

# Comunidad



# psicología

## Boletín Informativo para Alumnos

Año XXV

Volumen 25

Número 346

30 de enero de 2023

## Bienvenida y deseos para el año 2023

Después de unas reparadoras vacaciones invernales, nos reencontramos en la Facultad para dar inicio a un nuevo ciclo escolar, el 2023-2, y reanudar nuestra triple labor de formación estudiantil, investigación y extensión del conocimiento. Aprovecho la ocasión para expresarles mis deseos de que en este 2023 nos mantengamos sanos, unidos y solidarios. Es buen momento, también, para felicitar y agradecer a cada una de las personas que integran nuestro estudiantado y el personal académico, administrativo y funcionariado por la cotidiana labor y esfuerzo que, a lo largo de los dos últimos años de esta administración, han desarrollado para llevar adelante los grandes objetivos académicos de la Facultad y, al mismo tiempo, promover el bienestar de nuestra comunidad y de la sociedad.

Colaboramos en distintos niveles y vías para avanzar hacia una entidad libre de violencias, en particular, libre de violencia de género. En este punto, quiero agradecer al H. Consejo Técnico de la Facultad, en particular a su Comisión Permanente de Equidad y Género, y a los distintos grupos organizados en la Facultad, como la Comisión Interna de Igualdad de Género (CInIG), la Comisión Tripartita Permanente (CTP), y las Personas Orientadoras Comunitarias (POC), por sus contribuciones a crear una nueva cultura de género y mejorar las condiciones de equidad, respeto y libertad para desarrollar nuestras diversas actividades en un



Dra. María Elena Medina Mora.

ambiente de concordia y colaboración, atendiendo las múltiples necesidades de formación, asesoría, atención y cuidados que tienen expresión en nuestra comunidad.

Hace unos días, presenté ante nuestra comunidad y el Dr. Leonardo Lomelí Vanegas, secretario general de la UNAM, el Segundo Informe de Actividades 2021-2022 de la Facultad, producto del esfuerzo conjunto de todas y todos. Les invito a recuperar el video de la presentación, y apreciar todo lo que hemos logrado. Está accesible en YouTube:

<https://youtu.be/HiS4IBQLSGE>

*Continúa en la página 2.*

 Escribe a la directora 4 años Maria Elena Medina Mora buzon.direccion.psicom@unam.mx	 POC'S PERSONAS ORIENTADORAS COMUNITARIAS ¡Acércate a ellas! psicologia.unam.mx/pocs	 Defensoría de los Derechos Universitarios Igualdad y Atención de la Violencia de Género Solicita orientación 55-4161-6048 defensoria.unam.mx	 CONOCE LA RUTA DE ATENCIÓN PARA QUEJAS POR VIOLENCIA DE GÉNERO bit.ly/RutaDefensUNAM
---	--	--	---

## Facultad de Psicología, UNAM

Número de distribución digital

Periodicidad: Trisemanal

ISSN 1405-6836

## CONTENIDO

• Orgullo movilidad	3
• Orgullo psicología	4
• Cine y Psicología: contando historias Días de otoño (México, Roberto Gavaldón, 1963)	5
• Formación en la práctica ¿Qué es el Sistema de Información Automatizada de Prácticas Profesionales (SIAPP) de la UNAM?	5
• Cuida tu mente ¿Qué es la compasión y por qué es un tema fundamental de estudio en la psicología? (primera parte)	7
• Psiconocimiento Online Recursos psicológicos - académicos virtuales	8
• Acta de Investigación Psicológica	8
• Conoces el término del mes... TDA-H: Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad	9
• Conversatorio "Caricias del buen trato para el bienestar de las mujeres"	10
• Secretaria de Asuntos Estudiantiles	11
• Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"	12
• Biblioteca "Dra. Graciela Rodríguez Ortega"	12
• Coordinación de los Centros de Formación y Servicios Psicológicos	13
• Comunidad saludable	13
• Convocatorias	14
• Actividades Académicas	18
• Navegando entre Neurociencias, Psicología y Genética Enfermedad de Parkinson: Tratamiento e investigación	20
• Los baños neutros, multigénero o no generizados son un espacio de resistencia y una convocatoria a la transformación	21
• Actividades sobre Género	23
• Sabías que... Trastorno del Espectro Autista (TEA)	24
• Acciones para cuidar el medio ambiente	26
• Oferta académica de la DEC	27

*Viene de la portada.*

Me emociona comunicarles que, en unos días, el 27 de febrero, nuestra Facultad cumplirá 50 años de haber sido creada por el Consejo Universitario. Por ello, de forma coordinada con el H. Consejo Técnico, estamos convocando a nuestras comunidades (pasadas y presente) a participar, a lo largo de 2023, en el desarrollo y organización de una gran variedad de actividades académicas, culturales y artísticas para conmemorar este importante aniversario.

Por fortuna, los riesgos y efectos de la pandemia de COVID-19 que azotó a nuestra comunidad, como a toda la humanidad, han disminuido enormemente, pero importa recordar que el virus sigue activo, propagándose entre nosotros. Por ello, la Universidad nos insta a seguirnos cuidando, y el uso correcto del cubrebocas continuará siendo indispensable en todos sus espacios cerrados.

Estoy segura de que este año cada persona en la Facultad, en lo individual y en colaboración, emprenderá sus proyectos académicos y actividades con el ánimo, confianza y dedicación que hasta ahora les ha caracterizado, y que han llevado a nuestra entidad a ser el mejor centro de formación e investigación en psicología en el país, siempre al servicio de la sociedad.

Abrazos afectuosos,

DRA. MARÍA ELENA MEDINA MORA  
Directora de la Facultad de Psicología  
Ciudad Universitaria, a 25 de enero de 2023 •



Foto: AGP.

Continúa en la página 3.



# 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 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, en esta, tu Universidad.

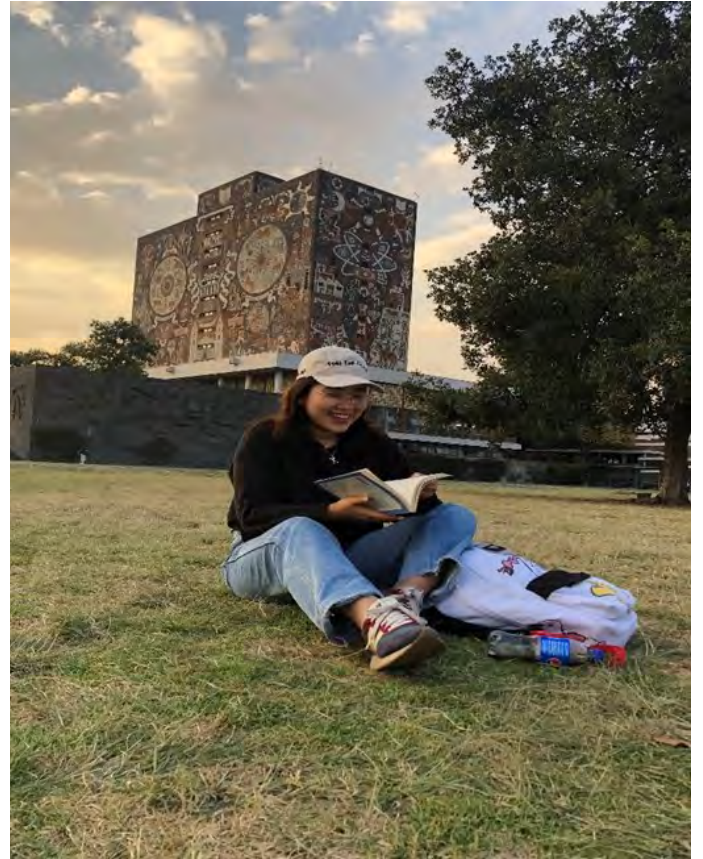
Afortunadamente fui muy bien recibida por todxs ustedes al llegar a la Facultad de Psicología, el conocer nuevas personas, tanto originarias de aquí, como de diferentes países, el tener contacto con diferentes culturas hizo aún más fructífera mi estancia en la UNAM.

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 *Héroes Universitarios*, donde pude desarrollar mis habilidades de exposición, escucha activa, brindando talleres de “control de ansiedad”, “manejo de autocuidado”, “conocer mis emociones”, aunado a qué 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 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 el 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 onda, aprendí muchísimo, por lo que te invito, si tienes la



Ximena Bautista Mendoza. Foto: SASE.

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 XIMENA BAUTISTA MENDOZA.

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

## Orgullo psicología

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

### Basta con decidirte

Estudiar en la Facultad de Psicología en el Sistema SUA fue una gran oportunidad para mi desarrollo profesional porque me permitió trabajar y estudiar al mismo tiempo.



Psic. Alma Delia Estrada Gutiérrez. Foto: SASE.

