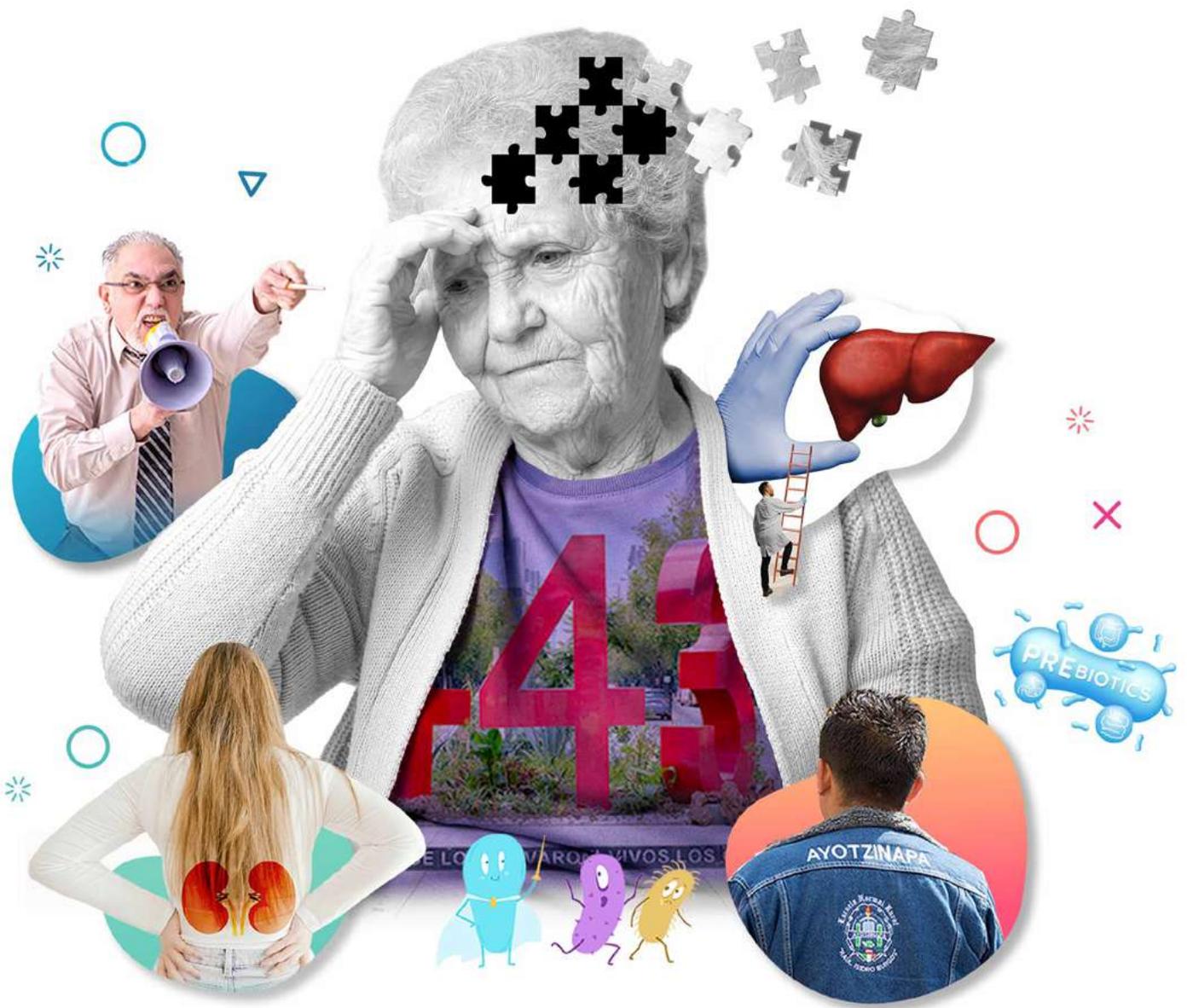


Revista de la **Universidad del Valle de Atemajac**

109

Año XXXVIII cuatrimestral Núm. 109 mayo-agosto 2024



Cree en ti,
crea tu camino y
crece sin límites



Crear
para

CRECER



UNIVA
La Universidad Católica

www.univa.mx f @ d X

DIRECTORIO

Año XXXVIII, Núm. 109; mayo-agosto 2024

Rector Fundador

Mons. Dr. Santiago Méndez Bravo (†)

Rector

Pbro. Lic. Francisco Ramírez Yáñez

Director General Académico

Dra. Cristina Martínez Arrona

Director de Publicaciones

Pbro. Lic. Armando González Escoto

Coordinador Editorial

Lic. Saúl Raymundo López Cervantes

Consejeros Editoriales

C. a Dr. Jorge Dionicio Castañeda Torres

Dra. Patricia Sánchez Rivera

Dr. Francisco Ernesto Navarrete Báez

Dr. Manuel Ernesto Becerra Bizarrón

C. a Dr. Jorge Iván García Morando

Dr. Juan José Rojas Delgado

Corrección de Estilo

Mtro. Miguel Camarena Agudo

Fotografía

Dirección de Mercadotecnia y Comunicación
Institucional

Traductores del Centro de Lenguas

Extranjeras (CELE) UNIVA

Orlando Díaz Ramírez (Inglés)

Ana Lilia Villalobos Orozco (Francés)

Diseño

Coordinación de Imagen Institucional y
Creatividad

LDG. Érika Palomino Lemus



Portada

Coordinación de Imagen
Institucional y Creatividad

Colaboran en esta edición

Johana Lizeth Núñez Cervantes

Yesenia Cruz Rodríguez

Viviana Manzo Chávez

María de los Ángeles Espinosa Valdés

Karla Paulina Bárcenas Alcántara

Arturo Antonio Centeno García

Claudia Marcela Cantú Sánchez

Ma. Gloria Vega Argote

Gerardo Ruvalcaba Palacios

Greever María Ávila Sansores

Daniela Rodríguez Zamora

Marianna Paulina Hernández Arteaga

Karina Vargas Coyt

Alberto Rodríguez Corrales

ISSN 0187-5981

Publicación cuatrimestral,

indizada en CLASE

<http://dgb.unam.mx>

La Revista de la Universidad del Valle de Atemajac, año XXXVIII, No. 109, mayo-agosto 2024, es una publicación cuatrimestral editada por la Universidad del Valle de Atemajac; avenida Tepeyac No. 4800, fraccionamiento Prados Tepeyac; Zapopan, Jalisco, México. C.P. 45050. Tel. (33) 3134 0800, Ext. 1735, www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php Editor responsable: Saúl Raymundo López Cervantes. Reserva de derechos al Uso Exclusivo No. 04 – 2017 – 070311535500 - 102, ISSN. 0187-5981, ambos otorgados por el Instituto Nacional de Derechos de Autor. Licitud de Título y Contenido en trámite, otorgada por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación.

Las opiniones expresadas en esta revista son responsabilidad de sus autores. Se permite la reproducción total o parcial de la revista, siempre y cuando se cite su procedencia. Las colaboraciones deben dirigirse al Coordinador Editorial.

Correo electrónico: saul.lopez@univa.mx **Página Web:** www.univa.mx/publicaciones/coleccion.php

SUMARIO

06

Fuerza de presión como predictor de la pérdida de masa muscular y fuerza en pacientes con enfermedad renal crónica

Johana Lizeth Núñez Cervantes

16

Impacto de los prebióticos y probióticos en relación con el estreñimiento

Yesenia Cruz Rodríguez, Viviana Manzo Chávez, María de los Ángeles Espinosa Valdés

24

Ayotzinapa y sus repercusiones

Karla Paulina Bárcenas Alcatara

34

Impacto del estrés laboral y burnout del docente en el desempeño de los alumnos

Arturo Antonio Centeno García

46

Aplicación de la Escala de Demencia en dos centros de atención geriátrica

Claudia Marcela Cantú Sánchez, Ma. Gloria Vega Argote, Gerardo Ruvalcaba Palacios, Greever María Ávila Sansores.

