

## DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA. UNAM

### Aprobación por el H. Consejo Técnico de la terna para la Dirección de la Facultad de Psicología



Dra. Patricia Dávila Aranda, Secretaria General de la UNAM presenta al H. Consejo Técnico la terna para ocupar la Dirección de la Facultad.

En sesión extraordinaria del H. Consejo Técnico de la Facultad de Psicología, el pasado 10 de octubre de 2024, la Secretaria General de la UNAM, Dra. Patricia Dávila Aranda, en representación del Dr. Leonardo Lomelí Vanegas, Rector de nuestra Universidad, manifestó que, de conformidad con lo establecido en los artículos 11 de la Ley Orgánica y los artículos 34 fracción VI, 37, 39 y 49 fracción IV del Estatuto General; el Rector de esta Universidad, Dr. Leonardo Lomelí

Vanegas, mediante el oficio 3/240860, propuso al H. Consejo Técnico la terna de personas adscritas a esta Facultad para ser consideradas a ocupar la Dirección de la Facultad de Psicología. El H. Consejo Técnico aprobó la terna.

Se reitera la invitación a toda la comunidad de la Facultad a participar en este proceso de tanta relevancia para nuestra entidad.

*Continúa en la página 2.*



Escribe a la directora  
María Elena Medina Mora Icaza  
buzon\_direccion.psicologia@unam.mx



POC  
¡Acércate a ellas!  
psicologia.unam.mx/poc



Defensoría de los  
Derechos Universitarios  
Igualdad y Atención de  
la Violencia de Género

Solicita orientación  
55-4161-6048  
defensoria.unam.mx



defensoria.unam.mx/web/  
ruta-queja-violencia-genero

Viene de la portada.



## RECTORÍA

Torre de Rectoría, 6° Piso  
04510 Ciudad Universitaria, D.F.  
Tels. 5622-1200 5622-1281 Fax 5550-8772

Oficio 3/ 240860

H. Consejo Técnico de la  
Facultad de Psicología  
Presente.

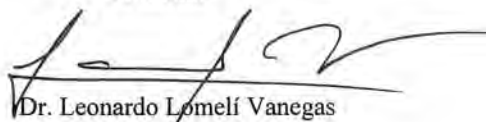
De conformidad con lo dispuesto por el artículo 11 de la Ley Orgánica de la UNAM y los artículos 34 fracción VI, 37, 39 y 49 fracción IV, del Estatuto General de la UNAM, presento a este H. Consejo Técnico la terna de personas adscritas a la Facultad de Psicología para ocupar la titularidad de la Dirección. En caso de ser aprobada, será enviada a la H. Junta de Gobierno para la designación conforme a la Legislación Universitaria.

Me permito hacer de su conocimiento que el proceso para formar la terna inició con la publicación de la convocatoria en Gaceta UNAM el 12 de septiembre, con el objeto de que la comunidad de esa Facultad hiciera llegar a la Secretaría General, los nombres de personas para ser consideradas a integrar la terna. Habiendo cumplido con la entrega de los programas de trabajo, fueron entrevistadas por la Secretaría General.

Después de un análisis esta Rectoría ha concluido que las personas que figuran a continuación, en riguroso orden alfabético, reúnen los requisitos aplicables que se señalan en el artículo 39 del Estatuto General de la UNAM para ser consideradas como aspirantes a ocupar la Dirección de la Facultad de Psicología son:

**Magda Campillo Labrandero**  
**Rogelio Escobar Hernández**  
**Carlos Rodrigo Alonso Peniche Amante**

Atentamente,  
"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"  
Ciudad Universitaria, Cd. Mx., a 9 de octubre de 2024  
El Rector

  
Dr. Leonardo Lomelí Vanegas



## Lanzamiento del Curso sobre Tratamiento Psicológico vía remota para participantes del Programa de Justicia Terapéutica



Dra. María Elena Medina Mora Icaza junto a otras autoridades en su participación en el Lanzamiento del Curso.  
Foto: Captura de pantalla.

La Secretaría Ejecutiva de la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (SE-CICAD), de la Secretaría de Seguridad Multidimensional de la Organización de los Estados Americanos (SSMOEA) y la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), a solicitud de la Unidad de Apoyo al Sistema de Justicia de la Secretaría de Gobernación y con la cooperación del Gobierno de los Estados Unidos de América (INL-México) celebraron el viernes 27 de marzo de 2024 a las 13:00 horas (hora de la Ciudad de México) el lanzamiento del *Curso sobre Tratamiento Psicológico Vía Remota para Participantes del Programa de Justicia Terapéutica*.

En dicha sesión participaron autoridades de las ya mencionadas instituciones, así como operadores sanitarios, jurídicos y de reinserción social del Programa de Justicia Terapéutica de diferentes estados de la República Mexicana.

De manera inicial, la Mtra. Karelly Villanueva, de la CICAD/OEA, dio la bienvenida a los asistentes, posteriormente la Dra. María Elena Medina Mora Icaza destacó la labor interinstitucional y recalcó la importancia del

curso sobre Tratamiento Psicológico vía remota, después la Dra. Violeta Félix Romero, académica de la Facultad de Psicología, presentó los pormenores del curso y la dinámica de inscripción. La ceremonia finalizó con unas palabras de cierre por parte del Dr. Crescencio Jiménez Núñez titular de la Unidad de Apoyo al sistema de Justicia de la Secretaría de Gobernación.

Si requieren mayor información del curso escribir al correo: [umiiba.unam@gmail.com](mailto:umiiba.unam@gmail.com)

Redacción:

DRA. VIOLETA FÉLIX ROMERO,  
Unidad para el Monitoreo  
de Implementación de Intervenciones  
Breves en Adicciones (UMIIBA).

DRA. MAGDA CAMPILLO LABRANDERO,  
Jefa de la División de Estudios  
de Posgrado e Investigación. •

• CONTENIDO •

|  |    |
|--|----|
| Lanzamiento del Curso sobre Tratamiento Psicológico vía remota para participantes del Programa de Justicia Terapéutica   | 3  |
| II Congreso Internacional de Formación en la Práctica de la Psicología   | 4  |
| Presentación del libro<br>El papel de la naturaleza para la reducción de estrés en pacientes de hospitales oncológicos y de atención psicológica   | 6  |
| Feria de Salud Mental en tres entidades de nivel medio superior  | 7  |
| En memoria a una trayectoria académica<br>Dra. Patricia Corres Ayala   | 8  |
| UNAMirada desde la Psicología<br>Mandatos de belleza femenina y repercusiones en la salud mental   | 9  |
| UNAMirada desde la Psicología<br>Impacto de la Relación padres-hijos en el desarrollo socioafectivo en la infancia   | 10 |
| Curso de Actualización para Tutores y Tutoras  | 11 |
| 7º Ciclo de sesiones Clínicas y Académicas<br>3ª Sesión Académica<br>Sueño, más allá del descanso  | 12 |
| Ciclo de Conferencias<br>Pláticas Dementes 2025-1  | 13 |
| Formación de las Prácticas en Escenarios Profesionales<br>Prácticas Profesionales en el programa:<br>Iniciación a la práctica clínica neuropsicológica con pacientes neurológicos y neuroquirúrgicos | 14 |
| Promoción de la Salud Sexual<br>13 de octubre: Día sin sujetador #Nobraday   | 15 |
| Biblioteca “Dra. Graciela Rodríguez Ortega”  | 17 |
| Centro de Documentación “Dr. Rogelio Díaz Guerrero”  | 17 |
| Qué leer...<br>Libros y publicaciones de la Biblioteca Digital de la UNAM  | 19 |
| INNOVA-T³<br>Innovación en TIC, TAP, TEP   | 22 |
| Convocatorias  | 24 |
| Próximos eventos   | 25 |
| Actividades de Género  | 32 |
| Acciones para cuidar el medio ambiente   | 34 |
| División de Educación Continua   | 35 |

## II Congreso Internacional de Formación en la Práctica de la Psicología

En el año 2015, la Facultad de Psicología de la UNAM, por iniciativa de la Mtra. Irma Castañeda Ramírez y de la Dra. Patricia Bermúdez Lozano se realizó el 1er. Coloquio Interuniversitario de Formación en la Práctica de la Psicología Educativa, con el propósito de intercambiar experiencias y modelos de formación en la práctica de futuros psicólogos de la educación con otras Instituciones de Educación Superior, invitando a participar en su organización a distintas Universidades de la Ciudad de México. Posteriormente fue sumando la participación de los otros campos de conocimiento de la psicología, de la psicología organizacional, la psicología clínica y de la salud, la psicología social y cultural, de las ciencias cognitivas y del comportamiento, y de psicobiología y neurociencias, a fin de mostrar la diversidad de oportunidades de acción para la formación profesional del psicólogo en diversos contextos, grupos de población, modalidades de intervención e investigación. La formación en la práctica de la psicología brinda a los estudiantes las condiciones para que desarrollen competencias de alto nivel que les permitan a su egreso: diagnosticar, intervenir (prevención, promoción y solución de problemas), evaluar e investigar en diferentes ámbitos profesionales, cuidando la ética pre y profesional que debe acompañar a todo proceso profesional.

Por el éxito alcanzado a través de siete Coloquios Interuniversitarios, se transformó el año pasado en el 1er. Congreso Internacional de Formación en la Práctica de la Psicología sumando la participación de otras Instituciones de Educación Superior que ofrecen la carrera de psicología, representadas por los aquí presentes en esta Ceremonia de Inauguración. Además de la participación de estudiantes y docentes de Universidades de la Ciudad de México, se ha contado con la participación de Universidades de otros países, como Argentina, Colombia, Brasil, Perú, Ecuador y España.

En esta ocasión, fue sede virtual la Universidad de Castilla-La Mancha, España del *II Congreso Internacional de Formación en la Práctica de la Psicología*. En la ceremonia de inicio estuvieron presentes los directivos de las nueve

Continúa en la página 5.

Viene de la página 4.

Instituciones de Educación Superior (Universidad Anáhuac, Universidad Iberoamericana, Universidad Justo Sierra, Universidad Pedagógica Nacional, Instituto Politécnico Nacional, Dirección General de Educación Normal y Actualización del Magisterio, Universidad de Flores Argentina, Universidad de Castilla-La Mancha, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza y Facultad de Psicología, de la Universidad Nacional Autónoma de México) que participan en el Comité Organizador. Este magno evento académico, contó con su propio sitio web diseñado por el Dr. Néstor Fernández Sánchez de la Facultad de Psicología, y fue transmitido en la plataforma de TEAMS por la Universidad de Castilla La Mancha; se inscribieron 987 participantes, se presentaron 6 conferencias magistrales, 38 ponencias en modalidad oral, 15 en cartel y 7 video ponencias en pasillo virtual, así como 9 micro talleres. La exposición de carteles en el pasillo virtual, las video ponencias y los microtalleres que abonaron a la instauración o fortalecimiento de competencias que van más allá de la adquisición de conocimientos; a la fecha se han realizado 4,448 visitas en el sitio.

En la Ceremonia de inicio, dio el mensaje de bienvenida el Dr. Santiago Yubero Jiménez, Decano de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad sede virtual y, el mensaje de inauguración estuvo a cargo de nuestra directora, la Dra. María Elena Medina Mora Icaza.



Dr. Santiago Yubero Jiménez y la Dra. María Elena Medina Mora Icaza en la inauguración. Captura de pantalla.

El programa tuvo una riqueza extraordinaria, con ponentes magistrales en un formato innovador de conversatorio abordando temas de problemáticas que a nivel mundial son muy relevantes, como la salud mental, los cambios sociales, la inteligencia artificial, las altas capacidades, la innovación educativa, la sustentabilidad, la formación y competencias profesionales, con grandes implicaciones: “Altas capacidades: luces y sombras en torno a la identificación e intervención” con el Dr. Alberto Quilez Robres de la Universidad de Zaragoza, España; “Metodologías activas para el empoderamiento humano”, con el Dr. Ulises Ferreira de Araujo, de la Universidad de Sao Paolo, Brasil; “Métodos de investigación vinculados a la práctica profesional: Retos actuales en intervención”, con el Dr. Antoni Ruiz Bueno, de la Universitat de

Barcelona, España; “Validación de competencias profesionales”, con el Dr. Luis Carro, de la Universidad de Valladolid; “Cambios sociales, nuevos trastornos, nuevos desafíos terapéuticos”, con el Dr. Marcelo Rodríguez Cebeiro, de la Universidad de Flores, Argentina; “Hacia un futuro sustentable en la formación de psicólogos”, con la Dra. Patricia Ortega Andeane, de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Participaron ponentes de diversas instituciones con trabajos en modalidad oral, en cartel y video ponencias, de distintos estados de la República Mexicana y de varios países, logrando un rico intercambio de conocimientos, experiencias, resultados de investigaciones, programas de intervención, estudios de caso y, técnicas y herramientas que, como psicólogos empleamos en nuestra labor profesional y que, por lo tanto, resultan de gran importancia en la formación académica y profesional de quienes se están formando como psicólogos. Las temáticas que se abordaron fueron diversas, brindando la oportunidad de visualizar una amplia gama de acción del ejercicio profesional del psicólogo en problemas actuales de índole educativo, familiar, laboral, clínico y tecnológico, entre otros.