¿Cuántas veces pensamos que es difícil llevar a cabo, éstas dos actividades y desistimos siquiera de pensar en hacerlo? En mi caso al tener la responsabilidad de cumplir con un horario laboral completo de mi trabajo y cumplir con las actividades escolares fue una tremenda experiencia, en la que me enfrente a la capacidad de mantenerse firme para lograr mis propósitos.



Foto: SASE.

Fueron noches sin dormir, fines de semana dedicados a avanzar lo posible para cumplir con las tareas y exámenes, aprovechar el transporte para estudiar o en mis horas de comida, tuve que ser exigente y dura conmigo misma.

Ahora que he concluido el programa y adquirido el 100% de los créditos requeridos, me siento orgullosa y afortunada.

Pero de inicio no fue fácil, en mi mente tenía el plan de estudiar una carrera profesional, pero dudaba en hacerlo, sin embargo me anime a dar el primer paso: Decidirme a llevarlo a cabo, y tras ella viene un equipo para apoyarla que es la Organización del tiempo, la Planeación de las actividades, la Perseverancia, la Constancia y la Disposición para cumplir. Más que comprometida siempre me sentí involucrada en cada una de las tareas. Fueron 4 años de entregarlo todo.



Foto: SASE.

Trabajar, estudiar, hacer ejercicio, atender a la familia y al hogar, fueron todo un conjunto de actividades importantes que formaban mi vida y que a la vez le daban sentido. Sí me sentí vulnerable muchas veces, sin embargo, el querer continuar adelante siempre me dio el ánimo necesario para sentirme fuerte de nuevo.

Todo es posible, si quieres y tomas la decisión de realizarlo. No te sientas comprometido a hacer las cosas, mejor involucrate a hacerlas y tendrás mayores satisfacciones. Alcanzar las metas siempre te dejará un agradable sabor de boca.

Nota redactada con el apoyo  
de PSIC. ALMA DELIA ESTRADA GUTIÉRREZ.

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

## Cine y Psicología: **contando historias**

### Días de otoño (México, Roberto Gavaldón, 1963)

*“Necesito tanto que me quieran” Luisa.*

¿Dónde termina la salud mental y comienza la insania?, ¿Qué tanto nos negamos a aceptar la realidad e inventamos una fantasía para hacer soportable lo insoportable?, ¿Qué ocurre cuando para la psique es intolerable el dolor de una frustración?, para responder éstas y otras preguntas, se puede ver “Días de otoño”, que es un filme obligado para aquellas y aquellos psicólogos en formación interesados en acrecentar sus inquietudes sobre el funcionamiento de la personalidad sana y patológica, y desentrañar el fondo de procesos humanos como lo son la resolución del duelo.

En esta película, Gavaldón, de forma magistral retrata la vivencia de Luisa (Pina Pellicer), una joven mujer que posterior a un desengaño, comienza a vivir una realidad “como sí”-as if (Deutsch, H., 1942, en Kernberg, 2010), donde la melancolía, el abandono, la soledad y el duelo, se vuelven los protagonistas de una serie de eventos que el espectador e incluso la propia protagonista jamás podrán descifrar si ocurrieron o no. Ambientada en el primer lustro de los años sesenta en la Ciudad de México, esta película nos muestra un problema persistente en la actualidad, donde las personas, imposibilitadas a aceptar el peso del dolor y de la verdad, se defienden psíquicamente con mecanismos de defensa que pueden llegar muy

lejos, hasta que aparece la posibilidad de restaurar la rotura y el quebrantamiento, gracias a la amistad, al afecto y la presencia amorosa de las personas alrededor.



Disponibile en:

<https://www.youtube.com/watch?v=eeeR3CW2ZQA>

Referencia:

Kernberg, O. (2010). *Trastornos graves de la personalidad*. Manual Moderno: México.

REDACCIÓN: GERARDO MORA GUTIÉRREZ.

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

## Formación en la práctica

### ¿Qué es el Sistema de Información Automatizada de Prácticas Profesionales (SIAPP) de la UNAM?

El SIAPP es un sistema que concentra la oferta de programas de Prácticas Profesionales para el alumnado de la Universidad Nacional y escuelas incorporadas, cuya operación inició en 2022 (Universidad Nacional Autónoma de México, 2021).

A través de este sistema, la Facultad de Psicología presenta a nuestra comunidad los programas de *Prácticas Profesionales extra-curriculares* (sin créditos académicos) que ofrecen las sedes de prácticas externas a la Facultad que han cumplido con las disposiciones requeridas para formalizar su vínculo de colaboración con la UNAM.

Estos programas de prácticas fueron aprobados por la DGOAE y después por los claustros de la DEP, la DSUA y

la Coordinación de Prácticas de nuestra Facultad, de acuerdo con la relevancia de los programas para la formación del alumnado y las condiciones que ofrecen las Instancias Receptoras para el óptimo desarrollo de la Práctica Profesional.

Tu puedes realizar Práctica Profesional a partir del 5º semestre, de acuerdo con los requerimientos específicos y el cupo de las Instancias Receptoras de Prácticas. La realización de Prácticas Profesionales en esta etapa de tu carrera es coincidente con los semestres que establece el Plan de Estudios actual para cursar el Área de Formación Profesional (Facultad de Psicología, 2008).

*Continúa en la página 6.*



Viene de la página 5.

A diferencia del Servicio Social, las Prácticas Profesionales pueden realizarse en empresas e instituciones privadas, así como en organizaciones de la sociedad civil e instituciones públicas que estén registradas en el SIAPP.

Para que te registres en un programa de Práctica Profesional es requisito indispensable que no estés cursando Servicio Social y que cuentes con seguro médico facultativo vigente.

Para consultar los programas puedes acceder con tu número de cuenta al sitio <https://siapp.cuaed.unam.mx/>  
Posteriormente, te invitamos a llenar un formulario con el fin de brindarte información específica del programa o programas que te interesen.

<https://forms.gle/CPE5tZqeD65sBg1B6>

Algunos de los programas en los que actualmente puedes realizar Prácticas Profesionales a partir de 5o semestre son:

Programa	Instancia Receptora	Campo de Conocimiento
Personas Orientadoras Comunitarias	Coordinación para la Igualdad de Género, UNAM	Procesos Psicosociales y Culturales
Programa de Investigación en Género y Masculinidad desde una Perspectiva Crítica	Hombres por la equidad	Procesos Psicosociales y Culturales
Programa de atención a hombres que generan violencia	Hombres por la equidad	Procesos Psicosociales y Culturales, Clínica y de la Salud
Programa Jóvenes por la Equidad.	Hombres por la equidad	Procesos Psicosociales y Culturales, Educativa, Clínica y de la Salud
Apoyo a la Investigación	Instituto de Investigaciones Sociales, UNAM	Procesos Psicosociales y Culturales
Programa de Atención para el Desarrollo Humano Integral: Contribuciones Socioemocionales y Educativas en la Infancia y la Adolescencia	Fundación Bringas-Haghenbeck	Educativa, Clínica y de la Salud
Mecanismo para la Admisión, Promoción y Reconocimiento de las Maestras y los Maestros	Secretaría de Educación Pública	CCC
Psicopedagogía Alegrías	Institución Alegrías, I.A.P.	Procesos Psicosociales y Culturales, Educativa, Clínica y de la Salud
Apoyo en la Planeación e Instrumentación de Actividades Académicas	Instituto Nacional de Ciencias Penales	Educativa, Organizacional
Cultura de Transparencia	Instituto Nacional de Transparencia y Acceso a la Información	Organizacional
Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Prevención y Atención	Facultad de Derecho, UNAM	Clínica y de la Salud
Registro de Personas Prestadoras de Servicio Social, Prácticas Profesionales y Modalidades Homólogas	Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México	Clínica y de la Salud
Atracción de Talento	Grupo Posadas	Organizacional
Proyecto de Re-ingeniería de Procesos y Programas de Participación Ciudadana	Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán	Organizacional

Al término de las prácticas, la UNAM te extenderá una carta de finalización con firma digital, con la finalidad de avalar tu experiencia como practicante.

Para dudas o comentarios por favor contáctanos:

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

#### Referencias

Facultad de Psicología (2008). *Tomo 1. Propuesta de Modificación al Plan y Programa de Estudio de la Licenciatura en Psicología para el Sistema Escolarizado y Abierto*. México: UNAM.