54

Tratamiento para el trasplante de hígado. Nutrición en el tubo digestivo

Daniela Rodríguez Zamora, Marianna Paulina Hernández Arteaga, Karina Vargas Coyt.

60

Voto popular para Jueces y Magistrados del Poder Judicial de la Federación, ¿acierto o error?

Alberto Rodríguez Corrales.

68

Grafógrafos

IDENTIDAD

La revista institucional de la Universidad del Valle de Atemajac es uno de los múltiples medios, tanto físicos como digitales, a través de los cuales la Universidad transmite y comparte su visión con la sociedad en la que está inmersa. En ella, el lector puede encontrar artículos de su interés y otros que inviten a la reflexión.

En este número, se presenta un análisis sobre la enfermedad renal crónica, explorando los múltiples factores que la asocian con otras enfermedades crónicas y la dinamometría de prensión en las manos como una prueba útil para su evaluación e investigación.

Otro artículo examina el papel de la microbiota intestinal en la regulación de la movilidad intestinal, afectando el tiempo de tránsito, y cómo el uso de probióticos y prebióticos es eficaz para restaurar el equilibrio bacteriano.

Las repercusiones de uno de los hechos más trágicos en la historia reciente de México, la tortura y asesinato de 43 estudiantes de Ayotzinapa, y las diferentes versiones del suceso, se abordan en un artículo detallado.

Asimismo, se presenta una compilación de investigaciones educativas centradas en el estrés laboral y el síndrome de Burnout en maestros, junto con posibles medidas de prevención.

Otro estudio se enfoca en la detección de la demencia en adultos mayores en instituciones de atención geriátrica, utilizando la escala de demencia de Blessed, Timlison y Roth, como herramienta esencial para la intervención eficaz en esta población vulnerable.

Además, se analiza la importancia del trasplante de hígado como tratamiento para diversas afecciones, destacando la necesidad de cuidados médicos y nutricionales antes y después de la intervención para asegurar una adecuada recuperación y aceptación del órgano trasplantado.

Una colaboración final explora una reforma que busca cambiar el proceso de designación de jueces y magistrados federales mediante el voto popular, examinando los posibles escenarios que podrían surgir.

La apreciada sección de Grafógrafos presenta interesantes narrativas bajo la influencia del expresionismo de Franz Kafka, esperando motivar el interés del lector.



Fuerza de prensión como predictor de la pérdida de masa muscular y fuerza en pacientes con enfermedad renal crónica

Johana Lizeth Núñez Cervantes

Alumna de la Licenciatura en Nutrición en la Universidad del Valle de Atemajac, Campus Zamora, Michoacán.

La enfermedad renal crónica (ERC) al ser de origen multifactorial, está asociada a las enfermedades crónicas de mayor prevalencia en nuestra población como son diabetes mellitus e hipertensión arterial, por lo cual representa un gran impacto en la salud pública de México. En 2017, se reportó una prevalencia de ERC de 12.2 % y 51.4 muertes por cada 100 mil habitantes en nuestro país¹.

Resumen

La Enfermedad Renal Crónica (ERC), al ser de origen multifactorial, se asocia a las enfermedades crónicas más prevalentes en nuestra población, como la diabetes mellitus y la hipertensión arterial, por lo que representa un gran impacto en la salud pública en México.

Los pacientes con ERC tienen una alta probabilidad de presentar desnutrición en algún momento, lo que puede derivar en una pérdida de masa corporal magra e incrementar la morbilidad y mortalidad, el número de ingresos hospitalarios y la estancia media, las complicaciones de etiología infecciosa y la mortalidad de origen cardiovascular.

Existe una amplia gama de métodos para evaluar tanto la masa muscular como la función, pero la dinamometría manual es una prueba manual sencilla, portátil y relativamente económica, lo que la hace muy útil para su uso clínico y de investigación.

Palabras clave: Ansiedad | Estrategias de afrontamiento | Pensamiento | Actividad física | Psicología.

Pressure strength as a predictor of muscle mass and strength loss in patients with chronic kidney disease.

Summary

Chronic Kidney Disease (CKD), being of multifactorial origin, is associated with the most prevalent chronic diseases in our population, such as diabetes mellitus and arterial hypertension, and therefore represents a great impact on public health in Mexico.

Patients with CKD are very likely to be malnourished at some point, which can lead to a loss of lean body mass and increase morbidity and mortality, the number of hospital admissions and the average length of stay, complications of infectious etiology, and mortality of cardiovascular origin.

There is a wide range of methods for assessing both muscle mass and function, but handgrip dynamometry is a simple, portable and relatively inexpensive manual test, which makes it very useful for clinical and research use.

Keywords: Chronic kidney disease | Pressure strength | Morbimortality

Force de préhension comme prédicteur de la perte de masse musculaire et de force chez les patients atteints de maladie rénale chronique

Résumé

La Maladie Rénale Chronique (MRC), étant d'origine multifactorielle, est associée aux maladies chroniques les plus prévalentes dans notre population telles que le diabète sucré et l'hypertension artérielle, ce qui représente un impact majeur sur la santé publique au Mexique.

Les patients atteints de MRC ont une forte probabilité de présenter une malnutrition à un moment donné, ce qui peut entraîner une perte de masse corporelle maigre et contribuer à une augmentation de la morbi-mortalité, du nombre d'hospitalisations et de la durée moyenne de séjour, ainsi que des complications d'origine infectieuse et de la mortalité d'origine cardiovasculaire.

Il existe une large gamme de méthodes d'évaluation de la masse musculaire et de sa fonction, mais la dynamométrie de préhension manuelle est un test simple, portable et relativement économique, ce qui la rend très utile pour un usage clinique et de recherche.

Mots clés: Maladie rénale chronique | Force de préhension | Morbi-mortalité.



La Enfermedad Renal Crónica (ERC) al ser de origen multifactorial, está asociada a las enfermedades crónicas de mayor prevalencia en nuestra población como son diabetes mellitus e hipertensión arterial, por lo cual representa un gran impacto en la salud pública de México. En 2017, se reportó una prevalencia de ERC de 12.2 % y 51.4 muertes por cada 100 mil habitantes en nuestro país¹.

El paciente con ERC tiene mucha probabilidad de estar malnutrido en algún momento. Estudios que incluyen pacientes en diálisis, la prevalencia de malnutrición oscila entre el 12-80 % y las cifras en el paciente prediálisis van de 12-28 %, aunque el número de estudios es menor y suelen ser de menor tamaño².

En estadios 3 a 5, la pérdida de masa corporal magra, se relacionó significativamente con la disminución de la Tasa de Filtración Glomerular (TFG)³. El Desgaste Energético Proteico (DEP) es el estado patológico en el que existe una disminución de los depósitos proteicos y energéticos. Dicho estado implica un aumento de la morbimortalidad, el número de ingresos hospitalarios y la estancia media, de las complicaciones de etiología infecciosa y de la mortalidad de origen cardiovascular². El DEP tiene una prevalencia mundial del 11 %-54 % y del 28 %-54 % en pacientes que presentan estadios 3-5 y en Terapia de Reemplazo Renal (TRR) respectivamente⁴.

Existe una amplia gama de métodos de evaluación tanto de la masa muscular como de su función. Los métodos de imagen (absorciometría de rayos X de energía dual (DEXA), bioimpedancia eléctrica, tomografía computarizada y resonancia magnética) son

lentos, costosos y requieren equipo especializado; sin embargo, las mediciones antropométricas son capaces de medir la Masa Muscular (MM) en forma rápida y barata. La funcionalidad muscular puede medirse con diversos métodos, pero la dinamometría de prensión de las manos es una prueba manual simple, portátil y relativamente económica, lo que la hace muy útil para uso clínico y de investigación⁵.