Se logró el objetivo de este gran evento académico: Divulgar y analizar las diversas perspectivas, innovaciones e intervenciones en la formación en la práctica de las y los profesionales de la psicología desde los enfoques de la investigación, la docencia y las experiencias de la comunidad estudiantil en la disciplina.

En representación de la Dra. María Elena Medina Mora, el Mtro. Prócoro Millán Benítez, Jefe de la División de Estudios Profesionales, agradeció la colaboración a los miembros del Comité Dictaminador de las propuestas de trabajos, felicitó al Comité Organizador que estuvo integrado por personas valiosas que se desempeñan en la Universidad Anáhuac, la Universidad Iberoamericana, la Universidad Justo Sierra, la Universidad Pedagógica Nacional, el Instituto Politécnico Nacional, la Dirección General de Educación Normal y Actualización del Magisterio, la Universidad de Flores Argentina, la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la UNAM, liderado por la Facultad de Psicología UNAM, con la colaboración de la Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades de la Universidad de Castilla - La Mancha, España. Para finalizar, anunció que el *III Congreso Internacional de Formación en la Práctica de la Psicología*, independientemente de la sede física o virtual, será liderada por el equipo que en este evento demostró su entrega en pro de la Psicología.

Redacto:

DRA. PATRICIA BERMÚDEZ LOZANO,

Coordinadora del Programa Institucional de Tutoría. •

## Presentación del libro

# El papel de la naturaleza para la reducción de estrés en pacientes de hospitales oncológicos y de atención psicológica

El pasado 26 de septiembre se presentó el libro “El papel de la naturaleza para la reducción del estrés en pacientes de hospitales oncológicos y de atención psicológica” teniendo como comentaristas a la Dra. María Elena Medina Mora y al Dr. Abelardo Meneses, médico oncólogo, quien fue Director por diez años del Instituto Nacional de Cancerología.

La Dra. Medina Mora mencionó cómo las intervenciones ambientales en los hospitales que han sido objetos de los estudios que se muestran en el libro, pueden modificar el malestar psicológico de una comunidad formada por las personas que enferman y sus familias y por los médicos, enfermeras, el equipo de salud, así como los directivos y administradores, que trabajan en conjunto, para arropar a pacientes que han enfermado y quienes enfrentan diversos niveles de estrés laboral. Mencionó cómo a partir de la pandemia del COVID se evidenció la afectación en personal de salud, quienes sufrieron un gran desgaste y cómo el ambiente pudo marcar la diferencia en un ambiente que apoya para reducir el estrés con apoyo de la naturaleza; también destacó el papel del dolor y su asociación al malestar emocional y cómo bajo la orientación de la psicología ambiental se pueden lograr resultados positivos para desviar la atención al dolor y mejorar el estado de ánimo.

El Dr. Meneses destacó que desde hace 25 años cuando tuvo la oportunidad de leer el primer libro de los autores, vislumbró las necesidades de espacio para mejorar la estancia de los pacientes y cuando tuvo la oportunidad como Director participó en el diseño de la nueva torre de hospitalización aplicando el conocimiento de la psicología ambiental y los resultados de investigación en espacios hospitalarios de los dos libros anteriores (2005 y 2018), en especial se enfocó en proveer de mayor espacio para brindar mayor privacidad, contar con salas de espera que ofrezcan distractores positivos y ofrecer una imagen más humanizada hacia los pacientes en especial por parte del personal de admisión, así como por el propio personal de salud que no brindan una mayor empatía hacia el paciente.

En general, mencionó que las salas de espera carecen de distractores y de material de información positiva y por tanto a veces propician la interacción social que con frecuencia no es positiva o malinformada entre los propios pacientes, generando confusión, miedo o incluso mayor estrés. Entre



De izquierda a derecha: Dra. Abelardo Meneses, Dr. Cesáreo Estrada Rodríguez, Dra. Patricia Ortega Andeane, Dra. María Elena Medina Mora, Dra. Maricela Irepan, Dr. José Antonio Campos Gil, Dr. Wady Ríos.

Foto: AA GR.

otros aspectos resaltó el papel tan importante del rol del cuidador primario que además de la carga que representa su labor para atender y apoyar a su paciente tiene que lidiar con un ambiente poco señalizado y con mucha burocracia y es entonces como el acceso a áreas verdes le puede brindar mayor bienestar emocional durante su estancia en el hospital.

También de manera muy elocuente, el Dr. Meneses platicó sus experiencias como paciente en un hospital público y en un hospital privado haciendo un comparativo donde la gran diferencia fue el acceso de vistas al exterior y contar con un espacio sin grandes comodidades pero con acceso a áreas verdes en el hospital público, lo que le permitió vivir un mes sin extrañar el entorno hogareño y aunque no era tan buena la atención del personal de enfermería y de admisión, el acceso a áreas verdes le marcó una gran diferencia.

Finalmente la Dra. Patricia Ortega mencionó algunos de los antecedentes de sus estudios en hospitales y destacó un estudio experimental con pacientes con diversos tipos de cáncer en la sala de espera del Servicio de Radiología Oncológica en el cual se probó de manera exitosa la efectividad de tres modalidades de intervención con naturaleza: inmersión con imágenes fijas, inmersión con video e inmersión con realidad virtual, logrando la disminución del estrés psicofisiológico en 130 pacientes que padecían diversos tipos de cáncer. Posteriormente agradeció el apoyo de la DGAPA para el financiamiento de las investigaciones así como del libro, y de los coautores que participan en esta obra.

Redacción:

DRA. PATRICIA ANDEANE ORTEGA,  
Profesora Titular “C” T. C. •

## Feria de Salud Mental en tres entidades de nivel medio superior

El pasado 17, 23 y 25 de septiembre de 2024, se llevó a cabo la Feria de salud mental en tres entidades a nivel medio superior: ENP 9, ENP 4 y CCH Vallejo respectivamente. A dichos eventos, alumnado, supervisores y médicos de la Facultad de Psicología, llevaron, materiales y actividades que tenían como objetivo mostrar la importancia de la salud mental a través de estrategias lúdicas y actividades de psicoeducación, todo esto en un horario de 10 a 4pm.

El alumnado, supervisores y médicos desarrollaron alrededor de 10 actividades y juegos que se compartieron a través de sus stands, todos relacionados con temas de prevención de estigma, prevención de consumo de sustancias, gestión de emociones, educación de la sexualidad, manejo del estrés ante el futuro, comunicación efectiva, orientación al cuidado de la salud física y mental y prevención del suicidio.

A través de las actividades, la Coordinación de Centros de Formación y Servicios Psicológicos, brinda la posibilidad de resolver dudas de manera directa, acerca de las estrategias que el alumnado puede llevar a cabo para preservar su salud física y mental, o incluso suele ser una oportunidad de expresar una solicitud de apoyo para las personas que no se habían acercado a servicios por motivos de estigma y de esta forma aminorar la brecha de atención en salud mental.

Por otra parte, con el objetivo de que estas prácticas sigan recordándose, fueron brindados a cada entidad varios carteles como regalo para mostrar la importancia de la identificación de las violencias, la regulación emocional y la prevención del suicidio, además de tarjetas donde se muestran los lugares de atención psicológica en la universidad a las que el estudiantado puede tener acceso.

Finalmente es importante destacar el trabajo colaborativo de SPASU, DGAS, DGACO y Facultad de Psicología, para generar estos espacios de atención comunitaria y conocimiento de la salud, que siguen siendo indispensables en la vida de nuestro estudiantado ya que incluso la psicoeducación brindada de cada tema probablemente llegue a cada rincón de las familias de las y los universitaria/os.



Feria de la Salud 2024 en el CCH Vallejo.  
Foto: <https://gaceta.cch.unam.mx/>

Finalmente, y no menos importante, se destaca el gran entusiasmo y empeño con el que las y los estudiantes de la Facultad de Psicología y Medicina, dieron vida a sus materiales para hacer posible estos eventos, que sin duda han sido muy importantes para compartir el conocimiento a sus compañeras/os de las siguientes generaciones.



[www.freepik.es](http://www.freepik.es).

Redacción y fotos:  
DIANA JUÁREZ RAMÍREZ,  
Egresada de la Facultad de Psicología.

MTRA. ALEJANDRA LÓPEZ MONTOYA,  
Coordinadora de los Centros de Formación  
y Servicios Psicológicos. •

## En memoria a una trayectoria académica Dra. Patricia Corres Ayala

Maestra hasta las últimas consecuencias, Patricia Corres Ayala escribió siempre para sus estudiantes. Catorce libros, respaldan su escritura pedagógica, su inalterable compromiso con la educación y su constante reflexión en la comprensión de la psique humana.

*Vivir la muerte* es el libro póstumo de una escritora que estableció el puente dialógico entre la filosofía y la psicología, pero también entre otras disciplinas afines como la antropología, la historia, la sociología y la poesía; esto, para reflexionar entorno a la experiencia en vida de la muerte. En un análisis que va de lo íntimo a lo cultural, las palabras de Patricia Corres Ayala profundizan y nos guían en la reflexión de la vida humana frente a la fatalidad del desenlace de los días. Sea simbólica o encarnada, familiar o extraña, la muerte nos atraviesa tarde o temprano. Llegado el momento, nos suspendemos en una nube de tiempo inmóvil: entonces, comienza la transformación y reestructuración de nuestro mundo.

En la profundidad y brevedad de dieciocho capítulos, Patricia Corres Ayala escribe con la sabiduría necesaria para enlazar las ideas del pensamiento con el sentir de su propio corazón. En diálogo con una diversidad de autores y autoras, entre los que se encuentran Hans Blumenberg, Simon Weil, Emmanuel Levinas, Mircea Eliade, Sabina Spielrein, entre otras y otros; la voz de nuestra Maestra es fuerte y clara para enfrentar la sentencia muda de la muerte que denota la vulnerabilidad de la frágil condición humana. Es la voluntad por la vida, la que le permite sostenerse en la esperanza de las palabras que han de encontrar a su lectora o lector: quizá en la búsqueda de consuelo, quizá en busca de entendimiento ante lo misterioso de la vida que se acumula y que simultáneamente se escapa de entre las manos.

Se escribe sobre la muerte desde la vida, porque no hay otro camino. Y, sin embargo, es desde la memoria que se da testimonio de aquel dolor y sufrimiento que marcan al cuerpo cuando no se encuentran certezas suficientes que mitiguen la angustia de la razón en la asimilación de una sensación de vacío que es intransferible y, paradójicamente, resulta por todos compartida. Inmerso en el ensayo



literario, *Vivir la muerte* parte de la experiencia personal y trasciende su análisis a una postura crítica frente a la normalización de la muerte y a la crueldad que impera en algunos sectores de nuestra sociedad, así como a ciertas prácticas peligrosamente silenciadas que se cimientan en la transgresión de la vida misma: el suicidio, la eutanasia, el aborto y el incesto, han de analizarse desde un punto de vista ético. La exigencia responde al compromiso con el pensamiento y a la necesidad de Patricia Corres Ayala por describir lo que vivimos en presencia de la muerte.

En este libro, viven las últimas enseñanzas de quien ejerciera la docencia por 50 años en la Facultad de Psicología de la UNAM. Su legado ha de continuar, ahora en sus lectoras y lectores.

Redacción:  
LIC. ALBERTO ISAAC LÓPEZ DÍAZ GONZÁLEZ,  
Alumno de la Dra. Corres.

DRA. PATRICIA ROMERO SÁNCHEZ,  
Coordinadora de Ciencias Cognitivas y del Comportamiento. •



## UNAMirada desde la Psicología Mandatos de belleza femenina y repercusiones en la salud mental



Dra. Ana Celia Chapa Romero.  
Foto: UDEMAT.

El pasado 17 de septiembre la doctora Ana Celia Chapa Romero impartió la conferencia “Mandatos de belleza femenina y repercusiones en la salud mental”. Inició con un panorama sobre los procedimientos estéticos y su creciente demanda en el mundo, destacando que en 2023 se llevaron a cabo 860.718 en el país. Si bien dichos procedimientos son solicitados por ambos sexos, son en su mayoría mujeres (83.4%) quienes se someten a estos, dato que pone de relieve la relación entre género y mandatos de belleza.

