

## Entrevista con Sandra Castañeda Reconocimiento Sor Juana Inés de la Cruz 2023 por la Facultad de Psicología

Como cada año, este 8 de marzo, en el *Día Internacional de la Mujer*, la Universidad hizo entrega del Reconocimiento Sor Juana Inés de la Cruz, que ahora recibieron 79 universitarias con muy destacadas trayectorias, marcadas por el talento y esfuerzo con que han contribuido a la docencia, la investigación y la difusión de la cultura en la UNAM.

En esta ceremonia, que se realizó en el Teatro Juan Ruiz de Alarcón, encabezada por el Dr. Enrique Graue Wiechers, rector de la UNAM, nuestra querida profesora, la Dra. Sandra Castañeda Figueiras, recibió por nuestra Facultad este preciado reconocimiento.

Invitamos a la Dra. Castañeda a concedernos una entrevista, para que nuestra comunidad conozca más de cerca a esta singular profesora e investigadora.

– *Hace poco tuviste una cirugía, ¿cómo te has sentido?*

Mejor, porque se han ido resolviendo algunos problemillas de salud generados a partir de la operación. Ha sido mucho aprendizaje en poco tiempo, pero, hay que entrarle al quite; no hay de otra: hay un toro enfrente y hay que torearlo. Ahora que estuve en la entrega del Reconocimiento Sor Juana, dije '¡Hay!, Dios mío, no me vaya yo a caer caminando', porque todavía sentía un poco de preocupación e inseguridad. Ese 'No vaya yo a tirar al señor rector'... pero, la pasamos muy bien.

– *Te quisiera llevar al inicio. ¿Cómo elegiste esta carrera? ¿Cómo surgieron tus primeras inquietudes sobre el tema?*

Tengo una hermana mayor, Sonia, que fue prima ballerina de ballet clásico mexicano; ella siempre dijo que yo iba a ser o diplomática o psicóloga. Yo nunca me vi vestida de diplomática (aunque trato de serlo): más vale estar



La Dra. Sandra Castañeda con la medalla y el diploma del Reconocimiento Sor Juana Inés de la Cruz.  
Foto: Archivo Dra. Sandra Castañeda.

Continúa en la página 2.

 <p>Escribe a la directora María Elena Medina Mora Icaza buzon.direccion.psicologia@unam.mx</p>	 <p>POC ¡Acércate a ellos! psicologia.unam.mx/poc</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>¡NOCELA RUTA DE ATENCIÓN PARA QUEJAS POR VIOLENCIA DE GÉNERO</p> <p>bit.ly/RutaDefemUNAM</p>
--	--	--	---

## CONTENIDO

• Orgullo estudiantil La formación del psicólogo. Más allá de los libros	6
• Orgullo movilidad Nuevas experiencias	7
• Está abierto el Servicio PC PUMA de Préstamo de Dispositivos Móviles	8
• Mi experiencia en el Programa de Lectura inteligente	8
• Cine y Psicología: contando historias Mary y Max	9
• Aprendizaje-Servicio: Una nueva manera de Aprender Sirviendo. Aprendizaje Servicio e inclusión social	10
• Psicología y animales de compañía. Un planeta de gigantes	12
• Formación en la Práctica. Psicoeducación en escuelas: Una herramienta para fortalecer la salud psicológica de la población	13
• Navegando entre Neurociencias, Psicología y Genética. ¿Cómo podemos medir la atención?	14
• Cuida tu mente. La ansiedad y su tratamiento a través de la atención plena compasiva.	15
• Acta de Investigación Psicológica	16
• Psicoconocimiento online Psicoactiva	16
• Conoces el término del mes. Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)	17
• Colaboración Académica. La pareja y la pandemia	18
• Burbujas de Sexualidad Día Contra la Explotación Sexual Infantil, 4 de abril, 2023	19
• Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"	20
• Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"	20
• Coordinación de los Centros de Formación y Servicios Psicológicos	21
• Comunidad saludable	21
• Convocatorias	22
• Actividades Académicas	29
• Actividades sobre Género	36
• Sabías que... Onicofagia	37
• Acciones para cuidar el medio ambiente	38
• Oferta académica de la DEC	39

Viene de la portada.

consciente de tus limitaciones. A mí me gustaba mucho, desde pequeña, jugar con crucigramas y hacer chistes, de esos que te cuentan un cuento y tienes que entenderlo y dar una solución. Mi hermana decía que yo debía ser una de esas dos cosas, yo decía que de una de ellas, seguro que no, y que no sabía qué era la otra. Mi casa estaba llena de bailarinas, músicos, coreógrafos, directores de orquesta... Yo fui culta porque así me criaron. Entonces, si no iba a ser bailarina, a pesar de que tenía facilidades, le pregunté a mi hermana, que era muy sensible, una artista por toda la banda: ¿qué es eso de psicología que dices que debo ser? Ella, como Dios le dio a entender, me dio una explicación: era alguien que se interesaba por alguien más y que lo ayuda; esa era la síntesis compleja del fenómeno y seguí mi camino... Como mi hermana hacía danza clásica ¡ah!, pues yo hice teatro, lo hice por diez años, y me hizo muy sensible a las relaciones humanas; cuando estás en el escenario, con una interacción de por medio, sigues toda la idea, el hilo, y entiendes una serie de mecanismos. Eso me fue abriendo un camino muy agradable, una serie de esquemas generales sobre las relaciones interpersonales, que yo iba viendo; rápidamente me incorporaron al teatro infantil de Bellas Artes. Cuando, después, en los salones de clase empiezo a oír que el complejo de Edipo y qué chácharas... pues, para mí, ya era muy cercano; no me sentía ajena, ni siquiera ante personajes o temáticas muy fuertes; era mi mundo, donde habitaba, donde crecí, sin mayores prejuicios. Lo único que importaba era vencer tu propia meta. En la escuela me iba muy re bien y en el teatro también. Tenía un mundo muy lindo, bien organizado, y así fue como me entero, más a fondo, de la psicología.

– ¿A través de la actuación...?

Y de la danza, también, y de la música. La música es el vehículo más fabuloso para contagiar emociones. Veíamos Electra y veíamos Edipo. Estábamos tocando la puerta a la psicología, fue muy afortunado tener ese colchón fabuloso para tejer el resto de tus ideas, ¿no? porque hay muchas cosas que no te dicen en psicología... Sobre todo, hace tantos años... Nosotras ya las habíamos tejido, con las experiencias en danza y música, a veces, cuando estábamos leyendo la obra, necesitábamos alguna orientación, y nos introdujeron en caminos del teatro griego; todas estas máscaras, los corifeos, tienen nombres y papeles. No sé por qué Paco Ignacio Taibo me hizo una obra, hace mil años. Yo era niña, y me hizo una cosa llamada 'La niña que se cayó del cielo', yo no entendía a qué se refería; una obra de teatro infantil, en la Unidad Artística y Cultural del Bosque. Muchos años después, se me hizo la claridad: es una niña que no es de aquí, pero que está visitando el teatro, había una inundación, un pequeño desastre... Paco Ignacio me fue acercando, porque era un monólogo interesante. No sé cómo lo saqué adelante, debo haber tenido diez o doce años, estás medio vestida de griega, con una lira y música de Debussy... Te meten a otro plano y te permiten hacer interpretaciones muy peculiares. A veces, en psicología te pasa eso, ¿no? No estás totalmente segura, pero hay cierta certeza que te permite llegar a ciertas conclusiones. Creo que, por eso, finalmente fui investigadora.

– Qué interesante ¿Dónde terminaste la prepa?

En la prepa uno, en San Ildefonso, y luego ya comencé en la Facultad. Creo que mi generación fue la 61-64, o algo así.

Continúa en la página 3.

Viene de la página 2.

- *¿La segunda generación de la licenciatura, la misma de Isa Reyes?*

Isa empezó un año antes; porque habían los grandes, los medianos y los chiquitos, entonces los grandes eran unos, los medianos eran los de Isa y había otros, la chamaquería; yo era de esa chamaquería, íbamos por la mañana. La tercera generación, con la Chata Morales, que era la grandota, la mamá de todos.

- *María Luisa Morales. Y, ¿qué profesores recuerdas de aquellas clases?*

Ah, sensacionales; los fisiólogos, que eran una maravilla; los clínicos, que eran muy prácticos, pero a nosotros los que nos volvían locos eran los experimentalistas. Nos leíamos los libros completos de psicología experimental y, de hecho, yo acabo siendo psicóloga experimental.

- *Con Luis Lara Tapia, imagino, ¿y quiénes más?*

Algunos se habían ido con Piaget y regresaron; otros (ahora no recuerdo el nombre) venían de Francia, y uno venía de Alemania: con ellos teníamos. Por cierto, hace unos años estuve en un congreso en Leipzig y fui a ver los laboratorios de Wundt, y no eran muy diferentes a los nuestros en aquellas épocas.

- *Entonces, dentro de las opciones de la carrera, ¿elegiste lo experimental!*

Sí: no era yo sola, era el grupo de los estudiantes más avanzados de esa generación, encabezados por Luis Lara Tapia; no como director, como profesor. Íbamos a todo, veíamos todo lo que él pudiera conseguir, una formación muy bonita, muy, muy de cerca con el profesor y el investigador. No teníamos muchos investigadores, es cierto: pero de ahí salió un gran ramillete de ellos.

- *¿Cómo te recibiste?, ¿con quién?*

La Chata Morales fue mi directora y cómplice en muchas actividades experimentales. Hice un estudio que no tenía mucho que ver conmigo, mi tesis no tuvo nada que ver con lo que hago ahora, fue 'Perfil de personalidad del personal de vigilancia de Cárcel de Mujeres'; era mucho la tónica de la Chata y mi tónica experimental. Pero la matematización y la aproximación nos llevó a una fuerte observación del personal de vigilancia: creo que luego se hicieron algunas modificaciones. Tan pronto acabé de levantar los cuestionarios, ya no regresé, no por la gente; sino porque me quedaba lejísimos y estaba a punto de tener un bebé.

- *¿Terminaste tu carrera y te iniciaste como mamá?*

Yo tenía una beca a Italia, pero el que era mi marido dijo: 'No, chiquita, nada de que te vas a una beca: te quedas'.

Me quedé y le seguí al matrimonio y a la tesis, la terminé: me fue muy bien, con mención honorífica, mi marido se enceló un poco... ¡Ni modo! Acabé ahí y continúe, teniendo mi segundo hijo y divorciándome. Entonces, entré a estudiar la maestría, con todo, ahí sí, ya, con todo.

- *¿Quién era tu tutora o tutor?*

Neftalí Pérez, porque la primera maestría a la que entré fue de educativa. A mí me gusta educativa, además de lo experimental. Pero, ¡oh sorpresa! Ese semestre cambió el jefe, y ya no era lo que yo esperaba, porque yo no esperaba ratones: esperaba estudiantes, y me cambié a experimental. Quien me atendió en el área conductual fue un amor conmigo, acabé la tesis; ahí sí, bastante más experimentaloide. Salió bien, pero la tesis que verdaderamente me llegó a encantar fue la de doctorado. Llegó un maestro de inteligencia artificial, el doctor José Negrete, y con mi director inicial de tesis, Luis Castro, después Luis se fue y se quedó Isa Reyes, mi pobre amiga no sabía nada de inteligencia artificial, pero ahí tuvo que medio cuachalearle. Mi tutor de fuera era el doctor Negrete, del Instituto de Investigaciones Biomédicas, la de dentro, fue Isa Reyes. Ahí sí me gustó todo lo que hice, lo entendí muy bien. Mi director de tesis me había mandado a algunos congresos internacionales, me decía 'No vaya con sus cuates a que le aplaudan, váyase a un congreso en donde nadie la conozca y a ver si resiste'. Así le hice, y en uno de ellos estaba un prominente teorizador sobre mecanismos de lenguaje: él llevaba una oración en inteligencia artificial, y yo llevaba un texto. Dije, 'Ay caray, creo que me excedí'. Regresé y me ajusté. Era imposible avanzar, no teníamos computadoras para hacer inteligencia artificial. Eran cosas que estaban fuera de tiempo, lo entendí bien, lo superamos y ya me asenté. Dije, 'Ahora sí: ya vamos a ser experimentalistas de la realidad'. Empecé a trabajar fuertemente en aspectos cognitivos, y a ver cómo se estudia: ¿qué es eso de aprendizaje superior?, ¿qué cosas están metidas ahí?, ¿qué cosas no?, y ¿qué hay que facilitar? Ahora ya estamos en el cómo se facilitan y qué se hace con los otros agentes del aprendizaje en la educación superior, que no es cualquier cosa...

- *Dime, ¿cómo te incorporaste como profesora, como académica?*

Me incorporo desde que estoy en maestría. Mi concurso de oposición a la UNAM fue a nivel de maestría, ganó mi concurso y de ahí ya le sigo toda la carrera para el doctorado, que lo hice bastante rápido. El experimento de doctorado tuvo que ver con redes neuronales; un paso más allá de los sistemas inteligentes por reglas, son las propias

Continúa en la página 4.

Viene de la página 3.

redes neuronales aprendiendo. Lo que simulé fue un resolvidor de patrones, en donde ¿cuántos patrones establece un estudiante antes de haber terminado completamente un patrón? Fue muy interesante discutirlo teóricamente y ver la posibilidad infinita, inalcanzable, de cientos de miles de patrones que hace un estudiante, a veces al azar, y a veces con cierta sistematicidad. Lo logramos representar en la red simulada, con una computadora que nos prestaron... Fue entonces que aprendí a pedir apoyo para proyectos al CONACYT, ya pudimos trabajar, y aprendimos a movernos en las fauces del posgrado, nos ha ido muy bien. Hace no sé cuántos años ganamos, Carlos Santoyo, por un lado, y tu servilleta por otro, con dos proyectos diferentes, un reconocimiento a las mejores investigaciones del año, casos de éxito, o algo así.