Universidad Nacional Autónoma de México (18 de octubre de 2021). *Lineamientos Generales de Prácticas Profesionales*. México: UNAM. Disponible en:

<https://www.gaceta.unam.mx/wp-content/uploads/2021/10/211018-acuerdo-lineamientos-practicas-profesionales-UNAM.pdf>

Coordinación de Prácticas Profesionales:

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

## Cuida tu **mente**

### ¿Qué es la compasión y por qué es un tema fundamental de estudio en la psicología? (primera parte)

La compasión es un concepto alrededor del cual se ha generado confusión. Se ha intentado explicar desde diferentes perspectivas teóricas y filosóficas con resultados que llegan a ser contradictorios. Una de las definiciones más utilizadas señala que es una profunda conciencia del sufrimiento de otro y el subsecuente deseo de aliviarlo (Bornemann & Singer, 2013; Goetz, Keltner, & Simon-Thomas, 2010; Gyatso, 2001; Ozawa, Dodson, Raison, & Negi, 2012; Singer & Kilmecki, 2014). Esta definición está relacionada con las tradiciones contemplativas orientales, las cuales frecuentemente se refieren a la compasión de dos maneras: como un estado emocional caracterizado por sentimientos de calidez, amor y preocupación por el bienestar de los demás, y como una motivación o aspiración de ayudar a otros y promover su bienestar (Singer & Steinbeis, 2009).

Aunque en un principio se señalaba su semejanza y/o equivalencia con conceptos como empatía, los avances en la investigación en psicología y las neurociencias han mostrado paulatinamente que la compasión es un fenómeno bien diferenciado de otros procesos que pudieran parecer similares, principalmente por la participación de estructuras cerebrales asociadas con el bienestar y los afectos positivos, así como por la existencia de una clara motivación para aliviar el sufrimiento, lo que se traduce en el aumento de conductas prosociales (Gilbert & Choden, 2013; Singer & Kilmecki, 2014).

Por otro lado, desde una perspectiva evolutiva, se considera que la compasión evolucionó con el apego en los mamíferos y está arraigada en la capacidad de experimentar sentimientos afiliativos, de ser amado y ser capaz de amar a otros como elementos indispensables de un proceso adaptativo. Así, la compasión como una respuesta ante el sufrimiento de uno mismo y de los demás, se puede considerar un elemento del repertorio conductual que sirve para apoyar la supervivencia propia y del resto de los miembros de la especie (Gilbert, 2013).

Una enorme cantidad de evidencia científica indica que la compasión tiene efectos benéficos en la salud, toda vez que ayuda a las personas a estar fisiológicamente mejor reguladas en relación a las hormonas de estrés, el sistema inmunológico, el procesamiento cortical frontal y la creatividad, al tiempo que fomenta estados de bienestar y ayuda a las personas a hacer frente de mejor manera a toda una variedad de deseos, fantasías, miedos, enojos, recuerdos

traumáticos y situaciones de estrés (Gilbert, 2013; Leaviss & Uttley, 2015; Ozawa et al., 2012).

El estudio formal de la compasión en México en el ámbito de la psicoterapia es reciente. Para continuar recavando evidencia de su efecto en población mexicana es necesario su estudio y entendimientos correctos. La rigurosidad en las evaluaciones, y su valoración en diversas poblaciones son esenciales.

#### Referencias

- Bornemann, B., & Singer T. (2013). A cognitive neuroscience perspective. The resource model of compassion. En T. Singer & M. Bolz (Eds.), *Compassion. Bridging practice and science* (pp. 179-191). Munich: Max Planck Society.
- Gyatso, T. (2001). *An open heart: Practising compassion in every day life*. New York: Little, Brown and Company.
- Gilbert, P. (2013). The flow of life. An evolutionary model of compassion. En T. Singer & M. Bolz (Eds.), *Compassion. Bridging practice and science* (pp.127-149). Munich: Max Planck Society.
- Gilbert, P., & Choden (2013). *Mindful compassion*. London, UK: Constable-Robinson.
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351-374. Recuperado de <http://doi.org/10.1037/a0018807>
- Leaviss, J., & Uttley, L. (2015). Psychotherapeutic benefits of compassion-focused therapy: An early systematic review. *Psychological Medicine*, 45(5), 927-945. Recuperado de <http://doi.org/10.1017/S0033291714002141>
- Ozawa, S. B., Dodson, L. B., Raison, C., & Negi, L. (2012). Compassion and ethics: Scientific and practical approaches to the cultivation of compassion as a foundation for ethical subjectivity and well-being. *Journal of Healthcare, Science and the Humanities*, 2(1), 145-161.
- Singer, T., & Kilmecki, O. M. (2014). Empathy and compassion. *Current Biology*, 24(18), 875-878. Recuperado de [http://www.cell.com/current-biology/abstract/S0960-9822\(14\)00770-2](http://www.cell.com/current-biology/abstract/S0960-9822(14)00770-2)
- Singer, T., & Steinbeis, N. (2009). Differential roles of fairness-and compassion-based motivations for cooperation, defection, and punishment. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1167, 41-50. Recuperado de <http://doi:10.1111/j.1749-6632.2009.04733.x>

Nos gustaría mucho que nos hagas llegar tus comentarios y preguntas.

[moca99\\_99@yahoo.com](mailto:moca99_99@yahoo.com)

Redacción: ANA BEATRIZ MORENO COUTIÑO, profesora de la Facultad de Psicología. Laboratorio de Atención Plena Compasiva, cubículo 230, edificio C, Facultad de Psicología UNAM. •

## Psiconocimiento Online

Recursos psicológicos - académicos virtuales

TAYLOR & FRANCIS: Permite el acceso electrónico a más de 2,000 revistas científicas multidisciplinarias, en áreas tales como: artes y humanidades, ciencias de la conducta, negocios, administración y economía, educación, ciencias sociales, así como en temas de química, ingeniería, computación, matemáticas, estadística, física y medicina.

En cuanto a la cobertura, se tiene acceso a más de 150 *Journals en Open Access*.

Se puede consultar por medio del portal de BIDI UNAM y la contraseña de acceso remoto.

Consulta en:

<https://www.bidi.unam.mx/index.php/colecciones-digitales/bases-de-datos/ver-todos-los-recursos/844-taylor-francis-full>



Elaboró e investigó:

LIC. JUAN SERGIO BURGOA PEREA,

Técnico Académico del Centro de Documentación

“Dr. Rogelio Díaz Guerrero”. •

### Acta de Investigación Psicológica

Acta de Investigación Psicológica (AIP) cerró el año 2022 con un número compuesto de nueve manuscritos originales. El primero de ellos evalúa la exposición y desensibilización a la violencia en jóvenes de cinco contextos en distintas instituciones educativas y de readaptación social en la ciudad de San Luis Potosí, México. Desafortunadamente, la violencia se ha vuelto un problema importante para el país en años recientes, y la Desensibilización a la Violencia (DV) se genera como resultado de la constante exposición a ésta. De acuerdo a los autores, la DV se presenta como consecuencia a la exposición de la misma y las conductas que atentan contra la seguridad social. También encontraron que actividades artísticas y padres unidos funcionan como factores de protección contra este fenómeno. Finalmente se discute la importancia de apuntar políticas públicas que incidan en la realidad social.

Envía un manuscrito ([aip.psicologia@unam.mx](mailto:aip.psicologia@unam.mx))

y consulta nuestro catálogo:

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



Oprime sobre la imagen para ir al enlace.





## Conoces el término del mes...

### TDA-H: Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad

En el Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDA-H), interactúan múltiples factores genéticos y ambientales, es uno de los trastornos más frecuentes en la infancia y puede persistir hasta la edad adulta, afectando de forma muy variable el funcionamiento social, académico y ocupacional. Neurológicamente se ha relacionado con alteraciones funcionales en los circuitos frontoestriatales y mesolímbicos, que dan lugar a dificultades ejecutivas y motivacionales. Es muy importante que la detección y las intervenciones se inicien lo más tempranamente posible, con tratamientos a la medida de cada individuo que incluyan la combinación de terapia farmacológica, conductual, educativa, familiar y psicosocial: que atiendan las dificultades específicas en el manejo de la atención y la inhibición de los comportamientos disruptivos, impulsivos, hiperactivos, para evitar complicaciones como, deserciones y bajo rendimiento en los entornos educativos, sociales o laborales.

Se ha descubierto que el TDA-H, en aproximadamente el 70%-80% de los casos, es un trastorno hereditario; esto ha fomentado la búsqueda de los genes que podrían explicar la susceptibilidad al TDA-H. Sin embargo, el modelo etiopatogénico más ampliamente aceptado sugiere que la participación de factores genéticos y ambientales interactúa y genera una vulnerabilidad que podría predisponer a los individuos a desarrollar el trastorno.

#### FUENTE:

Cunill, R., & Castells, X. (2015). Attention deficit hyperactivity disorder. *Medicina Clínica*. Vol. 144(8), p. 370-375.

#### PELÍCULAS:

El Otro Tom (2021).

Los Disruptores (2021).



Mommy (2014).