Diversas investigaciones llevadas a cabo desde la psicología han evidenciado la relación entre la insatisfacción corporal y el desarrollo de trastornos de conducta alimentaria, dismorfia corporal, ansiedad y depresión. Así mismo, han encontrado que la comparación social en plataformas de redes sociales, incluso la propia a partir del uso de filtros, afecta la imagen corporal y el bienestar mental de adolescentes y jóvenes, lo que ha llevado incluso a nombrar estos fenómenos como “efecto selfi” o “síndrome de dismorfia de Snapchat”.

Las presiones por cumplir con ciertos estándares estéticos como lo la delgadez, la juventud y la blanquitud, tiene efectos negativos y duraderos en la salud mental de las personas, especialmente entre las mujeres jóvenes. Al fundamentar en la “belleza” gran parte de la identidad femenina, hay una mayor vulnerabilidad a la aprobación exterior que genera sentimientos de culpa, vergüenza, inadecuación, angustia y frustración que aparecen reiteradamente cada vez que las mujeres perciben que no alcanzan estos estándares de belleza o que los están “perdiendo”, lo que lleva a muchas a invertir gran parte de su energía, dinero y tiempo para alcanzarlos.

En el caso de los hombres, si bien hay una presión por cumplir con estos estándares, el poder económico, los logros profesionales, el talento, la fuerza física, la jerarquía, la simpatía y la capacidad de seducción, pueden reemplazarlos. Es decir, hay mayor diversificación de lo valorado en la identidad masculina.

Las propuestas para resistir y transgredir a estos mandatos están encaminadas a colectivizar estas experiencias de opresión a través de su contextualización e historización, es decir hacer de lo personal algo político. Que los medios

de comunicación y redes sociales reivindiquen la diversidad corporal, de color de piel y edad, como se hace desde movimientos como el *body positive* o el *feminismo gordo*. Pero también regulando la política alimentaria, de medios de comunicación, de salud y de la industria de la moda.

### Referencias

- Di Gesto, C. & Cheli, E. (2021). Mind the body: Psychological well-being and body image at the time of the Covid-19. *Body Studies Journal*, 3(1), 1-21.
- Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F., Behar, R., & Arancibia, M. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. *Revista mexicana de trastornos alimentarios* 7 (2): 116-124.
- Ramphul, K. & Mejias, S. G. (2018). Is “Snapchat Dysmorphia” a Real Issue?. *Cureus* 10(3): e2263.
- Ventura, L. (2000). *La Tiranía de la Belleza: las Mujeres ante los Modelos Estéticos*. Barcelona: Plaza & Janés Editores.
- Wolf, N. (2002). *The Beauty myth*. New York: Harper Perennial.
- Martín, E. A. (2015). Los medios de comunicación en la violencia contra las mujeres: el paradigma de la delgadez. *Historia y comunicación social*, 20(1), 107-119.
- Gallardo, A. M. Gordofofia: Una deuda en el campo de la psicología. *Revista Perspectivas: Notas sobre intervención y acción social*, 37 (2021): 151-168.
- Rodríguez-Suárez, B., Caperos, J. M., & Martínez-Huertas, J. A. (2022). Efecto de la exposición a ideales de delgadez en las redes sociales sobre la autoestima y la ansiedad. *Behavioral Psychology*, 30(3), 677-691.

Te invitamos a ver la conferencia en el canal de YouTube UNAM Psicología UDEMAT

<https://www.youtube.com/watch?v=gJPGq0SsrVk>

### Redacción:

DRA. ANA CELIA CHAPA ROMERO,  
Profesor Titular “B” T. C. DEF.

DRA. LAURA AMADA HERNÁNDEZ TREJO,

Coordinadora de Psicología Clínica y de la Salud. •

## UNAMirada desde la Psicología

# Impacto de la Relación padres-hijos en el desarrollo socioafectivo en la infancia

Todos sabemos sobre la importancia que en el ser humano tienen los cuidadores primarios en la primera infancia. En la infancia y la adolescencia, el impacto de la relación con los padres es de suma importancia para un sano desarrollo afectivo.

Los dominios del desarrollo humano, aunque se estudian por separado son un continuo que interactúan y se ven influidos entre sí, así vemos, que el desarrollo físico está estrechamente relacionado con el desarrollo cognitivo, emocional y social.

Desde etapas muy tempranas, los seres humanos somos sociales, vivimos en sociedad y el desarrollo afectivo se vincula estrechamente con las vivencias relacionales.

Los padres y/o cuidadores principales son los encargados de ayudar a niñas y niños a que puedan reconocer y expresar sus emociones para un sano desarrollo de sus habilidades sociales. Nadie nos enseña a ser padres, aprendemos en el camino, es por eso que se requiere que los cuidadores principales conozcan y consideren las características de cada una de las etapas del desarrollo desde el nacimiento hasta la adolescencia.

La naturaleza es sabia, desde el nacimiento, los padres aprenden a leer las necesidades de sus hijos/as en especial sus necesidades emocionales. El bebé expresa sus necesidades mediante el llanto y los padres reconocen de dónde proviene el malestar de su hijo/a, y son los adultos los encargados de regular emocionalmente a los pequeños. Los bebés desde el nacimiento hasta los 18 meses, sonríen espontáneamente, reconocen las caras que les son familiares, desarrollan capacidades motoras y un incipiente lenguaje que le permite jugar y alcanzar objetos lo que se constituye en el inicio del desarrollo de las funciones ejecutivas.

Del año y medio a los tres años los niños/as ya son capaces de controlar sus esfínteres, imitan a los adultos y a otras personas de su alrededor, disfrutan de la compañía de otros niños y tratan de ser más independientes. El creciente desarrollo de su vocabulario y su capacidad para expresarse verbalmente le permite ya poder expresar lo que siente, y es en esta etapa cuando aparecen las



Dra. María Fayne Esquivel y Ancona.  
Foto: UDEMAT.

llamadas emociones morales como el orgullo, la culpa y la vergüenza. El surgimiento de estas emociones indica ya la capacidad del niño de considerar al otro y de poder ponerse en su lugar, esto es el principio de la empatía.

Lo que los padres pueden hacer para ayudar a los niños a su desarrollo socioemocional entre el año y medio y los tres años es validar sus emociones, por ejemplo, cuando tienen miedo por algo, cuando se enojan, procurar que convivan con otras niñas, niños, enseñarles a compartir, modelarles la solución de problemas y propiciar que reconozcan sus emociones y las demás. El desarrollo del área socioemocional se hace evidente en los preescolares, ya que la convivencia incrementa sus habilidades sociales, pueden ser más empáticos, son capaces de seguir instrucciones y reglas y muestran sus fuertes deseos de aprender de sus vivencias, de sus relaciones y del mundo en general. En esta etapa los padres pueden apoyar a sus hijos con seguir validando sus emociones, estar presentes cuando los necesiten, entender los cambios de humor, evitar sobreprotegerlos y ayudar a que socialicen con otros niños/as de su edad.

En la edad escolar, los niños, niñas comprenden mejor su vida emocional, son capaces de ponerse metas a futu-

*Continúa en la página 11.*

Viene de la página 10.

ro y trabajar en equipo. Son más empáticos, y capaces de escuchar a los demás, sus juegos son colaborativos y más complejos que en etapas anteriores. Conforme crecen empiezan a definir mejor sus características de personalidad, pueden tener amistades más cercanas y a medida que se acerca la pubertad son más conscientes de su cuerpo y su interés en los otros como seres sexuados. Disfrutan las convivencias, los deportes y las fiestas por estar con los amigos.

Los padres pueden apoyar a su hijo/a para que confíen en sus capacidades y habilidades y lo que es muy importante respetar su independencia e intimidad, pero siempre estableciendo límites claros y tratar de mantener una comunicación constante y empática con su hijo/a.

En la adolescencia los cambios físicos se relacionan estrechamente con ajustes emocionales que los padres

tienen que entender y respetar. En esta etapa de la vida comienzan a definir su identidad e intereses profesionales, es importante que los padres respeten las decisiones y la intimidad de sus hijos y los apoyen en su independencia y autonomía.

Te invitamos a ver la conferencia en el canal de YouTube UNAM Psicología UDEMAT

<https://www.youtube.com/watch?v=YryOsK2DX3U>

Redacción:

DRA. MARÍA FAYNE ESQUIVEL Y ANCONA,  
Profesor Titular "B" T. C. DEF.

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

## Curso de Actualización para Tutores y Tutoras

El Programa Institucional de Tutoría organizó el "Curso de Actualización para Tutores y Tutoras" que se realizó del 12 de agosto al 9 de septiembre con el objetivo de abordar las principales estrategias para la acción tutorial en las dimensiones cognitiva, socioafectiva y profesional para apoyar el desarrollo integral de sus tutorados/as.

Asistieron al curso tutores y tutoras de la División de Estudios Profesionales, de la División Sistema de Universidad Abierta y de la División de Estudios de Posgrado e Investigación. Se contó con la colaboración de académicos de nuestra Facultad con amplia experiencia en diversos temas que se abordaron en ocho sesiones. La Dra. Patricia Bermúdez Lozano (Coordinadora del PIT) inició el curso explicando que el Programa Institucional de Tutoría en la Facultad de Psicología tiene como base un modelo de atención integral, posteriormente la Lic. Elisabet Carpio Macedo les explicó las *Modalidades de Tutoría* y la Dra. Ingrid Cabrera Zamora les compartió algunas herramientas como la entrevista de primera vez en la tutoría y la importancia de elaborar el *Plan de Acción Tutorial (PAT)* en las modalidades de tutoría individual y tutoría grupal.

Los temas vinculados a la dimensión cognitiva fueron *La Metacognición y Autorregulación del Aprendizaje* a cargo de la Dra. Magda Campillo Labradero, *Las Trayectorias Académicas y sus Dificultades*, a cargo del Lic. Alejandro Carrillo Uribe, y *La Neurodiversidad en estudiantes de nivel superior ¿algo de qué preocuparme?* a cargo del Mtro. Jair Canchola Castillo.

Con relación a la dimensión socioafectiva impartió el tema de *Apoyo Emocional y Apoyo Psicológico de Primer*

*Contacto* la Mtra. Alejandra López Montoya, y el tema *Acción Tutorial en los Alumnos con Riesgo de Desertar y/o Reprobar*, la Dra. Gabriela de la Cruz Flores.

Finalmente, respecto a la dimensión profesional se revisaron los temas de *Servicio social*, a cargo de la Mtra. Mirna Ongay Valle y la *Movilidad Estudiantil* a cargo del Lic. José Miguel Peña.

Los tutores y tutoras que participaron mostraron mucho interés en conocer los recursos y servicios que ofrece el PIT a nuestra comunidad estudiantil universitaria, así como los procesos y situaciones que requieren del apoyo de otros departamentos de nuestra Facultad, como el departamento de Servicio Social, Movilidad Estudiantil, la Coordinación de los Centros de Formación y Servicios Psicológicos y el servicio de Atención a la Neurodiversidad del PIT.

El Programa Institucional de Tutoría invita a los tutores y tutoras a participar en otras actividades de formación y actualización, como el Seminario para Tutores PIT-FP "La Tutoría Integral en tres dimensiones de acción" que se realiza de forma mensual, para recibir mayor información contáctenos al correo [pit@psicologia.unam.mx](mailto:pit@psicologia.unam.mx)

Redacción:

DRA. INGRID MARISSA CABRERA ZAMORA,  
Técnico Auxiliar "B" M. T.

DRA. PATRICIA BERMÚDEZ LOZANO,  
Coordinación del Programa Institucional de Tutoría.  
[pit@psicologia.unam.mx](mailto:pit@psicologia.unam.mx) •

## 7° Ciclo de sesiones Clínicas y Académicas

### 3° Sesión Académica

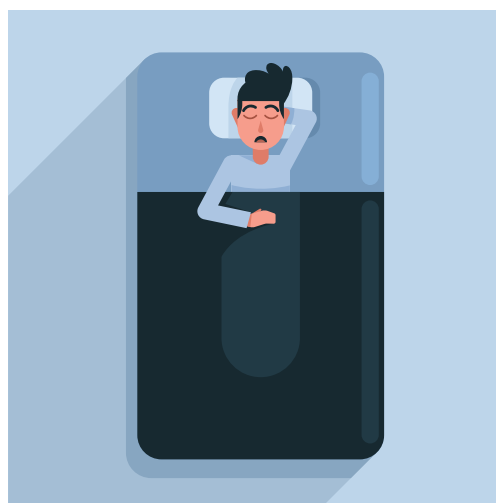
# Sueño, más allá del descanso

El miércoles 4 de septiembre de 2024 se llevó a cabo la 3° sesión académica titulada “Sueño más allá del descanso”, dirigida por el médico cirujano Carlos de Jesús Peña Castillo, responsable del servicio médico de la Facultad de Psicología, ubicado en el Centro de Servicios Psicológicos “Dr. Guillermo Dávila”. El ponente inició mencionando que el sueño va más allá del descanso, pues involucra otros procesos que involucra el ciclo Sueño-Vigilia. El sueño es el estado de disminución de la conciencia, y de la reacción ante estímulos externos que nos rodean. Una característica del sueño es que es reversible, otra característica importante es que va a tener una periodicidad, o sea, ciclo circadiano, que el sueño cumple con diferentes ciclos, que depende de factores tanto intrínsecos como extrínsecos.