- *¿Ahora trabajas en un proyecto agencia...?*  
Agencia académica. Sí, es una teorización sobre todo lo que utiliza un estudiante para ser estratégico y flexible, y utilizar el conocimiento más idóneo posible; para que asocie distintas cosas y las relacione con otros conceptos, otros constructos, y utilice lo que tenga en la memoria a corto y a largo plazo. Ser agentivo es que tú seas tu propio agente y no estés esperando a que venga alguien a ayudarte. Es un poco en respuesta a que ahora todo es por computadora... no es por computadora: 90% lo pone el sujeto.
- *Digamos que la información está allí, si la sabes encontrar, pero tú tienes que darle sentido...*  
Sin saber qué es, tienes que elicitarla. Es así de grave el asunto, lo primero que tienes que ver es "Yo voy a aprender de esto. ¿Qué tanto sé al respecto? Siendo honesto: 'No sé nada'". Si no sabes nada, vamos a hacer algo para que sepas, antes de empezar. Nos vamos aproximando cada vez más a qué te hace falta. Es padrísimo; porque nuestros chavos en los grupos acaban diciendo: 'A ver; quítate, yo voy a hacer mi propio curso, así y así; porque esto es lo que a mí me hace falta de esto y esto'. Te arrebatan el control, ¿no? No queremos el chico que dice 'Ay, Sandra, ¿qué puedo hacer?'. No, no. Entonces, son cachos de conocimiento, pero no nada más cachos solos de conocimiento, sino también cachísimos de afecto: si el chavo trae una larga historia de fracasos, no se va a aventar, se va a esconder atrás en el último banco, agazapado, donde no lo vean; no puedes pedirle lo que no puede hacer, tienes que preparar el terreno. En este caso, no es lo cognitivo; es lo afectivo. O puede ser lo volitivo, que no hace las cosas porque él no quiere hacerlas: no tiene las ganas. Y así hay cachitos de lo cognitivo, cachitos de lo

afectivo, cachitos de lo motivacional, etcétera. Lo primero es entender dónde va a empezar y, de ahí, irse afianzando. Tú no sabes la felicidad que le ves en la cara a los muchachos cuando logran la primera victoria, por mínima que sea, y la seguridad con la que se afianzan a partir de eso. Lo que queremos, es hacer más agentivos a nuestros estudiantes.

- *En otra entrevista, me decías que esa agentividad de los estudiantes era promovida por su docente, que a su vez administra su propia agentividad.*  
Así es, ésa es ahora la nueva cadena, que engarza al docente como agentivo. Hay muchos profesores que lo son, pero a veces de una manera medio brusca, huraña: si bien lo agentivo los apoya, lo afectivo, no. Es importante que trabajen al respecto desde lo cognitivo, lo motivacional, lo afectivo, que no son cosas aisladas. Ahora estamos iniciando un trabajo colectivo con los médicos, quienes están muy interesados en el constructo de la agencia académica. También yo estoy muy interesada en un constructo que un joven chileno (ahora en nuestras andanzas sudamericanas) está trabajando... Tiene que ver con que aprendamos de los viejos: cómo hacer el conocimiento heredable; esta condición de repetir los patrones culturales de buena ley; en las culturas primitivas, indígenas, sí se mantiene eso, en nuestras culturas modernas, no. Viene de una etapa de desarrollo cuando son senectos. Es una herencia que se conserva; no nada más la lengua, sino una serie de razonamientos importantes y valorados en esa población. Quiero verlo con los médicos, porque hay mucha tradición ahí: ver si esa tradición sí está manteniendo eso, o no.
- *Ahora, cuéntame, ¿cómo te animaste a entrarle al Reconocimiento Sor Juana?*  
Una tiene que ser humilde en decir 'Sí voy o no voy'. Varias veces me he quedado callada, a pesar de que alguien me ha dicho, 'Oye, deberías entrar'. Porque tenemos muy pocos reconocimientos como para darlos a quien le sobran: no me gusta. Esta vez, yo ya estaba un poco enferma y me visita un grupo de profesores, alumnos y trabajadores; me dijeron, 'Sandra, queremos proponerte'. Yo dije: 'Ando malona, no voy a tener mucha energía para arreglar mi currículum'. Me dijeron 'Con lo que tienes'; me insistieron dos o tres veces; me sentí muy apenada, porque no soy de promoverme, pero también me sentí apenada con ellos, y dije: 'Bueno, ¿por qué no? Vamos a trabajar'. No pude, estaba ya con una fuerte infección por la vesícula, y no lo sabía. Me dicen, 'Hoy en la tarde hay que entregarlo', pensé,

Continúa en la página 5.

Viene de la página 4.

‘pues lo entrego hoy en la tarde’, y lo entregué. Ya cuando me están operando, despertando de la anestesia, mi hija me dice, ‘¡Mamá, te hablaron de la Facultad: que ganaste el Sor Juana!’, dije: ‘Ay; qué bueno’, y volví a quedarme dormida. Así fue de romántico..., pero nunca he disfrutado un premio tanto como éste, muy universitario. Con unas palabras muy sentidas de todas las personas que participaron. Lo gocé muchísimo. Muy bonito, nada forzado... La ceremonia, bárbara: quien se haya encargado del protocolo, lo hizo muy bien.

- *Hoy día está muy presente el tema de la igualdad de género, y este reconocimiento es exclusivamente para mujeres, mujeres intelectuales. ¿Le das por eso algún significado particular?*

Para mí es un gran honor que lleve el nombre Sor Juana Inés de la Cruz. Cuando tenía como diez o doce años fui la presidenta de un Comité de Lucha, porque donde vivía Sor Juana era un cabaret. Con mi grupo de secundaria, fuimos a ver a alguien del Departamento del Distrito Federal... No sé si a Uruchurtu, mi maestra era quien nos comandaba, fuimos a decir algo, de que se estaba mancillando el lugar de Sor Juana; a los once o doce años, imagínate, así, lo que para mí representó que me lo dieran. Esto es de lo más íntimo que tengo; yo, a esa edad, junto con una maestra de Literatura de secundaria, y una bola de montoneras fuimos allí, a un lugar espantoso. No creo que hayamos pasado de la primera puerta, pero hicimos nuestra bolita.

- *Fueron a luchar por la imagen y el espacio de Sor Juana. Y de la mujer, el derecho de la mujer a la vida intelectual. No te creas que es cualquier cosa, hay gente que no te deja hablar más que de sirvientas y pañales, es gravísimo.*
- *Muy bien, Sandra. ¿Algo más que me quieras comentar. Siempre me voy largo en mis conversaciones contigo; luego tengo que meter cuchillo y no se recoge todo lo sabroso que son.*  
Así es, pero es que no lo hacemos en frío, lo hacemos con la confianza, con el controlcito del afecto, es otra cosa, si no, con tres palabras acabas cerrando todo. Y te agradezco que seas así conmigo, porque yo soy difícil, entonces...
- *En mi experiencia, no: mi experiencia ha sido muy buena y muy grata. Muchas gracias por todo, Sandra, y cuídate bien.*



El rector entrega el diploma del Reconocimiento a la Dra. Castañeda.  
Foto: MEMMI.



El presidium de la ceremonia de entrega de los reconocimientos.  
Foto: MEMMI.

Entrevista y edición: AUGUSTO A. GARCÍA RUBIO G. •

## Orgullo estudiantil

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

### La formación del psicólogo. Más allá de los libros

Estudiar psicología en la UNAM es un honor, pero hacerlo en la Facultad de Psicología lo convierte en una experiencia inolvidable. Yo ingresé a la carrera con la idea de ser un psicólogo que diera psicoterapia a niñas, niños y adolescentes, pero en el transcurso de la licenciatura mis intereses profesionales cambiaron mucho y mi labor actual es un reflejo de ello.

En mi primer semestre estuve un poco asustado con las materias relacionadas con la neuropsicología y la psicología cognitiva, es decir, no era algo en lo que hubiera profundizado en la preparatoria, son asignaturas que tienen altos niveles de reprobación y es muy difícil de entenderlas sin leer, de ello obtuve un gran aprendizaje y surge mi primer consejo: formarse el hábito de leer en psicología es esencial. Leer para todas las clases -principalmente las que corresponden a las áreas que mencioné- es indispensable, no hay mejor forma de estudiar que observar imágenes de los libros, complementar los apuntes de clase con los textos y hacer guías de estudio consultando distintas autoras y autores.

Cuando entré a segundo semestre no logré inscribir las clases con los maestros que había planeado, pero eso me dio la oportunidad de conocer a una docente que, hoy en día, es mi mayor guía académica y profesional, la Dra. Claudia Rafful Loera.

Desde que la conocí he admirado el profesionalismo que tiene en su labor académica. Recuerdo que hubo un momento en que me dije: "no sé exactamente qué es, pero quiero hacer lo que ella hace". Por ello, desde que acabó ese semestre la busqué constantemente para tratar de aprender de ella en los proyectos de investigación que ha tenido, en lo cual siempre ha sido muy generosa. Esta experiencia me permite decir lo siguiente: las clases no son suficientes, se gentil y trata de asesorarte con personas que tengan más experiencias para formar tu camino. A pesar de que muchas de las cosas que he aprendido con respecto a psicología las obtuve de mis clases, mi formación estaría muy incompleta sin haber tomado prácticas profesionales, talleres, cursos y otras cuestiones extracurriculares; creo que muchas de las cosas bonitas que experimenté en la carrera han sido gracias a que siempre trato de aprovechar cualquier oportunidad que se me presente al máximo. Un día la Dra. Rafful me invitó a escuchar una sesión de su Seminario de Tesis y me gusta pensar que, al



Lic. Esteban Leonardo Jiménez Rivagorza.

ver mi dedicación en las pequeñas tareas que me daba, posteriormente aceptó ser mi directora de tesis, fue mi supervisora del servicio social; me ha invitado a participar en concursos y ponencias de diversos tipos y hoy en día me sigue apoyando en cuestiones académicas.

Otro ejemplo lo encuentro con la Dra. María Becerril, una de las profesoras más nobles que he conocido en mi vida. Mientras tuve la oportunidad de tomar clases con ella siempre traté de ser muy participativo en compensación de todos los materiales que desinteresadamente nos proporcionaba, así como las oportunidades que nos daba al trabajar en escenarios reales para aplicar lo aprendido en clases. También me gusta pensar que ella notó mi esfuerzo constante en las clases y que eso provocó que posteriormente me invitara a trabajar en uno de sus proyectos, lugar donde laboro actualmente.

Algo en común en ambas experiencias es la gentileza, la gratitud, la pasión y la dedicación que uno mismo pone en lo que hace; aprender e incluso memorizar en las clases es importante, pero no hay nada más importante que aprender a ser un buen ser humano.

Ligado con lo anterior y, para concluir, solo me gustaría dar un último consejo: considera que el tiempo en la Universidad es breve y un día dejaras de ser estudiante; parece algo obvio pero no lo es, al menos no lo fue para mí. Es difícil ver que un día dejaras de ser lo que has sido por más de una década, por ello es bueno aprovechar tu estancia en la Facultad de Psicología al máximo, no solo en lo académico, sino también en lo personal. ¡Éxito!

Nota redactada con el apoyo de LIC. ESTEBAN LEONARDO JIMÉNEZ RIVAGORZA.

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

# Orgullo movilidad

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

## Nuevas experiencias

¡Hola! ¿Qué tal? Mi nombre es Ximena Bautista Mendoza y soy estudiante de la Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca (UABJO) estoy muy feliz de poder compartirte mi experiencia durante mi estancia de intercambio, es esta, tu Universidad.

Afortunadamente fui muy bien recibida por todxs ustedes al llegar a la Facultad de Psicología, el conocer nuevas personas, tanto originarias de aquí, como de diferentes países, el tener contacto con diferentes culturas hizo aún más fructífera mi estancia en la UNAM.

Respecto a mi experiencia en las diferentes actividades que oferta la Facultad de Psicología, puedo contarte que aproveché al máximo las prácticas extracurriculares que se brindan, estuve en el Programa de Héroe Universitarios, donde pude desarrollar mis habilidades de exposición, escucha activa, brindando talleres de "control de ansiedad", "manejo de autocuidado", "conocer mis emociones", aunado a que el poder tener contacto con otras personas y el poder brindarles apoyo fue muy bonito y una experiencia inigualable.

Sobre todo, el estar aquí en la Facultad de Psicología, en la Máxima Casa de Estudio del país, me ha brindado oportunidades que nunca pensé tener, como el tener infinidad de experiencias y aprendizajes, el estar aquí y poder cursar materias de mi interés, enfocadas al área social-comunitaria, me ha abierto muchísimo el panorama hacia nuevos conocimientos y despertó en mí la curiosidad de conocer más acerca de temas sociales actuales, como lo es la gentrificación, tema de mi proyecto de tesis.

Respecto a diferencias y similitudes que puedo mencionar en planes de estudio, entre la UABJO y la UNAM, sí tienen algunas diferencias, ya que en la primera la licenciatura es nueva, en el aspecto que no existía la Licenciatura en Psicología en una universidad pública, no contamos con tanta trayectoria, por decirlo así, pero las materias que se brindan van enfocadas al área educativa, organizacional y social-comunitaria, y son lo suficientemente interesantes y bastas para conocer acerca de cada una.

Indagando más en todo lo que hice en mi estancia en la Universidad, estuve estudiando Francés en la Escuela Nacional de Lenguas, Lingüística y Traducción (ENALLT), y fue una experiencia muy linda, conocí a la profesora Nicole Troncheri, quien es una excelente profesora, muy graciosa y atenta, así también conocí a personas muy amables y buena



Ximena Bautista Mendoza.

onda, aprendí muchísimo, por lo que te invito, si tienes la oportunidad y el tiempo de cursar algún idioma, que lo hagas, te lo juro que no te vas a arrepentir.

Así también, si tienes la oportunidad de irte a otro estado o inclusive, otro país, te invito a que lo hagas, es una experiencia inigualable y te va a cambiar mucho tu forma de ver las cosas.

Nota redactada con el apoyo de Est. XIMENA BAUTISTA MENDOZA.

Orgullo movilidad, sección coordinada por la Secretaría de Asuntos Estudiantiles (SASE). ●

## Está abierto el Servicio PC PUMA de Préstamo de Dispositivos Móviles

Se informa a la comunidad que el pasado miércoles 22 de marzo fue inaugurado el *Módulo de Servicio de Préstamos de Dispositivos Móviles PC PUMA*, ubicado en la planta baja del edificio "C". Para registrarse e identificar el proceso de solicitud de equipos móviles, les invitamos a revisar la información anexa o bien acudir al Módulo PC.

El servicio de préstamo de dispositivos brindará atención a estudiantes y personal académico de nuestra Facultad. Se suma a los servicios de conectividad PC PUMA que ya se encuentran desplegados en las aulas, espacios de docencia,

auditorios, bibliotecas, explanadas y áreas de convivencia de nuestra dependencia.

Les invitamos a conocer el servicio y promover su uso, impulsando con ello la incorporación de la tecnología en el proceso de enseñanza-aprendizaje, dentro y fuera del aula.