Dado que se sabe que la composición corporal comienza a cambiar tempranamente en la ERC, las recomendaciones de nutrición y entrenamiento físico deben adaptarse al estadio de función renal para contrarrestar la pérdida de MM y la fuerza de forma temprana y oportuna a fin de prevenir las complicaciones asociadas al deterioro del estado nutrición del paciente con ERC, por lo que la evaluación con el uso del dinamómetro, puede ser un excelente coadyuvante para su determinación oportuna³.

Generalidades de la enfermedad renal crónica

La ERC se define como la presencia de una alteración estructural o funcional renal (sedimento, imagen, histología) que persiste más de 3 meses, con o sin deterioro de la función renal; o un filtrado glomerular (FG) < 60 ml/min/1,73 m² sin otros signos. Las guías KDIGO han introducido a los pacientes trasplantados renales. (Tabla 1). En la figura 1 se mencionan los factores de riesgo⁶.

La gravedad de la ERC se ha clasificado en 5 categorías o grados en función de la Filtración Glomerular (FG) y 3 categorías de albuminuria. (Tabla 2).⁷

Tabla 1. Marcadores de daño renal.

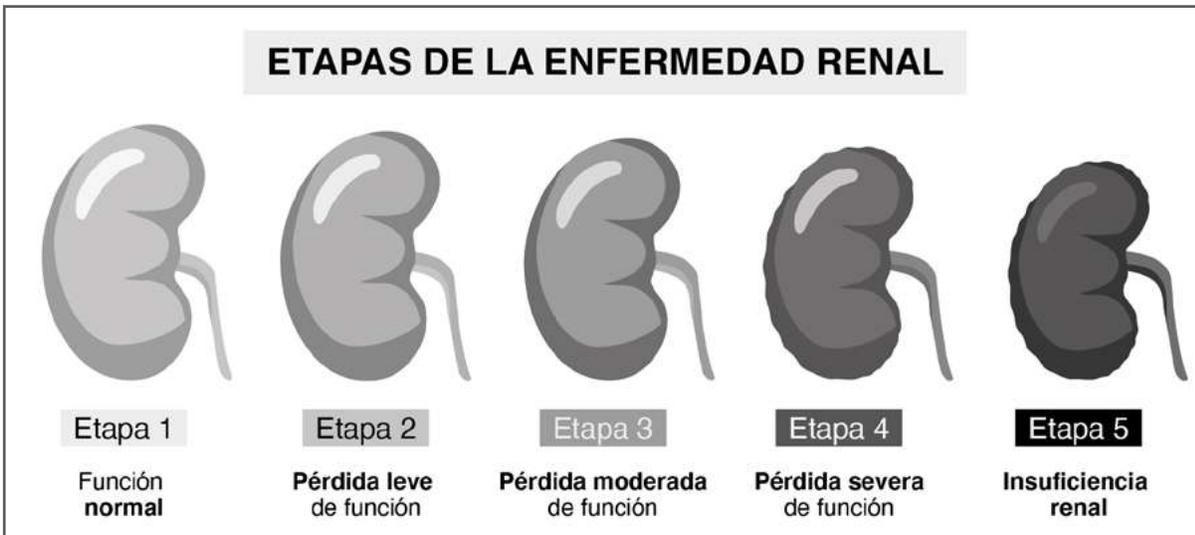
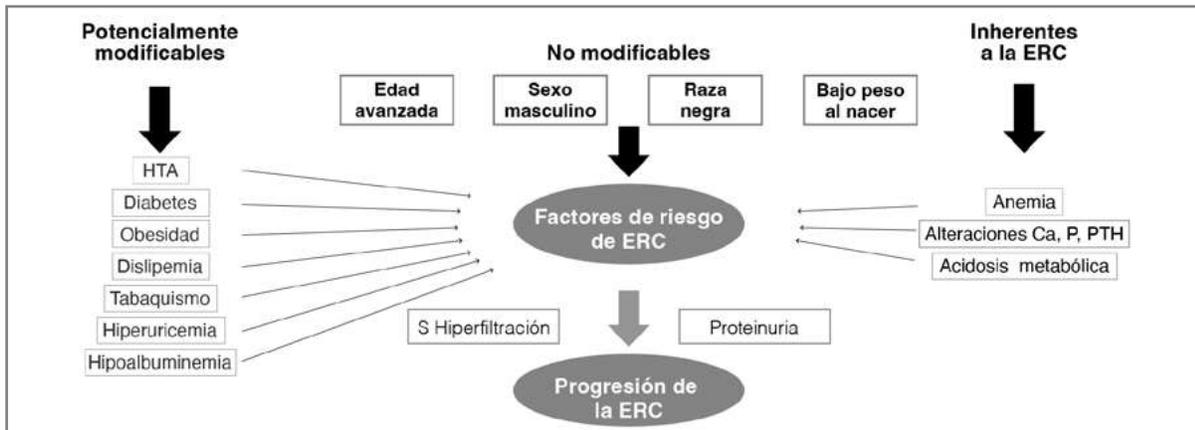
Elaboración propia adaptada. ⁶

Proteinuria elevada
Alteraciones en el sedimento urinario
Alteraciones electrolíticas u otras alteraciones de origen tubular
Alteraciones estructurales histológicas
Alteraciones estructurales en pruebas de imagen

Categoría ERC	FG (ml/min)	Descripción
G1	≥ 90	Normal o elevado
G2	60 - 89	Ligeramente disminuído
G3a	45 - 59	Ligera o moderadamente disminuído

G3b	30 - 44	Moderada o gravemente disminuído	
G4	15 - 29	Gravemente disminuído	
G5	<15	Fallo renal	
Categoría albuminuria	Orina 24 hs mg/24 hs	Muestra Alb/Cre mh/g	Muestra aislada Pro/Cre mg/mg
A1: Normal o levemente elevada	< 30	< 30	< 0,15
A2: Moderadamente elevada	30 - 300	30 - 300	> 0,3
A3: Muy elevada	> 300	> 300	> 300

Tabla 2: Clasificación de los grados de ERC. Elaboración adaptada de las guías



Tratamiento nutricional de la ERC

La consejería nutricional se recomienda desde estadios iniciales, una intervención dietética para el control de peso ayuda a mejorar la hiperfiltración y enlentecer la progresión de la ERC. En los estadios más avanzados, la terapia nutricional es una medida renoprotectora y antiproteinúrica cuyo fin es retardar la progresión y mantener un adecuado estado nutricional⁸.

Conforme disminuye la función renal, la acumulación de productos de desecho metabólicos y el exceso de electrolitos pueden afectar la salud de los pacientes. El tratamiento nutricional puede mejorar y/o controlar los síntomas urémicos y enlentecer la progresión por lo que la dieta debe ser una consideración importante. Dietas ricas en proteínas agravan la disfunción renal por lo que la tendencia es hacia dietas hipoproteicas de acuerdo al estadio, pues, además puede mejorar la acidosis metabólica y la hiperfosfatemia, las guías sugieren mantener una ingesta de fósforo de 800-1000 mg/día contemplando el fósforo orgánico e inorgánico y su diferente absorción, así como la educación al paciente sobre el uso de quelantes. La mayoría de las guías recomiendan de 0,6 a 0,8 g/kg/día de proteínas o una dieta muy baja en proteínas con alfa cetoanálogos para pacientes con Filtración Glomerular Estimada (eGFR) $cr < 45$ ml/min/ $1,73 m^2$ y con proteinuria (excreción urinaria de proteínas $> 0,3$ g/día). La recomendación aumenta de 1,0 a 1,2 g/kg/día TRR, ya que se necesita proteína adicional para prevenir la DPE⁹.