El médico Peña abordó varios trastornos del sueño, entre ellos el insomnio, la narcolepsia, el sonambulismo, los terrores nocturnos y la apnea del sueño. Explicó que estos trastornos pueden tener causas fisiológicas, pero también pueden estar influenciados por factores externos como el estrés, la exposición a la luz antes de dormir o el uso excesivo de dispositivos electrónicos, los cuales inhiben la producción de melatonina y dificultan la conciliación del sueño.

El sueño también desempeña un papel fundamental en la regulación emocional. La falta de sueño puede incrementar la reactividad emocional negativa, lo que provoca una mayor susceptibilidad al estrés y a pensamientos catastróficos. Además, las personas privadas de sueño tienden a reaccionar más lentamente ante estímulos externos, lo que puede poner en riesgo su seguridad, especialmente en situaciones que requieren una respuesta rápida, como cruzar una calle con tráfico. Un sueño reparador reduce el riesgo de cometer errores y accidentes en el trabajo, en la escuela o en el hogar. Las personas que duermen lo suficiente muestran una mejora en la toma de decisiones y en su capacidad para resolver problemas complejos.

El médico Peña finalizó su presentación con una serie de recomendaciones para mejorar la calidad del sueño.



www.freepik.es

Entre los hábitos más importantes se incluyen:

1. Mantener un horario regular para dormir y despertar.
2. Crear un ambiente propicio para el sueño, manteniendo el dormitorio oscuro, tranquilo y bien ventilado.
3. Evitar el consumo de sustancias como el café, el alcohol o el tabaco entre 4 y 6 horas antes de acostarse.
4. Realizar actividad física, pero no inmediatamente antes de dormir.
5. Relajarse antes de acostarse, realizando ejercicios de respiración, meditación o lectura.
6. Utilizar la cama exclusivamente para dormir, evitando actividades como comer o trabajar en ella.

Redacción:

EST. BRANDON VINCENT PEDRAZA ORTIZ,  
Prestador de servicio social.

MTRA. ALEJANDRA LÓPEZ MONTOYA,  
Coordinación de Centros de Formación  
y Servicios Psicológicos. •

## Ciclo de Conferencias Pláticas Dementes 2025-1

El martes 27 de agosto de 2024, se llevó a cabo la primera conferencia correspondiente al ciclo “Pláticas DeMentes 2025-1”. Dicho evento gratuito se realizó en el Auditorio Dra. Silvia Macotela de la Facultad de Psicología. Esta edición número doce de “Pláticas DeMentes” se realizó con el apoyo de la Coordinación de Ciencias Cognitivas y del Comportamiento, así como del proyecto PAPIIT IN305824 a cargo del Dr. Rodolfo Bernal.

La conferencia magistral “La sardinita ciega mexicana como un organismo modelo de Biología Evolutiva” fue presentada por la Dra. Claudia Patricia Ornelas García, curadora de la Colección Nacional de Peces (CNPE) del Instituto de Biología de la UNAM. La Dra. Ornelas dio a conocer la interesante historia evolutiva del género de peces *Astyanax*, y de su principal representante en México, *Astyanax mexicanus*, de la cual, algunas poblaciones se conocen como las sardinitas ciegas mexicanas. Entre las modificaciones de la sardinita ciega más estudiadas se encuentran la ausencia del desarrollo de los ojos, el metabolismo modificado hacia el procesamiento de lípidos, el albinismo y una recomposición del sistema sensorial.

La Dra. Patricia Ornelas también mencionó brevemente otras de las líneas de investigación que dirige, entre las que se encuentran la evolución de caracteres morfológicos en relación con la filogenia, análisis de la Ecología Evolutiva del Desarrollo (Eco-Evo-Devo), estudios ecológicos de las cuevas, fenología molecular del desarrollo del sistema visual, así como un trabajo pionero en México sobre la caracterización de los patrones conductuales del ciclo sueño-vigilia de la especie. A pesar del aislamiento reproductivo y ecológico que presentan las poblaciones de superficie y cueva, la reproducción de individuos de ambos ecosistemas de algunas localidades sigue siendo viable al representar un tiempo menor de divergencia evolutiva, dando como resultados híbridos con rasgos intermedios.

Esta especie, por sus características evolutivas, filogeográficas y ecológicas tan particulares, representa un modelo único en el mundo para el estudio de la divergencia genética, los patrones de colonización de nichos



Dra. Claudia Patricia Ornelas García impartiendo su conferencia en el Auditorio “Dra. Silvia Macotela”.  
Foto: Rodolfo Bernal Gamboa.

ecológicos y los patrones de especiación, así como para el estudio de cambios fenotípicos plásticos en la fisiología y conducta ante condiciones ambientales altamente contrastantes.



Foto: <https://codigof.mx/>

Redacción:  
LIC. JESÚS R. SÁNCHEZ LOZANO,  
Profesor Titular “B” T. C. DEF.

DRA. PATRICIA ROMERO SÁNCHEZ,  
Coordinación de Ciencias Cognitivas  
y del Comportamiento. •

Formación de las Prácticas en **Escenarios Profesionales**

## Prácticas Profesionales en el programa: Iniciación a la práctica clínica neuropsicológica con pacientes neurológicos y neuroquirúrgicos

Decidí realizar mis prácticas profesionales en este programa del Hospital General porque encontré que se alineaba con mi formación académica en el área de Psicobiología y Neurociencias y porque me interesaba acercarme a la aplicación de la Neuropsicología.

Una vez que empecé con mis prácticas, comenzó el reto. Mis primeros días era una hoja en blanco, mis compañeras, así como el Doctor David Trejo me apoyaron para que participara en tantas evaluaciones como fuera posible, inicialmente como observadora y de manera supervisada.

Durante toda mi estancia en este servicio, pude observar pacientes que requerían de evaluación neuropsicológica, con padecimientos como: Epilepsia, Enfermedad de Parkinson, Tumores, Evento Cerebro Vascular, entre otros.

Estas prácticas fueron mi primer encuentro con pacientes en general, por lo que el acercamiento y trato con pacientes quirúrgicos que requieren tratamientos especializados fue un gran aprendizaje para mí; dentro del consultorio logré observar de cerca los síntomas, estilos de vida y retos a los que se enfrenta las personas con dichos padecimientos; fui aprendiendo a tratar con ellas, aplicar las pruebas y tareas, y a prestar atención a los detalles que nos pueden dar información cualitativa sobre el desempeño neuropsicológico y cognitivo de las y los pacientes, las preguntas especiales que deben hacerse en una historia clínica y una exploración neuropsicológica adecuadas al padecimiento neurológico de cada persona.

También tuve un importante acercamiento al reporte neuropsicológico para el protocolo quirúrgico, un trabajo especializado e integral que requiere de mucho conocimiento y práctica. He ayudado a redactar, revisar, y concluir acerca de los resultados de las baterías y tareas neuropsicológicas que son aplicadas al paciente.

Como parte de la formación que he obtenido dentro del programa, tuve la oportunidad de asistir en las citas de Neurocirugía Funcional, donde pude observar de primera mano cómo es la atención médica que da un neurocirujano funcional, así como compartir experiencias con compañeros estudiantes de la carrera de medicina.



Foto: <https://n9.cl/wcfxb>

A partir de mi experiencia en estas prácticas he aprendido muchísimo, he mejorado mi desenvolvimiento en la atención al paciente y he reforzado mis conocimientos en la actividad práctica de mi área. También he mejorado mi confianza para aplicar los conocimientos que obtuve a lo largo de la carrera, lo que sin lugar a dudas ha sido un punto importante en mi formación profesional.

Agradezco al P.B. David Trejo y a los integrantes del programa por haberme dado esta grandiosa oportunidad que me ha enriquecido tanto; aún tengo mucho que aprender, pero creo que he tenido un muy buen lugar para desarrollarme y continuar mi camino profesional.

¿Te interesa hacer prácticas profesionales?

Escribe a:

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

Redacción:  
EST. ALINE FLORES REYES.

MTRA. OLGA RAQUEL RIVERA OLMOS,  
Coordinación de Prácticas Profesionales. •



## 13 de octubre: Día sin sujetador #Nobraday

### ¿Cómo surgió?

En 2011 se celebró por primera vez el Día Sin Sujetador, en el contexto de la Cuarta Ola del Feminismo, que reavivó el debate sobre el uso del sostén. Este día fue creado por la usuaria de Facebook Anastasia Donuts el 9 de julio, entonces, ¿Por qué se celebra el 13 de octubre? Se trasladó a este día debido a que octubre es el mes de la concientización sobre el cáncer de mama, buscando visibilizar la libertad y autonomía que tienen las mujeres sobre elegir si usar o no brasier (Dommarco, 2021).

Históricamente se han impuesto normas sobre cómo debe ser representado el cuerpo de la mujer. Estas normas han sido una forma de violencia, represión y opresión, especialmente al diseñar y moldear el cuerpo femenino, como es el caso del brasier (Olguín & Resendiz, 2024).

Su uso se remonta al Imperio Romano, donde se utilizaba para acentuar los senos y destacar la feminidad, estableciendo así una exigencia de belleza femenina. Durante la Ilustración (siglo XVII), surgió la Primera Ola del Feminismo, en la que las mujeres comenzaron a rebelarse contra el uso del corsé, considerándolo una restricción social. En la Segunda Ola del Feminismo, se vivió la transición del corsé al brasier; sin embargo, fue durante la Tercera Ola cuando las mujeres empezaron a percibir el uso del brasier como una imposición patriarcal. En 1967, durante un concurso de belleza, un grupo de mujeres protestó quitándose los brasieres, un acto que más tarde sería conocido como “la quema de los brasieres”, convirtiéndose en un poderoso símbolo feminista. Este acto planteó la necesidad de prescindir de una prenda que moldea y estructura el cuerpo femenino, y que se ha convertido en una exigencia social de belleza y estética impuesta sobre las mujeres (Olguín & Resendiz, 2024).

### ¿Crítica social?

De acuerdo con Ley Lucero Chávez (Olguín & Resendiz, 2024), hay un estigma social sobre las mujeres que no usan brasier, pues llegan a ser catalogadas como descuidadas o que tienen la intención de seducir a los hombres.

No obstante, hay que considerar que este estigma y su significado es parte de una construcción social,

ya que el cuerpo y la forma en el que lo concebimos es algo que se ha construido a través de la cultura y la socialización.

Si lo pensamos, los hombres sí pueden mostrar los pezones sin ningún juicio social, en cambio, si una mujer lo hiciera sería reprimida y juzgada, pues a su cuerpo se le han puesto restricciones y limitaciones en lo que puede o no mostrar, en lo que debe o no usar. Es por esto que se obliga a las mujeres a usar el brasier, aunque muchas mujeres consideran que el no usarlo les hace sentir más cómodas, pues les permite mayor movilidad y libertad (Olguín & Resendiz, 2024).



### Referencias:

- Bravo, G. (2023) No bra day: el origen del día sin sujetador o brasier. Central Puebla Irreverente. <https://www.periodico central.mx/rayas-s/entretenimiento/no-bra-day/225229/>
- CNN Español (2021) ¿Es preferible usar sostén o no? Qué responde la ciencia a esta y otras preguntas del brasier <https://cnn.espanol.cnn.com/2021/10/13/sosten-sujetador-brassier-cienciaorix>.
- Dommarco, S. (2021) 13 de octubre: ¿Por qué se celebra el #NoBraDay? La nación. <https://www.lanacion.com.ar/revista-ohlala/sin-corpino-por-que-hoy-se-celebran-el-nobraday-nid13102021/>
- Olguín Lacunza, M; y Resendiz, A. (2024). El uso del brasier, ¿una convención social o es necesario?. UNAM Global. [https://unamglobal.unam.mx/global\\_revista/el-uso-del-brasier-una-convencion-social-o-es-necesario/](https://unamglobal.unam.mx/global_revista/el-uso-del-brasier-una-convencion-social-o-es-necesario/)

### Redacción:

PSIC. MARIANN ELIZABETH CASTILLO TOVILLA,  
Prestadora de Servicio Social.

