e interés generado por la campaña, ya se ha acordado su extensión a una segunda etapa. Asimismo, se han recibido solicitudes de diversas instancias internas y externas a la UNAM para atender necesidades específicas. La DGDH y la Facultad han complementado la campaña con la trasmisión por redes sociales de las charlas 'Noche de las emociones', foros en que los jóvenes comparten cómo viven sus emociones, y la Coordinación de Humanidades publica cada semana en sus redes sociales atractivas infografías y artículos vinculados a la campaña.

Redacción: DRA. PATRICIA BERMÚDEZ LOZANO;

Edición: AUGUSTO A. GARCÍA RUBIO G. ●


 Imagen: <https://www.gaceta.unam.mx/ante-el-desafio-de-la-pandemia-el-diccionario-de-las-emociones/>

Orgullo estudiantil

Nuestras alumnas y alumnos son el principal compromiso y orgullo de la Facultad de Psicología. Destinamos este espacio a recoger algunos ejemplos de ello.

Nuestra concepción acerca de la discapacidad

Mi nombre es María Fernanda Trejo De la Portilla, actualmente curso 8vo semestre y participé en el programa Construyendo Puentes creado por la Asociación CAPyS, A. C.; considero que este programa nos da un panorama diferente en cuanto a la concepción que tenemos de discapacidad, sé que el diagnóstico clínico tiene su importancia, pero a veces nos enfocamos tanto en él, que dejamos de lado lo que la persona necesita para desarrollarse socialmente, necesitan tener un papel en la sociedad, crear su historia de vida, formar valores y adoptar comportamientos y actitudes, estos aspectos a partir de procesos de socialización se generan durante su etapa universitaria. El papel del psicólogo es estar en este proceso de integración a nuevas etapas, brindándoles los apoyos y recursos que le sean necesarios, darle un seguimiento, pero también permearnos de las constantes innovaciones que se han tenido por la inclusión y no solo llevarlo a la parte educativa sino a los distintos entornos en los que nos desarrollamos.

Los conocimientos que he adquirido en este programa son la trayectoria histórica que han tenido las personas con discapacidad, pues han salido de una vida bajo segregación a lograr ser independientes y gozar de una vida plena.

La inclusión como un derecho, lugar social y educativo para abrir oportunidad a las personas con discapacidad intelectual, específicamente en la etapa universitaria que es cuando se necesita dar más apertura ya que el desarrollo social y personal se enriquece gracias a la experiencia.

Considero que cada uno de mis profesores a influenciado en mi formación, aquellos que tuve en los primeros semestres me dieron las bases de conocimiento necesarias, la guía para enfocarme en el área que me gusta, pero también dejando mis opciones abiertas a las demás áreas en las que pudiera trabajar. Podría destacar a Elisa Saad, Martha Romay, profesoras que ante dificultades personales me dieron un apoyo muy grande, algo que siempre apreciaré y deseo remunerar si en algún momento logró ser docente. En mi área de formación fue más grande esta influencia, por la cercanía con la mayoría de mis profesores, pues ya no me trataban como una estudiante, siempre se dirigían a mí como profesional en formación, me dejaron descubrir y construir mi aprendizaje mientras ellos iban aumentando la dificultad. Al mismo tiempo me daban la retroalimentación y dirección pertinente.

Un poco más enfocado al trabajo que realicé, adquirí conocimiento en cuanto aptitudes y habilidades como la identificación de necesidades a partir de la interacción que tengo con los jóvenes, tener una escucha activa y empatía al momento de compartir espacios en donde se hablan de experiencias y situaciones que han tenido durante su vida diaria para darles los apoyos necesarios diseñar y adaptar materiales, así como hacer uso de las estrategias de enseñanza pertinentes. Todo lo antes mencionado influyó en mi formación desde centrar las bases que necesito para finalizar mi formación en la licenciatura, pero también en empezar a abrir mis opciones para una futura formación en un posgrado, sé que tengo la formación necesaria para ejercer como psicóloga en la educación, pero me gustaría prepararme más y refinar los conocimientos que ya tengo.

A largo de la carrera me he tenido que enfrentar a los constantes cambios que se tienen y la variedad de oportunidades que se están generando, creo que a veces hay tantas cosas en las que deseas enfocarte que te cuesta trabajo decidir en qué trabajar, pero a la vez por tantas novedades que se tienen es difícil actualizarte y mantenerte al nivel necesario. La pandemia afectó la experiencia de forma presencial, aunque realizarlo de forma remota me dio muchos aprendizajes creo que me limité a convivir y conocer a los jóvenes únicamente en el aula virtual, me hubiera gustado compartir con ellos más espacios en los que no interactuamos únicamente por una videollamada y en tiempo de clase.

Nota redactada con el apoyo de María Fernanda Trejo De la Portilla.

Orgullo Estudiantil.
Sección coordinada por la Secretaría de Asuntos Estudiantiles (SASE). •



Ciclo Controversias en Filosofía de la Psicología Herencia vs. Aprendizaje y determinismo biológico vs. determinismo social

Los días 24 y 31 de marzo, por vía remota, se llevaron a cabo dos sesiones de controversias, organizadas por el *Seminario de Historia y Filosofía de la Psicología*, del proyecto de investigación Enseñanza, epistemología, cognición y representaciones encarnadas (DGAPA-PAPIIT IN 401222) con el apoyo de la División del Sistema de Universidad Abierta (DSUA-P) y el Área de Ciencias Cognitivas y del Comportamiento. El ciclo se enmarca en el espíritu del programa de la asignatura de Filosofía de la Psicología, presentando dos temas: *herencia vs. aprendizaje* y *determinismo biológico vs. determinismo social*.

Se presentaron ejemplos de las tradiciones de pensamiento psicológico y sus exponentes, en historia de la disciplina, que abrieron el debate entre los participantes en este ciclo. En la sesión dedicada a “Herencia vs. aprendizaje”, la Mtra. Yolanda Bernal Álvarez, la Mtra. Nury Doménech Torrens y el Dr. Germán Álvarez Díaz de León



Captura de pantalla de la sesión del 24 de marzo.

expusieron sus respectivas perspectivas, con la acertada conducción de la Lic. Blanca E. Reguero, quien destacó los principales aspectos de controversia. El 31 de marzo participaron el Mtro. Jorge O. Molina Avilés, la Dra. Zuraya Monroy Nasr, el Dr. Rigoberto León Sánchez y el Mtro. Daniel Romero Andrade, quien también fungió como moderador. El debate fue de interés de quienes asistieron, a quienes se invitó a reflexionar en el marco de los fundamentos teóricos, así como los alcances del conocimiento bien fundado y demostrado, alejado de lugares comunes y sin sustento.

Estas controversias pueden verse en YouTube:

24 marzo 2022:
https://youtu.be/YgpWe_ial6w

31 marzo 2022:
https://youtu.be/8zpf7_7w10E

Autora: DRA. ZURAYA MONROY NASR. •



Captura de pantalla de la sesión del 31 de marzo.





Relatoría de la Sesión Académica

De lo micro a lo macro en la prevención del consumo de alcohol

En el marco del proyecto *Monitoreo, Seguimiento y Evaluación de Profesionales de la Salud Egresados del Curso Currículum Universal de Tratamiento*, el lunes 28 de marzo de 2022 a las 17:00 horas (hora de la Ciudad de México) se llevó a cabo la sesión: “De lo micro a lo macro en la prevención del consumo de alcohol” con una duración de una hora y media.

El objetivo de la Sesión Académica fue compartir temas de actualidad en el área de adicciones.

De manera inicial se dio la bienvenida a los asistentes, posteriormente se presentó a los ponentes de la sesión: Mtro. Jorge Villatoro, Dr. Humberto Nicolini, Mtra. Raquel

Mondragón, Mtra. Marycarmen Bustos Gamiño, quienes expusieron acerca de la prevención en materia del consumo de alcohol. Posterior a la presentación del tema, se realizaron preguntas a los ponentes acerca de las actitudes parentales hacia el consumo, los modelos de prevención en hijos de consumidores de alcohol, intervenciones sobre el precopeo e intervenciones de prevención en niños.

En la sesión participaron 287 asistentes de diferentes partes de América Latina, entre ellos México, Cuba, Ecuador, Bolivia, Chile, Perú, Panamá, Paraguay, Uruguay, Guatemala y República Dominicana. •



Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo



Un gran trabajo en la Facultad

En nombre de la comunidad de la Facultad de Psicología, extendiendo una felicitación al equipo que integra el Laboratorio de Cognición y Desarrollo, encabezado por el Dr. Felipe Cruz Pérez, quienes trabajan de manera decidida en la búsqueda de mejores estrategias para el tratamiento de personas con autismo.

En el marco del Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo, conmemorado el 2 de abril, la labor de nuestros colegas contribuye eficazmente a la generación de entornos que permitan una educación inclusiva y de calidad en igualdad de condiciones.

¡Enhorabuena!

Atentamente

Ciudad Universitaria, a 4 de abril de 2022

DRA. MARÍA ELENA MEDINA MORA
Directora de la Facultad de Psicología

Conozca más en la nota de Gaceta UNAM - UNAM Global:
https://bit.ly/AutismoFP_UNAMGlobal

UNAMirada desde la Psicología

¿Cómo identificar el riesgo suicida? y ¿Qué hacer ante este comportamiento?

Como parte del ciclo de conferencias UNAMirada desde la Psicología, el pasado 29 de marzo del año en curso, la Dra. Paulina Arenas Landgrave, presentó la ponencia titulada *¿Cómo identificar el riesgo suicida? y ¿Qué hacer ante este comportamiento?*.

La Dra. Arenas Landgrave comentó que a partir de la actual situación a nivel global en materia de salud mental, surge la necesidad de abordar temáticas como el riesgo de suicidio, resaltando la importancia que tiene el conocer los factores de riesgo y protección asociados, que permitan identificar la manera de realizar un plan de seguridad ante dicho comportamiento. Para ello, desde una aproximación fundamentada en la suicidología, en la ciencia conductual y en la práctica clínica basada en evidencia, se conceptualiza al suicidio como el acto deliberado de quitarse la vida en respuesta a la experiencia de dolor emocional intolerable acompañada de la carencia de habilidades para enfrentarlo dentro de un contexto alta-



Captura de pantalla de UDEMAT.

mente invalidante. Es así que conocer los factores individuales y ambientales de riesgo agudo y crónicos, así como los de protección que existen en un individuo dentro de un contexto determinado, permitirá generar rutas de acción para intervenir, tanto a nivel individual como familiar, de manera oportuna y efectiva ante una situación de crisis emocional asociada al suicidio (manejo de episodio agudo) y poste-

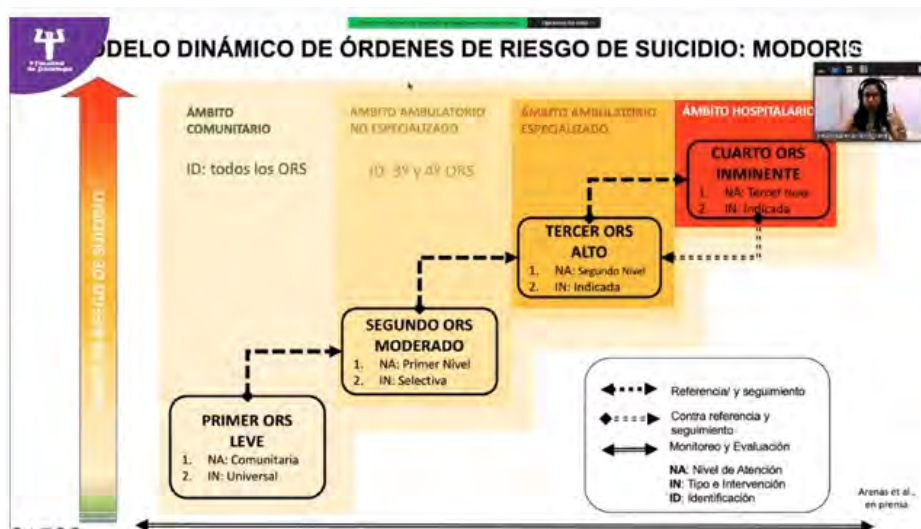
riormente tratar las problemáticas que persisten cuando el riesgo agudo disminuye (mediante tratamientos psicoterapéuticos únicamente o acompañados de tratamiento farmacológico, específico y delimitado, cuando así se requiera).

