



[Imprimir](#)

Número 545

27 de octubre de 2020

## **ESTUDIANTES MONITORES EN SALUD DE LA UAM PROMUEVEN UN RETORNO SEGURO DE LA COMUNIDAD**

\*Participaron en la Primera Semana Universitaria de Bienestar Comunitario y Salud Mental: respuestas ante la COVID-19

□

El reforzamiento de medidas sanitarias para disminuir el riesgo de contagios; la promoción de estilos de vida saludables; la concientización sobre la relevancia del cuidado individual y colectivo, y el impulso de la colaboración de profesores, alumnos y trabajadores, fueron algunas propuestas de alumnos monitores en salud de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) para propiciar un retorno paulatino y seguro de la comunidad universitaria a sus actividades.

Durante el conversatorio Monitores en salud contra las afectaciones por la pandemia, realizado en el marco de la Primera Semana Universitaria de Bienestar Comunitario y Salud Mental: respuestas ante la COVID-19, los alumnos coincidieron en que la educación es la herramienta idónea para crear conciencia sobre la importancia de seguir las reglas para contender con el coronavirus.

El maestro Pablo Francisco Oliva Sánchez, profesor del Departamento de Atención a la Salud y moderador del conversatorio, expuso que el papel de los monitores de la salud como apoyo a la colectividad en el contexto de la contingencia es fundamental, porque “estamos ante una situación que genera una triple problemática desde el punto de vista de sanitario”.

México se encuentra con una epidemiología en la que la diabetes, la obesidad y la hipertensión, entre otras enfermedades crónicas, generan la severidad clínica que aumenta la hospitalización de un gran número de mexicanos. Por otro lado, los problemas relacionados con la salud mental debido a las medidas de distanciamiento social y contención se exacerbaron.

Por ejemplo, “hemos visto un incremento de casos de violencia intrafamiliar y de género, de depresión, ansiedad y discriminación a personas contagiadas de COVID-19, entre otros”, por lo que es relevante el papel que como futuros profesionales de la salud van a desempeñar frente a problemáticas como la que enfrentan México y el mundo, comentó.

Marcela Ballesteros Moreno, alumna de la Licenciatura en Psicología Social de la Unidad Iztapalapa y monitora de la salud en esa sede académica, dijo que al iniciar la pandemia “entramos a un punto de incertidumbre total, pues se modificaron nuestras rutinas de convivencia y se nos planteó un gran reto respecto de nuestro aprendizaje, que desde entonces se basó en el uso de tecnologías, al grado que nos hemos vuelto dependientes de ellas”.

En este momento “debemos adaptarnos y tener una visión a futuro en la que adoptemos las medidas sanitarias en la propia casa y en todos los lugares que vayamos. Como universitarios tenemos la obligación de fomentar este tipo de precauciones y conocimientos entre nuestras familias y entre la comunidad universitaria”, ya que la investigación apoya con líneas de acción diversas para tener una intervención adecuada.

César Cerdán Luna, estudiante de la Licenciatura en Psicología Social de la Unidad Iztapalapa y monitor de la salud en la sede Lerma, expuso la relevancia de la cooperación conjunta de alumnos, académicos y personal administrativo para disminuir el peligro de infecciones y lograr un regreso paulatino y seguro a las actividades.

La participación en este asunto es muy significativa, porque “como pasantes podemos desarrollar las técnicas y el conocimiento aprendidos en el aula, en colaboración con las autoridades y los académicos.

Además de apoyar en labores anticipadas, desde la epidemiología y la salud mental, pues “al final somos seres biopsicosociales que nos desarrollamos, tanto en el ambiente social, como en el propio”.

Paola Mendoza Montiel, matriculada en la Licenciatura en Medicina de la Unidad Xochimilco y monitor de apoyo en la Rectoría General de la UAM, consideró que con este proyecto “desarrollamos habilidades que durante nuestra formación universitaria tal vez no sabíamos que teníamos, porque las responsabilidades son diferentes”.

Durante este periodo de servicio social “estamos en contacto con la comunidad UAM, lo que nos da la oportunidad de promover una cultura de precaución más allá del seguimiento de las reglas de higiene, así como concientizar, por ejemplo, a quienes padecen diabetes o la hipertensión respecto de posibles complicaciones en caso de contagio”.

Rocío López González, estudiante de la Licenciatura en Estomatología de la Unidad Xochimilco y monitor de la salud en la sede Cuajimalpa, apuntó que entre las actividades que realizan están la aplicación de encuestas epidemiológicas “que van acompañadas de toma de signos y el fomento de la salud física y bucal, entre otras acciones, lo que nos integra como estomatólogos al personal de salud involucrado en este proyecto”.

La trascendencia de este campo consiste en brindar apoyo en torno a la salud bucal y “nos concierne informar a quienes han estado en contacto

con el virus o que son casos confirmados o sospechosos que deben extremar la limpieza dental y tirar los cepillos de dientes para impedir la propagación de la enfermedad en la familia, la escuela o el trabajo.

Facter Alejandro Vázquez Vizcaíno, alumno de la Licenciatura en Medicina de la Unidad Xochimilco y monitor de la salud en ese mismo campus, destacó el alcance de formar un grupo interdisciplinario enfocado en trabajar dentro de la Universidad por el bien de la comunidad.

“Nuestro papel en el contexto de la contingencia es propiciar el respeto a las medidas de mitigación que se están aplicando en el país y en la Universidad, tenemos la posibilidad de poner en práctica la medicina preventiva”.

Diego Alejandro Gómez Arenas, matriculado en la Licenciatura en Medicina y monitor de la salud en la sede Lerma, subrayó que el cuidado médico es “la manera más importante en que los individuos podemos ayudar en esta condición de pandemia”.

El mejor modo de evitar un contagio de COVID-19 es la previsión, obedeciendo el distanciamiento social, el uso de cubrebocas, el lavado de manos y la exposición ante otros o las visitas a ciertos sitios públicos.

“Nos hemos dado cuenta de que mucha gente no está acatando las reglas, por lo que hago un llamado a los miembros de la UAM y a todo México para que mantengan las disposiciones de prevención establecidas, pues al protegerse cada uno salvaguarda a su familia y los demás”.

[Audio.](#)

Com. Soc.