MTRA. ENA ERÉNDIRA NIÑO CALIXTO,  
Responsable del Programa de Sexualidad Humana.--

¡Síguenos en nuestras redes sociales!  
Programa de Sexualidad Humana – PROSEXHUM  
[@prosexhum\\_unam](https://www.instagram.com/prosexhum_unam) •





festival.culturaunam.mx  
f X @ © d v e

**Festival  
CulturaUNAM**

**24.SEP  
13.OCT  
2024**

**ÓPERA**  
**ROLANDO VILLAZÓN**  
**ARTURO CHACÓN-CRUZ**  
**ALERTA DE TEMPESTAD**  
De Georges Aperghis

**MÚSICA**  
**LOS PREAM**  
**STEPHAN MICUS**  
**JAIR ALCALÁ**  
Sexteto norteño

**SYLVIE COURVOISIER**  
**SUEÑO DE UNA NOCHE  
DE VERANO**  
De Shakespeare, con música incidental  
de Mendelssohn

**TEATRO**  
**PUERTO DESEO**  
Inspirada en *Un tranvía llamado deseo*  
de Tennessee Williams

**DANZA**  
**CARMINA BURANA**  
Taller Coreográfico de la UNAM

**ESPIRITU DE PÁJARO**  
Compañía Cuerpo de Indias

**COMPAÑÍA NACIONAL  
DE DANZA  
FOLCLÓRICA DE CROACIA**

Consulta la programación completa 

 |  | 





## Biblioteca “Dra. Graciela Rodríguez Ortega”

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

Se les hace una cordial invitación a participar en el curso “Uso de Recursos Impresos y Electrónicos de Información Psicológica 1” (duración 10 h), mediante el cual los participantes conocerán los recursos de información en formato digital que la UNAM les ofrece, y aprenderán a desarrollar estrategias de búsqueda para recuperar información de manera efectiva.

Formulario de inscripción



Las medidas sanitarias que te pedimos observar son: portar tu cubre bocas en todo momento y el uso de gel desinfectante.

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

| Fechas                     | Horarios   |
|----------------------------|--|
| <b>Octubre - Noviembre</b> |  |
| Del 14 al 18 de octubre    | 10:00 a 12:00 h. y 13:00 a 15:00 h.<br>Presencial        |
| Del 21 al 25 de octubre    | 14:00 a 16:00 h. Presencial                              |
| Del 4 al 8 de noviembre    | 11:00 a 13:00 h. y 13:00 a 15:00 h.<br>Presencial        |
| Del 11 al 15 de noviembre  | 10:00 a 12:00 h. Presencial<br>17:00 a 19:00 h. En línea |
| Del 25 al 29 de noviembre  | 11:00 a 13:00 h. y 13:00 a 15:00 h.<br>Presencial        |

Servicio Sabatino de 9:00 a 14:30 h.  
19 de octubre  
9, 16 y 23 de noviembre



## Centro de Documentación “Dr. Rogelio Díaz Guerrero”

Curso de Búsqueda de Información Psicológica en bases de datos

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.

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

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.

Las medidas sanitarias que te pedimos observar son: portar tu cubre bocas en todo momento y el uso de gel desinfectante.

| Fechas  | Horarios                             |
|---|--------------------------------------|
| <b>Octubre - Noviembre</b><br>(cursos presenciales) |                                      |
| Del 14 al 18 de octubre                             | 10:00 a 12:00 h.<br>17:00 a 19:00 h. |
| Del 21 al 25 de octubre                             | 10:00 a 12:00 h.                     |
| Del 4 al 8 de noviembre                             | 10:00 a 12:00 h.<br>17:00 a 19:00 h. |
| Del 11 al 15 de noviembre                           | 10:00 a 12:00 h.<br>17:00 a 19:00 h. |

### 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.

## Traumatización Vicaria

Las/os psicólogas/os que brindan atención a víctimas y sobrevivientes de violencia están expuestos a sufrir traumatización vicaria, movilización de sus experiencias de violencia y el síndrome de *burnout*. Es fundamental comprender estas condiciones y sus efectos en la salud para desarrollar programas de autocuidado que protejan a estas/os profesionales y garanticen una atención oportuna de calidad, con ética y conocimientos basados en evidencia.

Atender a víctimas de violencia implica lidiar con historias de trauma que afectan emocionalmente a las/os profesionales, quienes a menudo se convierten en testigos indirectos de tragedias y sufrimientos profundos. Aunque la *traumatización vicaria*, no es una patología psiquiátrica, si es una alteración que puede llevar al aislamiento y al bloqueo emocional, ya que la confidencialidad impide la expresión abierta de los propios sentimientos. En la dinámica de esta práctica profesional, se enfrentan constantes y profundos estados de tensión, por el contacto constante con las historias de violencia, la frustración al observar sistemas que estigmatizan y revictimizan, y algunos servicios que entorpecen o retroceden el proceso de ayuda. Así como, constatar la falta de recursos y otras condiciones por las que no se concreta una atención apropiada, además de que en múltiples casos las víctimas abandonan el tratamiento y no logran romper el ciclo de violencia. También existen fuentes de tensión internas, como sus propias creencias, actitudes, valores, su vulnerabilidad ante la violencia al temer que algo similar les ocurra a ellos o a sus seres queridos y sus experiencias pasadas en las que se reconoce como víctima o sobreviviente que necesita de ayuda. Y sentir culpa e impotencia por considerar que no están haciendo lo necesario y suficiente durante la atención que se proporciona a las víctimas (Ojeda Parra, 2006).

Los síntomas de la *traumatización vicaria* se deben a la fuerte carga traumática ocasionada por la reiterada confrontación con la violencia, el abuso y el dolor humano, como en el caso de la violencia intrafamiliar, combinada con la empatía que el psicólogo siente hacia la persona y con sus propias experiencias dolorosas aún no integradas en su vida. Esto puede llevar a un estado continuo de alerta, miedo y vigilancia, con agotamiento de sus capacidades adaptativas, problemas de ansiedad, depresión y deterioro en las relaciones personales y laborales. Se

pueden padecer pesadillas, sueños y recuerdos recurrentes e intrusivos; ante cualquier estímulo que simbolice o recuerden el episodio traumático, generando malestar psicológico, sensación de embotamiento, desesperanza, insatisfacción, falta de interés, sentimientos de desapego, bajo desempeño laboral y respuestas de tipo fisiológico (Ojeda Parra, 2006).

Por lo tanto, es crucial implementar, programas de autocuidado y apoyo psicológico, con medidas preventivas que protejan y recuperen el estado de bienestar general de los profesionales de la salud, para así, brindar una atención oportuna y de calidad, con intervenciones basadas en la evidencia. Aunque la *traumatización vicaria* y el *burnout*, no se presentan en todos los profesionales que atienden a víctimas de violencia, estas afecciones suelen ser poco visibilizadas y reconocidas, por lo que la salud integral de los psicólogos puede agravarse si los síntomas no se identifican y tratan apropiada y oportunamente. Bajo estas condiciones existe el riesgo de tomar decisiones inadecuadas, emitir un mal diagnóstico, sugerir un tratamiento poco adecuado, etc. y también se tendrán serias dificultades para lograr la empatía necesaria para ofrecer un servicio efectivo y de calidad.

El autocuidado implica el desarrollo integral de las dimensiones emocionales, físicas, sociales, cognoscitivas, estéticas, intelectuales y trascendentales. En el contexto de la atención a víctimas de violencia, el autocuidado es vital para mantener la salud, facilitar el empoderamiento de los profesionales, conscientes de la importancia de adoptar hábitos saludables, trabajo en equipo, gestión del tiempo y actividades recreativas, poner límites en pro de fomentar relaciones interpersonales más saludables y enriquecer la atención que se brinda a las víctimas (Ojeda Parra, 2006).

### Referencia

Ojeda Parra, T. (2006). El autocuidado del personal que atiende a sobrevivientes de violencia sexual. Formación de recursos humanos. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia*. 52(1): 21-27. <http://51.222.106.123/index.php/RPGO/article/view/347/319>

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. •

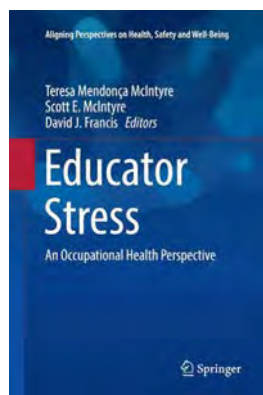
## Qué leer...

Libros y publicaciones de la Biblioteca Digital de la UNAM:

Se requiere registrarse previamente en [www.dgb.unam.mx](http://www.dgb.unam.mx) para tener la clave de Acceso Remoto que permite descargar libros, artículos, demás materiales digitales.

- Mendonza, T., McIntyre, S. E., & Francis, D. J. (2017). **Educator Stress. An Occupational Health Perspective.** Springer.

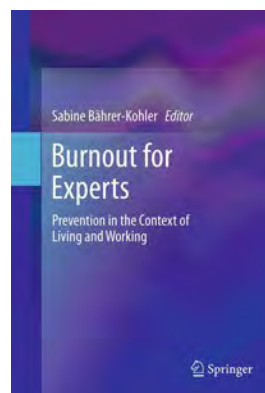
Centrado en los principales desafíos a los que se enfrentan los educadores y que contribuyen al aumento del estrés; se ofrece una revisión integradora y exhaustiva de la teoría, la investigación, la metodología y la intervención sobre el estrés de los educadores. Los modelos de psicología de la salud ocupacional y enfoques de intervención al estrés del educador ilustran la aplicación de metodologías innovadoras para que los sistemas educativos apoyen a los docentes en el logro de una educación de calidad. Adoptando la perspectiva de la salud ocupacional con estrategias de intervención basadas en la reducción de la carga de estrés y el apoyo al desarrollo de la resiliencia del educador. Desde una perspectiva internacional se analiza el estrés de los docentes, la retención, la formación, la rendición de cuentas, el ciberacoso en las escuelas y el desarrollo de sistemas escolares saludables. Dividido en cuatro partes, el libro comienza presentando y definiendo el problema del estrés de los educadores, el sistema educativo y los factores de la política educativa. La salud mental y el bienestar de los educadores, las vulnerabilidades biológicas relacionadas con el estrés, la relación del estrés con la autoeficacia docente, la rotación en las escuelas y el papel de la cultura en el estrés de los educadores. También se revisan los principales modelos conceptuales en el marco de la salud ocupacional en contextos educativos que enfatiza el papel de los factores organizacionales y las prácticas laborales. Se propone una integración dinámica del estrés del educador, destacando la naturaleza cambiante del estrés con el tiempo y el contexto. La aplicación de las teorías de la psicología de la salud ocupacional y los enfoques de intervención para



reducir el estrés de los educadores, promover los recursos de los maestros y desarrollar sistemas escolares saludables. Se proponen intervenciones a nivel individual, de interfaz individuo-organizacional y organizacional. El ciberacoso, como un nuevo reto que afecta a las escuelas y a los docentes. Se examinan las repercusiones para la investigación, la práctica y las políticas en materia de educación, incluida la formación y el perfeccionamiento de los docentes. Además, presenta una revisión de los problemas metodológicos a los que se enfrentan los investigadores sobre el estrés de los educadores, el uso de la evaluación ecológica del estrés, la aplicación de una perspectiva de salud ocupacional, la práctica y las políticas dirigidas a promover el bienestar de los maestros y las escuelas.

- Bährer-Kohler, S. (ed) (2013). **Burnout for Experts. Prevention in the Context of Living and Working.** Springer.

Son objeto de numerosos estudios, los diferentes tipos de estrés que las personas experimentan en sus áreas de trabajo, por los costos que implican, tanto para las personas en forma de días de enfermedad, salarios perdidos y agotamiento emocional, como para las empresas en términos de productividad y resultados. Este libro aporta un análisis multifacético a este problema multifactorial, ofreciendo una discusión exhaustiva de los factores contribuyentes, los marcadores clásicos y los percibidos del agotamiento, las estrategias de afrontamiento y los métodos de tratamiento y de prevención. Los modelos que establecen las fases del burnout, deben diferenciarse de las condiciones de salud física y mental relacionadas. Es importante considerar tanto las variables específicas del trabajo y de la vida, como la cultura del lugar de trabajo y los aspectos de género. Reconocer las



Continúa en la página 20.

Viene de la página 19.

fases del agotamiento, así como sus señales de advertencia, son un elemento básico para desarrollar e implementar programas efectivos sobre prevención e intervención, a nivel individual y organizacional.

En esta obra se incluye: historia del burnout; factores personales y externos que contribuyen al agotamiento; depresión versus agotamiento; herramientas y métodos de evaluación; el papel de la comunicación en la prevención del burnout; estrategias de afrontamiento activo y otras estrategias de intervención.