Uno de los principales retos que se tiene a nivel nacional dentro de las políticas públicas es el manejo y tratamiento integral del comportamiento suicida, con base en lo cual se presenta un Modelo Dinámico de Órdenes de Riesgo Suicida que tiene como propósito estructurar, organizar y coordinar la atención de las personas con riesgo de suicidio desde la comunidad hasta la red de servicios de salud públicos, el cual se ha trabajado de manera institucional en colaboración con la Secretaría de Salud y la OPS/OMS México.

Si quieren conocer más sobre el tema y lo que nos compartió la Dra. Paulina Arenas Landgrave, la ponencia está disponible en la siguiente liga:

<https://www.youtube.com/watch?v=w8mi1Yw9uHA&t=346s>

MTRA. LAURA AMADA HERNÁNDEZ TREJO.
Coordinadora de Psicología Clínica y de la Salud.



Captura de pantalla de UDEMAT.

7ª Sesión académica del Quinto Ciclo de Sesiones Clínicas y Académicas

Enseñando autocontrol a niños(as) con TDAH durante la pandemia

En el marco del *Quinto Ciclo de Sesiones Clínicas y Académicas de la Coordinación de los Centros de Formación y Servicios Psicológicos*, se presentó la 7ª Sesión académica el día 23 de marzo de 2022 titulada “Enseñando autocontrol a niños(as) con TDAH durante la pandemia”, con la Doctora Alma Luisa López Fuentes, cuya línea de investigación ha sido el Análisis Conductual Aplicado.

La Dra. López inicia explicando que el Análisis Conductual Aplicado es una ciencia que estudia la conducta y ayuda a entenderla y mejorar la que es socialmente relevante. Respecto a la elección de autocontrol existen dos opciones de elección: la primera de ellas representa un reforzador de mayor magnitud y presenta una característica de demora en su obtención; por otro lado, está la impaciencia, la cual implica un reforzador inmediato, pero de menor magnitud. La generalización implica que la conducta entrenada en un ambiente y se extienda a otras situaciones y se mantenga en el tiempo. Finalmente, el TDAH, tiene tres criterios diagnósticos: la inatención, la hiperactividad y la impulsividad. La prevalencia en niños de edad escolar es del 3 al 5%.

En niños con TDAH existe un sesgo o preferencia a reforzadores inmediatos, con menor magnitud, calidad o frecuencia. Se puede entrenar para incrementar el tiempo de espera para el reforzador. Se ocupa el procedimiento de reforzamiento diferencial de conductas alternativas para ocupar el tiempo de espera. Otro procedimiento es señalar la demora. Y finalmente enseñar las auto instrucciones para disminuir conducta problema y conseguir beneficios.



Captura de pantalla de facebook/CoordinacionCentrosUNAM/

Se menciona que por las restricciones sanitarias se pasó de lo presencial a la atención remota. El objetivo del proyecto fue evaluar el efecto del entrenamiento sobre la generalización de la elección de autocontrol y la disminución de la conducta problema durante la demora en niños con síntomas en TDAH. Participaron 7 menores de edad entre 6 y 9 años. Como criterio de inclusión fue que presentaran más de 51% en inatención. Como parte del diseño que se evaluó previamente, se entrenó, una evaluación posterior y seguimiento, para lo que se creó una línea base múltiple, entre escenarios, una entrevista y algunos instrumentos.

El entrenamiento se realizó un entrenamiento por medio de zoom, utilizando cuatro escenarios para entrenar el esperar para obtener una recompensa mayor mientras se realiza una tarea para esperar: Alimento, juego, material didáctico y el último fue de videos. Se realizaron algunas pruebas preexperimentales, la prueba de preferencia para identificar los reforzadores más adecuados para cada participante. Prueba de espera, para ver tiempo que cada niño esperaba, para no asumir capacidad de espera. Prueba de magnitud y de demora para identificar el concepto de mayor y menor y del tiempo. Se aumentó paulatinamente el tiempo de espera de 10% en 10%.

Como conclusiones se encuentran que la elección del autocontrol y la tolerancia a la demora de niños con TDAH al entrenar. Modalidad a distancia validada por cuidadores, y se tuvo una replicación de los hallazgos. Recalca la importancia fundamental de la participación del cuidador para ayudar al menor indicando las reglas y aplicando técnicas de crianza positiva. •



Captura de pantalla de facebook/CoordinacionCentrosUNAM/

II Ciclo de Conferencias Fronteras en la Cognición

Alteraciones de los circuitos neuronales inducidos por el péptido beta amiloide: Relevancia para la enfermedad de Alzheimer

El pasado 23 de marzo se realizó la conferencia “Alteraciones de los circuitos neuronales inducidos por el péptido beta amiloide: Relevancia para la enfermedad de Alzheimer”, impartida por el Dr. Fernando Peña Ortega del Instituto de Neurobiología de la UNAM.

Dentro de su plática el Dr. Peña mencionó que una característica de la enfermedad de Alzheimer es la acumulación excesiva de una proteína constitutiva con funciones fisiológicas importantes denominada péptido beta-amiloide. Esta acumulación implica la aparición de agregados hidrofóbicos, llamados placas amiloides, los cuales sirven para el diagnóstico de la condición. Sin embargo, estos depósitos no necesariamente son los causantes de la demencia en personas con Alzheimer y otras afecciones por lo que tratar enfermedades tan complejas como lo es el Alzheimer es muy complicado. El Dr. Peña señaló que los esfuerzos e investigaciones relacionadas al tratamiento de la enfermedad desisten debido al poco progreso que se tiene cuando los tratamientos están dirigidos al estadio donde ya existen las placas amiloides en el paciente. Sin embargo, su trabajo y el de otros grupos están enfocados a periodos de tiempo predecesores a la aparición del péptido amiloide. En este sentido mencionó que antes de la aparición de los depósitos de placas amiloides, existe un aumento en la aparición de un oligómero beta-amiloide que podría estar promoviendo (correlacionado) la aparición de la demencia y la progresión en la aparición de otras enfermedades neurodegenerativas. Este péptido, se encuentra en diversas regiones y tejidos del cerebro, incluido el epitelio del bulbo olfatorio por lo que no resulta extraño, que el olfato es uno de los sistemas sensoriales donde se observan alteraciones en etapas muy tempranas del Alzheimer, incluso antes de que este sea diagnosticada o como una alteración que precede y promueve a la enfermedad de Alzheimer.

Para comprobar dicha conjetura, el Dr. Peña junto con su equipo de trabajo realizaron experimentos en ratones a los cuales se les administró el oligómero amiloide y observaron que la presencia del oligómero está relacionado a la disminución en la actividad neuronal del bulbo olfatorio y el porcentaje de disminución está relacionado a la gravedad/severidad de la patología. Esto podría indicar que el



Dr. Fernando Peña Ortega.

péptido está teniendo un efecto mucho antes del proceso de neurodegeneración, sus resultados sugieren que al disminuir la actividad neuronal, se verán afectados los circuitos neuronales, y por lo tanto la conducta.

¿Se puede revertir el efecto?, es una de las preguntas abordadas en su investigación. Debido a la complejidad que supone tratar esta enfermedad, no existen muchas alternativas farmacológicas para el tratamiento. En la búsqueda de otras alternativas surge el empleo de la estimulación olfativa. Para demostrar su efecto, a ratones con el oligómero, se les estimuló con diferentes olores y se observó que efectivamente, la estimulación promovía el restablecimiento de los circuitos neuronales. Con esta evidencia, se podría especular el futuro desarrollo de terapias enfocadas en la estimulación del olfato para el tratamiento de neuropatologías.

La plática del Dr. Peña se realizó dentro del “II Ciclo de Conferencias Fronteras en la Cognición”.

Nota realizada con la colaboración de FRIDA ROSALES LEYCEGUI, alumna en estancia de investigación en la Facultad.

DR. OCTAVIO GARCÍA,
Organizador del II Ciclo de Conferencias. •



Captura de pantalla: UDEMAT.

UNAMirada desde la Psicología

Abordaje de la depresión desde la perspectiva cognitivo conductual

El pasado 22 de marzo, y como parte del ciclo de conferencias UNAMirada desde la Psicología, el Dr. José Alfredo Contreras Valdez, presentó la ponencia titulada *Abordaje de la depresión desde la perspectiva cognitivo conductual*.

En su exposición comentó que son dos los principales conjuntos de indicadores que señalan la existencia de algún tipo de depresión. En primer lugar, se observan los estados de ánimo frecuentes de tristeza, desmotivación, irritabilidad, entre otros. En segundo lugar, las personas van perdiendo el placer por aquello que anteriormente les causaba interés o pasión. Las teorías del aprendizaje han ofrecido una explicación plausible acerca del origen y mantenimiento de la depresión. Las personas que experimentan depresión aprenden a realizar comportamientos que funcionan para evitar el malestar que puede presentarse en diferentes contextos, malestar ocasionado por diferentes sucesos de vida y formas de responder ante ellos. A corto plazo, esas conductas de evitación cumplen con su función y logran que la persona no se exponga a estímulos que resultan aversivos. Sin embargo, a largo plazo, la evitación propicia que el malestar se intensifique y, por otro lado, que sea cada vez más difícil tener contacto con estímulos reforzadores. En otras palabras, las personas con depresión se alejan de aquellos estímulos que dan sentido a sus vidas y, por consiguiente, cada vez desarrollan mayor malestar emocional que, a su vez, incrementa las conductas de evitación. La terapia cognitivo conductual ha ofrecido alternativas que pueden modificar dicho ciclo evitativo, ayudando a las personas a tener contacto, de forma sistematizada y paulatina,



Captura de pantalla: UDEMAT.