#### ARTÍCULOS:

Beaulieu, M. C., & Normandeau, S. (2012). Fre: Predicteurs des pratiques parentales: cognitions sociales parentales et comportement des enfants TDAH. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 44, 59-69. Recuperado de:

<https://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&CSC=Y&NEWS=N&PAGE=fulltext&D=paovftm&AN=00010989-201201000-00007>

Catale, C., Lejeune, C., & Schmitz, X. (2014). Validation d'un test d'inhibition auprès d'enfants présentant un trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46, 66-72. Recuperado de:

<https://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&CSC=Y&NEWS=N&PAGE=fulltext&D=paovfto&AN=00010989-201401000-00009>

Hauth-Charlier, S., & Clement, C. (2014). Abord développemental du TDAH: efficacité d'un programme d'entraîne-

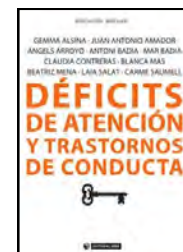
ment aux habiletés parentales. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46, 107-116. Recuperado de: <https://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&CSC=Y&NEWS=N&PAGE=fulltext&D=paovftp&AN=00010989-201404000-00004>

#### LIBROS ELECTRÓNICOS:

Carballo Farinas, M. C. (2010). *Coaching para quienes viven con TDAH: trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad*. 1a ed. México: Alfaomega.



Masmitjà, G. A., Amador, J. A., Arroyo, À., Badia, A. Badia M., Contreras, C. ..., Saumell, C. (2014). *Déficits de atención y trastornos de conducta*. Barcelona: Editorial UOC.



Soutullo Esperón, C. (2018). *Convivir con niños y adolescentes con trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH)*. 3a edición. Madrid: Editorial Medica Panamericana.

Investigado y elaborado por:

MTRA. MARÍA GUADALUPE REYNOSO ROCHA, Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero", Edif. E, Planta Baja. 5556222245. [cedoc.psicologia@unam.mx](mailto:cedoc.psicologia@unam.mx)

## Conversatorio

# “Caricias del buen trato para el bienestar de las mujeres”

En el marco del *Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres*, el Programa de Sexualidad Humana -PROSEXHUM llevó a cabo el Conversatorio "Caricias del buen trato para el bienestar de las mujeres" el cual fue transmitido el 30 de noviembre de 2022 a través de *Youtube* por el canal de UNAM Psicología UDEMAT. En el evento participaron las psicólogas Arlett Gómez Nava, Dennis Arzate López y Miriam Erendi Fuentes Linares, promotoras de la salud sexual, a sí como la Mtra. Ena Eréndira Niño Calixto, académica responsable del PROSEXHUM.



La violencia contra la mujer es un tema que se ha tratado por diferentes medios, esto es importante ya que ha permitido hacer conciencia de las diversas formas y espacios donde se ejerce. Visibilizar la violencia es solamente el primer paso para contrarrestar el problema, sin embargo, también se requiere desarrollar estrategias para hacer frente por otras vías, entre ellas generar recursos personales y sociales que promuevan prácticas de buen trato hacia el bienestar y la no violencia para construir culturas de paz. Por ello, en el Conversatorio se abordaron temas como el Eje maltrato - buentrato, Eje Malestar - Bienestar, Claves para activar el bienestar: buen trato y No violencia, y Competencias psicosociales para el bienestar de las mujeres.

La Mtra. Ena Eréndira Niño Calixto realizó la bienvenida y planteo qué son las violencias y los tipos de actuación en que se expresa. Mencionó la diferencia entre hostigamiento

y acoso sexual; haciendo énfasis en que las violencias se combinan y aumentan gradualmente. Después Dennis y Arlett plantearon la diferencia entre el maltrato y violencia.

Somos capaces de reconocer aquellas cosas o situaciones como malestar y bienestar ya que las identificamos por las sensaciones corporales que nos generan. Esto llevó a Miriam a cuestionar la manera en que nos enseñan a amar y vincularnos y cómo afecta a cada género: a las mujeres nos han enseñado a amar, para cuidar y entregarnos y a los hombres a tomar y recibir. Se comentó que algunos aspectos del amor romántico son una forma de maltrato socialmente aceptado, y algunos de sus estereotipos se perpetúan por el contexto social en el que se vive, lo vemos plasmado en libros, películas, series, chistes y canciones, entre otras.

Las tres ponentes destacaron que el buentrato "es la manera de relacionarnos con los demás y con nosotros mismos con base en el respeto y el cuidado" generando la sensación de bienestar, el cual se define como un estado de equilibrio físico, mental, emocional y afectivo con el sí mismo y la otredad.

Complementando la idea las ponentes nombraron los recursos que tenemos para alcanzar el bienestar: La escucha interna, que está relacionada con el conocimiento de sí; reconocer las emociones y aliarnos con ellas; conectar con nuestro cuerpo desde la conciencia, para adquirir conocimientos de nosotros mismos y del mundo que nos rodea así como el cuidado de sí. Otro recurso es el desarrollo de las competencias psicosociales (Organización Mundial de la Salud, 1993), estas son: conocimiento de sí, regulación de los afectos, pensamiento crítico, pensamiento creativo, regulación del estrés, relaciones interpersonales, empatía, comunicación efectiva, resolución de problemas y conflictos, y toma de decisiones. Se resaltó la importancia de activar estas competencias en nuestra vida cotidiana. Una frase que se destaca en la conclusión de este Conversatorio es: "Más allá de visibilizar la violencia, hay que hablar de cómo gestionar nuestro bienestar".

Te invitamos a ver el Conversatorio completo en:

<https://www.youtube.com/watch?v=4L1PTtLxZ6o&t=3420s>

Referencia:

Esta es la referencia sobre las Habilidades para la vida (OMS, 1993). <https://apoyoalajuventud.org/que-son-las-habilidades-para-la-vida/>



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?igshld=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/>



23 Feb — 6 Mar — 2023

Tacuba 5 Centro Histórico, Ciudad de México  
Jornadas Juveniles: 27, 28 de febrero y 1 de marzo  
Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Ingeniería





## Centro de Documentación "Dr. Rogelio Díaz Guerrero"



### Cursos de Búsqueda de Información Psicológica en bases de datos

Te invita a participar en los cursos de *Búsqueda de Información Psicológica en bases de datos* (duración 10 h), cuyo 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.

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.

FECHAS	HORARIOS
FEBRERO	
Del 13 al 17 de febrero	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.
Del 20 al 24 de febrero	10:00 a 12:00 h. 17:00 a 19:00 h.

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

### Servicios 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. •

## 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.

FECHA	HORARIO
FEBRERO	
Del 13 al 17 de febrero	10:00 a 12:00 h. 12:00 a 14:00 h.
Del 20 al 24 de febrero	11:00 a 13:00 h. 13:00 a 15:00 h.
Del 27 de febrero al 03 de marzo	10:00 a 12:00 h. 12:00 a 14:00 h.
Los cursos serán presenciales.	

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

### Servicio sabatino

**11 de febrero, 25 de febrero,  
11 de marzo, 25 de marzo y 1ero. de abril.**

**Horario de 9:00 a 14:30 h. •**



## 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" (CPHAV)  
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, Tlalpan.  
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.

<https://m.facebook.com/CoordinacionCentrosUNAM/>

<https://instagram.com/unampsicologia.servicios?igshid-YmMyTA2M2Y->

[difusion.coordinacion.centros@gmail.com](mailto:difusion.coordinacion.centros@gmail.com)

## Comunidad saludable

### ¿Cómo cuidar mi salud mental? Consejos para docentes

La Asociación Americana de Psicología (2022) define salud mental como "un estado de ánimo caracterizado por el buen ajuste conductual, ausencia relativa de ansiedad, una capacidad para establecer relaciones constructivas y hacer frente a las demandas ordinarias del estrés de vida".

Si un docente se cuida, podrá atender a sus alumnos con energías renovadas, entusiasmo y agudeza mental. Por lo que llevar a cabo pequeñas acciones pueden ser la diferencia para la mejora de tu estado de ánimo y salud mental.

- EQUILIBRA TUS RUTINAS**: Organizar tu semana laboral, te permitirá crear espacio para actividades de tu interés, hobbies o esparcimiento social.
- CUIDA TU CUERPO**: Duermes lo suficiente, realiza al menos tres comidas balanceadas, hidrátate y busca una actividad física de tu interés.
- IDENTIFICA TUS REDES DE APOYO (COLEGAS Y OTROS)**: El compartir tus inquietudes sobre cualquier tema, académico o no, te ayuda a dar claridad a tus ideas, sentirte acompañado, genera nuevas estrategias y sentido de pertenencia a una comunidad.
- PROCURA UNA VISIÓN POSITIVA**: Diviértete al hacer tu labor. Conocer las características de tus estudiantes te permitirá generar un clima agradable en el aula, ya que tu espacio de trabajo será un lugar cautivante para ti y para ellos.
- IDENTIFICA LAS SITUACIONES FUERA DE TU ALCANCE**: Reconoce tus límites, recuerda que hay momentos en los que puedes apoyar, pero en otros no, por más empatía o confianza que tengas hacia un alumno no siempre puedes apoyar, pero sí canalizarlo.
- ASIGNA Y RESPETA TUS HORARIOS**: Hazle saber a tus alumnos cuál será el tiempo límite para constatar dudas fuera de tu horario laboral. Trabaja y comunícate eficientemente.
- SE AUTÉNTICO**: El mejor docente es la versión más honesta de sí mismo, compararte con otros sería contraproducente, ya que todos somos distintos. ¡Abraza tus habilidades!
- CREA MOMENTOS SEGUROS PARA EMERGENCIAS**: Cuando algo te agobie, o no esté saliendo como planeas, detente un momento, reflexiona en lo que sucede y decide con mayor claridad.
- RECONOCE EMOCIONES**: Exprésate, si estás teniendo un mal día, te sientes indispuerto a preferir tener calma y silencio en el salón de clases, hazlo saber a tus estudiantes para fomentar la empatía y que la dinámica del grupo cambie en tu beneficio.
- BUSCA AYUDA**: Si has intentado seguir estas recomendaciones y no encuentras mejora laboral o personal, es hora de acudir con un experto. Este te orientará y recomendará estrategias específicas de acuerdo a tu situación emocional.