Consulta los lineamientos de préstamo y toda la información de PC PUMA en:

<https://www.psicologia.unam.mx/lineamientos-prestamo-pc-puma-de-la-fpsi/>

Informes: [servicios.urides@psicologia.unam.mx](mailto:servicios.urides@psicologia.unam.mx)

**1 Regístrate por primera vez**

1. Escanea el QR code. Ejemplo: <https://modulospsicologia.unam.mx>
2. REGÍSTRATE
3. Elige tipo de usuario: alumno o profesor y completa tus datos.
4. Recorre el flujo y da REGISTRAR.
5. CONFIRMA que tus datos son correctos.
6. REVISA TU CORREO de bienvenida y CONFIRMA.

**2 Reserva tu equipo**

1. Ingresa sesión con los datos que recibiste por correo.
2. Verifica el CAPTCHA.
3. Da clic en INICIAR SESIÓN.
4. Da clic en PEDIR EQUIPO.
5. SELECCIONA EQUIPO: Celular o tablet. Haz clic sobre los dispositivos y da clic en PEDIR.
6. CONFIRMA tu solicitud.
7. El equipo fue enviado. Servicio en DE.
8. Devuélvelo en la hora asignada y GENERA TU CÓDIGO QR. Entrega el equipo. TIENES 30 minutos para recoger el equipo.
9. Acude al módulo y muestra tu QR. RECÓDTE TU EQUIPO. El préstamo del equipo es por 2 horas.

**3 Devuelve tu equipo**

1. Al finalizar los 2 horas de préstamo, devuélvelo el equipo en el módulo donde lo solicitaste.
2. Para devolver tu equipo MUESTRA el QR los días de selección.

**¿Necesitas usar más tiempo el equipo?**  
Devuélvelo el equipo que se te asignó y realiza una nueva solicitud. Si hay equipos disponibles, se te asignará otro.

**Importante:**

- Debes registrar el equipo al recibirlo por 7 hrs. de préstamo.
- Devolver el equipo fuera del tiempo reservado genera una restricción de uso, consulta los lineamientos.
- Lineamientos de uso en: <https://www.psicologia.unam.mx/lineamientos-prestamo-pc-puma-de-la-fpsi/>

**Escanea**

## Mi experiencia en el Programa de Lectura Inteligente

EST. GRISELDA SARAI BAÑUELOS BAROCIO

Entrar al *Programa de Lectura Inteligente* marcó con gran impacto mi vida, porque dentro del proyecto he aprendido mucho, como lo es el intentar cosas nuevas y a mejorar todo el tiempo en diversos aspectos. Cuando entré al programa mi único objetivo era colaborar en cualquier actividad, antes estaba en un proyecto similar y me pareció una manera de darle seguimiento a lo que ya estaba haciendo. Poco a poco comencé a involucrarme en varias actividades, empecé como instructora de grupo y de a poco comencé a ser quien les enseñaba a otros instructores, hasta que terminé dando capacitaciones hechas por mí, algo que sinceramente nunca hubiera imaginado.

Como parte de todo este proceso hice muy buenas amistades que aún conservo, e incluso me volví más unida a una amiga que ya tenía en la Facultad. También reforcé mis habilidades de liderazgo y aprendí a escuchar activamente.

Académicamente aprendí a ser más organizada, desarrollé muchas estrategias para organizar información, ahora es más sencillo para mí identificar las ideas de los textos e incluso saber si me sirve o no lo que estoy leyendo.

En general me ha traído cosas muy buenas, aún sobre la marcha sigo aprendiendo mucho y espero siga siendo así.

Programa Institucional de Tutoría  
Correo: [pit@psicologia.unam.mx](mailto:pit@psicologia.unam.mx)





# Cine y Psicología: contando historias

## Mary y Max

“Mary y Max” es una película australiana realizada en animación *stop motion*, que se estrenó en 2009 y fue dirigida por Adam Elliot. Basada en una historia real, tiene como personajes principales a Mary Daisy Dinkle, una niña australiana de ocho años con baja autoestima cuyo padre después de su jornada laboral se dedica a la taxidermia mientras que su madre presenta Trastorno por consumo de alcohol y cleptomanía, y Max Jerry Horowitz, un judío de 44 años con Trastorno del espectro autista que vive en la ciudad de Nueva York y tiene como compañero a su pez Henry; ambos provienen de sistemas familiares carentes de atención y amor.

A pesar de la negligencia y el contexto hostil en el que Mary se encuentra, muestra curiosidad e interés por el mundo; por ello, inicia la búsqueda de un amigo con quien pueda compartir sus experiencias y resolver las dudas y situaciones que le generan confusión. Con este fin, un día elige al azar la dirección de Max de una guía telefónica y le escribe una carta; después de afrontar la angustia que le genera establecer relaciones interpersonales, él responde y así inicia una amistad en la que a pesar de la distancia logran compartir sus gustos, deseos, aficiones y dificultades. En un inicio, las preguntas son generales; sin embargo, conforme avanza la trama, éstas profundizan en temáticas como el amor, sexo, esperanza e incluso la muerte. De esta manera, dos personas aparentemente distintas crean un vínculo que a pesar de las dificultades y malos entendidos, se vuelve inquebrantable.

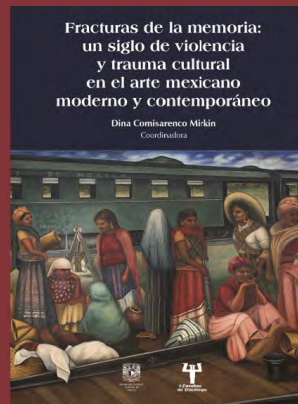


De manera creativa, original, emotiva y con humor, la película aborda temáticas como duelo, acoso escolar, discriminación, trastorno por consumo de alcohol, ansiedad, depresión y soledad, pero también resiliencia, amor propio, redes de apoyo y autosuperación ¡No te la pierdas!

Redacción: LIC. LIZBETH HERNÁNDEZ ESTRADA.

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

Facultad de Psicología  
**Libros**  
**Digitales**  
a la Venta  
**Libros UNAM**  
[www.libros.unam.mx](http://www.libros.unam.mx)



## Aprendizaje-Servicio: Una nueva manera de Aprender Sirviendo

### Aprendizaje Servicio e inclusión social

El *Aprendizaje Servicio* (ApS), como ha quedado bien establecido en colaboraciones previas, es un método que favorece, al mismo tiempo, el aprendizaje académico, el crecimiento personal y la responsabilidad cívica, entendida como la disposición y la capacidad para involucrarse de manera informada y constructiva en la vida pública y en la resolución de problemas que afectan a la comunidad.



Imagen gratis de pch.vector en Freepik.

En contraste con los métodos orientados al desarrollo de habilidades puramente intelectuales o, peor aún, a la mera adquisición de conocimientos enciclopédicos, el ApS pone en el centro la dimensión social de la formación: el propósito último es poner los propios saberes y competencias al servicio del bienestar general.

Esta última es una dimensión que especialmente se subraya cuando se habla del *Aprendizaje Servicio*. Se aprende en la práctica, en contacto con la realidad y con los desafíos que ésta plantea, y en ese proceso se construye un sentido de pertenencia y responsabilidad hacia la comunidad, se solidifican valores relevantes para la convivencia en la diversidad, así como actitudes de servicio (en particular hacia los que menos tienen). En suma, se construye ciudadanía.

Pese a la ya larga tradición que tiene tras de sí, en México el ApS no termina por afianzarse, y menos aún en la educación básica. Las estructuras institucionales y las prácticas pedagógicas predominantes en este ciclo no han favorecido la introducción de este método, que ciertamente requiere flexibilidad, tiempo y una vinculación orgánica entre escuela y comunidad.

Más allá de sus aportes a la educación cívica y la construcción de ciudadanía, el ApS también resulta una poderosa herramienta para la inclusión social y, específicamente, para reinsertar en el tejido social comunitario a estudiantes que se encuentran en alto riesgo de exclusión social.

Así lo demuestran las experiencias que se narran y analizan en el Libro *Educarse es de valientes. Aprendizaje-Servicio con adolescentes en riesgo de exclusión social* (Octaedro, Barcelona, 2018). El texto, coordinado por Xus Martín, del Grupo de Investigación en Educación Moral (GREM), de la Universidad de Barcelona, recoge y analiza cinco experiencias de ApS realizadas por grupos de adolescentes en riesgo de exclusión, impulsadas básicamente (aunque no únicamente) desde las llamadas Unidades de Escolarización Compartida (UEC).



Imagen gratis de pch.vector en Freepik.

Como lo explica Xus Martín, las UEC constituyen una modalidad educativa prevista dentro del sistema educativo catalán para atender a estudiantes de educación secundaria obligatoria que no pueden seguir el ritmo académico y la dinámica de trabajo propios de los centros escolares ordinarios:

En las UEC los adolescentes tienen la oportunidad de aprender en una estructura más flexible, en el marco legal de una adaptación curricular significativa, que combina los aprendizajes instrumentales con los procedimentales (p. 51).

Esta flexibilidad, como queda claro en el libro, resulta clave para el éxito de los proyectos. El texto inicia describiendo a los adolescentes que protagonizan los proyectos de ApS. Sus perfiles son diversos, pero tienen un claro denominador común: se trata de estudiantes con historias familiares

Continúa en la página 11.

Viene de la página 10.

problemáticas, en constante tensión con las normas escolares, con conductas disruptivas y con bajos niveles de aprovechamiento académico. Estigmatizados frecuentemente por los adultos como alumnos que no sirven para estudiar y cuyo destino previsible es el fracaso y el abandono escolar, estos adolescentes han interiorizado esta percepción y se asumen como incapaces de aprender. De ahí que todos ellos hayan terminado canalizados a las UEC.



Imagen gratis de storyset en Freepik.

Y uno no puede dejar de pensar que si en las UEC no hubieran encontrado a un grupo de profesionales comprometidos, dispuestos a apostar por ellos, estos estudiantes, en efecto, hubieran terminado inexorablemente en el fracaso y el abandono escolar, con su cauda de impactos en cadena, que se prolongan a lo largo de la vida y que definen una vida de exclusión.

La propuesta del trabajo de ApS con estos adolescentes se inspira en lo que en el Prólogo Josep M. Puig denomina la pedagogía de la esperanza, que podría entenderse como la convicción de que todas las personas, independiente de su condición, pueden aprender siempre y cuando tengan las oportunidades, los espacios, las herramientas y los apoyos necesarios. Más específicamente, la propuesta parte de una premisa sencilla: ayudar a los demás tiene un fuerte potencial educativo:

Todo el mundo tiene algo que dar, también los adolescentes que han sufrido fracaso escolar y están convencidos de su incapacidad y su poca valía (...) Las experiencias que se describen (en la segunda parte del libro) demuestran que en la medida en que los chicos y las chicas tienen la oportunidad de ayudar a los demás y se descubren como donadores, quedan fortalecidos y empoderados (p. 32).

<sup>1</sup> Especialista en Formación Cívica y Ciudadana. Miembro del Grupo Coordinador de la Estrategia Nacional de Educación Inclusiva.

Por lo tanto, los equipos educativos tienen que generar oportunidades para que estos estudiantes aporten algo a la comunidad. Y esto se logra poniendo en contacto a estos adolescentes con el tejido social de la misma, es decir, con entidades e instituciones sociales con las que habitualmente no tienen contacto y que, en principio, recelan de ellos.

El ApS les abre la oportunidad de “cooperar y relacionarse de igual a igual con personas que trabajan en entornos normalizados”, lo que les permite “entrenar nuevas formas de relacionarse” (p. 145). De esta manera se revierte el aislamiento social en el que se encuentran y se diluyen progresivamente actitudes reactivas, de desdén o desgana, que han desarrollado para adaptarse a una vida de marginalidad.

La identificación y desarrollo de proyectos de beneficio social involucran un proceso de inmersión con la comunidad con la que se va a trabajar (la cual no es simplemente una beneficiaria pasiva), así como un ejercicio de planeación, toma de decisiones y trabajo colaborativo. Todo ello favorece su autoestima y su sentido de autoeficacia, al tiempo que estimula su iniciativa y su capacidad transformadora.

Por otra parte, los proyectos de ApS generan un círculo virtuoso porque contribuyen a desmontar los prejuicios iniciales que la comunidad suele tener respecto de estos adolescentes marginalizados: éstos dejan de ser vistos como una amenaza. Al final, “las vivencias que genera el ApS ofrecen a los adolescentes una oportunidad para empezar a diseñar proyectos vitales alejados de la marginación”.

En suma, el ApS es una herramienta poderosísima tanto para la inclusión social como para la construcción de ciudadanía. En el fondo, la primera es condición de la segunda: nadie que sea objeto de discriminación o exclusión puede ser, en la práctica, sujeto de derechos y miembro pleno de la comunidad civil y política, requisito indispensable para hacerse responsable de su suerte.

#### Referencia

Martín, X. (Coord.) (2018). *Educarse es de valientes. Aprendizaje-Servicio con adolescentes en riesgo de exclusión social*, Octaedro, Barcelona.

Redacción: LIC. JOSÉ LUIS GUTIÉRREZ ESPÍNDOLA<sup>1</sup>

Responsables: DRA. BENILDE GARCÍA-CABRERO y DRA. MARÍA MONTERO-LÓPEZ LENA.  
Seminario de Investigación Ciencias Cognitivas y del Comportamiento. •

# Psicología y animales de compañía

## Un planeta de gigantes

Como seres vivos, es común percatarnos que compartimos el planeta con otras especies. Por ejemplo, podemos despertar a lado de uno o más gatos, saludar al perrito que vive con el vecino, andar por las calles y ver parvadas acomodarse por el cableado eléctrico, pero con dificultad pensamos en lo que hay más allá, en lugares como los mares y los océanos; es ahí donde localizamos a algunos de los mamíferos más grandes del planeta: los cetáceos.

Pero ser mamíferos no es lo único que tenemos en común cetáceos y humanos, ya que estos seres también se relacionan socialmente y comparten rasgos cognitivos con nosotros, autores como Allen (2019) afirman que el aprendizaje social y la cultura ocurren en otros grupos de animales más de lo que se creía. Por ejemplo, ahora se sabe que, en el caso de las ballenas jorobadas, la transmisión cultural por medio del dialecto (i. e., a través de distintos cantos), está jugando dos roles muy diferentes dentro de la comunidad: uno difunde una técnica entre pares de sexo indistinto que puede mejorar el éxito de búsqueda de alimento y el otro comparte una exhibición reproductiva esencial en su comunidad e incluso en comunidades vecinas (Allen, Weinrich, Hoppitt, & Rendell, 2013).