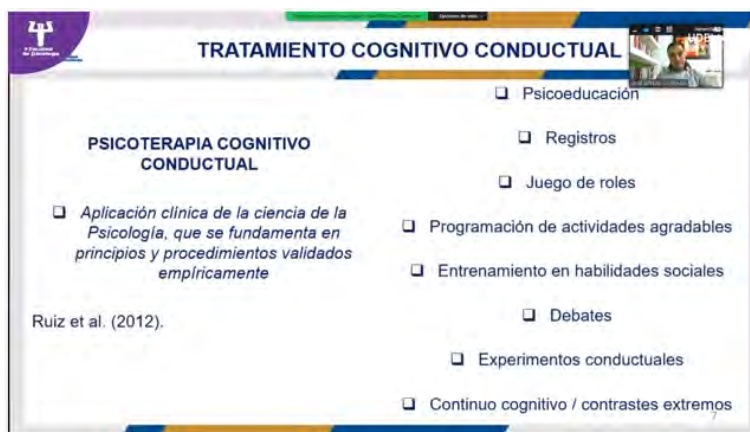
con los reforzadores que han ido perdiendo a causa de la evitación. En esta conferencia, se revisan algunas explicaciones teóricas del origen y mantenimiento de la situación depresiva desde las teorías del aprendizaje. Posteriormente, se desglosan algunas técnicas de terapia cognitivo conductual que han mostrado eficacia en el abordaje de los síntomas de la depresión, haciendo énfasis en la activación conductual como línea principal del abordaje de la situación depresiva.

Si quieren conocer más sobre el tema y lo que nos compartió el Dr. José Alfredo Contreras Valdez, la ponencia está disponible en la siguiente liga:

https://www.youtube.com/watch?v=jtDz_57qZ_k&t=351s

MTRA. LAURA AMADA HERNÁNDEZ TREJO.

Coordinadora de Psicología Clínica y de la Salud. •



Captura de pantalla: UDEMAT.

¿Qué ha sido de mí después de haber realizado la maestría?

Sin duda, lo que fue de mí luego de concluir la maestría se tradujo en un abrir nuevos caminos en lo laboral, en lo académico, en lo personal y aún más. La Maestría en Psicología fue un parteaguas en mi vida porque me permitió pensar en los adolescentes que presentan dificultades para responder a las demandas escolares de una manera más amplia y sustentada en referentes teóricos precisos.

Aprendizajes sólidos que se lograron gracias al entrenamiento en la residencia del Centro Comunitario de la Facultad de Psicología que dieron lugar a una manera particular de acompañar a los adolescentes, basado en el desarrollo de vínculos que, ante todo, respetaban su persona, reconocían su singularidad y no lo etiquetaban a partir de diagnósticos que, de antemano, pudiesen limitar sus posibilidades de crecimiento y desarrollo.

La maestría propició en mí el desarrollo de habilidades profesionales para la intervención en ámbitos educativos basado en primera instancia, en una escucha de lo que le acontece al estudiante no sólo en su proceso de aprendizaje y las dificultades que señala tener, sino en sus distintos ámbitos que lo configuran como persona, así como a sus padres y a otros actores involucrados en su formación.

Esta escucha respaldada con fundamentos teóricos claros y pertinentes que brindó en su momento la maestría, motivó el deseo de seguir formándome en el ámbito de la psicopedago-



Foto de Stanley Morales en Pexels.

gía, los sistemas familiares y los saberes vinculados a la formación del sujeto del inconsciente con la finalidad de profundizar en lo que facilita o dificulta al aprendizaje y los distintos factores que se ponen en juego al aprender y que tienen que ver con lo social, lo afectivo, lo emotivo y lo cultural.

Las bases que la maestría y particularmente, el Programa Alcanzando el Éxito en Secundaria (PAES) con su equipo de colegas tutores me brindaron, ha permitido desarrollarme a lo largo de más de diez años, en diferentes espacios profesionales que tienen que ver con el desarrollo de material educativo para maestros y estudiantes de educación básica, participar en diferentes proyectos de evaluación educativa, de consultoría psicopedagógica y de formación de maestros hasta llegar actualmente a la coordinación de un posgrado que me brinda la oportunidad de acompañar y orientar a estudiantes y maestros con herramientas que los reconoce de manera integral.

Agradezco infinitamente a todos los maestros y compañeros que aportaron en mi formación durante mi paso por la maestría.

Autora: MTRA. EUNICE MAYELA AYALA SEUTHE,
Maestría en Psicología. Residencia en Psicología Escolar.

Responsable Académica de la Residencia
en Psicología Escolar: MTRA. SUSANA EGÚÍA MALO,
residenciaescolar@psicologia.unam.mx •



Foto de Kobe en Pexels.

Retos de las Prácticas de Formación Profesional

El acompañamiento en el escenario de formación profesional, clave de la vinculación teoría-práctica

En algún tiempo, la enseñanza universitaria se concentraba en la esfera teórica. En la actualidad, se ha evidenciado que las rupturas entre la teoría y la práctica empobrecen la formación universitaria y la dejan incompleta (Ordeñana-García, Darretxe-Urrutxi & Beloki-Arizti, 2016; Zabalza, 2012).

Es común pensar que el aprendizaje en los escenarios profesionales que se da en el *Practicum*, es diferente de los contextos académicos, porque los primeros privilegian la práctica y los segundos la teoría; sin embargo, “ambos componentes de la experiencia formativa, el aprendizaje en la Universidad y el aprendizaje del *Practicum*, contienen elementos teóricos y prácticos. Es el proceso de aprender y los contenidos que se aprenden, lo que cambia” (Zabalza, 2011, p. 27).

Durante la formación en escenarios, el responsable de formación tiene un papel fundamental. Es un mediador que favorece: a) la inserción de los alumnos en el escenario; b) la interacción entre la población y los alumnos, impulsando la solución de conflictos que pudieran presentarse; c) la reconstrucción crítica de la experiencia en los estudiantes, la cual puede entenderse como la evaluación subjetiva de situaciones, sujetos, acciones y decisiones, así como de los supuestos implicados en el examen de los contextos sociales y políticos (Erausquin, Basualdo, García y Meschman, 2014); y e) aplica estrategias sugeridas por la investigación sobre la enseñanza, considerando los intereses, ideas previas y procesos de desarrollo cognitivo de las y los estudiantes.

Así, el responsable de formación en escenarios acompaña la transición del alumnado hacia la consolidación de competencias que le permitan contribuir a la transformación social.

En nuestra Facultad, la diversidad de los programas de formación en la práctica han implicado un esquema de acompañamiento, guía, monitoreo o supervisión, congruente con la postura teórica y metodológica de cada campo.

No obstante sus particularidades, las acciones que se desarrollan van encaminadas a que las y los estudiantes, lleguen a ser profesionales que reflexionan sobre su práctica y que dan sentido teórico a sus experiencias, un recurso invaluable durante y para la formación profesional.

Referencias

- Erausquin, C., Basualdo, M., García Labandal, L. y Meschman, C. (2014). Formadores de profesores de Psicología, prácticas de enseñanza y construcción de saberes: Cruzando fronteras entre escenarios y perspectivas diferentes. *Anuario de Investigaciones*, XXI, 75-91.
- Ordeñana-García, M. B., Darretxe-Urrutxi, L. & Beloki-Arizti, N. (2016). Innovando el Practicum en educación social: experiencia de trabajo colaborativo a partir de sus protagonistas. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 7(20),114-134.[fecha de Consulta 16 de Marzo de 2022]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299147630007>
- Zabalza, M. A. (2011). El Practicum en la formación universitaria: estado de la cuestión. *Revista de Educación*, (354), 21-43. Disponible en http://www.revistaeducacion.educacion.es/re354/re354_02.pdf
- Zabalza, M. A. (2012). Articulación y rediseño curricular: el eterno desafío institucional. *Revista de Docencia Universitaria. REDU*, 10(3), 17-48. Disponible en <http://www.red-u.net/>

Coordinación de Prácticas Profesionales de la Facultad de Psicología, UNAM.

DRA. MARÍA ESTELA JIMÉNEZ, Coordinadora .

MTRA. RAQUEL RIVERA OLMOS, Secretaria Técnica. ●



Foto: AGP.



Nuestras Experiencias en la Práctica de Formación Profesional

El Programa de Prácticas en Análisis Conductual Aplicado del Área de las Ciencias Cognitivas y del Comportamiento inició en el año 2019. El objetivo del programa es que los estudiantes participen en investigación en análisis conductual aplicado y que realicen prácticas supervisadas en escenarios reales de formación profesional.

La primera generación del programa fue de 12 estudiantes. Una vez que los estudiantes adquirieron los conocimientos sobre las bases conceptuales, las técnicas y los lineamientos éticos del análisis conductual aplicado, asistieron al Centro de atención múltiple de la Asociación Pro-Personas con Parálisis Cerebral (APAC). Los estudiantes participaron en investigación enfocada en desarrollar técnicas para adaptar los procedimientos de la disciplina para el tratamiento de conductas problema en personas con parálisis cerebral. Bajo la supervisión continua de la responsable del programa, los estudiantes implementaron intervenciones efectivas, mejorando la calidad de vida de los niños y de las personas que los rodean.

A continuación, se presentan las experiencias de alumnas y alumnos que cursaron el taller.

“Este programa fue una de las experiencias más enriquecedoras que tuve durante la licenciatura porque me permitió desarrollar habilidades profesionales y personales mediante el diseño e implementación supervisada de una intervención conductual con un niño diagnosticado con parálisis cerebral. Aprendí a identificar y responder a las necesidades de las personas y la comunidad, desarrollé la capacidad de adaptarme y responder efectivamente a los retos cotidianos que se presentaron y fortalecí mi compromiso por formarme como una profesional responsable, empática y actualizada cuyo objetivo es contribuir al desarrollo de la ciencia de la conducta y a la mejora de la calidad de vida de las personas”.

ANDREA CATARINO B.,
generación 2020-I

“Mi experiencia durante el taller de prácticas fue excelente, además de que marcó la orientación teórica por la que decidí llevar mi formación profesional. Durante todo el proceso me sentí muy seguro de lo que tendría que hacer, ya que la profesora nos brindó una formación teórica y práctica bastante completa previo al escenario aplicado. Toda la experiencia que adquirí, tanto en la parte profesional como en la personal, fue enri-

quecedora y satisfactoria. El taller me permitió conocer más acerca de mí y mis capacidades para realizar investigación y brindar un servicio de excelencia para la modificación de la conducta”.

MIGUEL A. SÁNCHEZ R.,
generación 2020-I

“Realizamos prácticas profesionales en APAC con una niña diagnosticada con parálisis cerebral para intervenir sobre conductas que interferían con sus actividades en la institución. Fue enriquecedor y gratificante aprender herramientas para la investigación aplicada y el ejercicio profesional a través de brindar un servicio que beneficiara a las personas. Experimenté lo retador, la responsabilidad y el compromiso del ejercicio profesional, de la mano de una docente tan dedicada. Me parece importante abrir espacios que propicien estas experiencias, en las que por primera vez nos enfrentamos a las demandas de la sociedad, que nos beneficia a nosotros y a la comunidad”.

ÁNGEL V.,
generación 2020-I

“Esta experiencia fue para mí una oportunidad de crecimiento profesional. Experimenté cuán complejos son ciertos procesos que parecen “sencillos” en la teoría, pero en la práctica resultan retadores. Experimenté también la satisfacción de superar estos retos, siempre desde la supervisión de una apasionada experta del tema. Ser responsable de una intervención, bajo supervisión, me ayudó a desarrollar confianza en mi ejercicio profesional. Me quedo satisfecha con este acercamiento al análisis conductual aplicado y de los resultados favorables obtenidos, no únicamente ventajosos para mi formación, sino también para mejorar la calidad de vida de los receptores del tratamiento”.