**Colaboradores**  
Aguilar Rojas Hilda  
Becerril Cortés Natalia  
Espinobarras Nava Ferrmina  
Gutiérrez Hernández Jessica  
Laredo Rodríguez Antonio  
Miranda Vázquez Rosa  
Muñoz Ponce Norma  
Orea Ramos Luis Fernando  
Pavia Mendoza Alexia  
Ruiz González Diana  
Solares López Luis Fernando

**Referencias**  
Kush JM, Badillo-Goiocochea E, Musci RJ, Stuart E (2022). Teachers' Mental Health During the COVID-19 Pandemic. Educ Res. <https://www.ncbi.nlm.gov/pmc/articles/PMC966408/>  
ONU, (2022, junio3). Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático. Consultado noviembre 29, 2022, de <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change>



## Convocatorias



## Programa Institucional de Tutoría - DSUA Tutoría Individual

SUA  
PSICOLOGÍA  
UNAM

La tutoría individual es el acompañamiento, asesoría y orientación que recibes por parte de un(a) docente del sistema de universidad abierto en cualquier momento de tu formación

### Con la tutoría tú podrás:

- Avanzar acompañada/o en tu formación profesional.
- Ubicar recursos y habilidades que te ayuden en tu desempeño académico.
- Mejorar estrategias de aprendizaje.
- Aprender a organizar tu tiempo.
- Conocer los servicios de apoyo que el SUA-P pone a tu alcance.

### Al inicio de la carrera te ayuda a:

- Integrarte a la comunidad SUA-P y adaptarte al sistema.
- Conocer el plan de estudios y cómo puedes configurar tu trayectoria académica.
- Mantenerte al tanto de las actividades académico-administrativas que corresponden a tu avance en la carrera.

### Y hacia la mitad y final de tu tránsito por el SUA es posible:

- Tener asesoría de los diferentes trámites que corresponden según tu avance de créditos en la carrera.
- Recibir asesoría para optimizar tu aprendizaje y atender situaciones que afecten tu desempeño académico.
- Acompañamiento en tu proceso de titulación.

Este acompañamiento y orientación puede ser transitorio (una vez o las veces que lo requieras) o permanente (durante toda tu carrera), dependiendo de tus necesidades.

Infografía elaborada por el Centro de Atención Integral y Orientación Psico-Educativa y el Departamento de Orientación y Apoyos Académicos del SUA Psicología con base en el Sistema Integral de Tutorías Universidad Nacional Autónoma de México.

Para solicitar tutoría regístrate en  
<https://forms.gle/LJogS79GUr8SUE2bA>



[atencionalumno.sua@unam.mx](mailto:atencionalumno.sua@unam.mx)

[caiope.suap@unam.mx](mailto:caiope.suap@unam.mx)



DEPI  
PSICOLOGÍA  
UNAM



## A la comunidad de la Facultad de Psicología Contribuye al Archivo Histórico Audiovisual de la Facultad

con material fotográfico y videográfico de carácter histórico.  
El material recabado será considerado para una exposición fotográfica conmemorativa de los 50 años de la Facultad

Si estás interesado favor de comunicarte al correo:  
[udemet.psicologia@unam.mx](mailto:udemet.psicologia@unam.mx) o el teléfono 5556 22 2263

Reunamos los recuerdos  
que conforman la historia  
de nuestra Facultad



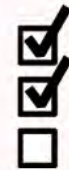


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES  
PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORÍA

DEP  
PSICOLOGÍA  
UNAM



# ¿TE INTERESA REALIZAR TU SERVICIO SOCIAL CON NOSOTROS?



## ¡ÚNETE AL PIT!

### PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORÍA (PIT)

- Apoyo en construcción de material didáctico.
- Apoyo en la elaboración y divulgación de contenido informativo en redes sociales del PIT.
- Organización y gestión de actividades del PIT.
- Capacitación para impartir cursos de Lectura Inteligente (LI).
- Apoyo en tutoría emergente, individual y par con alumnos de la Facultad de Psicología UNAM.

- Gestiona tu tiempo.
- Incrementa tu habilidad para resolución de problemas.
- Apoyo a la comunidad de la facultad.
- Trabaja en equipo.



Informes al:  
(56) 20944671



Programa Institucional  
de Tutoría UNAM



@pit.psicologiaunam



Alumnos de  
Psicología y  
Pedagogía

ESCRÍBENOS

pit@psicologia.unam.mx



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
**DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES**  
**PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORÍA**



**DEP**  
**PSICOLOGÍA**  
**UNAM**



## TUTORÍA EMERGENTE ¡ES PARA TI!



**¿Tienes dificultades con cuestiones académicas o administrativas?**

**¿Estás pasando por una situación estresante?**

1. Establece contacto vía WhatsApp o email para recibir atención inmediata y personal.
2. Con ayuda del tutor emergente identifica la problemática.
3. Se establece el tipo de apoyo y se elabora un plan de acción personalizado o si es necesario, se canaliza para recibir atención psicológica de urgencia.

**¿Necesitas orientación sobre la elección de tu área de formación profesional?**

**¿Te sientes frustrado por situaciones personales?**



56 2094 4671



tutoriaemergente.pit@gmail.com

**¿Quieres saber qué materias inscribir de acuerdo al área de tu interés?**

**¡Contáctanos!**



Programa Institucional de Tutoría. Facultad de Psicología. UNAM

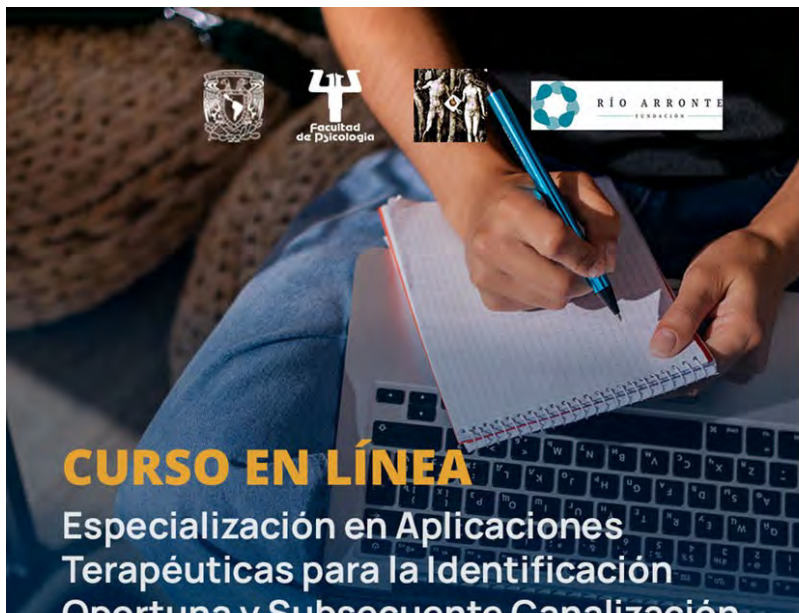






pit.psicologiaunam



www.psicologia.unam.mx/tutoria





## CURSO EN LÍNEA

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

Nuestro objetivo es formar médicos, enfermeros, asistentes médicos y trabajadores sociales en la identificación y evaluación de síntomas del Trastorno por Estrés Postraumático y trastornos asociados, para su identificación oportuna y subsecuente canalización.

- Duración de 50 horas (40 teóricas y 10 prácticas)
- Asesor en línea
- Costo de inversión \$5,500 mxn
- \*En necesario haber cursado una carrera o estar cursando una carrera dentro del ámbito de las ciencias de la salud o afín.