El exceso de sodio se asocia con la progresión de la ERC y la mortalidad, porque se recomienda limitar la ingesta de sal. La hipokalemia se asocia con debilidad muscular e hipertensión, mientras que hiperkalemia con arritmia cardíaca por lo que se debe

El exceso de sodio se asocia con la progresión de la ERC y la mortalidad, porque se recomienda limitar la ingesta de sal. La hipokalemia se asocia con debilidad muscular e hipertensión, mientras que hiperkalemia con arritmia cardíaca por lo que se debe individualizar la ingesta de potasio para mantenerlo dentro del rango.

individualizar la ingesta de potasio para mantenerlo dentro del rango. La Ingesta Diaria Recomendada (IDR) de calcio es de 800 a 1000 mg/día para mantener niveles adecuados de calcio en pacientes con ERC G3-G4 que no reciben análogos activos de vitamina D. Los suplementos de vitamina D deben individualizarse, y los niveles séricos de calcio, fósforo y 25 (OH) D deben medirse periódicamente, sobre todo en pacientes que toman quelantes de fosfato que contienen calcio y/o análogos activos de vitamina D⁹.

Las recomendaciones de fibra van de 20-35 g/día. Una dieta alta en fibra lo será en frutas, verduras y legumbres que contienen potasio. Los remojos prolongados y dobles y triples cocciones recomendados para reducir el potasio, producen una pérdida importante de vitaminas y minerales, modificando también sabor y texturas. Revisiones han mostrado que la cocción simple es suficiente para la reducción de potasio⁸.

Tabla 3. Requerimiento de calorías y proteína en pacientes con ERC.

	PREDIÁLISIS	HEMODIÁLISIS	DIÁLISIS PERITONEAL
KCAL	25-35 kcal/kg	25-35 kcal/kg	25-35 kcal/kg
PROTEÍNA	NO DM: 0.55-0.6 g/kg 0.28 -0.43 g/kg + alfa cetoanálogos DM: 0.6-0.8 g/kg	1-1.2 g/kg	1-1.2 g/kg

*Elaboración propia tomada de National Kidney Foundation, Kidney Disease Outcomes Quality Initiative and the Academy of Nutrition and Dietetics (KDOQI/AND)⁹.



Evaluación de la masa muscular y la fuerza

La MM esquelética y la Fuerza Muscular (FM) se ven afectadas por condiciones inherentes a ERC y la TRR. La función y la MM esquelética sirven como indicadores del estado nutricional y clínico y su deterioro es predictor de desenlaces negativos para el paciente¹⁰.

El tamaño del músculo esquelético parece ser el predictor más importante de la FM o el rendimiento físico, pero otros factores, incluidos los aspectos neurológicos, también influyen en la FM voluntaria, además, la discapacidad está más asociada con la FM que con la MM, pero está relacionada con la mortalidad independientemente de ambas, de ahí la importancia de la evaluación y el seguimiento de la salud musculoesquelética en pacientes con ERC. La precisión de los métodos para evaluar la MM puede verse afectada por factores relacionados con la ERC, especialmente la hidratación.¹¹

Existen métodos para la evaluación de la MM y la función. Los métodos de imagen (absorciometría dual de rayos X, bioimpedancia eléctrica, tomografía computarizada y resonancia magnética) son lentos, costosos y requieren equipo especializado. Por esto se han ideado diversas mediciones antropométricas capaces de medir la masa muscular en forma rápida y barata.⁵

La funcionalidad muscular puede medirse con diversos métodos, pero la dinamometría de prensión de las manos es una prueba que ha demostrado mide efectivamente la MM, su funcionalidad y predice las complicaciones en pacientes con ERC². Es un método de reproducible, barato y sencillo, que en conjunto con otras determinaciones presenta alta sensibilidad y especificidad en la detección precoz de variaciones en el estado nutricional. Los dinamómetros portáti-

La funcionalidad muscular puede medirse con diversos métodos, pero la dinamometría de prensión de las manos es una prueba que ha demostrado mide efectivamente la MM, su funcionalidad y predice las complicaciones en pacientes con ERC²

les son mucho más fiables para las pruebas de fuerza de las extremidades superiores, en particular para la fuerza de prensión; aunque la fuerza de las extremidades inferiores es más relevante para la movilidad, la fuerza de prensión se correlaciona con la fuerza de las extremidades inferiores y está estrechamente relacionada con los resultados de movilidad¹².

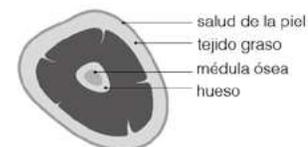
La fuerza de prensión se mide en kilogramos con un dinamómetro Jamar, en posición sentada, sin respaldo con el codo en un ángulo de 90° y el brazo cerca del cuerpo. Para cada mano, se registraron las puntuaciones de tres ensayos sucesivos y se registró la media³.

Tabla 4. Interpretación de la FM. Elaboración propia¹⁰.

Fuerza muscular disminuida:	Población de referencia
Presión palmar <30 kg en varones <20 kg en mujeres	<2 DE por debajo de la media <percentil 20

SARCOPENIA

Masa muscular saludable

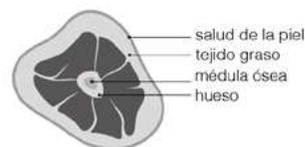


Jóven de 25 años



Músculo sano

Pérdida muscular en sarcopenia



Mayores de 65 años



Pérdida de masa muscular

Sarcopenia y Desgaste Energético Proteico

La ERC avanzada es una afección en la que la inflamación crónica contribuye a la disminución de la fuerza muscular y la función física a través de una reducción de la masa muscular¹¹.

Entre los pacientes con ERC en estadios 3-5, la pérdida de masa corporal magra, especialmente del músculo esquelético apendicular, se relacionó significativamente con la disminución de la TFG. Dos marcadores importantes de la función física, el equilibrio y la fuerza, se relacionaron significativamente con la MM³.

La disminución de la FM, la miopatía o la neuropatía urémica son consecuencias de niveles séricos elevados de calcio, urea e iones de hidrógeno, así como niveles bajos de carnitina y/o hiperparatiroidismo secundario. La uremia crónica se considera el factor que más afecta a la función muscular. La miopatía también puede desarrollarse en presencia de trastornos del metabolismo de la vitamina D, niveles elevados de calcio sérico, inactividad prolongada, desnutrición o diálisis inadecuada¹¹.

La sarcopenia define una situación de pérdida de masa y fuerza muscular importante y de etiología multifactorial, donde puede intervenir un déficit de ingesta, alteraciones hormonales, daño neuropático, alteraciones metabólicas y presencia de toxinas urémicas. Representa un tipo de atrofia muscular crónica y en la ERC se asocia con el DEP, limitando la autonomía del paciente y la calidad de vida. Produce compromiso de órganos vitales con deterioro respiratorio, músculo esquelético y del músculo cardíaco. La disminución en la ingesta, la acidosis metabólica, la inactividad física, la diabetes y la sepsis son factores asociados en la ERC que aumentan la proteólisis muscular³.

DEP se caracteriza por la pérdida de reservas proteicas y energéticas asociada a múltiples trastornos metabólicos, la mayoría de los cuales son propios del síndrome. Varios factores metabólicos y clínicos pueden afectar negativamente al estado nutricional y a la masa corporal magra, lo que también conduce a la fragilidad. Aparte de una ingesta inadecuada de nutrientes, otros factores como la acidosis metabólica, la resistencia a la insulina, la inflamación crónica, las alteraciones en la microbiota intestinal (disbiosis intestinal), las infecciones y el estrés oxidativo también contribuyen al desarrollo. Además, factores relacionados con el propio tratamiento de la ERC, como por ejemplo las restricciones dietéticas inadecuadas o los procedimientos de hemodiálisis, pueden desempeñar un papel. El efecto general es la persistencia de un círculo vicioso entre la desnutrición y sus complicaciones⁴.