Asimismo, ellas seleccionan y ajustan activamente los elementos acústicos de sus cantos en tiempo real en lugar de simplemente repetir patrones de sonido estereotipados dentro de las sesiones de canto (Mercado, Ashour, & McAllister, 2022), esto sugiere que podrían decidir lo que dicen y a quién se lo dicen. Otro ejemplo de dialectos vocales se puede encontrar en clanes de odontocetos, como las orcas, que, aunque provienen de las mismas ubicaciones geográficas e interactúan entre sí para el apareamiento, la fuerte estructura de su clan materno mantiene sus dialectos distintos entre grupos (Yurk, Barrett-Lennard, Ford, & Matkin, 2002).

Es importante recalcar que el ruido del mundo actual comienza a interferir con sus cantos y, por tanto, con su forma de comunicación (Hoberg, Kannis-Dymand, Mulgrew, Schaffer, & Clark, 2020) y debido a las limitaciones propias de su contexto, es difícil investigar si esto está afectando en la dinámica de vida que llevan (Allen, 2019). No obstante, se espera que los acercamientos que como humanos tene-



Imagen de Masa Ushioda.

mos a estos animales nos sirvan para tomar conciencia de que el planeta no es antropocéntrico y que es un lugar que habitamos entre todos, y dado que es para todos los animales (incluido el humano) debemos cuidarlo.

### Referencias:

- Allen, J. A. (2019). *Community through Culture: From Insects to Whales*. BioEssays, 1900060. doi:10.1002/bies.201900060
- Allen, J., Weinrich, M., Hoppitt, W., & Rendell, L. (2013). Network-based diffusion analysis reveals cultural transmission of lobtailing in humpback whales. *Science*, 340(6131), 485–488. <https://www.science.org/doi/10.1126/science.1231976>
- Hoberg, R., Kannis-Dymand, L., Mulgrew, K., Schaffer, V., & Clark, E. (2020). Humpback whale encounters: encouraging pro-environmental behaviours. *Current Issues in Tourism*, 1–12. doi:10.1080/13683500.2020.1808597
- Mercado, E., Ashour, M., & McAllister, S. (2022). Cognitive control of song production by humpback whales. *Anim Cogn* 25, 1133–1149. <https://doi.org/10.1007/s10071-022-01675-9>
- Yurk, H., Barrett-Lennard, L., Ford, J. K., & Matkin, C. (2002). Cultural transmission within maternal lineages: vocal clans in resident killer whales in southern Alaska. *Animal Behaviour*, 63(6), 1103–1119. doi:10.1006/anbe.2002.3012

Redacción: NURIA ROJAS CAO, Estudiante de Licenciatura.

DR. RODOLFO BERNAL GAMBOA,  
Responsable del Laboratorio de Cognición Comparada. •

## Formación en la práctica

### Psicoeducación en escuelas: Una herramienta para fortalecer la salud psicológica de la población

En los últimos años, se han exacerbado las afecciones de la salud mental, por lo que cada vez son más necesarios los esfuerzos por hacer llegar a la población información adecuada y estrategias específicas con las que puedan prevenir los desenlaces psicológicos negativos y mejorar su calidad de vida. La OMS ha señalado que los programas de aprendizaje socioemocional en las escuelas constituyen algunas de las opciones más eficaces para la promoción de la salud mental de la población general. Es precisamente aquí donde el *Programa de Prácticas: Promoción y educación para la salud* contribuye a dicha iniciativa, al impartir talleres psicoeducativos a estudiantes de la carrera técnica de enfermería, ofreciéndoles un espacio con diferentes alternativas en beneficio de su bienestar psicológico.

Tras el regreso a las actividades presenciales en la UNAM, durante los semestres 2022-2 y 2023-1, se ha implementado este programa de prácticas en una escuela, perteneciente a la Fundación Bringas, en la que se enseña la carrera técnica de enfermería. Las prácticas se han desarrollado en el marco de las asignaturas Promoción y Educación para la Salud (octavo semestre), y Psicopatología y Personalidad (séptimo semestre), correspondientes al campo de conocimiento de Psicología Clínica y de la Salud. Se han llevado a cabo talleres psicoeducativos con los siguientes temas: regulación emocional, primeros auxilios psicológicos, manejo de la ansiedad, comunicación asertiva, comportamiento y salud, prevención de la depresión, prevención de los trastornos alimentarios e higiene del sueño. Anteriormente, en escuelas públicas de nivel básico, se puso en marcha el *Programa de Prácticas: Promoción y educación para la salud* durante tres semestres (2020-1, 2020-2 y 2021-2), en los que se trabajó con población infantil y sus cuidadores, así como con docentes. Actualmente, se está entrenando a un grupo de estudiantes de octavo semestre, en la materia Promoción y Educación para la Salud, para brindar talleres psicoeducativos sobre estilos de vida, fortalecimiento de la autoestima y manejo del estrés.

#### Testimonios de estudiantes:

“El poder participar en un programa de prácticas me permitió obtener aprendizajes y experiencia sumamente útiles para mi vida laboral futura. Me deja un gran sabor de boca, demostrándome a mí misma de lo que soy capaz, poniendo en práctica el conocimiento teórico que he adquirido a lo largo de la carrera y teniendo un compromiso y responsabilidad al



Foto: Dr. José Alfredo Contreras Valdez.

trabajar en equipo y, sobre todo, adentrándome en el extenso y maravilloso campo que abarca la Psicología Clínica”.

SOFÍA LUCERO MILLA.

“Desde mi experiencia como estudiante, el haber participado en prácticas en sede externa fue sumamente enriquecedor, fue afianzar las habilidades con que ya contaba y gracias a la calidad de la supervisión fue reconocer y trabajar sobre mis áreas de oportunidad. Trabajar de la mano con profesionales de la salud representó un reto tanto teórico como práctico, por lo que observar el resultado final de lo aprendido fue muy grato. Sin duda, las prácticas aportan mucho tanto a nivel profesional como personal, pues de antemano sé que no solo fue grato para mis compañeras y para mí como talleristas, sino también para los participantes, quienes se mostraron muy agradecidos y contentos por el resultado logrado en conjunto”.

ARLEN DANIELA PÉREZ GARCÍA.

“Una experiencia enriquecedora verme al frente de madres y padres para impartir talleres psicoeducativos, en todo momento acompañado y supervisado por el Dr. José Alfredo Contreras Valdés y las maestras encargadas. Recomiendo ampliamente este programa a quienes se interesan por la psicoterapia. Por otro lado, mi papel como supervisor adjunto me permitió seguir desarrollándome en la práctica profesional. Resumo todo el aprendizaje adquirido en tres ejes importantes y la base de todo nuestro trabajo: lineamientos éticos, teoría/metodología clínica y habilidades de relación terapéutica”.

ELEAZAR MENDOZA FLORES.

Redacción: DR. JOSÉ ALFREDO CONTRERAS VALDEZ, profesor de Psicología Clínica y de la Salud.

Coordinación de Prácticas Profesionales:

DRA. ESTELA JIMÉNEZ HERNÁNDEZ y MTRA. RAQUEL RIVERA OLMOS. •

## Navegando entre Neurociencias, Psicología y Genética ¿Cómo podemos medir la atención?

La atención podemos definirla como la capacidad para seleccionar información relevante y suprimir la irrelevante, pero... ¿cómo sabemos cuál es la información relevante? Es aquella que tenemos la intención de atender o aquella que por sobrevivencia, debemos atender. Al discriminar ambos tipos de información, estimulación relevante vs. irrelevante, podemos considerar a la atención como una función cognitiva básica para nuestro día a día; gracias a ella podemos realizar muchas de nuestras actividades cotidianas. Pero, alguna vez te has preguntado ¿cómo es que podemos medirla?

Existen diferentes formas para medir a la atención, como tareas en computadora, pruebas neuropsicológicas, registros sensoriales o los registros fisiológicos; estos últimos pueden realizarse a través del Electroencefalograma (EEG), la Resonancia Magnética Funcional (RMF) u otras técnicas de neuroimagen que se registran mientras las personas ejecutan alguna tarea. Pero por ahora nos enfocaremos en el rastreo ocular o eye-tracking, una técnica que permite medir la atención y sus mecanismos. A partir de esta técnica, se pueden analizar los movimientos sacádicos (rápidos desplazamientos de la fijación visual de un punto a otro que duran aproximadamente 200-250 ms), parpadeos, número y duración de fijaciones que hacen los individuos en cuanto se les presentan estímulos visuales (Lewandowska, Rejer, Bortko, & Jankowski, 2022).



Imagen gratis Freepik.

Diversos estudios han mostrado que esta técnica es una medida psicofisiológica que refleja tanto mecanismos de selección a estímulos relevantes, como la captura atencional

provocada por los estímulos distractores. Permite medir cuántas veces y por cuánto tiempo se observa al estímulo objetivo y a los distractores y, de esta forma, podemos inferir qué estímulo está capturando más la atención; y si la capacidad de supresión de información irrelevante podría estar comprometida. Todos estos elementos, y la tarea que se realice mientras se ejecute el rastreo ocular nos permitirán inferir la existencia de algún mecanismo atencional (Orquin, & Holmqvist, 2018).

### Referencias

- Lewandowska, A., Rejer, I., Bortko, K., & Jankowski, J. (2022). Eye-Tracker Study of Influence of Affective Disruptive Content on User's Visual Attention and Emotional State. *Sensors*, 22(2): 547. doi: 10.3390/s22020547
- Orquin, J. L., & Holmqvist, K. (2018). Threats to the validity of eye-movement research in psychology, *Behavior Research Methods*, 50, 1645-1656.

### Lecturas recomendadas

- Cappa, S. (2001). *Cognitive Neurology An Introduction*. Imperial College Press, 38-40.
- González, A. y Ramos, J. (2006). *La atención y sus alteraciones: del cerebro a la conducta*. Editorial El Manual Moderno. ISBN: 9789707292147.
- Pérez, J., Rojas, F. y Vila, J. (2019). El seguimiento ocular como una medida conductual de la atención empleando diapositivas del IAPS. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 10(1), 63-73. Epub 20 de noviembre de 2020. <https://doi.org/10.29059/rpcc.20190602-81>
- Rueda, C. (2021). *Educación la atención con cerebro*. Alianza Editorial. ISBN: 978-84-1362-543-0.
- Tirapu, J. (2007). La evaluación neuropsicológica. *Psychosocial Intervention*, 16(2), 189-211. ISSN: 1132-0559.

Redacción: EST. ANA M. GONZÁLEZ-PÉREZ,  
EST. KARINA YARELI HERNÁNDEZ-DUARCA,  
LIC. ELISSA LÓPEZ-GONZÁLEZ y DRA. ALEJANDRA E. RUIZ-CONTRERAS\*.

Laboratorio de Neurogenómica Cognitiva, Unidad de Investigación en Psicobiología y Neurociencias, Coordinación de Psicobiología y Neurociencias, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México. \*correspondencia: alerui@unam.mx •

## Cuida tu mente

### La ansiedad y su tratamiento a través de la atención plena compasiva

La sintomatología ansiosa puede tratarse de manera efectiva mediante el desarrollo de la compasión y la práctica de la atención plena. La atención plena compasiva se define como la conciencia que surge al prestar atención activamente en el momento presente, sin juzgar la experiencia y generando acciones motivadas por la aspiración a liberarnos a nosotros mismos y a los demás del sufrimiento y de sus causas (Sánchez-Paquini y Moreno-Coutiño, 2017). En la Facultad de Psicología de la UNAM se han realizado estudios para evaluar el tratamiento de la sintomatología ansiosa asociada a diversas condiciones tales como asma (Sánchez-Paquini y Moreno-Coutiño, 2017), embarazo de riesgo (Rodríguez y Moreno, 2021), obesidad mórbida (Santiago-Maldonado, Sánchez-Sosa, Reséndiz y Moreno Coutiño, 2017), abuso de sustancias (Barrera, Mejía y Moreno, 2021; López, 2021), dolor crónico por artritis reumatoide (Patoni, 2021) y ansiedad por ejecución en músicos (Cortés-Hernández, González-Santoyo, López-Tello y Moreno-Coutiño, 2023). En estas intervenciones se obtuvieron resultados clínicamente significativos en la reducción de los niveles de la sintomatología ansiosa, mejorando al mismo tiempo la calidad de vida de los pacientes. En algunos de estos estudios se contrastó la intervención con grupos control que recibieron terapia cognitivo-conductual habitual y considerada el estándar de oro para esos padecimientos registrándose efectos comparables y un incremento en el mantenimiento a largo plazo de los beneficios en los pacientes que recibieron el tratamiento basado en atención plena compasiva.



Imagen gratis de storyset en Freepik.

Actualmente, con la intención de brindar atención a la población universitaria y continuar reuniendo evidencias sobre la eficacia de este tipo de intervenciones, se desarrolla en el Centro de Servicios Psicológicos “Dr. Guillermo Dávila” de la Facultad de Psicología de la UNAM, un protocolo de intervención individual para pacientes con sintomatología ansiosa mediante la implementación de terapia basada en atención plena compasiva.


#### Referencias

- Barrera, J. L., Mejía, D. y Moreno, A. B. (2021). Tratamiento basado en atención plena compasiva: un estudio piloto en policonsumidores de drogas. *Revista Psicología y Salud*, 33(1), 25-35.
- Cortés-Hernández, N. L., González-Santoyo, I., López-Tello, A. y Moreno-Coutiño, A. B. (2023). Intervención basada en atención plena compasiva en estudiantes de música con sintomatología ansiosa. *Psicología y Salud*, 33(1), 131-145. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i1.2779>
- López, A. (2021). *Atención plena compasiva para la cesación tabáquica: un estudio comparativo* (Tesis doctoral). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Patoni, R. I. (2021). *Efecto de la atención plena compasiva en dolor, sintomatología ansiosa y respuestas fisiológicas en artritis reumatoide* (Tesis de maestría). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rodríguez, C. A. y Moreno, A. B. (2021). Evaluación de dos tratamientos psicológicos para mujeres embarazadas con sintomatología ansiosa. *Psicología y Salud*, 31(1), 69-79. <https://doi.org/10.25009/pys.v31i1.2677>
- Sánchez-Paquini, E. y Moreno-Coutiño, A. (2017). Efectos del tratamiento de atención plena y compasión sobre ansiedad, calidad de vida y asma. *Psicología y Salud*, 27(2), 167-178. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2527>
- Santiago-Maldonado, J. M., Sánchez-Sosa, J. J., Reséndiz, M. y Moreno Coutiño, A. (2017). Sintomatología depresiva y conducta de atracón en la obesidad: Estudio piloto con intervención de atención plena y compasión. *Psiquis*, 26(1), 15-23.