- Contenido:
- Introducción al trastorno por estrés post-traumático (TEPT)
  - Evaluación y Comorbilidad
  - Manejo de Ataques de Pánico e Intervención en Crisis
  - Prácticas virtuales en línea

Solicita información en:

-  55 2495 8387 / 55 5622 2292
-  [ciberpsicologia.levyc@psicologia.unam.mx](mailto:ciberpsicologia.levyc@psicologia.unam.mx)
-  Diplomados y Cursos LEVYC Facultad de Psicología UNAM
-  Facultad de Psicología, Edificio B, Piso 1, Laboratorio 002








## DIPLOMADO EN LÍNEA

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

Nuestro objetivo es formar a psicólogos y psiquiatras en la identificación, evaluación y tratamiento del Trastorno por Estrés Postraumático y trastornos asociados mediante protocolos de evaluación y tratamiento basados en evidencia, así como instrumentos de medición actualizados y terapias innovadoras

- Duración 120 horas (90 teóricas y 30 prácticas)
- Asesor en línea
- Costo de inversión de \$13,200 mxn
- Es necesario tener formación o estar en proceso de formación en Psicología, Psiquiatría o alguna especialidad en salud mental a nivel profesional.

- Contenido:
- Introducción al trastorno de estrés post-traumático (TEPT)
  - Evaluación y comorbilidad.
  - Técnicas específicas y Protocolos de Tratamiento basados en evidencia para el TEPT
  - Tratamiento de estrés agudo e intervenciones para el abuso de sustancias asociadas
  - Prácticas virtuales en línea

Solicita información en:

-  55 2495 8387 / 55 5622 2292
-  [ciberpsicologia.levyc@psicologia.unam.mx](mailto:ciberpsicologia.levyc@psicologia.unam.mx)
-  Diplomados y Cursos LEVYC Facultad de Psicología UNAM
-  Facultad de Psicología, Edificio B, Piso 1, Laboratorio 002



## Actividades Académicas

Oprime sobre la imagen para ir al enlace.

 El Instituto Nacional de Cancerología  
y la Facultad de Psicología de la  
Universidad Nacional Autónoma de México  
invitan a la  

JORNADA ACADÉMICA  
**ONCOLOGÍA PSICOSOCIAL** como  
**PARTE INTEGRAL DEL TRATAMIENTO**

En conmemoración del  
Día Mundial contra el Cáncer

**Jueves 2 de febrero**  
**10:00 a 14:00hrs**

**Lugar:**  
Auditorio Luis Lara Tapia  
Edificio A, Facultad de Psicología, UNAM

**Dirigido a:**  
Alumnado, docentes y público en general

 **SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD |  INSTITUTO NACIONAL  
DE CANCEROLOGÍA

 [incan.salud.gob.mx](https://www.incan.salud.gob.mx)



La Facultad de Psicología  
y la Escuela Nacional Preparatoria  
Proyecto INFOCAB PB302212



Invitan al

## Seminario de Atención Plena: teoría y aplicaciones

### Tema: Manejo del duelo y las pérdidas

Profesor invitado: GUESHE LOBSANG DAWA

#### Objetivo:

Brindar a estudiantes y docentes interesados en el constructo de la Atención Plena (Mindfulness) un espacio para la discusión teórica, metodológica y de investigación de este paradigma alternativo y emergente cuyas aplicaciones implican un reto para los profesionales y formadores en salud y educación

Dirigido a: comunidad UNAM e interesados en el tema

#### Fechas:

Martes: 11:00-14:00 hrs.  
Número de clases: 10  
Semestre 2023-2

Febrero	28
Marzo	7, 14, 21 y 28
Abril	11, 18 y 25
Mayo	2 y 9

Plataforma zoom solo para comunidad UNAM activa, cupo limitado a 300

Plataforma youtube: público en general

#### Inscripciones:

Liga para inscripción comunidad UNAM en activo:

<https://forms.gle/kwhUx6GFJSfkkGER8>

Liga para inscripción público en general:

<https://forms.gle/GaHwLLuVgh4ff2q89>

Informes en el correo:  
[ecologiahumanaunam@gmail.com](mailto:ecologiahumanaunam@gmail.com)



Responsables de la organización:  
Dra. Gabina Villagrán Vázquez  
Dra. Lilia Bertha Alfaro Martínez

\*Se otorgará constancia con el 80% de asistencia



## Navegando entre Neurociencias, Psicología y Genética

### Enfermedad de Parkinson: Tratamiento e investigación

La enfermedad de Parkinson tiene el segundo lugar de las enfermedades neurodegenerativas a nivel mundial. A pesar de ser una enfermedad asociada al envejecimiento, se ha calculado que al menos el 25% de los pacientes diagnosticados tienen una edad menor a los 65 años; y de estos, el 10% está por debajo de los 50 años.

La causa de esta enfermedad es la pérdida de neuronas dopaminérgicas de la sustancia negra del mesencéfalo. Esta decadencia neuronal deriva en diversos síntomas motores y no motores, como: temblor en estado de reposo, rigidez en los movimientos, enlentecimiento de los movimientos o problemas para iniciarlos, problemas en la postura o para caminar. Así como también deterioro cognitivo, depresión, ansiedad, hiposmia y apatía, por mencionar algunos.



Imagen gratis por rawpixel.com en Freepik.

Los fármacos para el tratamiento del Parkinson se basan en los mecanismos dopaminérgicos. El objetivo principal de estos tratamientos es formar un tipo de "reposición artificial" del neurotransmisor y así poder controlar y aminorar los síntomas motores.

Sin embargo, a pesar de los conocimientos que se tienen de la enfermedad, gran parte de este conocimiento se ha adquirido de poblaciones de ascendencia europea. Por lo que, la información sobre el curso de la enfermedad en poblaciones subrepresentadas, como la nuestra, es escasa. Por ello la *Red Mexicana de Investigación en Parkinson (MEX-PD)*, consorcio de investigación de la UNAM estudia las bases genéticas y neurofisiológicas, así como de las características cognitivas y conductuales de la enfermedad de Parkinson. Para lograr este objetivo MEX-PD invita a par-

ticipar como parte del grupo de comparación (persona sin la enfermedad) el viernes 10 de febrero de 2023 de 13:00 a 16:00 h., en el laboratorio 20 de la planta baja del Edificio C, en la Facultad de Psicología. Los requisitos son tener mínimo 45 años y no tener enfermedad neurodegenerativa. La participación consiste en responder cuestionarios y donar una muestra de ADN mediante hisopado bucal. Si usted no puede participar, le agradeceremos invite a sus conocidos. ¡Muchas gracias por su apoyo!



Imagen gratis por storyset en Freepik.

#### Referencias

- Balestrino, R., & Schapira, A. H. V. (2020). Parkinson disease. *European Journal of Neurology* (Vol. 27, Issue 1, pp. 27-42). Blackwell Publishing Ltd. <https://doi.org/10.1111/ene.14108>
- Chávez, E., Ontiveros, M. P. y Carrillo, J. D. (2013). La enfermedad de Parkinson: neurología para psiquiatras. *Salud mental*, 36, 315-324. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000400006](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400006)
- Karachi, C., Cormier-Dequaire, F., Grabli, D., Lau, B., Belaid, H., Navarro, S. ..., Welter, M. L. (2019). Clinical and anatomical predictors for freezing of gait and falls after subthalamic deep brain stimulation in Parkinson's disease patients. *Parkinsonism and Related Disorders*, 62(August 2018), 91-97. <https://doi.org/10.1016/j.parkreldis.2019.01.021>
- Tolosa, E., Garrido, A., Scholz, S. W., & Poewe, W. (2021). Challenges in the diagnosis of Parkinson's disease. *The Lancet Neurology* (Vol. 20, Issue 5, pp. 385-397). Lancet Publishing Group. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(21\)00030-2](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(21)00030-2)

Redacción: PABLO J. MONTES-ALCÁNTARA, HÉCTOR MEDEROS-MARTÍNEZ, ALEJANDRA LÁZARO-FIGUEROA & DRA. ALEJANDRA E. RUIZ-CONTRERAS\*

Laboratorio de Neurogenómica Cognitiva, Coordinación de Psicobiología y Neurociencias, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

\*correspondencia: alerui@unam.mx •



## Los baños neutros, multigénero o no generizados son un espacio de resistencia y una convocatoria a la transformación

En el marco de la inauguración del baño neutro en la Facultad de Psicología y como parte de las actividades de sensibilización y toma de conciencia que está organizando la Comisión Interna de Igualdad de Género (CInG) de la misma Facultad, se llevó a cabo la Mesa Redonda “Alumnos organizados y baños neutros en la Facultad de Psicología: Visibilidad e inclusión” con la participación de Rubén Hernández Duarte coordinador de las Políticas de Igualdad y No Discriminación de la Coordinación de Igualdad de Género de la UNAM, y Lía García, mujer trans, pedagoga y activista por los derechos de las personas trans.



Foto: CInG.