Tabla 5. Causas del DEP. Elaboración propia adaptada. ⁴

1. Reducción de la ingesta de proteínas y energía
 - a. Anorexia:
 - i. Desregulación de los mediadores del apetito
 - ii. Estímulos de aminoácidos en el hipotálamo
 - iii. Toxinas urémicas
 - b. Restricciones dietéticas inadecuadas
 - c. Enfermedades gastrointestinales
 - d. Depresión
 - e. Dificultades en la preparación de alimentos
 - f. Dificultades socioeconómicas
2. Hipercatabolismo
 - a. Aumento del gasto energético:
 - i. Inflamación crónica
 - ii. Aumento de las citoquinas proinflamatorias
 - iii. Alteración del metabolismo de la adiponectina y la resistina
 - b. Cambios hormonales:
 - i. Resistencia a la insulina
 - ii. Aumento de la actividad de los glucocorticoides
3. Acidosis metabólica
4. Reducción de la actividad física
5. Anabolismo reducido.

Aumento de la degradación proteica, aumento de la oxidación de los BCAA, resistencia a la insulina y al IGF-1 Reducción del trofismo muscular, reducción de la autosuficiencia, reducción del rendimiento

 - a. Reducción de la absorción de nutrientes
 - b. Resistencia a la insulina, GH/IGF-1
 - c. Deficiencia de testosterona
 - d. Niveles reducidos de hormonas tiroideas
6. Comorbilidades y estilo de vida.
 - a. Comorbilidades (diabetes, insuficiencia cardiaca, cardiopatía isquémica, enfermedad vascular periférica)
 - b. Sedentarismo
7. Tratamiento dialítico
 - a. Pérdida de aminoácidos y proteínas en el dializado
 - b. Procesos inflamatorios relacionados con la diálisis
 - c. Hipermetabolismo relacionado con la diálisis
 - d. Pérdida de la función renal residual



Conclusiones

Debido a la alta prevalencia de DEP y sarcopenia en los pacientes con ERC, es necesario que se aborde de forma temprana desde el tratamiento nutricional la prevención del desgaste y la pérdida de MM y FM, puesto que las complicaciones son graves para el desenlace del paciente, afectando sobre todo su capacidad física y calidad de la vida, es así que se pone en manifiesto la importancia de evaluar ambos aspectos desde el primer contacto con el paciente, con el fin de diagnosticar de forma temprana, pero sobre todo de prevenir. En consulta puede ser poco accesible contar con dispositivos para la evaluación del estado nutrición, sin embargo, el dinamómetro es de fácil aplicación y acceso para contar con en la consultoría nutricional para apoyar la evaluación del estado nutricional y permitir un seguimiento estrecho y adecuado del estado de MM y fuerza del paciente.

Bibliografía

1. Carrero JJ, Johansen KL, Lindholm B, Stenvinkel P, Cuppari L, Avesani CM. Screening for muscle wasting and dysfunction in patients with chronic kidney disease. *Kidney International* [Internet]. 2016 Jul [cited 2023 May 5];90(1):53–66. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0085253816300035>
2. De Boer IH, Caramori ML, Chan JCN, Heerspink HJL, Hurst C, Khunti K, et al. KDIGO 2020 Clinical Practice Guideline for Diabetes Management in Chronic Kidney Disease. *Kidney International* [Internet]. 2020 Oct [cited 2023 May 5];98(4): S1–115. Available from: [https://www.kidney-international.org/article/S0085-2538\(20\)30718-3/fulltext](https://www.kidney-international.org/article/S0085-2538(20)30718-3/fulltext)
3. Enfermedad Renal Crónica | Nefrología al día [Internet]. *Nefrologiaaldia.org*. 2022 [cited 2023 May 5]. Available from: <https://www.nefrologiaaldia.org/es-articulo-enfermedad-renal-cronica-136>
4. Chan W. Chronic Kidney Disease and Nutrition Support. *Nutrition in Clinical Practice* [Internet]. 2021 Mar 18 [cited 2023 May 5];36(2):312–30. Available from: <https://aspenjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/ncp.10658>
5. Hiraki K, Yasuda T, Hotta C, Izawa KP, Morio Y, Watanabe S, et al. Decreased physical function in predialysis patients with chronic kidney disease. *Clinical and Experimental Nephrology* [Internet]. 2013 Apr 1 [cited 2023 Apr 22];17(2):225–31. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22911116/>
6. James SL, Abate D, Abate KH, Abay SM, Abbafati C, Abbasi N, et al. Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet* [Internet].





- 2018 Nov [cited 2023 May 5];392(10159):1789–858. Available from: [https://www.thelancet.com/journals/lan-cet/article/PIIS0140-6736\(18\)32279-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lan-cet/article/PIIS0140-6736(18)32279-7/fulltext)
7. Karpenko Wilman Ingrid Denise, Taylor Marcelo Fabián, Malinar Luis Maximiliano, Maltas Silvina, Sarco Fernando Darío, Braslavsky Guillermo Javier et al. Utilidad de la dinamometría en pacientes en hemodiálisis. *Rev. nefrol. dial. traspl.* [Internet]. 2016 Sep [citado 2023 Abr 22]; 36(3): 1-5. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2346-85482016000300004&lng=es
 8. Kim SM, Jung JY. Nutritional management in patients with chronic kidney disease. *The Korean Journal of Internal Medicine* [Internet]. 2020 Nov 1 [cited 2023 May 5];35(6):1279–90. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7652660/>
 9. Martínez-Villaescusa M, Aguado-García Á, López-Montes A, Martínez-Díaz M, Gonzalvo-Díaz C, Pérez-Rodríguez A, et al. Nuevo enfoque en el tratamiento nutricional de la enfermedad renal crónica avanzada. *Nefrología* [Internet]. 2022 Jul [cited 2023 May 5];42(4):448–59. Available from: <https://www.revistanefrologia.com/es-nuevo-enfoque-el-tratamiento-nutricional-articulo-S0211699521001521>
 10. Martínez-Villaescusa M, Aguado-García Á, López-Montes A, Martínez-Díaz M, Gonzalvo-Díaz C, Pérez-Rodríguez A, et al. Nuevo enfoque en el tratamiento nutricional de la enfermedad renal crónica avanzada. *Nefrología* [Internet]. 2022 Jul [cited 2023 May 5];42(4):448–59. Available from: <https://www.revistanefrologia.com/es-nuevo-enfoque-el-tratamiento-nutricional-articulo-S0211699521001521>
 11. Pérez-Torres A, González García ME, San José-Valiente B, Bajo Rubio MA, Celadilla Díez O, López-Sobaler AM, et al. Síndrome de desgaste proteico energético en la enfermedad renal crónica avanzada: prevalencia y características clínicas específicas. *Nefrología* [Internet]. 2018 Mar [cited 2023 May 5];38(2):141–51. Available from: <https://www.revistanefrologia.com/es-sindrome-desgaste-proteico-energetico-enfermedad-articulo-S0211699517301418>
 12. Real E, Roy-Torales T, Jorge David Brítez-Mendoza, Domingo Guzmán Encina-Villagra, Martínez C, Navarro L, et al. Fuerza muscular en pacientes adultos con insuficiencia renal crónica del Hospital Nacional y Hospital Militar en 2021. *Medicina clínica y social* [Internet]. 2022 May 5 [cited 2023 Apr 22];6(2):45–52. Available from: <https://www.medicinaclinicaysocial.org/index.php/MCS/article/view/239>
 13. Zhou Y, Hellberg M, Svensson P, Höglund P, Clyne N. Sarcopenia and relationships between muscle mass, measured glomerular filtration rate and physical function in patients with chronic kidney disease stages 3–5. *Nephrology Dialysis Transplantation* [Internet]. 2017 Mar 1 [cited 2023 May 5];33(2):342–8. Available from: <https://academic.oup.com/ndt/article/33/2/342/3059565?login=false>



Impacto de los prebióticos y probióticos en relación con el estreñimiento

Yesenia Cruz Rodríguez

Viviana Manzo Chávez

María de los Ángeles Espinosa Valdez

Alumnas de la Licenciatura en Nutrición en la Universidad del Valle de Atemajac, Campus Zamora, Michoacán.