MARIANA ÁVILEZ V.,
generación 2020-I

DRA. ALICIA ROCA COGORDAN,
responsable del programa.

Coordinación de Prácticas Profesionales
de la Facultad de Psicología, UNAM.

DRA. MARÍA ESTELA JIMÉNEZ, Coordinadora.

MTRA. RAQUEL RIVERA OLMOS, Secretaria Técnica. •

Comunidad **saludable**

¿Dificultad para dormir?

¿Sí?, entonces aprende sobre la **Higiene del sueño** para que puedas dormir

- Ten un horario fijo para acostarte y levantarte
- Evitar estar en los dispositivos electrónicos que emanan luz previo a acostarse
- Evita la siestas en el día
*Si la realizas: no más de 30min
- No concilies el sueño en 15 min: levántate y realiza una actividad relajante
- No realices ejercicio justo antes de dormir
- Evitar acostarse hasta después de 2 horas de haber cenado
- Evita cafeína, chocolates y azúcares antes de acostarte
- Tu recámara debe tener una temperatura agradable, estar oscura y sin ruido
- Evita comidas copiosas, picantes e ingerir muchos líquidos antes de dormir
- Ocupar la cama exclusivamente para dormir o actividad sexual

Si quieres saber más... responde el cuestionario <http://misalud.unam.mx>

Bermajo Pareja, F. & Molina Arjona, J. A. (2011). Sueño saludable: evidencias y guías de actuación. Documento oficial de la Sociedad Española de Sueño. Revista de Neurología, 52(10) 2. <https://doi.org/10.33588/rn.5201.2011051>

10 Mandamientos de la higiene del sueño

World Sleep Society

- Establecer un horario regular para irse a dormir y despertarse
- No exceder los 45 min. en siestas
- Evitar consumo de alcohol y tabaco antes de acostarse
- Evitar café, té, refrescos y chocolate 6 hrs. antes de acostarse
- Evitar alimentos pesados, picantes o azucarados 4hrs. antes de acostarse
- NO realizar ejercicio justo antes de acostarse
- Usar ropa de cama cómoda y acogedora
- Mantener la habitación bien ventilada y con temperatura cómoda
- Bloquee ruidos y elimine la mayor cantidad de luz
- Reserve su cama para dormir

PROMOCIÓN DE LA SALUD SEXUAL



PROSEXHUM

Día Internacional de la Visibilidad Transgénero 31 de marzo 2022

Desde la cosmovisión heteronormativa se coloca a todas las personas en dos opciones dicotómicas. Mujer–femenina–heterosexual y hombre–masculino–heterosexual. En estas dicotomías, convergen el dimorfismo sexual (biológico), el binarismo genérico (sociocultural) y la orientación sexual (erótico–genital), y socialmente se interpretan como “lo normal” y se les denomina *cisgénero*.

El concepto *transgénero* se refiere a las personas en las que la asignación de género no se corresponde a su sexo biológico, esto es, personas que hacen uso de vestimenta, accesorios, cosmética y expresan comportamientos y tienen actitudes discordantes con el género que socialmente les fue asignado. Quienes deciden expresarse como *transgénero* y transgreden el binarismo genérico, generan malestar cultural y activan procesos de exclusión social en quienes se asumen como *cisgénero*. Constantemente son señaladas, juzgadas, segregadas y discriminadas, son objeto de violencia y faltas graves a sus Derechos Humanos.

En el Programa de Sexualidad Humana-PROSEXHUM reconocemos los procesos psicológicos que atraviesan las *personas trans*, en un contexto sociocultural patriarcal-heteronormado que obstaculiza su libre desarrollo, su bienestar y su calidad de vida. Promovemos el respeto a los Derechos Humanos, los Derechos Sexuales y Reproducti-



Imagen: Prosexhum.

vos, la inclusión, la no discriminación y la justicia social para todas las personas sin importar su sexo, su género, su raza, su edad o su clase social en el marco de una ética humanista. Reconocemos el activismo académico, social y político que visibiliza a las *personas trans desde el 2009* y que reivindica sus derechos y el acceso a una vida digna y sin violencia. Invitamos a la comunidad universitaria a abrir espacios de diálogo en los que se genere la crítica constructiva y la reflexión sobre las imposiciones de género que replican estereotipos y mandatos de dominio y subordinación desde la educación sexista/androcéntrica. Cuestionarse ¿Qué me impide reconocer lo “diferente”, lo “extraño”, lo “desconocido”? ¿Aceptar la Diversidad de expresiones de género?

Autoras: MTRA. ENA ERÉNDIRA NIÑO CALIXTO y PSIC. LETICIA ESPINOSA MORENO. •



Imagen: Prosexhum.

“HASTA QUE LA DIGNIDAD SE HAGA COSTUMBRE” (Estela Hernández, 2017).

Síguenos en nuestras redes sociales,
Programa de Sexualidad Humana –PROSEXHUM–



Centro de Documentación “Dr. Rogelio Díaz Guerrero”



Cursos de Búsqueda de Información Psicológica en bases de datos

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

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

Requisitos para poder tomar el curso por Zoom:

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

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

FECHAS	HORARIOS
ABRIL	
Del 18 al 22	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.
Del 25 al 29	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.
MAYO	
Del 2 al 6	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.
Del 16 al 20	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.

Contacto e inscripciones:
DR. FERMÍN LÓPEZ FRANCO,
Coordinador del Centro de Documentación.
Email: cedoc.psicologia@unam.mx •

Servicios virtuales que se ofrecen

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

Los recursos en línea (Biblioteca Digital UNAM) se conforman de colecciones digitales de libros, revistas y artículos, entre otros. Disponibles las 24 horas del día, a través de los siguientes sitios web:

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

<http://www.bibliotecas.unam.mx/>
<http://www.bibliotecacentral.unam.mx/> •



Biblioteca “Dra. Graciela Rodríguez Ortega”



Cursos sobre el uso de recursos impresos y electrónicos de información psicológica

Objetivos:

- Utilizar los recursos impresos y electrónicos.
- Identificar bases de datos especializadas en psicología.
- Elaborar estrategias de búsqueda entre otras habilidades.

Nota: En caso de que NO HUBIERA CUPO en la fecha y horario que seleccionó se le enviará un correo con las fechas disponibles.

Si tiene algún problema con su registro envíe un correo a:

LIC. ZILA MARTÍNEZ MARTÍNEZ,
Coordinadora de la Biblioteca.
zilam@unam.mx •

Formulario de inscripción:
<https://forms.gle/UX2VRg8tdfdPC5GL6>

ABRIL	HORARIO
Del 25 al 29	11:00 a 13:00 h.
	13:00 a 15:00 h.

Solicitud de préstamo de materiales

A partir del 22 de marzo, ya no es necesario que agende una cita para realizar sus PRÉSTAMOS; puede acudir directamente a la Biblioteca, de lunes a viernes, de 8:30 a 19:30 h.

Le pedimos que acuda con los datos del material que requiere (autor, título, clasificación), pues será con la modalidad de estantería cerrada.

Por seguridad le pedimos que acuda solo una persona, con cubre bocas colocado correctamente.

Si tiene alguna duda se puede comunicar con la Coordinadora de la Biblioteca, la LIC. ZILA MARTÍNEZ, al correo zilam@unam.mx. •

Acta de Investigación Psicológica

El año 2021 de nuestra revista cierra con un penúltimo artículo que retrata la importancia del uso de casos simulados como estrategias de evaluación de habilidades de profesionales de la salud en contextos de entrenamientos en psicología clínica. El manuscrito explora cómo estos escenarios facilitan la práctica y cómo la retroalimentación oportuna en ambientes controlados pueden reducir potenciales problemas éticos. Finalmente, el último artículo de 2021 contrasta las diferencias en sintomatología depresiva entre mexicanos de dos polos urbanos importantes. El estudio sugiere diferencias en niveles de depresión por zona geográfica, acompañado de un perfil afectivo autodestructivo y de afecto alto. Las autoras exploran las implicaciones de estos hallazgos para el campo clínico. Envíe un manuscrito original (aip.psicologia@unam.mx) y consulte nuestro catálogo completo:

https://revista-psicologia.unam.mx/revista_aip/index.php/aip •



Opprima sobre la imagen para ir al enlace.



A la comunidad académica de la Facultad de Psicología
Módulo de Gestión para Permisos del Personal Académico
(Licencias incisos b y c del Art 97 EPA y Cláusula 69-I del CCT)



Se informa a las y los académicos que deseen tramitar solicitudes para licencias asociadas a los incisos b y c del Artículo 97 del Estatuto del Personal Académico (EPA), así como a la Cláusula 69-I del Contrato Colectivo de Trabajo (CCT), que ha sido activado el *Módulo de gestión para permisos del personal académico* para brindarles atención en línea.

Consulte la página:

<http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/convocatorias/Modulo-de-Gestion-para-Permisos-del-Personal-Academico-Sec-General-Fac-Psicologia-UNAM.pdf>



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Psicología



Como parte de las acciones comprometidas en el *Programa de No Violencia e Igualdad de Género* del Plan de Desarrollo de la Facultad de Psicología 2020-2024, la Dirección de la Facultad convoca al personal de confianza y funcionariado a registrarse en los eventos de capacitación que oferta la Dirección General de Personal, a través del Subprograma Igualdad de Género.

Puede consultar el Catálogo de Eventos de Capacitación 2022 en:

https://caplin.dgp.unam.mx/SCyE/pluginfile.php/111354/mod_resource/content/1/catalogoCap2022.pdf

Regístrese en: <https://caplin.dgp.unam.mx/SCyE/>

Para más información, comuníquese a la Dirección de la Facultad en las extensiones 22312 y 22334, o al correo electrónico: gestion.psicologia@unam.mx



Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Psicología



Programa de Estímulos al Desempeño de Personal Académico de Carrera de Medio Tiempo para el Fortalecimiento de la Docencia (PEDPACMeT)

A los académicos de la Facultad con nombramiento de profesor de carrera o técnico académico de medio tiempo y que cuenten con una antigüedad mínima de cinco años en la UNAM, se les invita a participar en el Programa de Estímulos al Desempeño de Personal Académico de Carrera de Medio Tiempo para el Fortalecimiento de la Docencia (PEDPACMeT).

Para mayor información consulte la Convocatoria y las Normas de Operaciones publicadas en la Gaceta UNAM el 25 de marzo de 2019, en la página de la DGAPA.

http://dgapa.unam.mx/images/pedpacmet/2019_pedpacmet_convocatoria.pdf
Informes al correo: estimulos.psicologia@unam.mx

Programa de Estímulos al Desempeño de Profesores y Técnicos Académicos de Medio Tiempo (PEDMETI)

Con la finalidad de reconocer y estimular la labor sobresaliente de los profesores de carrera y técnicos académicos ordinarios de medio tiempo en la docencia, la vinculación y el apoyo a las funciones sustantivas, así como fomentar su superación y elevar el nivel de productividad y calidad en su desempeño, se convoca al personal de medio tiempo interesado en participar en el Programa de Estímulos PEDMETI.