El burnout, es una cuestión significativa en la promoción de la salud mental de los trabajadores (Organización Panamericana de la Salud, 2001). Se debe invertir en métodos para hacer frente al estrés y combatir el agotamiento, así como en la adquisición de conocimientos sobre la prevención y tratamiento. Las estrategias preventivas deben emplearse con mayor frecuencia, especialmente en las mujeres. Es necesario investigar el burnout científicamente, con respecto a las causas y los factores iniciadores, la clasificación, el diagnóstico, los síntomas y el tratamiento, incluyendo aspectos significativos como la desestigmatización del agotamiento, así como la promoción de empleos óptimamente activos, donde las exigencias del trabajo son altas y el control del empleado sobre el trabajo puede ser muy demandante, ya que tales trabajos fomentan la motivación y el compromiso de los empleados. También se necesita una reflexión sostenida sobre el trabajo, el mundo del trabajo, el empleo remunerado y las formas de trabajo.

El libro aborda: los riesgos psicosociales y el bienestar laboral; con los planteamientos conceptuales e históricos de la salud laboral y se analizan los riesgos laborales psicosociales más importantes. También se exponen las bases y desarrollos actuales de la Psicología Organizacional Positiva, dando una visión amplia y actualizada, con especial atención a la prevención e intervención.

- Bährer-Kohler, S. (ed) (2013). **Burnout for Experts. Prevention in the Context of Living and Working.** Springer.

Sobre la base del empoderamiento de los pacientes, las iniciativas de autoayuda en salud mental (MHSH, por sus siglas en inglés) actualmente superan en número a las organizaciones tradicionales de salud mental. Al mismo tiempo, se plantean importantes interrogantes sobre su eficacia a corto y largo plazo. La evidencia sobre su efectividad, incluye factores

individuales y sociales. Este libro traza el desarrollo y la evolución de la MHSH como alternativa y complemento de las estructuras institucionales de salud mental, ofrece perspectivas basadas en la investigación sobre las diversas formas de MHSH e identifica áreas potenciales para que las iniciativas de los pacientes trabajen con los sistemas de salud mental y ayuden a mejorarlos; sopesando las fortalezas y limitaciones, planteando preguntas de investigación y metodología, y temas de financiamiento y capacitación para brindar una comprensión más profunda del campo y una mirada informada sobre su impacto futuro en el tratamiento de la salud mental. Los capítulos cubren el espectro de las iniciativas contemporáneas de autoayuda en salud mental, que incluyen: Grupos de ayuda mutua en línea; Centros administrados por pacientes; Grupos de familiares y cuidadores; Especialistas certificados en apoyo entre pares; Organismos de asistencia técnica; Colaboraciones profesionales/de autoayuda; Investigaciones desde una variedad de campos, incluida la psicología comunitaria y clínica y la salud pública.

En este libro, sin embargo, nos enfocamos específicamente en los esfuerzos colaborativos dirigidos por los consumidores de servicios de salud mental o sus familiares. Estas iniciativas suelen centrarse en los objetivos de promoción de la salud mental, como mejorar el afrontamiento, la mejora personal, y el progreso hacia la recuperación. El grado en que los profesionales de la salud mental influyen en la toma de decisiones organizacionales varía sustancialmente; sin embargo, los pacientes y los miembros de la familia controlan la toma de decisiones finales. Existe una variación considerable dentro de estos límites de definición y este libro considera algunos de los tipos más populares de MHSH, incluidos los grupos de ayuda mutua (también conocidos como grupos de autoayuda/ayuda mutua/apoyo mutuo), los centros de acogida administrados por consumidores, los programas de especialistas certificados, las organizaciones de asistencia técnica, las organizaciones de defensa y los grupos de ayuda mutua de autoayuda en línea.



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 •

Percepción y comunicación de riesgos ambientales con énfasis en cambio climático y calidad de vida.

Manual de uso clínico de mediciones autonómicas e inmunológicas en dolor y estrés.

El estudio de la **identidad.**  
Aportes de la **Psicología.**

La capacitación a educadoras para la promoción de la alfabetización emergente en niños preescolares.

El papel de la **naturaleza** para la reducción del estrés en pacientes de hospitales oncológicos y de la atención psicológica.

Psicología estética de la situación social.

Obesidad: atribución causal y estigmatización.



Polisomnografía para adultos.

**Temas controversiales** en comportamiento y cognición.

Atención plena **compasiva** para la salud.

**Salud mental,** afectividad y **resiliencia.**

**Veinte años** formando evaluadoras y evaluadores en educación en la **UNAM 2003-2023.**

Hacia una psicología social comunitaria comprometida con los **pueblos originarios** de nuestra América.

# Libros a la venta



Tu investigación puede **generar ingresos.**

Transfiérela.

Cuando gana la **UNAM** ganamos **todas, todos, todes y todxs,**



# INNOVA-T<sup>3</sup>

## innovación en TIC, TAC, TEP

Photo by @gobseck on NightCafeStudio

Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Psicología

Unidad para el Desarrollo de Material de Enseñanza  
y Apropiación Tecnológica  
UDEMAT

Programa Permanente de Capacitación en TIC  
para académicos de la Facultad de Psicología  
de la UNAM

ProCaTIC-UDEMAT

Formación Docente, Apropiación Tecnológica  
y Educación Superior

Centro de Formación y Profesionalización  
Docente de la UNAM (CFOP)

En nuestra primera aportación, el 24 de febrero de 2024, compartimos la liga de acceso al Centro de Formación y Profesionalización Docente de la UNAM (CFOP), dependiente de la hoy Coordinación de Evaluación, Innovación y Desarrollo Educativos (CEIDE).

El CFOP, espacio que fortalece una de las tareas sustantivas de nuestra universidad, cumplió un año de brindar a la planta académica actividades que permiten su preparación y capacitación. Para celebrar este primer año de impulsar la calidad de la enseñanza, la CEIDE organizó un ciclo de conferencias al que acudimos académicos que hemos contribuido a que el Centro cumpla con su misión.

Durante las más de tres horas que duró el encuentro, escuchamos a quienes han brindado cursos, talleres y demás actividades académicas que el Centro pone a nuestra disposición para la formación docente en el aprendizaje del estudiantado universitario: conferencia magistral, espacio de reflexión, conversatorio y un video testimonial. Dichas actividades, además de por su puesto un pequeño refrigerio, y en palabras del Dr. Melchor Sánchez Mendiola, director de la CEIDE, se pueden resumir en lo que mencionó durante su conferencia magistral:

"...los profesores no sólo deben mantenerse actualizados de manera permanente en sus respectivos campos de conocimiento, sino también como docentes. "Ésta es una de las tareas principales que tenemos en la Universidad, y debería ser un asunto de planeación, más que un accidente".<sup>1</sup>

Como se ha mencionado en otras aportaciones, las actividades de actualización y capacitación que ProCaTIC-UDEMAT brinda, a las y los académicos de la Facultad de Psicología, y otras dependencias interesadas en nuestro programa, están basadas, en parte, en las buenas prácticas identificadas en la participación de las actividades, presenciales e híbridas de las que hemos tenido la oportunidad de estar presentes.

Desde aquí vaya a felicitación por el primer año del CFOP e invitamos a las y los académicos de la Facultad a participar en sus actividades de formación docente y por supuesto en los que desde ProCaTIC-UDEMAT programamos e implementamos.

<sup>1</sup><https://www.gaceta.unam.mx/alumnos-y-profesores-grandes-beneficiados-por-la-ia/>

## Te puede interesar

Coordinación de Evaluación, Innovación  
y Desarrollo Educativos

[https://twitter.com/CEIDE\\_UNAM](https://twitter.com/CEIDE_UNAM)

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

Centro de Formación y Profesionalización Docente  
de la UNAM (CFOP)

<https://formaciondocente.cuaieed.unam.mx/>

UNAM Psicología UDEMAT

[https://www.youtube.com/  
UNAMPsicologiaUDEMAT](https://www.youtube.com/UNAMPsicologiaUDEMAT)

Autor:

MTRO. MARCOS E. VERDEJO MANZANO,  
Técnico Académico Titular "B" Definitivo.  
verdejo@unam.mx

Responsable de la publicación:

MTRO. CARLOS GARCÍA ARANO,  
Jefe de la Unidad para el Desarrollo de Materiales  
de Enseñanza y Apropiación Tecnológica (UDEMAT).

Para mayor información puedes contactarnos en  
[udemat.psicologia@unam.mx](mailto:udemat.psicologia@unam.mx) •



## El Sistema de Informes y Programas del Personal Académico (SIPPA) permanecerá abierto a lo largo de 2024



Apreciables integrantes del personal académico de la Facultad de Psicología  
Con el gusto de saludarles, les compartimos que el Sistema de Informes y Programas  
del Personal Académico (SIPPA) permanece abierto a lo largo del año.

Lo anterior, para su conocimiento y para que tengan oportunidad de consultar y,  
si así lo desean, capturar continuamente su información.

La liga para acceder al SIPPA es:

<https://sippa.psicologia.unam.mx/informe/acceder>

Si requieren conocer su usuario y contraseña para acceder, pueden solicitarlos  
con el Mtro. Ernesto Alcántara al correo:

[ernesto.alcantarc@comunidad.unam.mx](mailto:ernesto.alcantarc@comunidad.unam.mx)

y a los teléfonos 555622-2260 y 555622-2283

Atentamente  
Unidad de Planeación



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



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

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

[http://dgapa.unam.mx/images/pedpacmet/2019\\_pedpacmet\\_convocatoria.pdf](http://dgapa.unam.mx/images/pedpacmet/2019_pedpacmet_convocatoria.pdf)

Informes al correo: [estimulos.psicologia@unam.mx](mailto:estimulos.psicologia@unam.mx)

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

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

La convocatoria puede ser consultada en el siguiente enlace:

[https://dgapa.unam.mx/images/pedmeti/2015\\_pedmeti\\_convocatoria.pdf](https://dgapa.unam.mx/images/pedmeti/2015_pedmeti_convocatoria.pdf)

Para entrega de documentación, informes o dudas dirigirse al correo:








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



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
PROGRAMA ÚNICO DE ESPECIALIZACIONES EN PSICOLOGÍA

# CONVOCATORIA 2025-2

Vigencia del 17 de septiembre al 27 de octubre de 2024

-  **Comunicación, Criminología y Poder**  
(Trayectoria Comunicación, Cultura y Psicología Política)
-  **Comunicación, Criminología y Poder**  
(Trayectoria Psicología Criminológica)
-  **Intervención Clínica en Niños y Adolescentes**
-  **Intervención Clínica en Adultos y Grupos**
-  **Promoción de la Salud y Prevención del Comportamiento Adictivo**
-  **Salud Organizacional y del Trabajo**
-  **Psicología Escolar y Asesoría Psicoeducativa**  
(Trayectoria Aprendizajes Escolares)



UNAM **mirada**  
desde la  
**Psicología**



15 octubre 2024  
12:00 horas

Auditorio  
"Dr. Florente López"  
Facultad de Psicología

UNAM

 UNAMPsicologiaUEMAT

Factores relacionados con la  
salud sexual y reproductiva  
en adolescentes

Dra. Claudia Iveth Jaen Cortés

UNAM  
La Universidad  
de la Nación



**Invierno Puma**  
&  
**Visitas Profesionales**  
**Chicago Invierno 2025**  
**Derecho, Psicología y**  
**Negocios Internacionales**

Date UNAMemorable experiencia al estilo Chicago  
y practica tu inglés

**Periodo de registro:**  
14 de octubre al 16 de noviembre de 2024

**PARA MÁS INFORMACIÓN:**  
En Chicago: Movilidad y servicios académicos.  
[movilidad@chicago.unam.mx](mailto:movilidad@chicago.unam.mx)



Conoce más en:  
[www.chicago.unam.mx](http://www.chicago.unam.mx)

UNAM  
La Universidad  
de la Nación





UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

# XI Coloquio de Atención Plena: Teoría y aplicaciones



## "Aplicar al presente lo aprendido"

Del 25 al 28 de noviembre de 2024

Actividad gratuita

Modalidad presencial: Facultad de Psicología, UNAM

Modalidades por Youtube:

<https://www.youtube.com/suapunam>

Inscripciones a talleres y evento del 14 de octubre al 22 de noviembre de 2024 en:  
[cap2024.habilidadesparaadolescentes.com](http://cap2024.habilidadesparaadolescentes.com)

### PROGRAMA

#### Lunes 25

9:00 - 12:00 Talleres  
12:10-15:00 Talleres

#### Martes 26

10:00 - 10:30 Inauguración y presentación de actividades.  
10:30 - 11:30 "El origen del mindfulness"  
Gueshe Lobsang Dawa,  
Asesor IPSIC A.C.  
Modera: Dra. Gabina Villagrán Vázquez.  
11:30 - 13:00 "Prácticas de la plena conciencia  
y la sabiduría maya en el florecimiento  
de las juventudes en Chiapas"  
Mtra. Norma Inés Barreiro García,  
IDEAS Ch'iel'ik  
Modera: Psic Analie Cisneros Verdeja  
13:00 - 14:30 "La importancia de la Sensibilidad  
al Trauma en la práctica y la facilitación  
de la Atención Plena y la Compasión"  
Psic. Valentín Méndez Rodríguez,  
Instituto de Ciencias  
para el Florecimiento Humano  
Modera: Psic. Priscila B. Acuña Mondragón