El estreñimiento se puede decir que es un síntoma y no una enfermedad en sí. Como síntoma puede ser la consecuencia de múltiples causas (Real Martínez et. al, 2007) como estrés, deshidratación, consumo de medicamentos, etc. Hay dos tipos de estreñimiento: el estreñimiento que se sufre de toda la vida (estreñimiento crónico) y el estreñimiento ocasional (unas semanas o meses).

Resumen

La microbiota intestinal desempeña un papel indispensable en la regulación de la movilidad intestinal variando al tiempo de tránsito, la frecuencia y consistencia de las evacuaciones. Investigaciones actuales han demostrado alteraciones en la composición y funcionalidad de la microbiota intestinal de pacientes con estreñimiento y motilidad intestinal limitada con ayuda de los probióticos y prebióticos, a colonizar el intestino y generar las bacterias buenas para fomentar un tránsito intestinal correcto.

Palabras Clave: Estreñimiento | Probióticos prebióticos | Ácidos grasos | Microbiota intestinal | Motilidad intestinal | Fibra | Microorganismos.

Impact of prebiotics and probiotics in relation to constipation

Summary

The intestinal microbiota plays a fundamental role in the regulation of intestinal motility, affecting transit time, frequency and consistency of bowel movements. Recent research has shown that patients with constipation and limited intestinal motility have alterations in the composition and functionality of their intestinal microbiota. The use of probiotics and prebiotics has been shown to be effective in restoring the bacterial balance in the intestine, thus promoting a healthy intestinal transit.

Keywords: Constipation | Probiotics | Prebiotics | Fatty acids | Intestinal microbiota | Intestinal motility | Fiber, microorganisms.

Impact des prébiotiques et probiotiques en relation avec la constipation

Résumé

Le microbiote intestinal joue un rôle fondamental dans la régulation de la mobilité intestinale, influençant le temps de transit, la fréquence et la consistance des évacuations. Des recherches récentes ont montré que les patients souffrant de constipation et ayant une mobilité intestinale limitée présentent des altérations dans la composition et la fonctionnalité de leur microbiote intestinal. L'utilisation de probiotiques et de prébiotiques s'est avérée efficace pour restaurer l'équilibre bactérien dans l'intestin, favorisant ainsi un transit intestinal sain.

Mots clés: Constipation | Probiotiques | Prébiotiques | Acides gras | Microbiote intestinal | Mobilité intestinale | fibre | Micro-organismes.



El estreñimiento es un problema clínico común que se da por una motilidad intestinal disminuida, lo que ocasiona dificultad para evacuar las heces, su sintomatología incluye una defecación poco frecuente (menos de 3 deposiciones a la semana) y/o dolorosa, aparentemente incompleta, con esfuerzo para defecar, heces grumosas o duras, acompañada de dolor abdominal, causando estrés y pérdida en la calidad de vida de los individuos que la padecen.

El estreñimiento se puede decir que es un síntoma y no una enfermedad en sí. Como síntoma puede ser la consecuencia de múltiples causas (Real Martínez et. al, 2007) como estrés, deshidratación, consumo de medicamentos, etc. Hay dos tipos de estreñimiento: el estreñimiento que se sufre de toda la vida (estreñimiento crónico) y el estreñimiento ocasional (unas semanas o meses). Este último suele estar relacionado con la aparición de un problema en el intestino grueso, el uso de fármacos o un cambio de hábito. (Real Martínez et al., 2007).

Se ha observado que el estreñimiento incrementa con la edad, observándose incidencias del 26 % en hombres y hasta el 34 % en mujeres mayores de 65 años (Malaguarnera y cols., 2013); este porcentaje se incrementa a valores de hasta el 75 % en pacientes hospitalizados o alojados en residencias de mayores.

El tratamiento nutricional incluye cambios en el estilo de vida y de la dieta con un aumento en el consumo de fibra que va desde 25 a 38 g / día de fibra

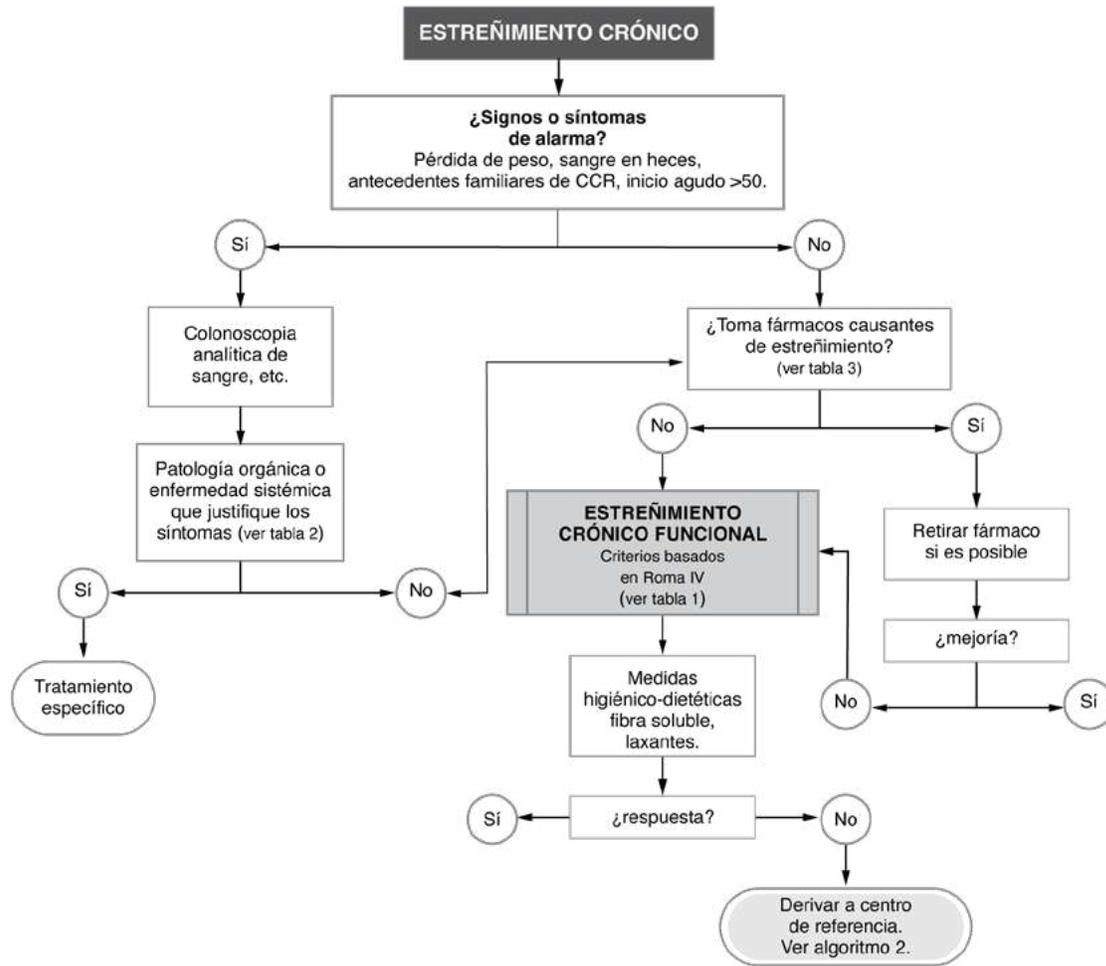
de diferentes fuentes, fibra insoluble y fibra soluble, consumir alimentos que las contengan, sobre todo en el salvado de los cereales, para incrementar el volumen de las heces, la frecuencia de deposición y reducir el tiempo de tránsito intestinal. También la realización de actividad física, la adopción del hábito de vaciado intestinal, y aumentando el consumo de agua.