La convocatoria puede ser consultada en el siguiente enlace:

https://dgapa.unam.mx/images/pedmeti/2015_pedmeti_convocatoria.pdf
Para entrega de documentación, informes o dudas dirigirse al correo: estimulos.psicologia@unam.mx



Terapias de Juego

Las innovadoras terapias de juego, han demostrado ser sensibles al desarrollo y clínicamente efectivas en una variedad de poblaciones y trastornos infantiles, cuando están teóricamente fundamentadas y diseñadas para implementarse en múltiples configuraciones. Los poderes terapéuticos del juego pueden observarse en: comunicación, regulación emocional, mejora de las relaciones interpersonales, alianzas, empatía, desarrollo del juicio moral y de la tolerancia a la frustración, manejo del estrés, fortalecimiento del yo, preparación para la vida y la autorrealización. Muchas de las intervenciones están dirigidas tanto a la prevención como a trastornos específicos. La investigación de resultados, respalda la eficacia de cada programa, con objetivos claramente establecidos, fundamentos teóricos y el desarrollo para la intervención, los materiales, las recomendaciones para el uso clínico, la evaluación continua y la capacitación requerida son componentes destacados de cada tratamiento, según el enfoque, por ejemplo: psicoanalítico, cognitivo-conductual, enfocado en la solución, psicodinámico, narrativa, integrativa, sistémico, etcétera.

Cada día aumenta la necesidad de proporcionar evidencias empíricas de la efectividad de las intervenciones en la salud mental. Por ello, se aportan sólidas bases teóricas y los objetivos precisos de cada terapia, seguidos de una descripción de los elementos clave de cada tratamiento, cuya base empírica demuestre la efectividad y la replicabilidad y traslación a diferentes entornos. Especialmente la Terapia de Juego requiere de métodos rigurosos de diseño y análisis de datos, para respaldar las intervenciones basadas en el juego para diferentes grupos de edad y aplicadas en diferentes contextos, como la clínica, el hospital, la escuela y el hogar; a nivel individual, grupal o familiar.

Las terapias de juego ofrecen la posibilidad de expresar el mundo interno, incluyendo miedos, preocupaciones y recursos, a través de un lenguaje simbólico, que se ajusta a diferentes formas de comunicación e interacción con el mundo exterior, están diseñadas para prevenir y tratar las dificultades emocionales y conductuales, con personas, generalmente niños que tienen trastornos de conducta disruptivos, trastorno por déficit de atención / hiperactividad y el trastorno oposicionista desafiante, que han demostrado mejoras en la conducta del niño y en el estrés parental; aumentando además el cumplimiento y las habilidades sociales del niño. Los niños con trastornos del desarrollo como el autismo, el trastorno generalizado del desarrollo y las deficiencias cognitivas han mejorado significativamente con el juego simbólico, el funcionamiento socioemocional,

la motricidad fina perceptiva por lo que se han integrado en muchos contextos. Así mismo, se han encontrado resultados positivos con niños que requieren hospitalización o tienen enfermedades crónicas, lesiones por accidentes, dificultades de integración sensorial y disfunción cerebelosa. Los programas de prevención basados en el juego promueven la salud social y emocional de los niños.

Es recomendable que los modelos de terapia de juego incluyan: a) la evaluación de los resultados con instrumentos psicométricamente sólidos y clínicamente sensibles; b) enfoques de intervención multimodal; c) técnicas cognitivo-conductuales o programas de contingencias en el hogar y en la escuela, con intervenciones estructuradas, adaptadas al nivel de desarrollo del niño; d) dirigidas a comportamientos funcionales y competencias en niños y padres; e) incluir a los padres como agentes de cambio terapéutico; f) la evaluación de objetivos conductuales cuantificables, que requiere la evaluación con escalas de conducta adaptadas, la observación directa del comportamiento, la evaluación del contexto del hogar y la escuela, y los instrumentos de evaluación basados en el juego, que ayudan en la interpretación, la replicación y transportabilidad a otros entornos y poblaciones.

Existen programas de Terapia de Juego preventivo para aplicarse en la escuela, en niños con riesgo o dificultades de adaptación, y para niños que necesitan apoyo emocional y psicológico; las intervenciones con juegos cooperativos, ha resultado útil para niños agresivos, utiliza juegos de mesa colaborativos y otras actividades cooperativas para reducir el comportamiento agresivo al igual que la Terapia de Interacción entre padres e hijos, aplicada en el hogar. Se han desarrollado terapias de juego en las dinámicas de violencia, con énfasis en el impacto y el tratamiento de los niños violentados o testigos de violencia doméstica. Al igual que intervenciones específicas para niños en situación de divorcio, o separación por diversas causas de sus padres o cuidadores (muerte, migración). La terapia de juego postraumático (PPT), se diseñó en un marco que busca integrar diversos componentes y estrategias para seleccionar, adaptar, mezclar y aplicar tratamientos o componentes efectivos del tratamiento postraumático para niños. La terapia de fantasía guiada, proporciona ejemplos clínicos creativos en niños con enfermedades crónicas, y otros padecimientos.

El modelo Denver, es un programa de terapia de juego diario diseñado para facilitar el desarrollo y crecimiento de

Continúa en la pág. 19

Viene de la pág. 18

niños pequeños con trastornos del espectro autista, enfatiza la importancia de los aspectos simbólicos, interpersonales y cognitivos del juego para el desarrollo de los niños con autismo; que con este programa exhiben mejoras significativas en el juego simbólico y los intercambios afectivos y recíprocos en el juego con sus padres.

La terapia filial considera a los padres como los principales agentes de cambio. Está diseñada para resolver los problemas del niño, al mismo tiempo que fortalecer el vínculo padre-hijo, lo cual fomenta el desarrollo psicosocial saludable del niño y la familia; es una terapia de relación, se apli-

ca en una amplia gama de problemas infantiles y familiares. Los programas de intervención multimodal pueden combinar juegos apropiados para el entrenamiento individual o grupal en diferentes contextos.

Referencia:

Reddy, L. A., Files-Hall, T. M., & Schaefer, C. E. (Eds.). (2005). *Empirically based play interventions for children*. American Psychological Association.

Investigado y elaborado por:

MTRA. MARÍA GUADALUPE REYNOSO ROCHA,
Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero". •

Qué leer...

Libros electrónicos en la Biblioteca Digital de la UNAM

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

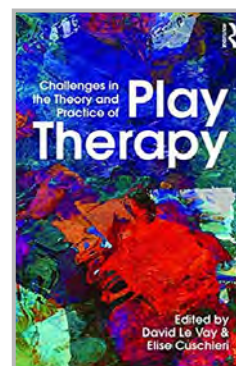
- GSchaefer, C. E. (2012). **Fundamentos de terapia de juego**. 2a ed. México: El Manual Moderno.



Desde inicios del siglo xx, la terapia de juego ha sido la principal forma de intervención psicoterapéutica con niños, la experiencia sugiere que las emociones negativas a menudo son sacadas a la luz y liberadas lentamente a medida que el niño asimila la experiencia de manera gradual por medio del juego repetitivo que cumple tres funciones principales: fomentar una autoexpresión más libre, satisfacción de deseos y permitir el dominio de los sucesos traumáticos, por medio del juego, el niño los recrea con un sentido de poder y control de la situación; eso le permite llevar a la consciencia los recuerdos reprimidos y revivirlos mientras libera el afecto de manera apropiada. Este libro ofrece una introducción con la información básica para la comprensión y la práctica de la terapia de juego: incluye los conceptos, prácticas, los mecanismos de cambio y una visión general de los poderes terapéuticos del juego. También se informa

de los problemas clínicos, profesionales y éticos que pueden surgir en la práctica y la diversidad de enfoques teóricos que se aplican en la actualidad a la práctica clínica en una gran variedad de problemas psicológicos experimentados por niños y adolescentes. La segunda parte del libro contiene una descripción detallada de los modelos psicodinámicos, los modelos humanistas, los modelos de sistemas, así como una serie de modelos emergentes, y de modelos actuales, como, "La terapia de juego narrativa", "La terapia de juego enfocada en la solución", "La terapia de juego experiencial" y "La terapia de juego integradora".

- Le Vay, D., Cuschieri, E. (2016). **Challenges in the theory and practice of play therapy**. Hove, East Sussex: Routledge.



Basándose en teorías de vanguardia y con material clínico de psicólogos experimentados se explora: El uso terapéutico del yo dentro de la terapia de juego y las cuestiones de género, la expe-

Continúa en la pág. 20

Viene de la pág. 19

riencia del terapeuta sobre la duda de sí mismo. El trabajo con lesión cerebral adquirida y con traumas del desarrollo.

El papel de la investigación dentro de la terapia de juego y los grupos de entrenamiento experiencial. Así como, los desafíos en la teoría y práctica de la terapia de juego dentro del área de la salud mental infantil, particularmente para aquellos que trabajan terapéuticamente con niños con problemas. Revisando los conceptos de congruencia y autenticidad en la práctica, como una forma de manejar el complejo reflujo relacional entre uno mismo y el otro, claramente, determinada por la experiencia, el entrenamiento y el desarrollo de la autoconciencia: el estado intuitivo aprendido de la competencia inconsciente, así como la cualidad particular y única de la relación terapéutica.

Sin investigación, los procesos de terapia de juego siguen siendo intangibles y esquivos. algo particularmente desafiante debido a que las comunicaciones en la terapia de juego son esencialmente no verbales, y presenta diferencias y barreras estructurales con otras formas de terapia. En este libro se presentan algunas posibilidades de investigación cualitativa, cuantitativa, de procesos y orientada a resultados. Así como, la aplicabilidad de la medida validada: psicoterapia infantil Q-Set (CPQ), que ofrece una forma de delinear la terapia de juego de otros enfoques terapéuticos y de desarrollar un prototipo característico para ser utilizado en estudios de investigación, incluidos aquellos que incluyen medidas cualitativas.

- Stone, J. (2020). **Digital play therapy: a clinician's guide to comfort and competence.** New York: Routledge.



La terapia de juego digital recientemente actualizada se centra en la integración responsable de la tecnología en la terapia durante y después de la pandemia de COVID-19; incorporando los fundamentos del terapeuta, los principios de la terapia de juego y la información práctica para la integración responsable de las herramientas digitales en el trata-

miento de la terapia de juego; como estrategias para usar la teleterapia de manera efectiva durante y más allá de la pandemia. Proporciona una base sólida para los psicólogos que están incorporando herramientas digitales, enfatizando la importancia de hablar el idioma del cliente y ver el uso de estas herramientas como una integración, y no como una exclusión, buscando el equilibrio como un aspecto clave en la vida y la inclusión de herramientas digitales como una poderosa adición a la práctica y el repertorio del clínico bien equilibrado, con las 4 C de los terapeutas: Competencia, Cultura, Comodidad y Capacidad, al servicio de mejorar la vida del cliente, a través de sólidas habilidades clínicas, conocimientos y juicios, que permitan obtener una comprensión profunda del lenguaje y los intereses de los clientes. En este libro, se describen seis principios básicos de la terapia de juego prescriptiva, los poderes terapéuticos del juego y los agentes centrales de cambio, aplicados en la terapia de juego digital. Las modalidades son los bloques de construcción en la práctica real de la terapia de juego y pueden adaptarse, dependiendo de los clientes y sus necesidades culturales, en muchos aspectos como la narración de historias, el juego de arena, el juego de imágenes guiadas, el juego de música, los dibujos, el juego de mesa, la realidad virtual, el juego electrónico y el movimiento. En la sección de investigación se discuten los sesgos de confirmación, la metodología de investigación, las caídas en el manejo de datos y cómo se forman las conclusiones en la investigación. En la sección de intervenciones por terapeutas de juego, se describen los fundamentos teóricos y las intervenciones que han encontrado útiles, estimulando una mayor creatividad al incorporar herramientas digitales en la práctica de la terapia de juego.