LIC. MARÍA JOSÉ CANO GARCÍA.

Tesis: Intervención basada en atención plena compasiva para pacientes con sintomatología ansiosa. Maestría en Psicología, Residencia en Medicina Conductual.

Tutora: DRA. ANA BEATRIZ MORENO COUTIÑO, Laboratorio de Atención Plena Compasiva de la Facultad de Psicología, UNAM. •

  
**SASE**  
**Secretaría de Asuntos Estudiantiles**

**Becas**

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

 [becariospsicologia@unam.mx](mailto:becariospsicologia@unam.mx)

**Culturales**

 <https://www.facebook.com/culturalespsicologiaunam>

 <https://instagram.com/culturalespsicologiaunam?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

**Servicio Social**

 <https://www.facebook.com/social.unamfp>

 [coord.ssybt.psicologia@unam.mx](mailto:coord.ssybt.psicologia@unam.mx)


**Movilidad**

 <https://www.facebook.com/movilidadestudiantil.psi.unam>

**Deportes**


 <https://es-la.facebook.com/CoordinacionDeportivaFacPsi/>

**Idiomas**

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

 [idiomas.psicologia@unam.mx](mailto:idiomas.psicologia@unam.mx)

**Bolsa de Trabajo**

 <https://www.facebook.com/social.unamfp>

 [coord.ssybt.psicologia@unam.mx](mailto:coord.ssybt.psicologia@unam.mx)

**Quieres saber más...**



<https://www.sase.psicologia.unam.mx/>



## Acta de Investigación Psicológica

Un estudio presentado en el número de diciembre 2022 de AIP evaluó la relación entre calidad de vida, consumo de alcohol, depresión y ansiedad en pacientes con diabetes tipo 2. Los autores encontraron una asociación entre la preocupación por la disminución en la calidad de vida y la ansiedad, y mayor consumo de alcohol en el caso de los hombres. Los autores discuten también la importancia de trabajar con población con diabetes en la postpandemia dada su asociación con indicadores de salud mental. Un siguiente trabajo exploró las Premisas Histórico Socio Culturales de la pareja en diferentes etapas de una relación (inicio, mantenimiento, disolución), y demostró que con el paso del tiempo aparecen nuevas normas y creencias para una relación de pareja, aunque muchas normas, creencias y conductas permanecen intactas. Las autoras discuten cómo lo anterior podría fomentar relaciones más sanas. Envíe un manuscrito ([aip.psicologia@unam.mx](mailto:aip.psicologia@unam.mx)) y consulte nuestro catálogo:



Oprima sobre la imagen para ir al enlace.

[https://revista-psicologia.unam.mx/revista\\_aip/index.php/aip](https://revista-psicologia.unam.mx/revista_aip/index.php/aip) •

## Psiconocimiento Online

Recursos psicológicos - académicos virtuales

**PSICOACTIVA:** Es una página dedicada a la divulgación de temas de psicología y salud mental.

Este sitio web recopila todo tipo de test diagnósticos y psicotécnicos, diccionarios y artículos para fomentar su difusión e intercambio de información sobre temas de psicología. Cuenta además con juego de ingenio.

Portal dirigido a profesionales y estudiantes de psicología.

Consulta en: [psicoactiva.com](http://psicoactiva.com)



Elaboró e investigó:

LIC. JUAN SERGIO BURGOA PEREA.  
Técnico Académico del Centro de Documentación

“Dr. Rogelio Díaz Guerrero”. •



## Conoces el término del mes...

### Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)

El trastorno de estrés postraumático (TEPT) se caracteriza por la exposición a un factor estresante extremo, como: violación, abuso infantil, secuestro, violencia, refugiados de guerra, y el posterior desarrollo de síntomas, que incluyen pensamientos intrusivos y automáticos relacionados con el evento traumático, la evitación de estímulos relacionados con el trauma, alteraciones negativas en la cognición, el afecto y las relaciones interpersonales, reactividad extrema, con un aumento del estado de alerta que provoca diversos síntomas orgánicos y alteraciones en la salud. La quinta edición del Manual Diagnóstico y Estadístico (DSM-5) describe 20 posibles síntomas del TEPT, dos se relacionan específicamente con el sueño, cuya alteración es una de las quejas más comunes, por la presencia de sueños angustiantes y la dificultad para permanecer dormido, o experimentar un sueño inquieto, pesadillas y otras parasomnias. La terapia de procesamiento cognitivo (CPT) es un tratamiento cognitivo-conductual basado en la evidencia para el TEPT y las secuelas psicológicas, utiliza protocolos grupales e individuales cuyo objetivo principal es identificar emociones y cogniciones disruptivas; y reemplazarlas con cogniciones más realistas y saludables que han demostrado una reducción significativa de los síntomas y mejoría en los niveles de depresión, culpa, afrontamiento, ira y cogniciones negativas, la salud física, el sueño y, por lo tanto, en la calidad de vida. La información correctiva, el procesamiento de emociones y los desafíos moldean sus creencias, sobre ellos mismos, sobre los demás y el mundo; particularmente en la seguridad, la confianza, el autocontrol, la estima, la intimidad, y desarrollan una reinterpretación más equilibrada y positiva hacia el futuro. Desde las neurociencias se explica el TEPT como un neurocircuito, que implica a las estructuras cerebrales involucradas en el miedo y la memoria; la amígdala es hiperreactiva y provoca una respuesta de miedo exagerada; las estructuras en la corteza prefrontal medial ventral que normalmente inhiben a la amígdala son hiporeactivas, con una extinción de miedo insuficiente (Errázuriz, Fischer, Behn, Letelier y Monari, 2019).

#### Referencia:

Errázuriz, P., Fischer, C., Behn, A., Letelier, C. y Monari, M. (2019). Orientaciones prácticas para psicoterapeutas que atienden a pacientes con TEPT después de un desastre natural. *Psykhé (Santiago)*, 28(1), 1-13.  
<https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.28.1.1218>

#### Películas:

Taxi Driver (1976).



Nacido el 4 de julio (1989).

En el valle de las sombras (2007).

#### Artículos en la Biblioteca Digital de la UNAM:

Beutler, S., Mertens, Y., Ladner, L., Schellong, J., Croy, I. y Daniels, K. (2022). Trauma-related dissociation and the autonomic nervous system: a systematic literature review of psychophysiological correlates of dissociative experiencing in PTSD patients. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(2), 1–25.

<https://doi->

[org.pbidi.unam.mx:2443/10.1080/20008066.2022.2132599](https://doi-)

Bongaerts, H., Voorendonk, E. M., Van Minnen, A., Rozendaal, L., Telkamp, B. S. D., & Jongh, A. (2022). Fully remote intensive trauma-focused treatment for PTSD and Complex PTSD. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(2), 1–13.

<https://doi->

[org.pbidi.unam.mx:2443/10.1080/20008066.2022.2103287](https://doi-)

Stefanovic, M., Ehring, T., Wittekind, C. E., Kleim, B., Rohde, J., Krüger-Gottschalk, A., ... Takano, K. (2022). Comparing PTSD symptom networks in type I vs. type II trauma survivors. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(2), 1–11.

<https://doi->

[org.pbidi.unam.mx:2443/10.1080/20008066.2022.2114260](https://doi-)

#### Libros electrónicos en la Biblioteca Digital de la UNAM:

Frueh, C. B., Grubaugh, A. L., Elhai, J. D., Ford, J. D. (2012). *Assessment and treatment planning for PTSD*. Hoboken, New Jersey: Wiley.

Horowitz, M. J. (2011). *Stress response syndromes: PTSD, grief, adjustment, and dissociative disorders*. Fifth edition. Lanham: Jason Aronson.

Tortorello, F. (2022). *A realist account of stress, PTSD, and resilience: lessons from the United States Marine Corps*. Abingdon, Oxon: Taylor and Francis.

#### Investigado y elaborado por:

MTRA. MARÍA GUADALUPE REYNOSO ROCHA,  
 Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"  
 Edif. E. Planta Baja, 555622245.  
[cedoc.psicologia@unam.mx](mailto:cedoc.psicologia@unam.mx) •

## Colaboración Académica

### La pareja y la pandemia

DRA. BLANCA ELENA MANCILLA GÓMEZ

La pandemia no sólo dejó al descubierto las relaciones de padres e hijos(as), sino también las relaciones familiares en general; pero hay un tema muy importante que se atendió durante el fin del aislamiento, por autoprotección, y gran parte del 2022, se habla de la relación de pareja la cual se veían muy pocas horas, se saludaban en la mañana, antes de irse a laborar y en la noche al regresar del trabajo, cenaban y a dormir, y así era de lunes a viernes.

Repentinamente, debido al virus que asoló a la humanidad, hubo necesidad de permanecer en aislamiento y es claro que hubo consecuencias. A continuación, se mencionan algunos casos.

Hablando de la pareja romántica: Nos referimos a papá y a mamá, quienes después de sólo verse algunas horas (si tuvieron suerte quedaron juntos durante la pandemia), y ahora se veían las 16 horas del día, descontando las horas de dormir; algunas parejas reportaron que se reencontraron “ya se me había olvidado cómo era él o ella” a la pregunta de qué recordaron, la pareja recuperó la motivación de continuar compartiendo la vida y volvieron a reconquistarse mutuamente. Muy al contrario del motivo de consulta que dieron al principio, ya que era de que ya no se soportaban, había críticas mutuas, descalificaciones, hartazgo, él se quejaba hasta de la comida. Una ventaja que presentó este tipo de pareja fue que el proveedor de la familia continuó trabajando desde casa.

En otros casos la pareja de papá y mamá terminaron en el divorcio a partir de la pandemia debido a la escasez económica, ambos perdieron sus empleos, los problemas aumentaron porque hubo necesidad de comprar computadora para que los(as) hijos(as), de diferente nivel académico, pudieran tomar clases en línea; en algunos casos tuvieron que retirar al hijo(a) de la escuela privada porque ya no podían pagar la colegiatura, situación que empeoró la relación de pareja. Con este tipo de pareja lo que se consiguió con la intervención psicológica, es



Imagen de freepik.

que tuvieran un divorcio amable en algunos casos y en otros que llegaran a acuerdos sin perjudicar a los(as) hijos(as).

Otro tipo de situación en la relación de pareja fue que la pandemia dejó al descubierto que ya no eran pareja sino compañeros de cuarto que compartían gastos y eso les facilitaba la vida. Si había hijos(as) se repartieron las obligaciones económicas; con la intervención se observó que ya no tenían algo rescatable de la relación de pareja y de común acuerdo decidieron seguir viviendo en matrimonio o unión libre sin complicarse la existencia.

Un caso más, fue aquellas parejas que llevaban un aislamiento muy tormentoso, violento emocionalmente, sin respeto, y los(os) hijos(as) eran violentados(as) también, cuando los padres peleaban; con la intervención psicológica se logró mejorar la calidad de vida y en este caso se trabajó para que funcionaran como equipo de padres hacia una meta común: el bienestar de los(as) hijos(as).

Cabe aclarar que el modelo terapéutico que se utilizó fue el sistémico. •



## Burbujas de Sexualidad

### Día internacional contra la Explotación sexual infantil 4 de abril

La Organización Mundial de la Salud – OMS (2022) afirmó que 120 millones de infancias y mujeres jóvenes menores de 20 años, han sufrido alguna forma de relación sexual forzada, es decir, violencia sexual.

La violencia sexual involucra a niñas, niños o adolescentes (NNA) al menos en dos posibilidades de control del cuerpo y sometimiento de la voluntad: el abuso sexual y la explotación sexual.

El abuso sexual tiene que ver con toda actividad sexual forzada y por ende no consentida con NNA para satisfacción de quién comete el abuso. En tanto que la explotación sexual ocurre cuando una persona o un grupo de personas involucran NNA en actos sexuales a cambio de cualquier tipo de beneficio, dinero, protección o regalos. Ambas violencias sexuales implican ejercicio de poder y violación a sus Derechos Humanos.

Desde un análisis sociocultural, encontramos que a los NNA se les coloca en una posición de desventaja e inequidad legitimada por relaciones asimétricas de poder, favoreciendo procesos de cosificación para el consumo de sus cuerpos como mercancías: *objetos sexuales*.

Existen diferentes modalidades de explotación sexual infantil generalmente relacionadas o ejercidas de forma *simultánea*:

- Actos sexuales a cambio de una remuneración.
- Utilización de *medios audiovisuales dedicados a actividades sexuales* (imágenes, fotografías, videos, revistas, dibujos, películas, archivos informáticos, grabaciones de audio, negativos fotográficos o diapositivas).
- *Explotación sexual comercial en viajes y turismo*, trata de los NNA con fines de comercio sexual a través de la desaparición forzada.
- Utilización de niños y niñas en *espectáculos sexuales y el matrimonio forzado*.

Cada año 5.4 millones de menores de edad y adolescentes son víctimas de abuso sexual en el país (Ballinas, 2023). Resultados de la Encuesta Nacional de Trabajo Infantil - ENTI (INEGI -2019) estiman que, 3.3 millones de NNA (11.5% de la población), están ocupados en formas de trabajo prohibidas.

Estas cifras, son aproximaciones estadísticas, que muestran un panorama limitado de lo que realmente es el fenómeno de la explotación sexual en NNA.

Se debe considerar que la explotación sexual se relaciona con contextos socioculturales precarios que se traducen en la falta de satisfactores básicos, la falta de acceso a recursos públicos y al maltrato físico y afectivo de NNA. Estas situaciones se expresan a través de la indiferencia, la negligencia, el abandono y la explotación laboral impidiendo su desarrollo integral, atentando contra su dignidad el acceso a un estado de bienestar.

Desde PROSEXHUM consideramos que se debe reconocer a la violencia sexual contra NNA como un grave problema de rezago educativo, económico y social con la finalidad de que se planteen políticas públicas, que promuevan la transformación de esta realidad que vulnera la integridad de NNA.

En PROSEXHUM tenemos la visión de que el único camino que garantice ambientes saludables, seguros, en armonía y libre de todo acto que obstaculice el desarrollo físico y emocional para infancias y adolescencias es el de procurar la promoción, el acceso, reconocimiento y ejercicio de los Derechos Humanos que giran en torno a una sexualidad digna.