La microbiota intestinal juega un papel importante en el estreñimiento. La microbiota intestinal es la comunidad de microorganismos vivos (Icaza, 2013, citado en Clemente, 2021) residentes en el colon. Dichas bacterias se alimentan de lo que ingerimos, en especial fibras. Gracias a las sustancias que se producen son capaces de estimular el peristaltismo intestinal. En el caso del estreñimiento, esta motilidad se ve afectada.

Antecedentes

La superficie de la luz intestinal contiene billones de microorganismos vivos en un número equivalente a unas 10 veces el de células que componen una persona adulta. La mayoría de ellos se localizan en el colon, donde residen ciertas especies de bacterias.

En una versión persa del antiguo testamento, en el Génesis ya se apuntaba que la longevidad de Abraham era debida al consumo de leche agria. Ya en el año 76 después de Jesucristo el historiador romano Plinio recomendaba la administración de lácteos fermentados para tratar la gastroenteritis. En 1908, el



premio nobel Elie Metchnikoff atribuyó la longevidad de ciertas poblaciones balcánicas al consumo habitual de lácteos fermentados, que contenían lactobacilos que reducirían las toxinas producidas por las bacterias intestinales, promoviendo la salud y prolongando la vida. A principios del siglo XX se describió que la bacteria *Lactobacillus acidophilus* podía sobrevivir en el intestino humano.

Los probióticos y prebióticos son un punto a considerar dentro del estreñimiento, ya que estos productos tienen la ventaja de su seguridad por la ausencia de efectos adversos frente a los laxantes comunes.

La constipación o estreñimiento, es un problema común con una prevalencia del 2 al 27 % de la población mundial, incluida Latinoamérica. En México es de 14.4 % (IC95 %: 12.6 - 16.6 %) de acuerdo con criterios de Roma II y Roma III. Aunque el estreñimiento está presente en ambos géneros y en todos los grupos de edad, afecta con mayor frecuencia a mujeres jóvenes con una relación mujeres: hombres de 3:1. En nuestra población se ha reportado además que

43.6 % de las personas utilizan laxantes, tés para evacuar o suplementos de fibra, de los cuales sólo 18 % lo hacían porque se consideraban estreñidos (Remes Troche et al., 2011).

Una microbiota intestinal equilibrada que cumple sus funciones metabólicas, inmunológicas, nutricionales, etcétera, permite beneficiarnos de sus efectos sobre la salud y el bienestar como hospedador

Desarrollo

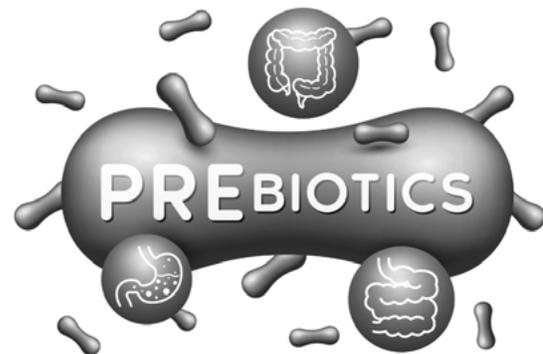
Una microbiota intestinal equilibrada que cumple sus funciones metabólicas, inmunológicas, nutricionales, etcétera, permite beneficiarnos de sus efectos sobre la

salud y el bienestar como hospedador. Esta situación de equilibrio, denominada eubiosis, tiende a mantenerse estable debido a la capacidad de adaptación de la microbiota a condiciones adversas (Rodríguez et al., 2020, citado en Clemente, 2021)

La microbiota puede verse alterada por diversas enfermedades tales como Diabetes tipo 2, la enfermedad inflamatoria intestinal (EII), etcétera. Esta alteración o desequilibrio de la microbiota se llama disbiosis, ya que se puede presentar cambios cuantitativos o cualitativos de su composición, cambios en su funcionamiento o actividades metabólicas, o bien, a cambios en su distribución. Varios estudios han demostrado la relación existente entre disbiosis y disfunción intestinal, en dónde se observa un descenso de la diversidad microbiana en muestras fecales de pacientes que padecen estreñimiento crónico, principalmente debido a un descenso en las poblaciones de bifidobacterias y lactobacilos (Chassard et al., 2012, citado en Clemente, 2021).

Uso de prebióticos en la prevención y tratamiento del estreñimiento y la regulación del tránsito intestinal

Las reservas de nutrientes desempeñan impactos reguladores indispensables sobre la composición y el metabolismo bacteriano del tracto gastrointestinal. Los prebióticos más estudiados científicamente son los oligosacáridos (HMO) que se encuentran en la leche humana. Entre estos, los principales son la inulina, las oligofruktosas (también denominados fruto-oligosacáridos, FOS), el disacárido lactulosa y los galacto-oligosacáridos (GOS). Existen otros considerados prebióticos emergentes, actualmente en fase de



estudio, entre los que se incluyen los α -galactósidos, el almidón resistente, pectooligosacáridos y prebióticos no carbohidratos como los polifenoles (Clemente y Requena, 2020, citado en Clemente, 2021).

Un mecanismo clave por el cual los prebióticos ejercen beneficios para la salud humana es mediante la producción de ácidos grasos de cadena corta (AGCC), principalmente acético, propiónico y butírico, resultado del proceso fermentativo de la microbiota intestinal, la cual ocurre principalmente en el colon y bajo condiciones anaeróbicas (Flint y cols., 2012). Los AGCC presentan actividad antimicrobiana, reducen el pH intestinal y excluyen a bacterias altamente infecciosas, ejerciendo un papel regulador en numerosas actividades metabólicas e inmunológicas del organismo (Puertollano et al., 2014, citado en Clemente, 2021). Observaciones sobre el in vitro e in vivo han estimado el papel que ejercen los AGCC como reguladores de la motilidad intestinal.



El estreñimiento tiene una prevalencia del 10-30 % en personas mayores de 65 años, debido a una disminución significativa de la motilidad intestinal, hábitos higiénico-dietéticos inapropiados y el uso de fármacos, entre sus factores principales

Los prebióticos desempeñan una reacción osmótica, dosis-dependiente por la disposición de los AGCC en el lumen intestinal colónico, efecto del proceso fermentativo. En el caso del disacárido lactulosa que es metabolizado en ácido láctico y fórmico por la acción de enzimas β -galactosidasas de bacterias colónicas. Los AGCC acidifican el contenido colónico causando un aumento del contenido de agua en heces, una reducción de la viscosidad de las mismas y un aumento del volumen fecal, estimulándose de manera indirecta el tránsito intestinal (A Clemente, 2021, citado en Clemente, 2021).

La leche materna ejerce un efecto protector frente al estreñimiento dando lugar a una mayor frecuencia de deposiciones y ablandamiento de las heces durante los primeros seis meses de vida (Aguirre et al., 2002, citado en Clemente, 2021); esto se desarrolla correspondientemente a la disposición de prominentes concentraciones de oligosacáridos con propiedades bifidogénicas, que tras el transcurso fermentativo incrementa la concentración de ácidos grasos de cadena corta, desciende el pH luminal y favorece la motilidad intestinal.

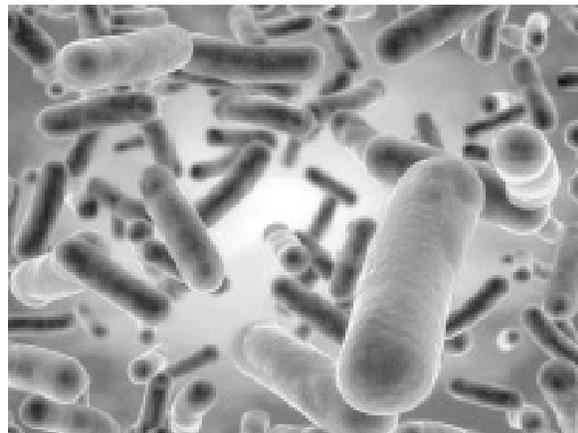
La suplementación de fructooligosacáridos en la dieta actúa como laxante en sujetos con tránsito irregular, sin causar estrés gastrointestinal. Varios estudios han demostrado que el consumo de prebióticos puede prevenir algunos tipos de diarrea. De esta manera se presenta un rendimiento hacia la estimulación selectiva del crecimiento de ciertos grupos de lactobacilos que pueden colaborar a la digestión de lactosa en individuos intolerantes y de otros géneros bacterianos que pueden competir con algunos microorganismos infecciosos causantes de diarrea.