*“No hay reglas o leyes, pero sí un malestar y disentir frente a la idea de que hay una sola forma de ser, ser hombres y mujeres”* indicó Rubén Hernández, reiterando que de manera histórica y sistemática se ha sostenido esta cosmovisión binaria que no solo instaura un lenguaje y una serie de normas, sino que además termina en prácticas y acciones que hacen daño. En ese sentido, el baño que debería ser un espacio de intimidad se traduce en un espacio político, ya que se juegan muchos intereses y lógicas de poder.

Así, refirió Lía García que la instalación de estos espacios no generizados, nombrados espacios neutros o multigénero, también son parte de una resistencia y un “reclamo de territorio”, parte de una “respuesta política” frente a la indiferencia y la indolencia ante la violencia que viven las personas trans (y otras disidencias), pues cabe recordar que nuestro país ocupa el segundo lugar en crímenes de Estado. Es entonces

una forma de ocupar un espacio que pertenece o debería ser para todas las personas sin excepción.



Foto: CInG.

Como bien señaló Lía, los baños no son solo un espacio para hacer del baño, históricamente también han sido espacios en los que se han generado “actos radicales y desheteronormados de amor”, por ejemplo, compartía como en las prepas, los baños eran usados como vestidores en donde el estudiantado donaba ropa para que las personas que lo requirieran pudieran tomarla y vestirse como les gustaba. *“Eran y han sido espacios de mucha intimidad y afecto”*. Asimismo, desde sus propias experiencias y luchas dentro de la Universidad, Lía reiteró como ha sido todo un proceso en el contexto de la Universidad para que pueda ser reconocida la identidad de las personas trans y no binarias, pues antes de 2015 era necesario llevar a cabo juicios de cambio de identidad, y batallar en medio de la rabia y el dolor para que sus existencias fueran reconocidas. Por eso la Universidad tiene un reto muy grande de autoformación, y se requiere de una gran labor pedagógica para sensibilizar a todo el personal universitario respecto al tema. *“Falta tejer puentes entre el estudiantado y el personal docente para promover una escucha y ternura radicales y de reconocimiento”*.

Continúa en la página 22.

Viene de la página 21.

Por tanto, reiteró también porqué el baño neutro “no es una creación, es una ocupación”, aludiendo a que la Universidad ha colocado a las personas LGBTIQ+ en el lugar de la excepción, de tal suerte que no es solo un espacio nominado como neutro para personas trans, es una respuesta ante una deficiencia universitaria, es “ocupar un espacio como reclamo de algo que era nuestro”.

“Las diversidades y disidencias sexogenéricas somos parte de la UNAM” reiteró Rubén, y es por ello por lo que es necesario recordar que *“nuestras vidas importan, y deben importar en todos los procesos de la vida universitaria”*. En ese sentido precisó la importancia que tiene que la Universidad siga actuando en función de promover acciones y políticas que permitan validar las prácticas de autoreconocimiento, que se deje de pensar en un sentido reduccionista el tema de la identidad y que no se ponga en riesgo la existencia de nadie. Esta responsabilidad debe ser transversal a toda la Universidad.

Al final, tanto Rubén como Lía coincidieron y nos invitaron a pensar cómo seguir construyendo un proyecto colectivo que no repita los errores del pasado y que apueste por proyectos pedagógicos y políticas para construir un espacio y una discusión en donde quepamos todas las personas.



Foto: CInIG.

A manera de cierre de esta mesa, Lía repartió una semilla de girasol e invitó a toda la audiencia a salir con ella y Rubén al jardín de la Facultad, en donde nos invitó a pensar en el significado de esa semilla, porque ella prefería que no le regalaran flores, pues implicaba que esa flor había sido arrancada de su raíz y moriría pronto. Nos convocó a pensar en el baño como *un lugar construido con el cansancio y esfuerzo de alguien, en el baño como un lugar que se derrumbará, en el baño como un espacio donde se puede hacer homenaje a las vidas trans que existen y resisten, como un espacio donde se puede reír y amar, como la habitación que le puede dar descanso a muchas personas que han desobedecido a las normas, como un pedacito de posibilidad, de resistencia afectiva, como un pedacito donde la luz se puede ver y no nos ciega, como un lugar donde podremos poner ofrendas para recordar a las nuestras, nuestros y nuestras, un lugar donde podrá dejarse atrás el miedo y el dolor, un lugar donde se podrá seguir reclamando la justicia para las personas*

*trans, la justicia la tejemos cuando la sembramos y todo empieza por algo pequeño, muy pequeño.*

*“Deseo que esta semilla que les entregué el día de hoy sea el inicio de una transformación, porque la semilla brota en lo oscuro, brota por debajo, y así es como las personas trans hemos empezado” ... “Somos la metáfora viva de lo posible”.*



Foto: CInIG.

Al término de esta reflexión colectiva, la audiencia junto con Rubén y Lía, así como las personas integrantes de la CInIG nos dirigimos al baño neutro de la Facultad para colocar un girasol y sembrar algunas semillas de las que nos repartieron en una maceta como acto simbólico de esa acción de empezar desde algo pequeño para generar grandes cambios.



Foto: CInIG.

Si quieres conocer más del tema, te invitamos a ver la conferencia en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=JCM8N4qxnCQ&t=1s>

Comisión Interna de Igualdad de Género (CInIG). •

# Actividades sobre Género



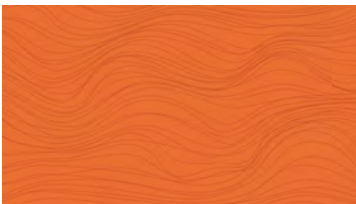
Consulta la página web para mayor información:  
<https://coordinaciongenero.unam.mx/>

Oprime sobre la imagen para ir a la información



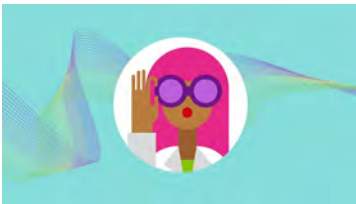
## XIX Coloquio Diplomado Relaciones de Género

enero 31 | 10:00 am - 7:00 pm UTC-6



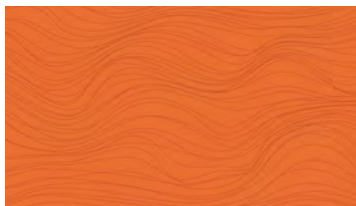
## Presentación del libro "Edipo Gay" de Jorge N. Reitte

febrero 2 | 10:00 am - 11:00 am UTC-6



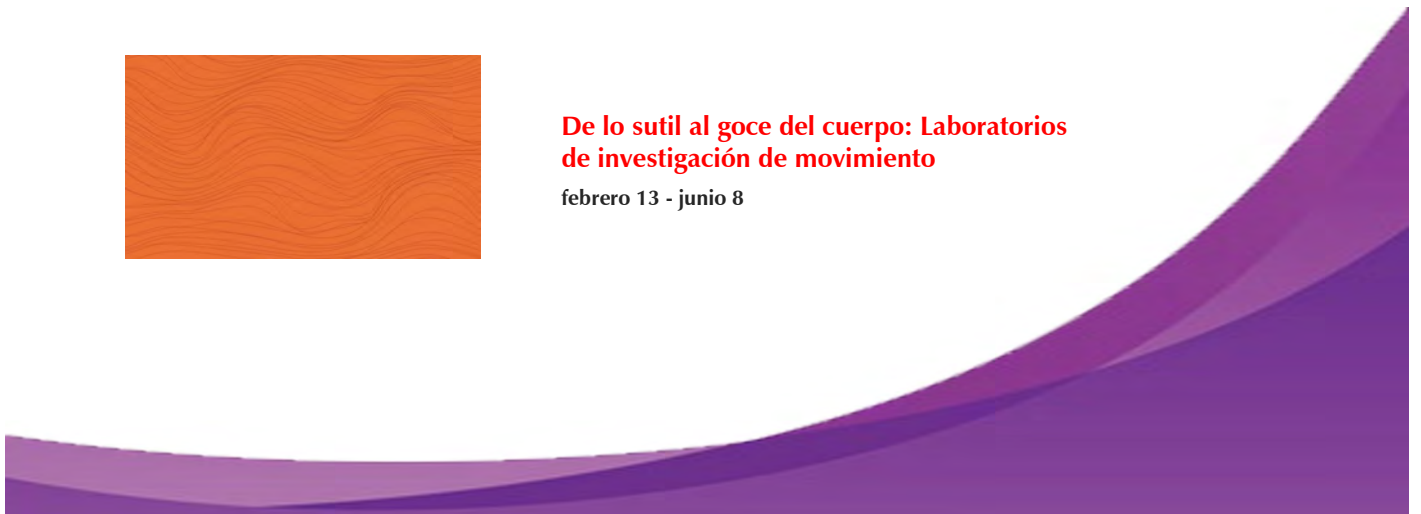
## Estereotipos de género en las distintas etapas de la carrera académica

febrero 9 | 11:00 am - 12:00 pm UTC-6



## De lo sutil al goce del cuerpo: Laboratorios de investigación de movimiento

febrero 13 - junio 8





Sabías que...