#### Miércoles 27

10:00 - 11:30 "La explotación contemplativa de la atención plena:  
Atención retrospectiva, presente y prospectiva desde la  
perspectiva del budismo tibetano"  
Mtro. Marco Antonio Karam,  
Casa Tibet  
Modera: Dra. Gabina Villagrán Vázquez  
11:30 - 13:00 "Fundamentos de los Programas  
de Educación Socioemocional"  
Dra. Amira Valle Álvarez,  
Elephant Wise Institute  
Modera: Psic. Priscila B. Acuña Mondragón  
13:00 - 14:30 "Pensamiento místico y cultura"  
Dr. Ignacio Ramos Beltrán,  
Facultad de Psicología, UNAM  
Modera: Psic. Miriam Jazmin Cortés Ortíz

#### JUEVES 28

10:00 - 11:30 "Las premisas filosóficas y psicológicas implícitas  
en la práctica de la Atención Plena".  
Mtro. Kavindu Alejandro Velasco Sotomayor,  
Meditación para la vida  
Modera: Psic. Alejandro Murrieta Fernández  
11:30 - 13:00 "Los cuatro pilares del bienestar:  
atención, bondad, claridad y dirección"  
Dct. Leandro Chernicoff,  
AtentaMente A.C.  
Modera: Psic. José María Espinosa Dzib  
13:00 - 14:30 "La contribución del Zen  
a la perspectiva contemplativa"  
Mtro. Francisco Zúñiga Ibarra,  
Director del Instituto de Psicología Contemplativa A.C.  
Modera: Dra. Lilia Bertha Alfaro Martínez  
14:30 - 15:00 Clausura

Cupo: 500 asistentes  
Las constancias digitales  
de asistencia se enviarán vía correo electrónico  
Dudas y aclaraciones  
Enviar un correo a:  
[actividadesecologiahumana@gmail.com](mailto:actividadesecologiahumana@gmail.com)

Coordinación  
Dra. Gabina Villagrán Vázquez - Facultad de Psicología, UNAM  
Dra. Lilia Bertha Alfaro Martínez - Plantel 8 "Miguel E. Schulz", ENP, UNAM  
Actividad vinculada a las bases de colaboración entre la Escuela Nacional Preparatoria y la Facultad de Psicología, UNAM.



### 4ta. Muestra Bibliográfica

21 y 22 de octubre de 2024

10:00 a 18:00 hrs.

Sala de Lectura Informal de la Biblioteca  
"Dra. Graciela Rodríguez Ortega" Edif. "B" P.B.

Organizan: Biblioteca Dra. Graciela Rodríguez Ortega  
y Centro de Documentación Dr. Rogelio Díaz Guerrero.

Para cualquier información:  
Lic. Zila Martínez, zilam@unam.mx



### UNAMirada desde la Psicología



22 octubre 2024  
12:00 horas

Auditorio  
"Dr. Florente López"  
Facultad de Psicología

UNAM  
UNAMPsicologiaUEMAT

¿Se acerca la jubilación?  
Es necesario un proyecto de vida

Dr. Jorge Rogelio Pérez Espinosa



Universidad Nacional Autónoma de México  
Facultad de Psicología  
División de Estudios Profesionales  
Programa Institucional de Tutoría



Seminario permanente

## APRENDIENDO A CULTIVAR LA MENTE

Nivel básico

#### Objetivo

Brindar a la comunidad estudiantil de la Facultad de Psicología las herramientas basadas en la conciencia plena (*mindfulness*) para la autoregulación y su aplicación en ámbitos de relevancia de la vida cotidiana.

#### Requisitos

- Ser estudiante activo (inscrito) de la Licenciatura en Psicología de la Facultad de Psicología de la UNAM de cualquier semestre y sistema de estudio (Escolarizado y SUA).

#### Detalles

Modalidad online sincrónica via Zoom, todos los lunes de 17:00 a 19:00 horas

#### Inscripción

Constancia de asistencia con valor curricular al cubrir el 80% de asistencia (6 sesiones).

| Temática                    | Fecha           |
|-----------------------------|-----------------|
| Introducción                | 21 de octubre   |
| Mindfulness y neurociencias | 28 de octubre   |
| Prácticas informales        | 4 de noviembre  |
| Prácticas formales          | 11 de noviembre |

| Temática                  | Fecha           |
|---------------------------|-----------------|
| Mindfulness y distracción | 25 de noviembre |
| Mindfulness y regulación  | 2 de diciembre  |
| Mindfulness y compasión   | 9 de diciembre  |

Organiza: Mtro. Jair Canchoa Castillo  
Mayor información:  
neurodiversidad.pit@psicologia.unam.mx

Registro:

<https://forms.gle/3ZmQRPop2SxYuwZe6>







**\* PRIMER CONTACTO Y ORIENTACIÓN JÚRIDICA \***  
**ANTE HECHOS POSIBLEMENTE CONSTITUTIVOS DE VIOLENCIA DE GÉNERO**

**Defensoría de los Derechos Universitarios,  
Igualdad y Atención de la Violencia de Género**

Segundo piso del Edificio D, Zona Cultural de  
Ciudad Universitaria, frente a UNIVERSUM

Teléfono: 55 41616048      defensoria@unam.mx

**Unidad Jurídica de la Facultad de Psicología  
55 2271 4337**

Primer Piso del Edificio E, Cubículo 106,  
de la Facultad de Psicología

Horario de atención:      Teléfonos: 55 5622 2275  
De 9:00 a 15:00 horas      Ext. 22275  
y de 17:00 a 20 horas  
unjuridica.psicologia@unam.mx

**\* TELÉFONO AMARILLO DE EMERGENCIA \***  
**DENTRO DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

*Solo descuelga y serás atendid@x*

**Se encuentran ubicados en:**

Cada piso del Edificio A;  
Planta baja, 2do y 3er piso del Edificio B;  
Planta baja, 2do y 3er piso del Edificio C;  
Sótano, Planta Baja, 2do y 3er piso del Edificio D;  
Planta Baja, 1ro y 2do piso en Edificio E.

**Postes de emergencia:**

Explanada, en el Área Recreativa;  
Caseta de vigilancia de Avenida  
Universidad; y Área Recreativa.

**\* EMERGENCIAS UNAM \***

**Comisión Local de Seguridad**

Representante de la Comisión Local de Seguridad  
Teléfono: 55 4510 0172  
comision.local.seguridad@psicologia.unam.mx

**CAE**

Central de Atención de Emergencias  
Teléfono: 55 5616 0523

**S. O. S UNAM**

Aplicación disponible  
para Android y iOS



<http://www.sos.unam.mx/>

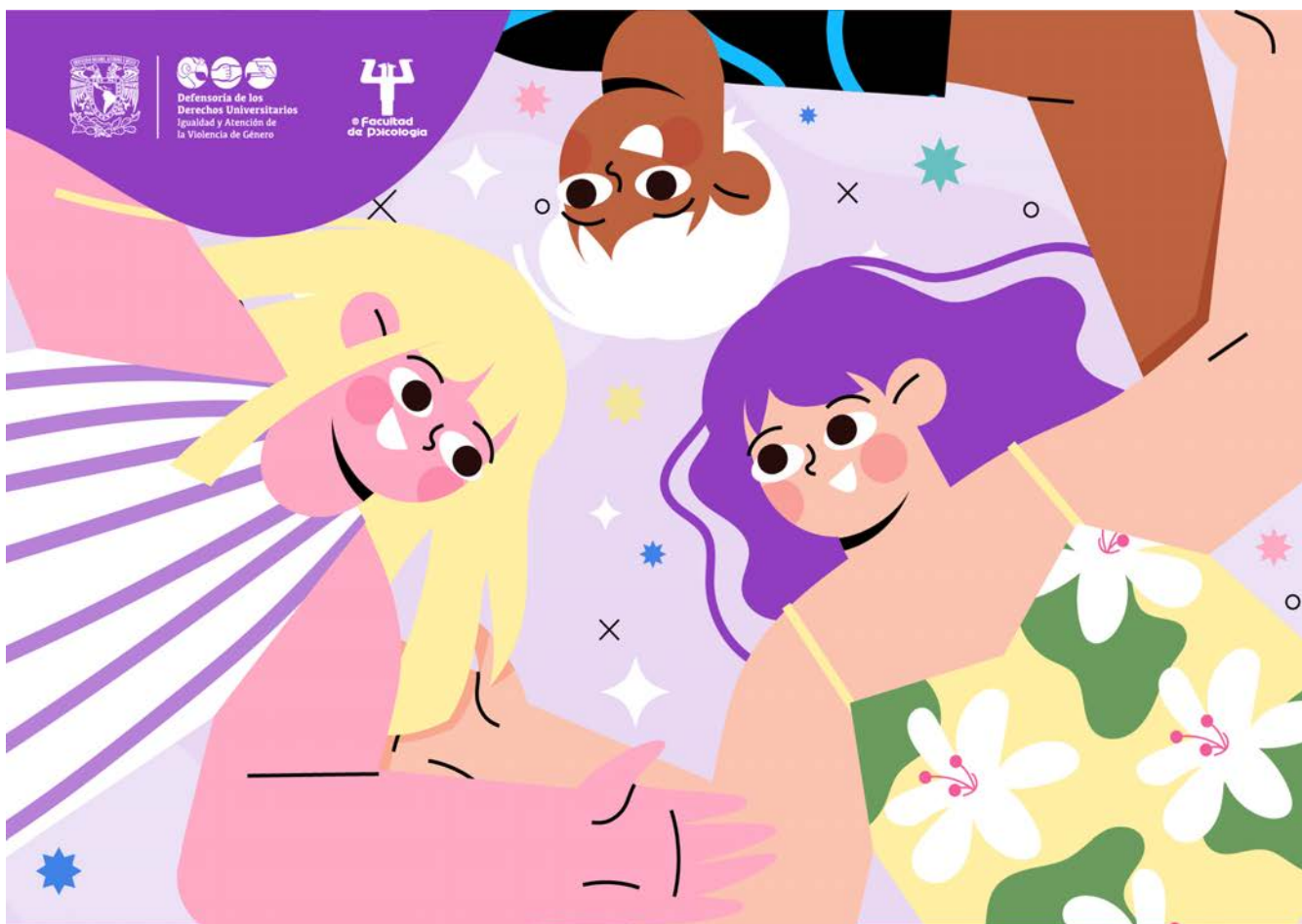
**\* EMERGENCIAS CDMX \***

**Protección Cívil**

Teléfono: 55 6226 6552

**Llamada Emergencias**

Teléfono: 911



## ★ CENTROS DE JUSTICIA PARA MUJERES (CJM) ★

Los Centros de Justicia para Mujeres (CJM) son unidades de atención a casos de violencia familiar y por razones de género que tienen como fin brindar servicios sensibles, especializados y gratuitos a las mujeres, niñas y niños que se encuentren en situación de víctima, así como facilitar la presentación de denuncias ante la Fiscalía General de Justicia de la Ciudad de México.

El equipo que integra a los centros cuenta con los conocimientos y formación necesaria para brindarte la información, orientación y acompañamiento que se ajuste a tus necesidades.

Como parte del servicio, las y los profesionistas también pueden ayudarte a crear un plan de intervención que te permita afrontar la violencia y construir un proyecto personal.

Podrás recibir atención médica, psicológica, jurídica, entre otras, con perspectiva de género y respeto a los derechos humanos, por lo que puedes sentirte segura de que serás escuchada.

Se encuentran en 4 puntos de la Ciudad de México. Ubica el más cercano a tu domicilio:

- Magdalena Contreras
- Tlalpan
- Iztapalapa
- Azcapotzalco

Conoce más sobre los Centros de Justicia para Mujeres (CJM) en la página de la Fiscalía General de Justicia de la CDMX: <https://www.fgjcdmx.gob.mx/nuestros-servicios/en-linea/mp-virtual/centros-de-justicia-para-las-mujeres>



Descarga la

# APLICACIÓN S. O. S UNAM

La Universidad Nacional Autónoma de México, pone a tu disposición un instrumento fácil y efectivo para reportar cualquier tipo de emergencia.

1. Descarga la aplicación en tu dispositivo.



Disponible en:



2. Abre el icono de la aplicación y presiona el botón con la leyenda "S. O. S".

3. Inmediatamente serás comunicada vía telefónica a la Central de Atención de Emergencias. Servicio que se encuentra disponible los 365 días del año, las 24 horas del día.



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



## Sala de Lactancia



Para hacer uso de la sala es necesario hacer un registro previo en la Secretaría Administrativa, en donde se registrará su huella digital para tener acceso a la misma cuando se requiera.