Si quieres saber más sobre el tema te invitamos a ver el video de la Mtra. Elisa Ortega Velázquez del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM y a consultar la Carta de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes.

**La explotación sexual de la niñez en el mundo ha aumentado-UNAM Global.**



Referencias:

Ballinas, V. (02 de enero del 2023). *La Jornada*.  
INEGI (2019). *ENTI*. <https://www.inegi.org.mx/programas/enti/2019/>

Redacción: MTRA. ENA ERÉNDIRA NIÑO CALIXTO y  
PSIC. ABIGAIL TERÁN REYES.

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, 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.

FECHAS	HORARIOS
ABRIL	
Del 10 al 14 de abril	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.
Del 17 al 21 de abril	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.
Del 24 al 28 de abril	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.

Nota: Se pueden abrir cursos en horarios y fechas distintas a las establecidas, siempre y cuando los alumnos se organicen en un grupo de 6 personas, cupo máximo 10 personas.

### Servicios del Centro de Documentación

- Préstamo en sala.
- Préstamo a domicilio.
- Préstamo interbibliotecario.
- Acceso a red inalámbrica universitaria.
- Búsqueda de Información especializada.
- Fotocopiado.
- Visitas guiadas.

Las medidas sanitarias que te pedimos observar son: portar cubrebocas en todo momento y gel desinfectante.

Contacto e inscripciones:

DR. FERMÍN LÓPEZ FRANCO,  
Coordinador del Centro de Documentación.  
Email: [cedoc.psicologia@unam.mx](mailto:cedoc.psicologia@unam.mx) •

## Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"

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



#### Objetivos:

- Profundizar y reforzar los conocimientos mediante ejercicios con el Descubridor de Información, así como con las bases de datos Current contents connect: Social & behavioral sciences y Psycinfo.
- Conocer la base de datos JOVE y Proquest Psychology.
- Como realizar citas y referencias en formato APA.

#### Requisitos:

- Presentar constancia del curso "Introducción a la Búsqueda de Información y Biblioteca Digital" o del curso "Uso de recursos impresos y electrónicos de información Psicológica 1".

Nota: Cupo limitado a 8 alumnos por curso.

Formulario de inscripción:

<https://forms.gle/UX2VRg8tdfdPC5GL6>

Si tienes algún problema con tu registro envía un correo a:  
LIC. ZILA MARTÍNEZ MARTÍNEZ, Coordinadora de la Biblioteca.  
[zilam@unam.mx](mailto:zilam@unam.mx)

FECHA	HORARIO	NOMBRE DEL CURSO	MODALIDAD
ABRIL			
Del 17 al 21 de abril	10:00 a 12:00 h.	Uso de recursos impresos y electrónicos de información Psicológica 1	Online
	12:00 a 14:00 h.	Uso de recursos impresos y electrónicos de información Psicológica 2	Presencial
Del 24 al 28 de abril	11:00 a 13:00 h.	Uso de recursos impresos y electrónicos de información Psicológica 2	Presencial
	13:00 a 15:00 h.	Uso de recursos impresos y electrónicos de información Psicológica 1	Presencial

#### Servicio sabatino

1ero. de abril.

Horario de 9:00 a 14:30 h. •




## Comunidad **saludable**

### Coordinación de los Centros de Formación y Servicios Psicológicos


El principal servicio que se brinda en los Centros y Programas es la formación de estudiantes de pregrado y posgrado, a partir de programas de servicio psicológico.

Las y los estudiantes adquieren competencias profesionales que les permiten brindar atención psicológica de calidad.


Oprime sobre la imagen para ir al enlace




Centro de Servicios Psicológicos  
"Dr. Guillermo Dávila" (CSPGD)  
Edificio "D" sótano.  
Lunes a Viernes 8:00 - 19:45 h.




Centro de Prevención en Adicciones  
"Dr. Héctor Ayala Velázquez" (CPAHAV)  
Cerro Acasulco 18, Coyoacán.  
Lunes a Viernes 9:00 - 20:00 h.




Centro comunitario  
"Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro" (CCJMSN)  
Tecacalo Mz. 21 Lt 24, Adolfo R. Cortínez, Coyoacán.  
Lunes a Sábado 8:00 - 19:00 h.




Programa de Promoción a la Inclusión Socieducativa (PPISE)  
Ingeniería 1. Copilco, Coyoacán.  
Lunes a Viernes 9:00 - 20:00 h.




Centro Comunitario de Atención Psicológica  
"Los Volcanes" (CCAPLV)  
Laurel 140, San Pedro Mártir, Talpan.  
Lunes a Viernes 9:00 - 18:00 h.



Programa de Atención Psicológica a Distancia (PAPD)  
Edificio "C" 2do. Piso  
Cubículo 209.



Programa de Sexualidad Humana (PROSEXHUM)  
Sótano Edificio "C"  
Cubículos 16, 17, 18 y 19.



Consultorio Médico  
Lunes a Viernes de 8:00 a 20:00 h.  
Sábado de 8:00 a 15:00 h.  
Centro de Servicios Psicológicos  
"Dr. Guillermo Dávila", Edificio D, Sótano

 <https://m.facebook.com/CoordinacionCentrosUNAM/>  
 <https://instagram.com/unampsicologia.servicios?igshid=YmMyTA2M2Y->  
 [difusion.coordinacion.centros@gmail.com](mailto:difusion.coordinacion.centros@gmail.com)

### Dirección General de Atención a la Salud

# DORMIR BIEN

## Ayuda a fortalecer nuestro sistema inmune

## No es sólo un placer, es una necesidad

## Debemos dormir por lo menos 6 horas diarias

*El cuidado de la salud es primero*





www.dgas.unam.mx  
 Correo: [sos@unam.mx](mailto:sos@unam.mx)

Tel: 55.5622.0127  
 DGAS\_UNAM

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

## Convocatorias

### Cápsula del Tiempo de los primeros 50 Años de la Facultad de Psicología



En el marco de los festejos del *50 Aniversario de la Fundación de la Facultad de Psicología* y con el objetivo de preservar, como memoria colectiva, información y objetos selectos que constituyan o signifiquen testimonios de la trayectoria histórica de nuestra Facultad, se convoca a las personas que conforman o han sido parte de nuestra comunidad a participar en el acopio de objetos, imágenes y documentos físicos y digitales, que serán considerados para formar parte de la *Cápsula del Tiempo de los primeros 50 Años de la Facultad de Psicología*.

Puede consultar las bases de la convocatoria en la siguiente liga:

<https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/convocatorias/Convoca-p-Capsula-del-Tiempo-primeros-50-anios-de-Facultad-de-Psicologia-UNAM.pdf>

Facultad de Psicología

**Libros  
Digitales**

Repositorio de Libros  
**Acceso Abierto  
UNAM**

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





## CONVOCATORIA



### CURSO

A estudiantes del segundo, cuarto y sexto semestres de la licenciatura de Psicología de la UNAM y al personal docente de la Facultad interesado en temas de violencia, construcción de paz, mediación de conflictos y participación democrática desde los enfoques de género y derechos humanos se les invita a participar en el curso:

### **Contra la violencia, construyamos la paz y transformemos los conflictos en la UNAM**

Este curso será impartido por el Grupo de Educación Popular con Mujeres A.C. con apoyo de la Facultad de Psicología.

#### Objetivos

##### Objetivo general

A partir de identificar la violencia que enfrentan en su vida cotidiana las y los estudiantes, así como también el personal docente de la Facultad de Psicología de la UNAM, que logren fortalecer el sentido de comunidad dentro de la Facultad, a fin de construir formas auténticas de paz y noviolencia, mediante la valoración y respeto a las diferencias, desde los enfoques de género y de derechos humanos.

##### Objetivos específicos

1. Reconocer, nombrar y tomar conciencia de las violencias que viven las y los integrantes de la Facultad de Psicología, en particular la violencia de género que afecta primordialmente a las mujeres.
2. Construir alternativas de paz y noviolencia en la comunidad educativa desde los enfoques de género y derechos humanos.
3. Analizar y promover formas democráticas de participación en el entorno educativo en donde las y los participantes sean capaces de valorar y respetar las diferencias, mediante la empatía, la comunicación asertiva, la solidaridad y la reconciliación.
4. Aprender a transformar conflictos y desarrollar prácticas de justicia restaurativa como elementos para llegar a la verdad, la restitución del daño, asumir la responsabilidad de hechos de violencia y el derecho a la no repetición.
5. Diseñar, desarrollar y dar seguimiento a proyectos de cultura de paz que atiendan los problemas de violencia que existen al interior de la Facultad.



### Contenido Temático

Los ejes temáticos del curso son:

1. Fortalecimiento del sentido de comunidad dentro de la Facultad y la UNAM y la importancia de la participación democrática en la vida universitaria.
2. Definición y manifestaciones de violencia, paz y noviolencia dentro y fuera de la Facultad, desde los derechos humanos.
3. Situación actual del estudiantado: Presente y futuro de la juventud en México.
4. Incorporar a nuestra vida diaria los enfoques de género y de derechos humanos.
5. Prácticas restaurativas y transformación de conflictos.
6. Proyectos de paz y noviolencia en la Facultad de Psicología.

### Perfil de ingreso

Podrán participar estudiantes:

- Que se encuentren cursando el segundo, cuarto o sexto semestres de la carrera de Psicología en Ciudad Universitaria.

Podrá participar el profesorado:

- Cuyo trabajo de docencia e investigación esté relacionado con la temática del curso.
- Se interese en la temática del curso de tal manera que logren impulsar acciones colectivas en torno a la construcción de cultura de paz y noviolencia, desde los enfoques de género y de derechos humanos en la Facultad de Psicología.
- Disponga cuando menos de cuatro horas a la semana para asistir a las sesiones del curso y de cuatro a seis horas más para estudiar y dar seguimiento a las acciones que se emprendan derivadas del curso.
- Que logre comprometerse a asistir al 80% de las sesiones del curso. En el siguiente enlace podrá responder un cuestionario de Google Forms para elegir las opciones de horario que más le convengan: <https://forms.gle/T28Mqcy6RWcyChxs5>. Posteriormente se les notificará por correo electrónico el día y lugar en el que se llevará a cabo.

### Perfil de egreso

- Las y los participantes adquirirán una base sólida de conocimientos en torno a los temas de violencia, construcción de paz, derechos humanos, perspectiva de género, transformación de conflictos y justicia alternativa.
- Habrán desarrollado algunas capacidades y habilidades psicosociales para el manejo de la violencia, la paz, la mediación de conflictos y las prácticas restaurativas en el ámbito escolar y dentro de la comunidad universitaria.





- Contarán con los elementos para crear y consolidar una comunidad fortalecida dentro de la Facultad de Psicología de la UNAM.

### Registro

Todas y todos los interesados deberán responder el cuestionario de Google Forms: <https://forms.gle/T28Mqcy6RWcyChxs5> . Tras completarlo, deberán esperar la notificación que llegará a su correo electrónico, con la respuesta e indicaciones pertinentes.

### Modalidad y duración del curso-taller

El curso se desarrollará de manera presencial y se brindarán algunas herramientas didácticas para que puedan hacer uso de ellas dentro y fuera de la Facultad. Este curso se llevará a cabo en 24 sesiones, dos veces por semana y cada una de ellas tendrá una duración de 2 horas, lo que nos da un total de 48 horas. El calendario se precisará en breve, pero se pretende comenzar el curso en la segunda semana del mes de abril hasta finalizar el semestre del presente año.

Se formarán dos grupos, uno para estudiantes y otro para docentes, en los que trabajarán con el mismo objetivo y el contenido temático, pero con dinámicas distintas, que se acerquen más a la realidad que vive cada grupo en particular.

Habrán momentos durante los cuales el equipo docente podrá asistir a las y los participantes en cuanto a necesidades, dudas y comentarios para enriquecer el desarrollo del curso y su aplicabilidad en el ámbito universitario.

### Constancia del curso

Las y los participantes que cubran el 80% de las asistencias a las sesiones y realicen los trabajos que se desarrollen a lo largo del curso en tiempo y forma, recibirán una constancia de participación institucional.

Si tiene dudas o presenta algún inconveniente en el registro envíe un correo a [buzon.direccion.psicologia@unam.mx](mailto:buzon.direccion.psicologia@unam.mx)



## REALIZA TU SERVICIO SOCIAL

### Programa de Análisis de las interacciones entre madres e hijos(as) en el hogar

CLAVE DEL PROGRAMA: 2023-12/23-4730

¿Te gustaría conocer más sobre la interacción madres-hijo en el hogar?

¿Te interesa la investigación aplicada a la crianza positiva?

#### ACTIVIDADES

- Registro de interacciones didácticas madre-hijo(a) en el hogar.
- Elaboración de bases de datos
- Análisis de datos y elaboración de informes de investigación.
- Participación en seminarios teóricos de actualización.
- Participar en el taller de Crianza Positiva en el Hogar como: observadora, coterapeuta y/o instructora(or).
- Brindar consejo breve en el manejo conductual de niños y adolescentes.

#### RESPONSABLE

**Marcela Rosas Peña**  
**Teléfono:** 55 5622 2232  
**Correo electrónico:**  
 rosas\_marce@hotmail.com



Posibilidad de titulación a través de tesis



## Te invitamos a formar parte del servicio social:

**“PROGRAMA DE ATENCIÓN COMUNITARIA E  
INTERVENCIÓN BREVE PARA RIESGOS A LA SALUD MENTAL  
Y POR CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS”**

**CLAVE DEL PROGRAMA  
2023-12/23-2321**



*Actividades:*

- ✓ **Capacitación y supervisión constante**
- ✓ **Implementación de consejería e intervención breve**
- ✓ **Integración de expedientes clínicos electrónicos**
- ✓ **Participación en actividades comunitarias (ferias de salud, talleres, charlas, módulos interactivos)**



**Informes:  
[centros.psicologia@unam.mx](mailto:centros.psicologia@unam.mx)**





## Programa de Servicio Social

### Programa Multidisciplinario de evaluación, manejo y seguimiento de los riesgos a la Salud Mental, por Consumo de Sustancias Psicoactivas y de Condiciones Neurológicas en comunidad universitaria y abierta

#### ACTIVIDADES:

- Desarrollo e implemento de diversas tecnologías de la información para el manejo.
- Promoción de funcionamiento de la vida y tratamiento psicológico.
- Seguimiento de riesgos a la salud física, mental, por el consumo de sustancias psicoactivas y condiciones neurológicas, en primer nivel de atención.
- Apoyo en actividades comunitarias de promoción de la salud física y mental a distancia o presencial (talleres, charlas, psicoeducación, informes, análisis de datos, etc.).



