

# PROYECTO UNAM

Texto: **Roberto Gutiérrez Alcalá**  
robargu@hotmail.com



## Coloquio y exposición sobre la historieta mexicana

El Instituto de Investigaciones Bibliográficas de la UNAM invita al coloquio y a la exposición *Huella de la historieta mexicana en la Hemeroteca Nacional*, que se llevará a cabo los días 17 y 18 de septiembre, de 10:00 a 15:00 horas, en el Auditorio José María Vigil de la Biblioteca Nacional de México, en CU. Informes en el teléfono 56-22-68-27 y en el correo electrónico [difusionculturaliib@unam.mx](mailto:difusionculturaliib@unam.mx)

## Descontrolada, la contaminación por colillas de cigarro

Las colillas de cigarro ya llegaron a los océanos y son más contaminantes que los popotes: una sola colilla contamina hasta 50 litros de agua potable o 15 litros de agua de mar. Sus residuos tóxicos también dañan a los animales (por ejemplo, algunas aves las llevan a su nido). "En México, estos filtros provienen de la boca de 13 millones de fumadores. Como no hay un manejo integral de ellas, la contaminación por colillas está descontrolada", afirmó Leopoldo Benítez González, biólogo egresado de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM.



## La discapacidad en la vida de las personas

Según Elia Lázaro Jiménez, coordinadora del Centro de Estudios e Investigación Social en Discapacidad y Salud, de la Escuela Nacional de Trabajo Social de la UNAM, casi todas las personas sufrirán una discapacidad transitoria o permanente en algún momento de su vida; y las que lleguen a la adultez mayor experimentarán cada vez más dificultades de funcionamiento. "A pesar de las limitaciones, quien nace con una discapacidad puede adaptarse con el tiempo a distintas circunstancias, pero quien no, requerirá más apoyos físicos y emocionales", señaló.

# Las TICs como herramientas psicológicas

**Se ha visto que tienen la capacidad de ayudar a un mayor número de personas y ofrecerles más flexibilidad, privacidad, confidencialidad y un importante ahorro de tiempo y dinero**



"Los trastornos adaptativos están relacionados con el estrés y los traumas, tienen un impacto negativo en el bienestar, el funcionamiento diario y la calidad de vida de las personas, y constituyen un factor de riesgo para desarrollar futuros trastornos psicológicos. Con todo, no es fácil diagnosticarlos", aseguró Soledad Quero Castellanos, profesora del Departamento de Psicología Básica, Clínica y Psicobiología de la Universidad Jaume I, en España, durante la conferencia "Aplicaciones TICs como alternativa de intervención en los trastornos adaptativos", que dictó en el Auditorio Silvia Macotela de la Facultad de Psicología de la UNAM.

De acuerdo con el *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales-5* (DSM-5, por sus siglas en inglés), alguien padece un trastorno adaptativo cuando, ante un suceso estresante (estrés laboral, problemas de pareja, enfermedad crónica...), muestra síntomas emocionales (ansiedad, depresión, irritabilidad...) o de comportamiento clínicamente significativos.

Por su parte, la *Clasificación Internacional de Enfermedades-11* (CIE-11) ha establecido que los síntomas de los trastornos adaptativos son preocupación excesiva por un suceso estresante o sus consecuencias, pensamientos de malestar y recurrentes, o rumiaciones constantes, así como una incapacidad de adaptación que le impide a la persona seguir normalmente con su vida.

### "El mundo de EMMA"

Todo indica que la terapia cognitivo-conductual es la más eficaz para tratar estos trastornos. Hace algunos años, el grupo de Quero Castellanos desarrolló un protocolo de tratamiento tradicional aplicado mediante realidad virtual.

"Sus objetivos fundamentales son dos: superar el suceso estresante y sus consecuencias por medio de su elaboración y asimilación; y reconstruir el significado de las dificultades, las adversidades y los acontecimientos estresantes para aprender de lo que sucedió y salir fortalecido(a). Puesto que un trastorno adaptativo no es grave, este tratamiento consta de seis a ocho sesiones, dependiendo de la situación clínica del paciente", explicó.



Para aplicarlo se creó un sistema de realidad virtual adaptable, llamado "El mundo de EMMA", cuyo contenido se ajusta a las necesidades de cada paciente. Se basa en las TICs (Tecnologías de la Información y la Comunicación) y contribuye a producir cambios emocionales en las personas que han sufrido experiencias estresantes, perturbadoras o traumáticas.



**"La Organización Mundial de la Salud ha señalado que, entre 35 y 50% de las personas con trastornos mentales graves no reciben un tratamiento, lo cual obliga a pensar en otros modos de aplicar tratamientos psicológicos. Ahora ya sabemos que las TICs, sobre todo Internet, hacen posible ir más allá de la terapia cara a cara"**

### SOLEDAD QUERO CASTELLANOS

Profesora del Departamento de Psicología Básica, Clínica y Psicobiología de la Universidad Jaume I, en España, invitada por la Facultad de Psicología de la UNAM

"El mundo de EMMA" utiliza objetos y símbolos que permiten representar, en un ambiente seguro y protegido, la experiencia negativa que la persona necesita asimilar para facilitar el proceso de cambio", añadió Quero Castellanos.