Es necesario registrar cada visita en la **bitácora de registro** para un mayor control y un mejor servicio.

Lava bien tus manos al ingresar y salir de la sala de Lactancia.

Te sugerimos recoger tu cabello antes de iniciar la extracción.

El uso y limpieza de los frascos, bolsas o equipo que se utilicen para la extracción y conservación de la leche es responsabilidad de las personas usuarias.

**Cuida la higiene en todo momento y refrigera o congela lo antes posible.**

Les pedimos al terminar su uso, dejen limpia y ordenada nuestra sala de Lactancia para quienes la usen después.

Necesitamos el apoyo de todas y todos para que nuestra sala de Lactancia sea utilizada **exclusivamente** para la alimentación de bebés lactantes, así como para la extracción y conservación de leche materna.

Evita introducir otros alimentos para no contaminar la leche materna.

Por recomendación epidemiológica, es necesario utilizar cubrebocas al usar este espacio cerrado.

Utiliza el mini refrigerador solo para el resguardo temporal de la leche materna en bolsas o frascos etiquetados.

Solicitamos que cada usuaria etiquete sus frascos o bolsas donde se almacene la leche con los siguientes datos: Nombre completo, fecha y hora de extracción, teléfono de contacto. Esto permitirá contactarlas en caso necesario.



Si notas que se agotó el jabón, las etiquetas o algún otro insumo, háznoslo saber a la Secretaría Administrativa.

### Informes y Registro:

Secretaría Administrativa, Edf. A, Planta Baja,  
Teléfonos: 55 56 22 22 67 o 68,  
correo: [ghuerta@oficina.unam.mx](mailto:ghuerta@oficina.unam.mx)

Mantengamos este espacio en las mejores condiciones para el beneficio de todas las personas.

**¡Gracias por tu colaboración y cuidado!**

Lunes a viernes de 8 am a 8 pm y sábado de 8 am a 5 pm.  
Edificio B, Primer piso, cubículo B119.



## COORDINACIÓN PARA LA IGUALDAD DE GÉNERO EN LA UNAM (CIGU)



### ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE INCLUIR UNA AGENDA COMPLETA DE CUIDADOS EN LA UNIVERSIDAD?

Te invitamos a conocer más sobre las iniciativas que se están realizando en la UNAM para la segunda jornada *Octubre: mes de los cuidados*



Síguenos en redes:



/IgualdadUNAM



La **Coordinación para la Igualdad de Género UNAM** busca enlazar y articular el trabajo de todas las comunidades de la máxima casa de estudios, tales como iniciativas y acciones a favor de la igualdad de género, la prevención de la violencia, la construcción de nuevas masculinidades y de un nuevo modelo comunitario, más igualitario, abierto e incluyente.





IGUALDAD DE GÉNERO UNAM

Actividades sobre género

**LA BOLETINA** No. 84



Te traemos diversas actividades para que puedas sumarte y participar en la construcción de una universidad igualitaria y libre de violencias.

En esta ocasión, damos inicio a las actividades por el Mes de los cuidados. El 29 de octubre fue proclamado como Día Internacional de los Cuidados y el Apoyo por la Asamblea de las Naciones Unidas. Y la UNAM ha hecho extensiva esta conmemoración desde el 2023.



**Conversatorio de mujeres indígenas:**

**«Cuidando la vida: Movimientos de mujeres rurales y feminismos comunitarios»**

octubre 17 | 9:30 am - 10:30 am UTC-6

Sigue la transmisión: <https://www.youtube.com/@canaliisunam/streams>



**Conversatorio:**

**«Por qué y para qué un programa de cuidados en la UNAM»**

octubre 23 | 11:00 am - 1:00 pm UTC-6

Foro de Química, Universum  
Circuito Cultural de Ciudad Universitaria S/N  
Ciudad de México, Coyoacán 04510 México



**Actividad comunitaria:**

**«Hablemos de los cuidados violeta»**

octubre 23 | 12:00 pm - 3:00 pm UTC-6

Facultad de Odontología,  
C.U., Coyoacán, 04510,  
Ciudad de México.

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

Síguenos en redes: /igualdadUNAM

La gestión de residuos son las actividades que se llevan a cabo para dar un tratamiento adecuado a residuos desde su generación hasta su desecho.

Por residuo se entiende “cualquier sustancia u objeto que su poseedor desee o tenga la obligación de desechar.”<sup>1</sup>

Se entiende por desecho todo producto realizado para cumplir con un objetivo, como puede ser un vaso de cristal, plástico, una caja de cartón y que después de haber cumplido su función es desechado.

Los residuos se clasifican en:<sup>2</sup>

- Domésticos.
- Comerciales.
- Industriales.
- Peligrosos.

Desafortunadamente aunque se realizan intentos por reciclar los residuos que se generan, aún falta camino por recorrer, sobre todo concientizar a la población y contar con la infraestructura necesaria.

En nuestro país se generan diariamente 102,895.00 toneladas de residuos, de los cuales se recolectan 83.93% y se disponen en sitios de disposición final 78.54%, reciclando únicamente el 9.63% de los residuos generados.<sup>3</sup>

Todas las actividades que realiza la población y los diversos sectores económicos generan desechos que son susceptibles de ser tratados.

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

Fuentes:

- <sup>1</sup> <https://www.eurofins-environment.es/es/gestion-de-residuos/#:~:text=La%20gesti%C3%B3n%20de%20residuos%20es%20el%20conjunto%20de%20operaciones%20que,el%20transporte>
- <sup>2</sup> <https://www.eurofins-environment.es/es/gestion-de-residuos/#:~:text=La%20gesti%C3%B3n%20de%20residuos%20es%20el%20conjunto%20de%20operaciones%20que,el%20transporte>
- <sup>3</sup> <http://data.sedema.cdmx.gob.mx:9000/datos/storage/app/media/docpub/semarnat/9-semarnat-politica-estrategias-prevencion-gestion-integral-residuo-mexico.pdf>



Fuente: <https://www.sedema.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/avanza-sedema-en-la-cultura-del-reciclaje-para-la-cdmx>



Fuente: <https://gobierno.cdmx.gob.mx/noticias/plantas-de-tratamiento-y-aprovechamiento-de-residuos-de-la-construccion/>



**COUS**  
COMISIÓN UNIVERSITARIA  
PARA LA SUSTENTABILIDAD

Conoce la estrategia y participa de forma comprometida en sus acciones.



**Estrategia de  
Resiliencia y  
Sustentabilidad  
de la UNAM 2024-2027**

#ERESUNAM

#somossustentables

Recibimos observaciones y propuestas de la comunidad en el correo electrónico [eres@unam.mx](mailto:eres@unam.mx)



## División de Educación Continua de la Facultad de Psicología PROGRAMACIÓN DIPLOMADOS

# 2024

| Nombre de la actividad académica  | Nombre del experto especialista      | Modalidad                    | Fecha          | Horario         | Dirigido                                     | Duración | Inversión  |
|---|--------------------------------------|------------------------------|----------------|-----------------|--|----------|------------|
| Introducción a la neuropsicología   | Mtro. Juan Antonio González Medrano  | Curso a distancia            | 17 de octubre  | 9:00 a 14:00 h  | Estudiantes en la Licenciatura en Psicología | 20 h     | \$1,500.00 |
| Entrenamiento en evaluación psicológica de víctimas de tortura  | Mtra. María Isabel Alcantar Escalera | Taller a distancia           | 19 de octubre  | 9:00 a 13:00 h  | Licenciatura en Psicología                   | 20 h     | \$3,600.00 |
| Cómo desarrollar una cultura de Accountability para la competitividad de la organización y las personas | Lic. Laura Mendoza Osorio            | Curso presencial + distancia | 19 de octubre  | 16:00 a 20:00 h | Licenciatura en Psicología                   | 20 h     | \$3,400.00 |
| Herramientas para la integración de casos clínicos  | Dra. Araceli Flores de León          | Curso presencial             | 7 de noviembre | 9:00 a 14:00 h  | Licenciatura en Psicología                   | 25 h     | \$4,250.00 |
| Liderazgo transformador   | Mtra. Susana Cruz Cruz               | Curso a distancia            | 8 de noviembre | 16:00 a 20:00 h | Psicología y áreas afines                    | 20 h     | \$3,400.00 |
| Gestión del clima y la cultura organizacional   | Lic. Ivonne Osorio de León           | Curso a distancia            | 9 de noviembre | 9:00 a 13:00 h  | Psicología y áreas afines                    | 16 h     | \$2,720.00 |

Recibe nuestro **boletín electrónico** y conoce toda la oferta **educativa** que tenemos **para ti.**

**Buzón de quejas.**  
Ayúdanos a mejorar.

Tu opinión importa y mucho.

¡Te invitamos a consultar nuestra programación académica!

y no olvides unirte a nuestro canal de WhatsApp

Sitio web: [cec.psicolunam.mx](http://cec.psicolunam.mx) Teléfono: 55 5593 60 01  
WhatsApp: 55 41 94 76 32

**Facebook:** División de Educación Continua Psicología, UNAM  
**E-mail:** [educ.presencial@unam.mx](mailto:educ.presencial@unam.mx)  
**WhatsApp:** 55 4194 7632  
**Teléfono:** 55 5593 6001

**Ubicación:**  
Saturnino Herrán 135, San José Insurgentes,  
Benito Juárez, 03900 Ciudad de México, CDMX



PAIT-02

# ¡Feliz Cumpleaños!

11 al 25 de octubre

|  |    |                                     |    |
|--|----|-------------------------------------|----|
| Sra. Ma. Guadalupe Mendoza Jiménez       | 11 | Dra. Irene Daniela Muria Vila       | 21 |
| Mtra. Diana Berenice Paz Trejo           | 12 | Lic. Celia Guadalupe Olivares Reyes | 21 |
| Lic. Gabriela Villarreal Villafañe       | 12 | Dra. Violeta Félix Romero           | 24 |
| Sra. Ma. Esperanza Mondragón González    | 13 | Sr. León Flores Vega                | 24 |
| Sr. José Gpe. Mondragón Martínez         | 13 | Mtra. Leydy Aleen Erazo Ñañez       | 25 |
| Sra. Ma. Guadalupe Granados Gutiérrez    | 13 | Lic. Paola Ina González Domínguez   | 25 |
| Sr. Yobani Estrada Medina                | 14 | Dra. Gabina Villagrán Vázquez       | 25 |
| Sr. Salvador Martínez Ortega             | 15 | Sra. Elvira Lucia Jiménez Canseco   | 25 |
| Lic. Carolina Cervantes Fernández        | 16 | Sr. Luis Andrés Sierra Pérez        | 25 |
| Dra. Laura Elisa Ramos Languren          | 16 |                                     |    |
| Dr. Víctor Serrano García                | 16 |                                     |    |
| Mtra. Jeannette B. Tierrablanca Bermúdez | 18 |                                     |    |
| Mtra. Ma. Fernanda Poncelis Raygosa      | 18 |                                     |    |
| Sr. Carlos Alberto Dimas Luna            | 18 |                                     |    |
| Sr. Mario Antonio Hernández Pérez        | 18 |                                     |    |
| Dr. Gilberto González Girón              | 20 |                                     |    |
| D. en C. Isaac González Santoyo          | 20 |                                     |    |
| Sr. Gilberto Mora Sánchez                | 20 |                                     |    |
| Sr. José Antonio Zavala Sánchez          | 20 |                                     |    |

**Fe de erratas:**

En la página 32 del número 468 de la Gaceta se publicaron cumpleaños que no correspondían a la fecha. El departamento de publicaciones ofrece una disculpa.

COMISIÓN LOCAL DE SEGURIDAD  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UNAM



## UNAM SALUD COVID 19



### Cuestionario de seguimiento COVID-19

Responde este cuestionario para identificar el riesgo de infección por COVID-19 y dar seguimiento a los posibles contagios. El cuestionario tiene una duración de **3 a 5 minutos la primera vez, y 1 minuto las siguientes veces.** Debes responderlo **diariamente** antes de dirigirte a tu entidad UNAM. ¡Sigamos cuidándonos para proteger a nuestra comunidad!

<https://salud.covid19.unam.mx/>

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)

**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.



DIRECTORIO

**Dra. María Elena 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

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

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

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

**Publicaciones**

Responsable de la Edición: Lic. Claudia Rodríguez Esquivel.  
Diseño y formación: Mtra. Ariadna Jaimes Chacón.  
Revisión técnica: Lic. Irazema Ariadna Guzmán González (SG).  
Colaboraciones: Lic. Augusto A. García Rubio G.; Lic. Erika Murillo Vázquez, Secretaria del Personal Académico; C. Juana García González, Ing. Jesús Esquivel Martínez (URIDES); Pas. Víctor Rafael Cisneros Ocampo; C. Guadalupe González Salazar (Sria. Adtv.) y C. Aída Naturaleza Solano Montesinos.