Otros libros que también se encuentran en formato electrónico, en la biblioteca digital de la UNAM (BiDi-UNAM):

- Courtney, J.A. (2020). *Infant play therapy: foundations, models, programs, and practice.* New York : Routledge.
- Gil, E. (1994). *Play in family therapy.* New York: Guilford.
- Green, E.J. (2014). *The handbook of Jungian play therapy with children and adolescents.* Baltimore : Johns Hopkins University Press.
- Mellenthin, C. (2019). *Attachment centered play therapy.* New York: Routledge.
- Reddy, L.A., Files-Hall, T.M., Schaefer, C.E. (2005). *Empirically based play interventions for children.* Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Schaefer, C.E. (2009). *Play therapy for preschool children.* Washington, D.C.: American Psychological Association.

Investigado y elaborado por:

MTRA. MARÍA GUADALUPE REYNOSO ROCHA, Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero". cedoc.psicologia@unam.mx •

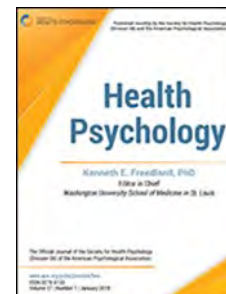
Qué leer...

Publicaciones periódicas del Centro de Documentación

Health Psychology

ISSN 0278-6133 / ISSN-L 1930-7810

Del Hábito a la Adicción



Ponciano-Rodríguez y Morales-Ruiz (2007, p. 281) precisan que la dependencia psicológica se refiere a la serie de conductas, ideas, creencias y atributos que un individuo va construyendo en torno del tabaco y del tabaquismo a lo largo de su vida como fumador y que es lo que cada vez de manera más íntima e insoluble lo fija con esta adicción; distinguen que la adicción a la nicotina da lugar a dos tipos de dependencia, que son la física y la psicológica, pero que también está presente la tolerancia y el síndrome de abstinencia (SA), que tienen lugar cuando se reduce o súbitamente se detiene el consumo de tabaco y que ambas son manifestaciones de la dependencia física, debido a que el SA tiene un sustrato neurobiológico que está mediado por la noradrenalina producida en el locus coeruleus, de ahí que la respuesta a la reducción tajante de dopamina suscite una respuesta física con signos y síntomas que resultan desagradables para el individuo, por lo que ambas autoras mencionan que como una estrategia tendiente a reducir la intensidad y frecuencia del SA, se emplean diferentes fármacos en el tratamiento del tabaquismo a través de las terapias de reemplazo de nicotina (parche, goma de mascar, inhalador bucal, aerosol nasal, tableta sublingual), anti-depresivos como el bupropión y más recientemente el tartrato de vareniclina. Al considerar las razones que se han encontrado en el mantenimiento del tabaquismo, Ponciano-Rodríguez y Morales-Ruiz (2007, p. 281), destacan que se ha encontrado que se las puede agrupar en tres bloques y que hay motivos que son de un valor intrínseco elevado (de origen endógeno o interno) para el sujeto debido a que son los que él mismo elabora y asume de manera personal. El primer bloque incluye a la resolución de los estados de ánimo emotivos adversos, la búsqueda de relajación y/o estimulación, la obtención de placer y el control de estados de angustia; el segundo, comprende a los motivos que justifican continuar fumando por razones productivas (mantenimiento de la concentración, la atención y el rendimiento); y el tercero, incluye al control de variables fisiológicas (control del apetito y del estreñimiento) (Ponciano-Rodríguez y Morales-Ruiz, 2007, p. 281). Las investigadoras aportan que por lo general, una persona que empieza a fumar, lo hace muy joven interiorizando una serie de conocimientos, creencias y ex-

periencias sobre el tabaquismo y su utilidad (fumar origina independencia, madurez, control de la timidez, brinda una imagen adulta, etc.) y que se identifica como la etapa de iniciación o prueba, en la que el consumo de tabaco usualmente es esporádico, en presencia de amigos o en el transcurso de acontecimientos sociales, en la que los efectos fisiológicos producidos por el tabaco se suman a los refuerzos de carácter psicosocial y que determinan su incorporación a la siguiente etapa de experimentación en la que el consumo permanece aún irregular y el fumador se habitúa (entre el 35% a 50% de la gente joven en esta etapa llega a ser fumador habitual en un promedio de 2 a 3 años), etapa en la que cada vez más incorpora y relaciona vivencias y situaciones cotidianas con el hecho de fumar, es cuando pasa del hábito a la adicción, debido al desarrollo de una necesidad física a la nicotina, que es lo que le dificultará cada vez más la deshabituación porque ya dejó de ser un acto voluntario que el individuo controla, debido a que al convertirse en una necesidad la voluntad queda anulada, aun con el pleno conocimiento de los riesgos que entraña consumir tabaco.

Brown, Carpenter y Sutfin (2011, p. 1200) destacan, de los estudios con enfoque cualitativo enfocados en examinar el tabaquismo ocasional en adultos jóvenes, cómo estos demuestran la amplia gama de influencias psicosociales en la conducta de fumar que abarcan al género, las influencias étnicas, familiares y comunitarias; en fumadores universitarios, el propósito expreso de aliviar el estrés y/o aumentar la concentración, despejar la mente, recompensarse a sí mismos, fortalecer las amistades, la presión de compañeros y la afiliación social son sus principales razones para fumar. Estas son las diversas influencias motivacionales e inconscientes en el fumador ocasional, ejemplo de los complejos factores que llevan a adultos jóvenes a fumar ocasionalmente, patrón de tabaquismo que permite comprender las motivaciones personales y las fuerzas que influyen en el tabaquismo ocasional (Brown, Carpenter y Sutfin, 2011, p. 1200).

Health Psychology (HP), publicación científica y órgano oficial de difusión de la Society for Health Psychology (División 38 de la American Psychological Association), su mi-

Continúa en la pág. 22



Viene de la pág. 21

sión es promover la ciencia y la práctica de la psicología de la salud y la medicina del comportamiento basadas en la evidencia al publicar artículos revisados por pares sobre factores psicológicos, bioconductuales, sociales y ambientales en la salud física y las enfermedades médicas además de otros temas de psicología de la salud. Es una de las suscripciones a revistas especializadas en este ramo del Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz-Guerrero", es parte de las colecciones que en soporte papel está disponible de 1997 a 2013 - Vol. 16 al 32, y en soporte electrónico se encuentra de 1981 Vol. 1 en adelante dentro los servicios digitales de información de la Dirección General de Bibliotecas en la BIDI/UNAM [Biblioteca Digital] a través de PsycArticles.

Referencias

Brown, A. E., Carpenter, M. J., & Sutfin, E. L. (2011). Occasional smoking in college: Who, what, when and why? *Addictive Behaviors*, 36(2011), 1199-1204.
Health Psychology (HP). (2022). *About journal: Aims and scope*. <https://www.apa.org/pubs/journals/hea#>
Ponciano-Rodríguez G. y Morales-Ruiz, A. (2007). La escritura emocional como una herramienta para el tratamiento psicológico del tabaquismo. *Salud Pública de México*, 49(suplemento 2), 280-289.

Elaboró, desarrolló y documentó:
MTRO. ALEJANDRO MUÑOZ CAMPOS, Centro de Documentación. ●

INVITACIÓN

Tutor Individual

SI ES PROFESOR DE LA FACULTAD CON FORMACIÓN EN PSICOLOGÍA, PUEDE FORMAR PARTE DEL EQUIPO DE TUTORES

El programa tiene como objetivo erradicar los problemas de rezago escolar, la deserción, los índices de reprobación y elevar la eficiencia de los alumnos.

¿COMO PARTICIPAR?

Envíenos un correo a:
tutorespsicologiaunam@gmail.com
en donde nos comunicará que está interesado en participar en el Programa como tutor individual.

DATOS DE REGISTRO

Una vez enviado el correo electrónico le solicitaremos una serie de datos para el registro de su información y de esta manera pueda comenzar a recibir el número de tutorados que desea tener.

¡COMENCEMOS!

Solo queda esperar las solicitudes de los alumnos, si ha sido seleccionado como tutor, recibirá un correo electrónico de nuestra parte en donde le adjuntaremos los datos de contacto de su tutorado y material de apoyo para el proceso de acompañamiento.

DUDAS Y ATENCIÓN

El Programa Institucional de Tutoría siempre estará atento a sus solicitudes, si ustedes o sus tutorados requieren apoyo pueden comunicarse con nosotros para buscar alternativas y dar la mejor opción según sea el caso. Además le proporcionaremos constancias institucionales cada semestre.

Programa Institucional de Tutoría Contacto: psico.tutoradx@gmail.com



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.



Dirección General de Atención a la Salud

Nos encontramos en
Semáforo Verde

La pandemia no ha terminado

Usa correctamente el cubrebocas
El cuidado de tu salud es primero



www.dgas.unam.mx

Servicio de Orientación en Salud (SOS)



Tel: 55.5622.0127

Correo: sos@unam.mx



DGAS.UNAM



DGAS_UNAM

Escucha nuestro programa en el 860 am Radio UNAM los sábados de 17:00 a 18:00 horas



**A la comunidad de la Facultad de Psicología
El plazo para el registro de candidaturas ha sido extendida
al viernes 22 de abril de 2022**



Considerando la importancia de la participación plural y la representatividad en la:
Conformación de la futura Comisión Interna para la Igualdad de Género de la Facultad (CInIG),
la Comisión de Equidad y Género del Consejo Técnico del H. Consejo Técnico acordó extender hasta el día
viernes 22 de abril del presente

el plazo para el registro de candidaturas para representantes de la comunidad estudiantil,
de personal académico y de personal administrativo en la dirección electrónica:
direccion.psicologia@unam.mx

Podrán encontrar la convocatoria publicada con los requisitos para el sector estudiantil, académico y administrativo,
así como el formato de solicitud de registro en el sitio web de la Facultad:

<http://www.psicologia.unam.mx/convocatoria-para-integrar-la-comision-interna-para-la-igualdad-de-genero-fp/>