### Terapia Emocional Online

Posteriormente, la psicóloga española y sus colegas trasladaron algunas herramientas de "El mundo de EMMA" a otro sistema, llamado Terapia Emocional Online (TEO), para que los pacientes pudieran tener acceso, a través de Internet, a una terapia autoaplicada y con contenido multimedia.

"TEO es un sistema *web* abierto, con dos

plataformas: en una, el terapeuta crea las sesiones de tareas para casa y se las asigna a un paciente en concreto, no a todos los pacientes; y en la otra, el paciente ve las sesiones de tarea para casa que aquél le asignó y las lleva a cabo. Cabe decir que el terapeuta puede ver si el paciente ha realizado o no las tareas, y, en caso de que no, hacer lo que se conoce como intervención momentánea, esto es, enviarle un mensaje."

Varios obstáculos enfrenta la psicoterapia tradicional cara a cara: las limitaciones de tiempo, la dificultad de transporte, el estigma que implica ir a una clínica a recibir tratamiento, la baja necesidad percibida, el costo económico y las larguísimas listas de espera.

"La Organización Mundial de la Salud ha señalado que, en los países de alto ingreso, entre 35% y 50% de las personas con trastornos mentales graves no reciben un tratamiento, lo cual obliga a pensar en otros modos de aplicar tratamientos psicológicos. Ahora ya sabemos que las TICs, sobre todo Internet, hacen posible ir más allá de la terapia cara a cara."

En opinión de Quero Castellanos, las intervenciones psicológicas a través de Internet tienen la capacidad de ayudar a un mayor número de personas y ofrecerles más flexibilidad, privacidad, confidencialidad y un ahorro significativo de tiempo y dinero.

"Además, gracias a estudios controlados se ha puesto de manifiesto que son eficaces tanto para los trastornos adaptativos como para el trastorno de estrés postraumático y el duelo prolongado, y que su efecto es equiparable al que se obtiene en una terapia cognitivo-conductual cara a cara", apuntó. ●



Ayuda profesional a través de la red.

## Academia y discapacidad

La ardua lucha de las personas con alguna discapacidad en contra de la indiferencia, la ignorancia, los prejuicios y, en ocasiones, la estupidez, no se detiene. Por fortuna, cada vez son más los individuos y las instituciones que se suman a ella.

Ejemplo de esto es el 2º Coloquio de Estudios Críticos sobre Discapacidad (CECRID), organizado por el Programa de Educación Continua del Instituto de Investigaciones Antropológicas (IIA) de la UNAM y el Colectivo La Lata.

Al participar en él, Claudia Leticia Peña Testa, titular de la Unidad de Atención para Personas con Discapacidad (UNAPDI), que forma parte de la Dirección General de Atención a la Comunidad (DGACO), dijo que coloquios como éste son necesarios porque abren espacios para la reflexión, el análisis y el conocimiento de los diferentes abordajes teóricos en torno al tema, y porque, además, promueven la investigación.

"Como el nombre del coloquio —'Paradigmas, modelos, enfoques y posicionamientos a debate'— lo indica, es indispensable que se inicie el debate sobre el tema, pues sólo así será posible que emerjan nuevas ideas y propuestas para atender a las personas con discapacidad y se considere a la UNAM una universidad realmente incluyente", agregó.

Por su lado, Octavio Garay Angulo, del Co-

lectivo La Lata, señaló que en nuestro país no se propicia la generación de conocimientos propios en relación con el tema de la discapacidad y, en cambio, se importan epistemologías, teorías y metodologías generadas en universidades estadounidenses y europeas, que no reflejan 100% nuestra realidad.

"No obstante, ya comienzan a surgir iniciativas de estudiantes y egresados de licenciatura y posgrado de universidades públicas, interesados en estudiar la discapacidad desde referencias que no han sido tomadas en cuenta por las investigaciones desarrolladas hasta la fecha, como las corporalidades, el género, los feminismos y transfeminismos, las maternidades, las masculinidades y la creación artística, entre otras; estas acciones individuales y colectivas han dado origen, con recursos propios, a seminarios, círculos de lectura, ta-

lles, foros, encuentros y coloquios como el CECRID, que muestran las diversas perspectivas que van a contracorriente del discurso hegemónico de la discapacidad", añadió Octavio Garay Angulo.

Cabe destacar que el CECRID está concebido para que sea un punto de encuentro de la academia (investigadores, profesores y estudiantes de licenciatura y posgrado) con personas con discapacidad y sus familias, activistas, artistas, creadores, organizaciones de la sociedad civil y público interesado.

Uno de sus objetivos es que los participantes y asistentes se conozcan, dialoguen, compartan sus inquietudes, conocimientos y saberes, tejan redes y establezcan alianzas que terminen por materializarse en iniciativas y proyectos independientes o colectivos en el contexto mexicano y latinoamericano. ●