## Trastorno del Espectro Autista (TEA)

En términos generales se puede definir al Trastorno del Espectro Autista (TEA) como “un trastorno neuropsicológico de curso continuo asociado frecuentemente a retraso mental, con un inicio anterior a los tres años de edad, que se manifiesta con una alteración cualitativa de la interacción social y de la comunicación, así como patrones comportamentales restringidos, repetitivos y estereotipados de distintos niveles de gravedad”.

Los rasgos más comunes del autismo son la incapacidad para establecer contacto con los demás, retraso en la adquisición del habla, utilización no comunicativa del habla, ecolalia retardada, inversión pronominal, actividades de juego repetitiva y estereotipada, carencia de imaginación, memoria mecánica, aspecto físico normal y anomalías en la primera infancia.

Es una condición que persiste a lo largo de la vida, cuyo tratamiento adecuado fomenta la reinserción social limitando la discapacidad asociada. Casi el 66% de los pacientes con diagnóstico de autismo pueden tener concomitantemente un cociente intelectual por debajo de 70 y déficit en el nivel adaptativo sugestivo de discapacidad intelectual; sin embargo, en una proporción menor de casos pueden mostrar habilidades especiales en la música, en el dibujo o en las matemáticas.

Actualmente el autismo no es curable, sin embargo, el trastorno puede mejorar en la mayoría de los casos. Su tratamiento requiere de la identificación de alteraciones en las funciones superiores, como la capacidad de comprender a las personas, las funciones de comunicación y lenguaje, las competencias simbólicas y las destrezas intersubjetivas que permitan compartir estados internos.

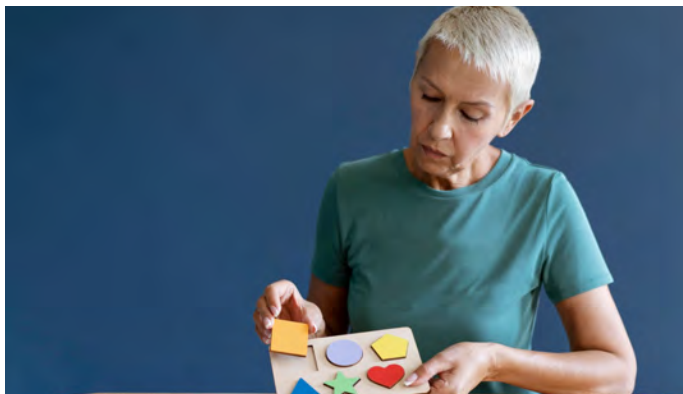


Imagen gratis de Freepik.



Imagen gratis de Freepik.

El tratamiento del autismo es un intento por desarrollar en el niño(a) las funciones alteradas y disminuir las anomalías emocionales o de conducta que pueden acompañar el trastorno.

El tratamiento debe adecuarse a las condiciones individuales de cada paciente, así como en sus niveles de desarrollo, su personalidad, sus motivaciones y la gravedad del trastorno.

### Referencias

- Hernández, J. M., Artigas-Pallarés, J., Martos-Pérez, J., Palacios, S., Fuentes-Biggi, J., Belinchón-Carmona, M. ..., Posada-De la Paz, M. (2005). Guía de buena práctica para la detección temprana de los trastornos del espectro autista (I). *Revista de Neurología*, 41(4), págs. 237-245. doi: 10.33588/rn.4104.2005056
- López, S., Rivas, R. y Taboada, D. (2009). *Revisiones sobre el autismo*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(3), págs. 555-570.
- Tenorio Gutiérrez, G. (2020). *Programa de modificación conductual para desarrollar habilidades en los padres de niños con trastorno del espectro autista* (Tesis de Licenciatura). Facultad de Psicología, UNAM.

Investigado y elaborado por:

ABRAHAM CASTRO ROMERO.

Técnico Académico del Centro de Documentación

“Dr. Rogelio Díaz Guerrero”.

Edif. E, Planta Baja. 555622245.

cedoc.psicologia@unam.mx •

¿Quieres ayudarnos a entender las causas genéticas y ambientales de la **Enfermedad de Parkinson** en nuestra población? **Participa con nosotros, ¡te estamos buscando!**

### Participa como control Requisitos

- Tener 45 años cumplidos o más
- Ser mexicano (o haber residido la mayor parte de tu vida en México)
- Saber leer y escribir
- Donar una muestra de ADN por hisopado bucal
- No tener familiares consanguíneos de algún paciente con Enfermedad de Parkinson
- No tener diagnóstico de alguna enfermedad neurodegenerativa

### ¿Dónde?

UNAM Campus Juriquilla, Querétaro  
UNAM Facultad de Psicología, CDMX

Contáctanos a través de  RedMEXPD



### Recolección de datos:

Viernes 10 de Febrero, 13:00 hrs. - 16:00 hrs  
Tiempo aproximado de la sesión: 1 hora

### ¿Qué va a hacer?

- Responder unos cuestionarios demográficos
- Donar una muestra por hisopado bucal (higiene bucal al menos una hora antes de llegar a la sesión; sin uso de labial, por favor)

Cubículo 20 de la planta baja del edificio C  
Facultad de Psicología  
Av. Universidad 3004, Col. Copilco-Universidad  
(la entrada es sobre Av. Insurgentes).  
Existe la posibilidad de estacionar su auto en la Facultad.

Para mayor información:

Whatsapp: 5531498487

aleruiz@unam.mx

Dra. Alejandra E. Ruiz Contreras

# Facultad de Psicología Libros Digitales

Repositorio de Libros  
Acceso Abierto  
UNAM

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



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









44  
Facultad  
de Psicología

DEC  
PSICOLOGÍA  
— UNAM —

DIVISIÓN DE  
EDUCACIÓN  
CONTINUA

## Oferta académica

### TALLERES

- **Técnicas cognitivo-conductuales de primera, segunda y tercera generación**, Dra. Araceli Flores León, los días 2, 9, 16 y 23 de febrero; 2 y 9 de marzo, de 9:00 a 13:00 h. Dirigido a Licenciatura y Posgrado en Psicología. Plataforma Zoom.
- **Estrategias de enseñanza aprendizaje**, Dra. Marquina Terán Guillén, los días 7, 14, 21 y 28 de febrero, de 16:00 a 21:00 h. Dirigido a pasantes y Licenciatura en Psicología, y áreas afines. Presencial.



Imagen gratis de mego-studio en Freepik.

- **Psicodiagnóstico clínico en adolescentes**, Mtra. Laura Ángela Somarriba Rocha, los días 20, 23 y 27 de febrero; 2, 6 y 9 de marzo, de 16:00 a 20:00 h. Dirigido a Licenciatura y Posgrado en Psicología. Presencial.

### CURSOS

- **Psicopatología infantil: trastornos internalizados**, Mtro. Francisco Javier Espinosa Jiménez, los días 2, 9, 16 y 23 de febrero, de 16:00 a 21:00 h. Dirigido a Licenciatura y Posgrado en Psicología. Presencial.
- **Gestión del clima y la cultura organizacional**, Lic. Ivonne Osorio de León, los días 4, 11, 18 y 25 de febrero; y 4 de marzo, de 9:00 a 14:00 h. Dirigido a Licenciatura y Posgrado en Psicología, y áreas afines. Presencial.
- **Inclusión educativa**, Mtra. María Teresa Ramos Sánchez, inicia 11 de febrero, de 9:00 a 13:00 h. Dirigido a pasantes, Licenciatura y Posgrado en Psicología, y áreas afines. Presencial.

- **Introducción a la neuropsicología**, Mtro. Juan Antonio González Medrano, los días 15 y 22 de febrero, de 9:00 a 14:00 h. Dirigido a pasantes y Licenciatura en Psicología, y áreas afines. Presencial.



Imagen gratis de Pngwing.

### DIPLOMADO DE TITULACIÓN

- **Terapia breve y sus aplicaciones**, coordina: Mtra. Laura Laguna Lamas, Psicología clínica y de la salud, modalidad semipresencial 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. Dirigido a Licenciados en Psicología, Psiquiatras y Trabajadores Sociales. Se requiere documento probatorio.

### INFORMES E INSCRIPCIONES:

Dirección: 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

### 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 (Solo 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

## A la comunidad de la Facultad de Psicología

## Favor de reportar en caso de...

Identificar alguna falla en las luminarias, mobiliario y/o botones de pánico; o en caso de requerir insumos para el sanitario (papel de baño y jabón para manos), al Departamento de Servicios Generales ubicado en Planta Baja Edificio "A",  
Tel: 55 5622 2265 o a través del correo:  
sria.adm.psicologia@unam.mx



## DIRECTORIO

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

**Dra. Sofía Rivera Aragón**  
Secretaría 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. 346 correspondiente al 30 de enero de 2023, Año XXV, Volumen 25, se terminó de elaborar en enero 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.

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