Agenda de Convocatorias

- La Feria Internacional del Libro de las Universitarias y los Universitarios (Filuni), de la UNAM, otorga cada año su reconocimiento a la trayectoria excepcional de una editora universitaria o un editor universitario de Iberoamérica, el **Reconocimiento al Editor Universitario "Rubén Bonifaz Nuño" 2022, Estoy escribiendo para que todos puedan conocer mi domicilio, por si alguno quiere contestarme.**
Consulte las bases en:
<http://www.filuni.unam.mx/eventos/convocatoria-ruben-bonifaz-nuno> •
- La Facultad de Psicología de la UNAM, se une al esfuerzo internacional para invitarle a participar en la **Encuesta Internacional sobre Sexualidad**, cuyo objetivo es identificar los aspectos importantes sobre la sexualidad y el bienestar sexual. Si tiene 18 años o más participe, es anónima y confidencial. Ingrese a la siguiente liga:
<https://bit.ly/ISS-MEX-SP>

Contáctenos si tiene alguna duda o problema con la encuesta: LEVyC.ISS@gmail.com •
- **¡Tu Universidad quiere saber cómo te sientes!** Te invitamos a responder una encuesta que nos ayudará a conocer cómo te has sentido últimamente con respecto al regreso a clases presenciales en la "Nueva Normalidad" del COVID-19. Pueden participar universitarios(as) actualmente inscritos y vigentes de cualquier licenciatura de la UNAM, que tengan 18 años cumplidos y deseen participar en la encuesta. Cuestionario en Google Forms <https://forms.gle/bT5pCdFs72x1xRQ86>
Como agradecimiento por tu participación, se hará una rifa de cinco tarjetas de regalo (dos Spotify, una Netflix y dos GooglePlay). •
- La División de Educación Continua de la Facultad de Psicología, UNAM, convoca a los Académicos de la Facultad que estén **interesados en impartir actividades académicas relacionadas a temas de género**, a contactarse y enviar CV a la Secretaría técnica de la División, con la Lic. Leslie Jazmín López Chávez al correo: stecnica_decpsicol@unam.mx •

Personas Orientadoras Comunitarias POCs



Violencia de género y su impacto en la salud mental

En muchas ocasiones utilizamos el término de violencia, pero no necesariamente tenemos claro a qué nos referimos cuando hablamos de violencia. Si bien no hay una definición universal ya que esta puede variar en función del contexto o enfoque, una definición en el contexto de salud puede ser la que refiere la Organización Mundial de la Salud (OMS,2002) donde define que la violencia es el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, una persona, un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daño psicológico, trastornos del desarrollo o privaciones.

Hablar de violencia de género y su impacto en la salud mental resulta en un tema muy amplio, sin embargo, es indispensable definir que cuando hablamos de violencia de género nos referimos a los actos que generan un daño y que pueden estar dirigidos a una persona o un grupo de personas en razón de su género. Las mujeres y niñas sufren violencia de género de *manera desproporcionada*, pero también los hombres y los niños también pueden ser blanco de ella sobre todo cuando hablamos de las minorías en relación con la sexualidad.

El impacto a la salud mental en las mujeres y niñas derivado de una situación de violencia son numerosas e importantes, las cuales pueden desarrollarse a corto o largo plazo, por ejemplo, la depresión, el estrés postraumático derivado de un evento perturbador como una violación sexual, física y emo-



Imagen de la Organización Panamericana de la Salud tomada de https://www.paho.org/sites/default/files/2021-11/D%C3%ADaViolenciaMujer-Tarjeta_1-ESP.jpg

cional, el consumo de sustancias y en las adolescentes los trastornos de conducta. Adicional a ello, la violencia no viene sola, sino que ya viene acompañada de otras situaciones como la pobreza y desigualdad, el desempleo, los bajos logros escolares, la violencia intrafamiliar, la falta de apoyo social, las cuales repercuten en la salud mental de niñas y mujeres, pero a su vez estos factores son bidireccionales y potencian las repercusiones en la salud física y mental.

Derivado de lo anterior, todas y todos tenemos un rol para actuar, si quieres tener más información, acércate a las Personas Orientadoras Comunitarias POC's de la Facultad de Psicología y conocer las rutas de atención para la violencia de género y realizar acciones comunitarias que favorezcan la prevención de la violencia a las mujeres y niñas.

Autora: ALEJANDRA LÓPEZ MONTOYA. •



Personas Orientadoras Comunitarias

Facultad de Psicología

 Ena Eréndira Niño Calixto ena_nino@hotmail.com	 Claudia Rafful Loera crafful@comunidad.unam.mx	 Diana Berenice Paz Trejo dianabpt@comunidad.unam.mx
 Alejandra López Montoya alelopez.unam@gmail.com	 Azalea Reyes Aguilar azalea@neurocogialab.org	

Creemos juntxs comunidades libres de violencia





Consulte la página web para mayor información: <https://coordinaciongenero.unam.mx/>

Oprima sobre la imagen para ir a la información

LA BOLETINA

NO. 35



La Boletina es una publicación quincenal, reúne la programación de actividades que suceden en la UNAM en materia de género, feminismos y diversidades.



Día Internacional de las Mujeres

Y tú ¿te has sentido estafadx?

Análisis del documental «El estafador de Tinder»

abril 10 | 17:00 h. UTC-6

Taller. Otras masculinidades

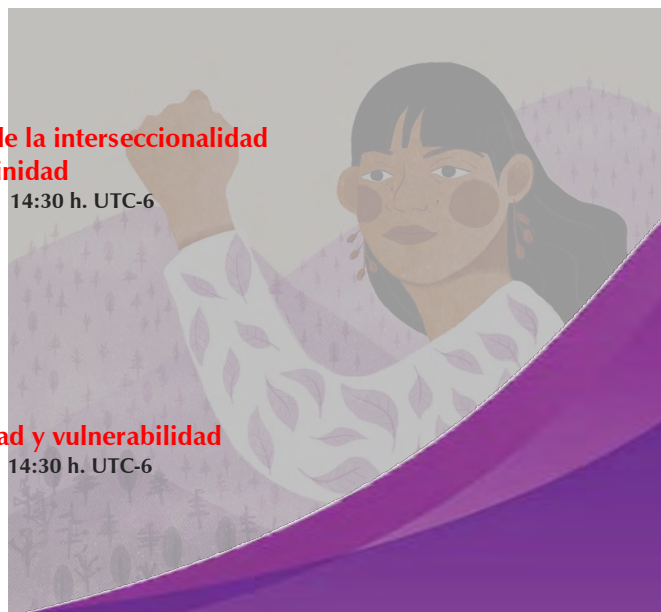
abril 20 | 13:00 h. - 14:30 h. UTC-6

La importancia de la interseccionalidad desde la masculinidad

abril 27 | 13:00 h. - 14:30 h. UTC-6

Hombres, amistad y vulnerabilidad

mayo 4 | 13:00 h. - 14:30 h. UTC-6



Próximos eventos académicos



La División de Estudios Profesionales y la Coordinación de Ciencias Cognitivas y del Comportamiento invitan al:
II Ciclo de Conferencias en Análisis Experimental de la Conducta "CONDUCTA, EVOLUCIÓN Y COGNICIÓN"

"Behavior Analysis and Conceptualization: The Legacy of Keller, Schoenfeld, Skinner, and Herrnstein"

Impartida por el Dr. Edward Wassermar
 20 de abril 10:00 am



"Context, Behavior Change, and Habit Learning"

Impartida por el Dr. Mark E. Bouton
 05 de mayo 1:00 pm

"Phylogeny, Ontogeny and Sociogeny: Short-term versus Long-term Contingencies at Different Levels of Selection"

Impartida por el Dr. Charles Catania
 Dr. David Stahlman
 12 de mayo 02:00 pm



Registro aquí

Las conferencias serán en inglés y transmitidas por
<https://www.facebook.com/cienciascognitivasdelcomportamiento.coordinacion>
 Se otorgará constancia al asistir a las cuatro conferencias

UNAMirada
 desde la
Psicología

PROGRAMACIÓN
A B R I L




19

"INGREDIENTES PARA POTENCIAR APRENDIZAJES"
 MTRA. LEYDY AILEEN ERAZO ÑAÑEZ

26

LOS BENEFICIOS DE UNA MENTE EN CALMA
 DRA. ANA BEATRIZ MORENO COUTIÑO

Todos los Martes a las 12hrs por:

 **UNAMPsicologíaUDEMAT**



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CON RESIDENCIA EN PSICOTERAPIA
PARA ADOLESCENTES.
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



PRESENTACIÓN DEL LIBRO

"Psicosis y familia"



Presenta

**ANA MARÍA
FABRE Y DEL RIVERO**

Comentan:

- María Luisa Rodríguez Hurtado
- Eva María Esparza Meza

**27 DE ABRIL 2022
12:00 A 14:00 HRS.
(HORARIO DE MÉXICO)**

**Auditorio
"Dr. Florente López"
(Cupo limitado)
Planta baja Edif. "D".
Facultad de Psicología**

EN VIVO:



[UNAM Psicología UDEMAT](https://www.youtube.com/watch?v=...)



Agenda de eventos

- **III Congreso Internacional de Psicología Contemplativa y VI Encuentro Interinstitucional de Profesores "Desarrollo de Habilidades para la vida en el salón de clases"**, con el Tema **Abordajes contemplativos y psicoeducativos en tiempos modernos**, del 13 al 17 de junio de 2022. En línea por zoom y youtube. Inscripciones a evento y talleres en <http://cipchv.habilidadesparaadolescentes.com/> •
- **43rd International Conference of the Stress, Trauma, Anxiety, and Resilience Society (STAR)**, 27th to 29th July 2022, Venue: Postgraduate Unit, UNAM. Mexico City, Mexico. Topics: Stress, Trauma, Anxiety, Resilience, Violence, Suicide, COVID-19, & Modern Technologies. For more information contact us at star.congress.mexico2022@psicologia.unam.mx

Visit our website

<http://star-mexico2022.unam.mx/index-ing.html>

Follow us on Instagram: [star_conferencemx](https://www.instagram.com/star_conferencemx) •

- La Facultad de Psicología de la UNAM, a través del Programa Institucional de Tutoría, te invita al **Curso de Lectura Inteligente**, que ofrece: Mejor fluidez y comprensión lectora; aprender nuevas estrategias de estudio; y aprender a organizar tus actividades y no morir en el intento. Insíbete en:

<https://forms.gle/kpR1zRjiFwipckES7>

Síguenos en redes sociales:

Facebook: Programa Institucional de Tutoría UNAM

Instagram: [@pit_psicologia_unam](https://www.instagram.com/pit_psicologia_unam)

Página web: <http://www.psicologia.unam.mx/tutorias/> •

Acciones para cuidar el medio ambiente

Día mundial del agua

El día 22 de marzo del año de 1992, en la Asamblea General de las Naciones Unidas se emitió la resolución que declaró este día, como el Día Mundial del Agua, el cual comenzó a celebrarse a partir de 1993.

De acuerdo a lo mencionado por Naciones Unidas menciona la importancia de las aguas subterráneas, unas aguas invisibles cuyos efectos se aprecian en todas partes. Se trata de aguas que se encuentran bajo tierra, en los acuíferos.

Efectivamente el agua es muy importante, el cuidado de sistemas subterráneos sirven para alimentar, ríos, manantiales y finalmente llegan al mar, las aguas subterráneas son decisivas para el buen funcionamiento de los ecosistemas.