#### CLAVE DEL PROGRAMA:

2023-12/23-1242



**Responsable:**  
Marcela Rosas Peña  
Tel: 5518428753

**E-mail:**  
[centros.psicologia@unam.mx](mailto:centros.psicologia@unam.mx)



**Carreras participantes:**  
Psicología, Medicina, Trabajo Social, Enfermería, Diseño Gráfico, Técnico Auxiliar Fotógrafo, Laboratorista y Prensa.

## Actividades Académicas




 ¿Has reprobado varias materias?  
 ¿Te sientes mal en la escuela?  

 ¿Te abruman tus problemas familiares?  
 ¿Has caído en una adicción?

Evalúa tu situación académica y socio-personal usando la WebApp *¿Cuándo pedir ayuda y a quién?, en:*  
**cuandopedirayuda.unam.mx**

Ahí detectarás la dimensión de tus problemas y hallarás información de organizaciones y sitios de ayuda para resolverlos

**¡Decídete a cambiar lo que te impide alcanzar el éxito como estudiante!**

Informes: rogil@unam.mx





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




En el marco del Seminario-Taller

**Ciencia Arte Narrativa e Interculturalidad**

**“Apuntes sobre el anime y la estética del roman europeo”**

Ponente: **Mtro. Ricardo Trujillo**

**31 de Marzo**  
**12:00 hrs**

\*Imágenes gratuitas

MODALIDAD: VIRTUAL /  ZOOM <https://cuaiied-unam.zoom.us/j/98818130850>

Mayores informes: [unam2020psic@gmail.com](mailto:unam2020psic@gmail.com)



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

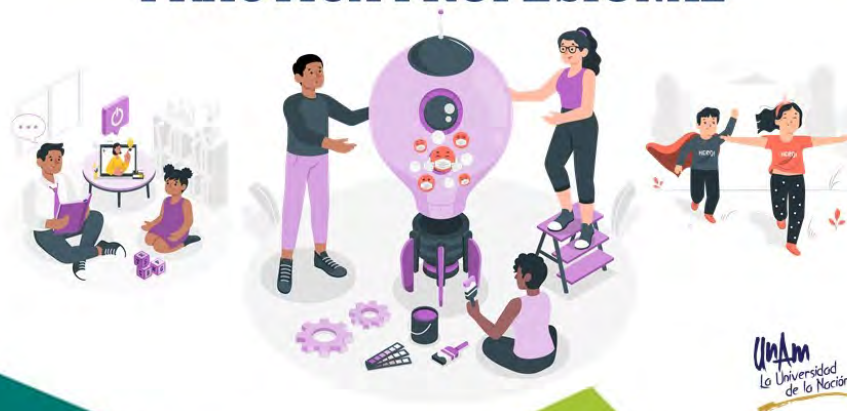
Programa de Maestría  
y Doctorado en Psicología

En el marco del 50 aniversario de la Facultad de Psicología

La Residencia en Psicoterapia Infantil  
los invita al:

## 7° Coloquio

**“VIGÉSIMO ANIVERSARIO DE LA  
RESIDENCIA EN PSICOTERAPIA INFANTIL:  
DESAFIOS E INNOVACIONES EN LA  
PRÁCTICA PROFESIONAL”**



UNAM  
La Universidad  
de la Nación

**¡TE ESPERAMOS!**  
Jueves 13 de abril del 2023  
9:30 a 14:30 horas  
Auditorio “Dr. Luis Lara Tapia”



¡Se otorgará constancia de participación!



## Curso - Taller: ¿Ahora qué hago? Respuesta en caso de emergencias químicas/biológicas

- Viernes 31 de marzo 2023. Parte 1: Medidas de prevención y seguridad, tipos de emergencias, vías de exposición, clasificación y efectos a la salud por exposición.
- Martes 11 de abril 2023. Parte 2: Sistema Globalmente Armonizado (identificación de riesgos y peligros por sustancias químicas), uso de Hojas de Datos de Seguridad, primeras atenciones según la sustancia, peligros biológicos y niveles de Bioseguridad.

Horario: 10:00 a 13:00 horas ambos días.  
Lugar: Aula 11-12, planta baja, edificio D.

La Unidad de Gestión de Residuos - Comité Bioseguridad invita a todos los alumnos e investigadores involucrados con el manejo de sustancias químicas y agentes biológicos durante el desarrollo experimental de docencia e investigación en sus laboratorios.

División de Estudios de Posgrado e Investigación  
Facultad de Psicología

Impartido por: M. en I. Christian A. Delgado López



UNAMirada  
desde la  
Psicología



11 abril 23  
12:00 horas

Auditorio  
"Dr. Luis Lara Tapia"  
Facultad de Psicología  
UNAM

UNAMPSICOLOGIAUEMAT

¿Cómo ayudar a mis hijos  
en el manejo del enojo?  
Dra. María Teresa Monjarás Rodríguez

UNAM  
La Universidad  
de la Nación



UNAMirada  
desde la  
Psicología



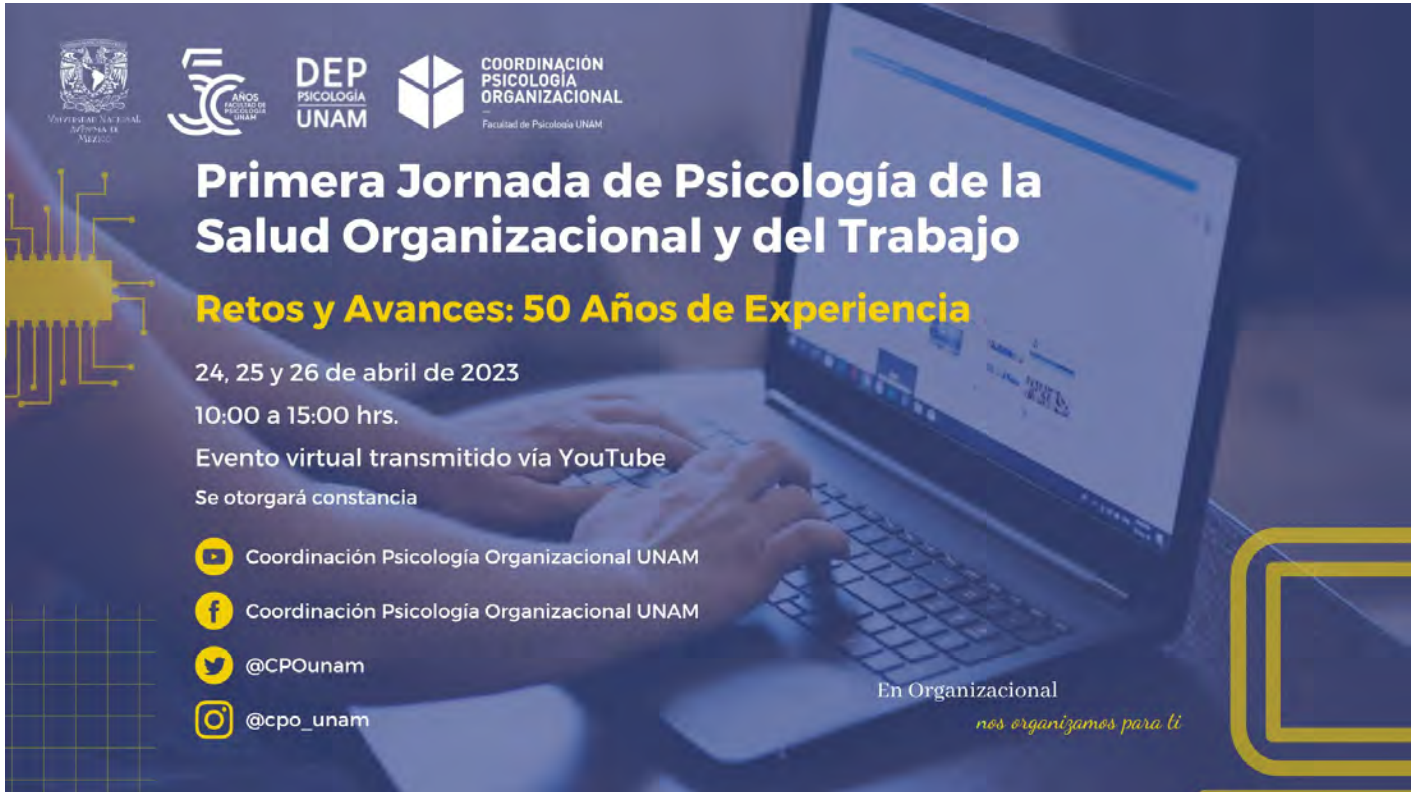
18 abril 23  
12:00 horas





Auditorio  
"Dr. Luis Lara Tapia"  
Facultad de Psicología  
UNAM

UNAMPSICOLOGIAUEMAT

Corregulación del adulto  
en la regulación  
emocional infantil  
Dra. María Fayne Esquivel y Ancona

UNAM  
La Universidad  
de la Nación






## Primera Jornada de Psicología de la Salud Organizacional y del Trabajo

### Retos y Avances: 50 Años de Experiencia

24, 25 y 26 de abril de 2023  
10:00 a 15:00 hrs.  
Evento virtual transmitido vía YouTube  
Se otorgará constancia

 Coordinación Psicología Organizacional UNAM  
 Coordinación Psicología Organizacional UNAM  
 @CPOunam  
 @cpo\_unam

En Organizacional  
*nos organizamos para ti*








## Primera Jornada de Psicología de la Salud Organizacional y del trabajo

### Retos y Avances: 50 Años de Experiencia

**Lunes 24**

"Factores de Riesgo Psicosocial, Burnout y afectaciones a la salud en docentes mexicanos" 10:15 - 11:00  
Dra. Sara Unda Rojas.

"Estabilidad Emocional, un reto en la jornada diaria" 11:00 - 12:00  
Mtra. María Isabel Jiménez García.

"Un modelo de planeación estratégica para la intervención de factores de riesgo psicosocial en el trabajo" 12:00 - 13:00  
Dr. Arturo Juárez García.

"Factores que predicen la satisfacción laboral en trabajadores mexicanos" 13:00 - 14:00  
Mtra. Erika Souza Colín.

"Estudio de los factores de riesgo psicosocial en el trabajo en México: a 39 años de su reconocimiento por la OIT y la OMS (1984-2023)" 14:00 - 15:00  
Dra. Juana Patlán Pérez.

**Martes 25**

"NOM-035 retos y perspectivas, derivadas de un análisis nacional" 10:00 - 11:00  
Dra. Erika Villavicencio Ayub.

"Medicina Gráfica para la salud laboral: ¡El trabajo me quema!" 11:00 - 12:00  
Dr. Rodrigo Alonso Peniche Amante.

"Intervención psicológica y organizacional en profesionales de la salud" 12:00 - 13:00  
Mtro. Eduardo Abraham Vidal Velazco.

"Diseño de organizaciones favorables para la mejora de la salud emocional y mejora de los procesos de negocio" 13:00 - 14:00  
Mtro. Carlos Santamaría, Pas. María del Rocío Barajas.

"Salud organizacional y retención de talento" 14:00 - 15:00  
Mtra. Beatriz Márquez.

**Miércoles 26**

"Modelo de liderazgo saludable integral y su desarrollo como competencia psicosocial adaptativa en ambientes organizacionales complejos" 10:00 - 11:00  
Dra. Alejandra García Saiso, Dr. Emmanuel Martínez Mejía, Mtra. Erika Souza Colín.

"El análisis de los factores Psico-Socio-Ambientales relacionados con la salud en las organizaciones: una mirada desde la complejidad" 11:00 - 12:00  
Dr. Octavio Salvador Gínez.

"Tecnofatiga e infoxicación: una nueva realidad ante el home office" 12:00 - 13:00  
Psic. Osvaldo Vázquez Pichardo.

"Perdí mi trabajo ¿Y ahora qué? Manejo del duelo tras la pérdida del empleo" 13:00 - 14:00  
Mtra. Elizabeth Zorayda López Sánchez.

"El teletrabajo en México: un desafío para los líderes de Recursos Humanos" 14:00 - 15:00  
Mtra. Adriana Martínez Pérez.

 Coordinación Psicología Organizacional UNAM





RÍO ARROYO  
FUNDACIÓN

# CURSO EN LÍNEA

## Especialización en Aplicaciones Terapéuticas para la Identificación Oportuna y Subsecuente Canalización de Manejo del Trauma.

Nuestro objetivo es formar a profesionales de la salud en la identificación y evaluación de síntomas del Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) y trastornos asociados para su identificación oportuna y subsecuente canalización.

### CARACTERÍSTICAS

- Duración de 50 horas.
  - 40 teóricas y 10 prácticas.
- Asesor en línea.
- Se otorgará reconocimiento oficial.

### CONTENIDO

- I. Introducción al TEPT.
- II. Evaluación y Comorbilidad.
- III. Manejo de Ataques de Pánico e Intervención en Crisis.
- IV. Prácticas virtuales en línea.

### COSTO

- \$5,500 mxn.
  - Pago de inscripción y hasta 2 parcialidades.
- Descuento del 10% a estudiantes, docentes y servidores públicos.

### CONTACTO:



55 2495 8387  
55 5622 2292



ciberpsicologia.levyc  
@psicologia.unam.mx



Facultad de Psicología.  
Edificio B, Piso 1,  
Laboratorio 002.



Dirigido a Médicos,  
Enfermeros, Asistentes  
Médicos y Trabajadores  
Sociales.





RÍO ARRONTE  
FUNDACIÓN

# DIPLOMADO EN LÍNEA

## Intervenciones Innovadoras para la Detección, Prevención y Tratamiento del Trastorno por Estrés Postraumático.

Nuestro objetivo es formar a profesionales de salud mental en la identificación, evaluación y tratamiento del Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) y trastornos asociados mediante protocolos de evaluación y tratamientos basados en evidencia y terapias innovadoras basadas en Realidad Virtual.

### CARACTERÍSTICAS DEL CURSO

- Duración de 120 horas.
  - 90 teóricas y 30 prácticas.
- Asesor en línea.
- Se otorgará reconocimiento oficial.

### COSTO

- \$13,200 mxn.
  - Pago de inscripción y hasta 3 parcialidades
- Descuento del 10% a estudiantes, docentes y servidores públicos.

### CONTENIDO

- I. Introducción al TEPT.
- II. Evaluación y Comorbilidad.
- III. Modelos terapéuticos, técnicas específicas y protocolos de tratamiento basados en evidencia para el TEPT.
- IV. Tratamiento de estrés agudo e intervenciones para el abuso de sustancias asociadas.
- V. Prácticas virtuales en línea.



Dirigido a  
**Psicólogos y  
Psiquiatras.**



55 2495 8387  
55 5622 2292



ciberpsicologia.levyc  
@psicologia.unam.mx



Facultad de Psicología.  
Edificio B, Piso 1,  
Laboratorio 002.



## 7º COLOQUIO INTERUNIVERSITARIO Y 1º CONGRESO INTERNACIONAL DE FORMACIÓN EN LA PRÁCTICA DE LA PSICOLOGÍA

Planeación, intervención, investigación e innovación en  
Psicología

Dirigido a estudiantes y  
docentes de nivel superior



Evento en línea

4, 5 y 6 de octubre 2023

Perspectivas, innovaciones e intervenciones en la  
formación en la práctica de la Psicología

coloquiointeruniversitariodeps@gmail.com  
<https://www.psicolideres.com/coloquiopsicol2023/>



## Actividades sobre **Género**



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

Oprime sobre la imagen para ir a la información



### **Diplomado: «Sexología y sexualidad en el siglo XXI (Con énfasis en perspectiva de Género)»**

abril 1 - abril 30



### **Charla informativa: «¿Qué es una POC?»**

abril 10 | 1:00 pm UTC-6



### **Seminario Permanente de Música y Género**

abril 14 | 12:00 pm UTC-6



### **Conferencia sobre lenguaje inclusivo**

abril 24 | 12:00 pm - 1:00 pm UTC-6

## Sabías que...

# Onicofagia

Etimológicamente, onicofagia (del griego onyx, 'uña' y phagein, 'comer') es el hábito de morderse (roer) o comerse las propias uñas.

Se presenta en estados de ansiedad y puede estar asociado con episodios de estrés o alteraciones psiquiátricas. Puede además estar asociado a trastornos mentales o emocionales, según su frecuencia. Aunque en muchos casos perdura hasta la edad adulta, la mayor incidencia de este mal hábito se da en la pubertad. Si no se trata precozmente tiende a perpetuarse en el tiempo, ya que es una tendencia que no disminuye con la edad, y se ve incrementada significativamente ante situaciones de estrés o de ansiedad. Es más común en el sexo masculino.

Este hábito es socialmente inaceptable ya que produce desagrado en quienes entran en contacto con la persona que se muerde las uñas; además, tiene implicaciones que van más allá de lo estético, pues produce problemas médicos y dentales bastante serios. Generalmente es impulsado por razones psicológicas, resaltando sentimientos como la ansiedad, el miedo, la angustia, el nerviosismo, el estrés, la frustración, el aburrimiento, entre muchos otros. Sin embargo, estos sentimientos, a su vez, suelen ser producto de experiencias traumáticas y complejas que la persona sufre a lo largo de su vida como situaciones difíciles en la escuela, en el trabajo, tragedias familiares como la pérdida de un ser querido, violencia, humillaciones, etcétera.



Imagen gratis de Freepik.

También hay experiencias similares que marcan a la persona de una forma más profunda y le hacen cambiar toda su actitud ante la vida. Se pueden volver personas con problemas de timidez y de autoestima, cuyo desenlace también es la onicofagia.

Es difícil darse cuenta del desarrollo de este proceso, ya que se lleva a cabo a nivel inconsciente y genera, paso a paso, una conducta frenética muy difícil de detener cuando ya está muy avanzada.

Se han planteado tratamientos psicológicos, farmacológicos y con mecanoterapia. La reacción de competencia por ejemplo, ha sido un tratamiento bastante usado en adultos con buena evidencia y resultados. También la terapia de modificación conductual ha sido exitosa en el tratamiento de esta conducta, así como la terapia cognitivo-conductual.

#### Fuentes

- Benítez Velázquez, J. M. y Gasca Argueta, G. (2013). Modificación conductual en un caso de onicofagia. *Revista ADM*, 70(3). pp. 151-153.
- Carbajal Moreno, J. y Campos Cano, M. I. (2018). *La ansiedad como factor desencadenante de la onicofagia infantil para la propuesta de un programa de intervención desde el enfoque cognitivo conductual*. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM.
- Pérez-Rincón Merlín, O. y Pares Vidrio, G. E. (2003). *Onicofagia en niños: ¿hábito o síntoma?* Tesis de Licenciatura en cirujano dentista. Facultad de Odontología, UNAM.
- Restrepo Serna, C. C. (2011). Tratamiento de la onicofagia en niños. Revisión sistemática. *Revista de Odontopediatria Latinoamericana*, 1(1), 93-101.
- Sánchez Casado, J. I. y Benítez Sánchez, E. I. (2021). Onicofagia y covid-19: estudio de caso de un joven adulto con TDHA. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 321-330. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v1.2070>

Investigado y elaborado por: ABRAHAM CASTRO ROMERO, Técnico Académico del Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero". Edif. E, Planta Baja. 5556222245. [cedoc.psicologia@unam.mx](mailto:cedoc.psicologia@unam.mx).

### Acciones para cuidar el medio ambiente

La energía eólica es la energía obtenida del viento, es un recurso energético, que probablemente sea el más antiguo utilizado por el ser humano.

La energía eólica se obtiene a través de turbinas que son dispositivos que transforman la energía cinética del viento en mecánica para impulsar un generador eléctrico.<sup>1</sup>

Es importante destacar como el ser humano ha sabido aprovechar este recurso renovable en su beneficio y que permite utilizarlo sin dañar el medio ambiente.

El viento mueve las palas del aerogenerador y las hace girar; este movimiento de rotación se transmite al generador. El generador producirá una corriente eléctrica.<sup>1</sup>

La energía eólica es renovable y de las más utilizadas en el planeta y que se enfoca en ser un modelo basado en la sostenibilidad del planeta.

Entre las ventajas que tiene este tipo de energía encontramos: energía renovable y limpia, adaptable a cualquier espacio, rápida instalación y se considera barata.

Entre las desventajas tenemos: Falta de seguridad en que haya viento, la velocidad tiene un límite, es necesario construir líneas de alta tensión, tiene impacto ambiental y ocupan grandes áreas.<sup>2</sup>

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

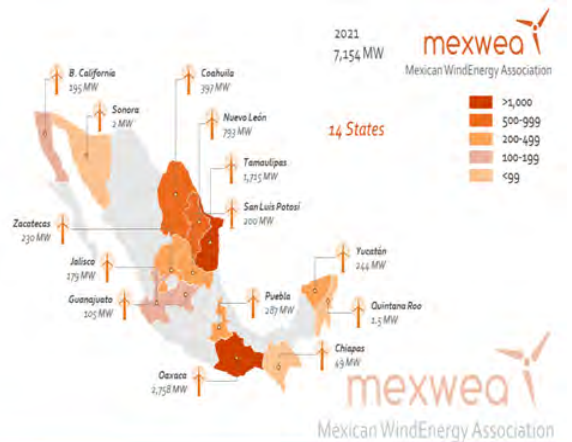
<sup>1</sup> <https://sma.gob.mx/energia-eolica/>  
<sup>2</sup> <https://www.antala.es/ventajas-y-desventajas-energia-eolica/>

**México necesita más energía eólica porque...**

- No requiere subsidios. Genera electricidad a bajo costo y ayuda a disminuir las tarifas.
- Es menos invasiva y tiene menor impacto que proyectos con energías fósiles.
- Cada proyecto presenta una manifestación de impacto ambiental antes de su inicio. En su caso, se ordenan medidas para su mitigación.
- Las inversiones privadas liberan presupuesto fiscal que se puede usar en programas sociales, educativos, de seguridad, etc.
- Produce empleos e ingresos fiscales para el Estado.
- El aprovechamiento del viento es compatible con otros usos del suelo y permite actividades productivas y de conservación que benefician a las comunidades.

México Evalúa

Fuente: <https://www.mexicoevalua.org/mexico-necesita-mas-energia-eolica/>



Fuente: <https://amdee.org/mapas-eolicos.html>

**Así se ve la sustentabilidad en mi campus**

Convocatoria para participar en la documentación colectiva

FOTO O VIDEO

Envíanos fotografías o videos sobre los éxitos y desafíos de la sustentabilidad en tu campus

Las mejores fotos y videos serán seleccionadas para ser parte de una exposición itinerante

Áreas verdes  
Residuos  
Agua  
CONSUMO

¡SÚMATE A LA CONSTRUCCIÓN DE UNA UNAM+SUSTENTABLE!

TIENES HASTA EL 30 DE ABRIL PARA ENVIARNOS TU MATERIAL

https://acortar.link/1ZC3Th  
CONSULTA LAS BASES DE PARTICIPACIÓN EN LA CONVOCATORIA

CÁMPUS SUSTENTABLE UNAM Sustentable

SDI COUS

Información con el apoyo del PAS. ARQ. MARCELINO SIKURI HUERTA MÉNDEZ, Secretaría Administrativa



DIVISIÓN DE  
EDUCACIÓN  
CONTINUA

## Oferta académica

- **Acoso laboral**, imparte: *Mtra. Aidee Elena Rodríguez Serrano*, se llevará a cabo los días 11, 18 y 25 de abril; 2, 9 y 16 de mayo, de 18:00 a 20:00 h. Dirigido a estudiantes y pasantes de licenciatura en Psicología. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Gestión de nómina: herramientas contables administrativas y fiscales**, imparte: *Mtra. Ana Laura Rivas Pérez*, los días 12, 19 y 26 de abril y 3 de mayo, de 16:00 a 21:00 h. Dirigido a pasantes y licenciados en Psicología y áreas afines. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **¿Cómo ser un docente resiliente?**, imparte: *Dra. Libia Gómez Altamirano*, los días 12, 19 y 26 de abril, de 17:00 a 20:00 h. Dirigido a licenciados en Psicología y áreas afines. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Terapia familiar sistémica**, imparte: *Mtra. Aidee Elena Rodríguez Serrano*, los días 14, 21 y 28 de abril; 5, 12, 19 y 26 de mayo; 2, 9 y 16 de junio, de 16:00 a 19:00 h. Dirigido a licenciados en Psicología. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Terapia de juego cognitivo conductual**, imparte: *Dra. Araceli Flores León*, los días 15, 22 y 29 de abril; 6, 13 y 20 de mayo, de 10:00 a 14:00 h. Dirigido a licenciados y posgrado en Psicología y áreas afines. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Tests proyectivos gráficos en el ámbito clínico**, imparte: *Mtro. Francisco Javier Espinosa Jiménez*, los días 17 y 24 de abril; 8 y 22 de mayo, de 16:00 a 21:00 h. Dirigido a licenciados en Psicología y áreas afines. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Estrategias de enseñanza y aprendizaje**, imparte: *Dra. Marquina Terán Guillén*, los días 18 y 25 de abril; 2 y 9 de mayo, de 16:00 a 21:00 h. Dirigido a pasantes de licenciatura en Psicología y áreas afines. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Aplicación, calificación e interpretación del WISC IV**, imparte: *Mtra. Laura Angela Somarriba Rocha*, los días 20 y 27 de abril; 4, 11 y 18 de mayo, de 17:00 a 21:00 h. Dirigido a licenciados en Psicología. Disponible en modalidad a distancia y presencial.
- **Detección y acciones para la intervención del TDAH**, imparte: *Dra. Aida Frola Angulo*, los días 21 y 28 de abril; 5, 12 y 19 de mayo, de 16:00 a 20:00 h. Dirigido a licenciados en Psicología y áreas afines. Disponible en modalidad a distancia y presencial.

### Diplomado de actualización

- **Terapia breve y sus aplicaciones**, coordina: *Mtra. Laura Laguna Lamas*, Psicología clínica y de la salud, modalidad semi-presencial mediante las plataformas Moodle (asincrónica) de lunes a domingo en horario libre, zoom y/o webex (sincrónicas), los días viernes de 9:00 a 14:00 h. Inicia 21 de abril de 2023.
  - Dirigido a licenciados en psicología.
  - Dirigido a psiquiatras y trabajadores sociales.

### Se requiere documento probatorio.

Informes e inscripciones:

División de Educación Continua, calle Saturnino Herrán 135, San José Insurgentes, Benito Juárez, 03900 Ciudad de México, CDMX.

WhatsApp: 55 4194 7632

edu.presencial@unam.mx

http://dec.psicol.unam.mx

Facebook: <https://www.facebook.com/DEC.PSICOLOGIA.UNAM>

Instagram: <https://www.instagram.com/decpsicologia/>

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).
- 15% de descuento para grupos de 3 personas inscritos a la misma actividad académica. •

### 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



La Secretaría de Prevención, Atención y Seguridad Universitaria a través de la Dirección General de Análisis, Protección y Seguridad Universitaria, invita a participar a las entidades y dependencias universitarias al Simulacro Nacional 2023



## ¡Participa!

#LaPrevenciónEsLaLlaveDeTuSeguridad

ES NATURAL SENTIR ESTRÉS,  
ANSIEDAD, ENOJO, TRISTEZA O MIEDO

Si quieres información o recursos de ayuda:

- Identifica tu condición de salud mental en: [www.misalud.unam.mx](http://www.misalud.unam.mx)
- Realiza las recomendaciones de las infografías, videos y cursos a distancia
- Al finalizar el cuestionario, puedes compartir tus datos para recibir Atención Psicosocial

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



### DIRECTORIO

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

**Dra. Sofía Rivera Aragón**  
Secretaria General

**Mtro. Guillermo Huerta Juárez**  
Secretario Administrativo

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

**Dr. Prócoro Millán Benítez**  
Jefe de la División de Estudios Profesionales

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

**Mtra. Laura Patricia Barrera Méndez**  
Jefa de la División de Educación Continua

Comunidad  
**psicología**

### Boletín Informativo para Alumnos

Es una publicación trisemanal. El No. 349 correspondiente al 31 de marzo de 2023, Año XXV, Volumen 25, se terminó de elaborar en marzo de 2023, por la Facultad de Psicología de la UNAM (Av. Universidad No. 3004, Col. Copilco-Universidad, C.P. 04510, México, Cd. Mx.). Editora responsable: Lic. Claudia Rodríguez Esquivel. Certificado de licitud de título No. 9889 y de contenido No. 6928. Reserva de título No. 3014/96. Versión digital, hecho en México. Diseño y formación: Teodoro Mareles S., Revisión técnica: Lic. Rosa Isela García Silva. Colaboraciones: Lic. Augusto A. García Rubio G. y Lic. Irazema Ariadna Guzmán González. Elaboración: Departamento de Publicaciones.