El dedicar un día al agua, se lleva a cabo con la intención de tener en mente los daños provocados por el consumo desmedido de este recurso, así como la contaminación de las fuentes de agua potable que han sido contaminadas, poniendo en riesgo la salud, la subsistencia del ecosistema.

Es importante para cuidar el agua lo consideres durante tu aseo personal, en el hogar, es decir, hay que crear una cultura en el cuidado del agua.

Fuentes:

<https://www.un.org/es/observances/water-day>



<https://www.gob.mx/conagua/acciones-y-programas/agua-subterranea>

<https://www.cndh.org.mx/noticia/dia-mundial-del-agua>

<https://www.gob.mx/siap/es/articulos/dia-mundial-del-agua-267785>

https://edomex.gob.mx/d%C3%ADa_mundial_agua_2022

Elaboró y documentó: DR. FERMÍN LÓPEZ FRANCO, Coordinador del Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero". •

Actividades de la Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos



Las sesiones académicas tendrán una duración de 60 minutos y las sesiones clínicas de 40-50 minutos, ambas de manera quincenal cada miércoles. Se realizarán de manera remota a través de la plataforma Zoom y serán guardados posteriormente en el canal de YouTube de la CCFSP.

• 5c Sesión Clínica

Caso clínico

Ponente: Xiadani Rodea Reyes

Moderadora: Diana Juárez

Miércoles 20 de abril de 2022, 10:00 h.

Centro de Servicios Psicológicos "Guillermo Dávila". •

• 6c Sesión Clínica

Una familia Reconstituida: la luz después de la crisis

Ponente: Mtra. Ana Cecilia Falcó Pliego

Moderadora: Lizeth Santos

Miércoles 4 de mayo de 2022, 10:00 h.

Centro de Servicios Psicológicos "Guillermo Dávila". •

• 8a Sesión Académica

La psico-corporalidad como recurso en la sanación de la violencia sexual

Ponente: Mtra. Zoraida Meléndez Zermeño

Moderadora: Diana Juárez

Miércoles 11 de mayo de 2022, 10:00 h.

Prosexhum. •

• 9a Sesión Académica

La Educación integral de la sexualidad como oportunidad para el conocimiento del sí

Ponente: Mtra. Ena Eréndira Niño Calixto

Moderadora: Sandra Ferrer

Miércoles 11 de mayo de 2022, 10:00 h.

Prosexhum. •



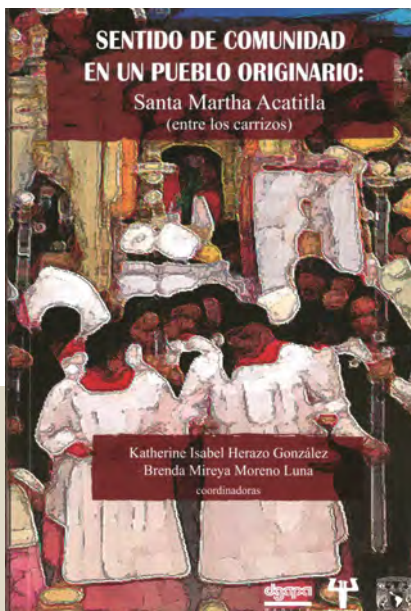
Libros a la venta



Psicología y Género. Investigaciones y reflexiones en torno a las diferencias psicosocioculturales entre hombres y mujeres

Tania Esmeralda Rocha Sánchez
Coordinadora

Últimos ejemplares
20% de descuento
\$48.00 con credencial UNAM



Sentido de comunidad en un pueblo originario: Santa Martha Acatitla (entre los carrizos)

Katherine Isabel Herazo González
Brenda Miryae Moreno Luna
Coordinadoras

20% de descuento
\$70.00 con credencial UNAM

Si está interesado en adquirirlos, favor de concertar una cita con la C.P. Claudia Angélica Sánchez Rosas, Jefa del Departamento de Presupuesto al correo: casr.psicologia.unam@gmail.com



DIVISIÓN DE
EDUCACIÓN
CONTINUA

Oferta académica

Oprima sobre la actividad para acceder.

TALLER

- **El amor como constructor de una cultura del sufrimiento.** *Mtra. Martha Elena Lomas García*, del 18 al 21 de abril de 2022. Horario: 18:00 a 20:00 h. Dirigido a profesionistas de la salud, pedagogos, maestros de primaria, maestros de secundaria y maestros nivel profesional. Plataforma zoom.

CURSOS

- **Intervenciones cognitivo-conductuales en trastornos de ansiedad.** *Dra. Araceli Flores León*, del 18 de abril al 23 de mayo 2022. Horario: 9:00 a 13:00 h., Dirigido a estudiantes en los últimos dos semestres de la carrera de psicología, licenciatura y posgrado, psicología, psiquiatría y áreas afines.
- **Prevención de adicciones.** *Lic. Yendy Jazaret Estrada Galindo*, del 19 al 26 de abril de 2022. Horario: 16:00 a 18:00 h. Dirigido a estudiantes del área en salud, pasantes y licenciatura en psicología, psicólogos, médicos, enfermeras, trabajadores sociales, áreas a fines a la salud.
- **Psicoterapia centrada en la persona: bases teóricas.** *Mtra. Verónica Montes De Oca*, del 25 de abril al 27 de junio de 2022. Horario: 17:00 a 19:30 h. Dirigido a pasantes y licenciados en psicología. Plataforma zoom.
- **Comprensión lectora del idioma inglés.** *Lic. María Inés Ibarra Álvarez*, del 29 de abril al 1 de julio de 2022 con plataforma Moodle disponible 24/7 y clases virtuales a través de Google Meet con instructor. Dirigido a estudiantes, pasantes y licenciados en psicología. Plataforma Moodle y Google Meet.

CONFERENCIAS

- **Problemas de conducta en la escuela.** *Mtra. Oliva Posadas Figueroa*, el 20 de abril de 2022. Horario: 15:00 a 17:00 h. Dirigido a maestros normalistas, maestros especialistas, psicólogos, pedagogos con conocimiento y habilidades en atención a niños, conocimientos de currículo básica, observación individual, evaluación de niños, dominio de la enseñanza. Plataforma zoom.

- **Los pilares del amor y los procesos de convertirse en pareja.** *Mtra. Gloria Romero Carbajal*, el 22 de abril 2022. Horario: 18:00 a 20:00 h. Dirigido a público en general. Plataforma zoom.
- **Trabajando emociones entre padres e hijos.** *Mtra. Gloria López Santiago*, el 26 de abril 2022. Horario: 12:00 a 14:00 h. Dirigido a estudiantes, pasantes de licenciatura, medicina, enfermería, ciencias de la salud, psicología, pedagogía, trabajo social, público en general e interesados en el tema.

DIPLOMADO CON OPCIÓN A TITULACIÓN

- **Gestión estratégica del talento humano (r.h.) y competencias laborales.** *Lic. Humberto Patiño Peregrina*, inicia 21 de abril de 2022 y termina 29 de octubre de 2022. Duración 240 horas. Horario: jueves de 16:00 a 21:00 horas y sábados de 09:00 a 14:00 horas. Dirigido a pasantes y licenciados en psicología. Semipresencial (Plataforma Moodle y plataforma zoom).

Se requiere documento probatorio.

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

INFORMES E INSCRIPCIONES:

WhatsApp: 55 4194 7632
edu.presencial@unam.mx
<http://dec.psicol.unam.mx>

DESCUENTOS (cursos y talleres)

- 10% presentando credencial vigente de alumno, exalumno, docente de la UNAM o afiliado a Fundación UNAM.
- 12% efectuando el pago 15 días hábiles, previos a la fecha de inicio (Sólo aplica en cursos y talleres).



SEGUIREMOS BRINDANDO ATENCIÓN A TRAVÉS DE:



edu.presencial@unam.mx



División de Educación Continua, Psicología, UNAM



55 4804 7651 / 55 4194 7632



COMISIÓN LOCAL DE SEGURIDAD
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM



Felicidades por su cumpleaños

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

Te invitamos a usar la App con el mayor sentido de responsabilidad y ética, pues la información generada permitirá protegerte y proteger a todas las personas de la comunidad universitaria.

TUS DATOS PERSONALES serán utilizados para dar seguimiento personalizado y atender los riesgos a la salud, y serán tratados con base en la legislación vigente (ver aviso de privacidad).

¿QUÉ INFORMACIÓN te ofrece la App?

1. Probabilidad de contagio por plantel o dependencia.
2. Probabilidad de que estés contagiado; en cuyo caso, te brinda información de qué hacer y a qué servicios de salud acudir.
3. Información y videos para el autocuidado tanto de la salud física como mental durante la pandemia.

(No bajes la guardia! Continúa el riesgo de infección si la ignorancia te lleva a un comportamiento de salud poco saludable en base solo a lo que se pueda percibir en la comunidad por los contagios de virus.)

1 RESPONDE el cuestionario en el enlace salud.covid19.unam.mx o en la app.

Te tomará solo 5 minutos la primera vez.

2 DIARIAMENTE Responde las preguntas de seguimiento. Te tomará 1 minuto.

Al llegar a casa, inmediatamente cambia su estado?

DISPONIBLE EN: App Store, Google Play

o en el siguiente enlace: salud.covid19.unam.mx

UNAM SALUD COVID 19

5 minutos vs. el coronavirus

La UNAM pone a disposición de su comunidad una aplicación de teléfono celular para identificar el riesgo de infección por Covid-19.

Quienes formamos parte de la Comunidad UNAM podemos colaborar para romper las cadenas de contagio.

¡Es muy sencillo!

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

ABRIL	
Pas. Víctor Rafael Cisneros Ocampo	11
Dr. Cesáreo Estrada Rodríguez	11
Dra. Ana María Bañuelos Márquez	12
Lic. Rosalía Trinella Estudillo Flores	13
Mtra. María Luisa Herrán Iglesias	13
Mtra. Hilda Paredes Dávila	13
Dr. Raúl Ávila Santibáñez	14
Dr. Gerardo Ortiz Moncada	14
Sr. Jesús Justino Palacios Martínez	14
Lic. Tomás Cortés Solís	15
Dra. Laura de los Ángeles Acuña Morales	16
Dr. Rigoberto León Sánchez	16
Sra. Diana Abigail Santana Rojas	16
Pas. Arq. Marcelino Sikuri Huerta Mendez	16
Sra. Gloria Cabrera San Agustín	16
Dr. Miguel Alejandro Villavicencio Carranza	17
Sra. Lydia Gabriela Aguilar Suaste	17
Sr. Livier Jiménez González	20
Pas. Ulises Vela González	21
Sra. Josefina Sánchez Zepeda	21
Sra. Martha Araceli Zarazúa Becerro	21
Mtro. David Márquez Verduzco	22
Dra. Martha López Reyes	24

Facultad de Psicología

DIRECTORIO

Dra. María Elena Medina Mora Icaza
Directora

Dra. Sofía Rivera Aragón
Secretaria General

Lic. Guillermo Huerta Juárez
Secretario Administrativo

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

Mtro. Prócoro Millán Benítez
Jefe de la División de Estudios Profesionales

Mtra. Karina Torres Maldonado
Jefa de la División Sistema de Universidad Abierta

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

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