El estreñimiento tiene una prevalencia del 10-30 % en personas mayores de 65 años, debido a una

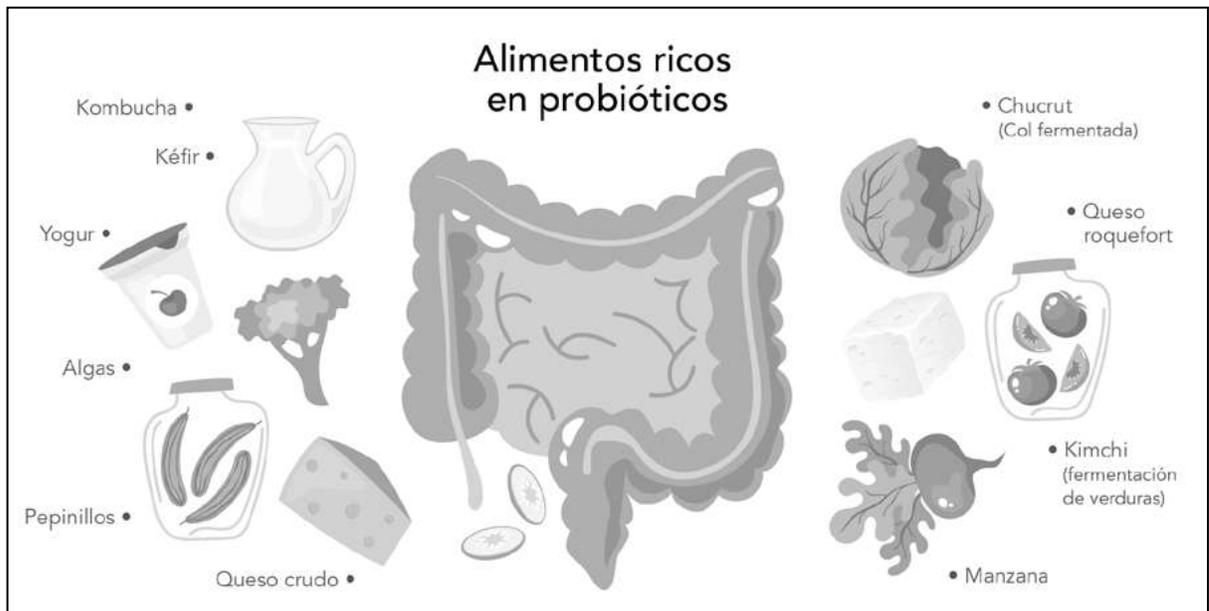
disminución significativa de la motilidad intestinal, hábitos higiénico-dietéticos inapropiados y el uso de fármacos, entre sus factores principales. En este sector de la población, la capacidad de bifidobacterias colónicas disminuye mientras que clostridios y enterobacterias aumenta.

Uso de probióticos en la prevención y tratamiento del estreñimiento y la regulación del tránsito intestinal

Los probióticos más empleados corresponden a especies de lactobacilos y bifidobacterias que han demostrado beneficios en la salud tras la realización de estudios clínicos; otras especies probióticas incluyen la levadura *Saccharomyces boulardii*, *E. coli* y *Bacillus*.



La función de los probióticos en nuestra microbiota intestinal, es que interactuar con los microorganismos potencialmente patógenos, generando productos finales de fermentación como los AGCC (ácidos grasos de cadena corta). Las cepas probióticas refuerzan la barrera intestinal y pueden conducir a una disminución en la inflamación basal intestinal, así como al aumento de la respuesta inmunitaria. (Clemente et al., 2021, citado en Clemente, 2021).



El sistema nervioso entérico es el principal regulador de la motilidad intestinal e interactúa con la microbiota intestinal. Algunos estudios han demostrado que los efectos beneficiosos de los probióticos sobre la motilidad intestinal están mediados por el sistema nervioso, proporcionando evidencias de que los probióticos pueden ayudar a regular el sistema nervioso entérico y normalizar la motilidad intestinal. El efecto que ejercen los probióticos sobre la microbiota intestinal favorece la producción de metabolitos tales como los AGCC (ácidos grasos de cadena corta) que interactúan con el sistema inmunitario y el sistema nervioso entérico, favoreciendo el peristaltismo y, en consecuencia, disminuyendo el tiempo de tránsito intestinal. Algunos probióticos como *Bifidobacterium lactis*, *Lactobacillus casei* y *E. Coli* Nissle han demostrado científicamente mejorar la frecuencia en la defecación y la consistencia de las heces (Clemente et al., 2021, citado en Clemente, 2021).

Recomendaciones

Para la mejora del estreñimiento debemos mantener nuestra microbiota equilibrada, para que pueda realizar los procesos fermentativos, y así reducir la inflamación y facilitar el tránsito intestinal. Probióticos como *Bifidobacterium lactis*, *Lactobacillus casei* y *E. Coli* Nissle han demostrado científicamente mejorar la frecuencia en la defecación y la consistencia de las heces. Esta mejoría se debe al aumento del pH en el colon que producen los probióticos debido a la producción de ácidos grasos de cadena corta que también estimulan el tránsito intestinal. (Mañosa, 2016).

*Se recomienda seguir investigando a fondo toda la familia de *Bifidobacterium lactis*, *Lactobacillus casei* y *E. Coli*, ya que por ejemplo en la *Bifidobacterium* como probiótico sí está recomendado científicamente en pacientes con trastornos gastrointestinales, pero también ha mostrado resultados diversos.*

Se recomienda seguir investigando a fondo toda la familia de *Bifidobacterium lactis*, *Lactobacillus casei* y *E. Coli*, ya que por ejemplo en la *Bifidobacterium* como probiótico sí está recomendado científicamente en pacientes con trastornos gastrointestinales, pero también ha mostrado resultados diversos.





Conclusiones

Varias investigaciones han demostrado la eficiencia de prebióticos y probióticos como probables tratamientos para mejorar la motilidad intestinal en individuos que sufren estreñimiento. Si bien, el tema principal son los prebióticos y probióticos, debemos recordar que estos, son compuestos que favorecen a la motilidad intestinal, sin embargo, debemos resaltar la importancia de los hábitos alimenticios, donde se ha demostrado que la dieta rica en fibra, frutas, verduras, hortalizas, cereales integrales y legumbres favorecen la peristalsis, al igual que es importante complementar con una buena ingesta de líquido en forma de agua, la práctica de ejercicio físico regular, y establecer horarios para la ingesta de comidas nos permitirá mejorar nuestra motilidad intestinal, al igual que, al consumir alimentos lo más saludable posible, favorecerá la inmunología presente en la barrera de la microbiota.

Referencias

Clemente, A., Guarner, F., Correia, N., Logusso, G., & Calatayud, G. A. (n.d.). Impacto de prebióticos y probióticos en el

estreñimiento y la regulación del tránsito intestinal. Csic. Es. Retrieved July 2, 2023, from https://digital.csic.es/bitstream/10261/261478/1/2021_Clemente_AMPP_OA.pdf

Dieta para el estreñimiento. (2018, February 22). Dietistas nutricionistas en Barcelona | Centro Júlia Farré. <https://www.centrojuliafarre.es/dietas/dieta-estreñimiento/>

Icaza-Chávez, M. E. (2013). Gut microbiota in health and disease. *Revista de gastroenterología de México*, 78(4), 240–248. <https://doi.org/10.1016/j.rgm.2013.04.004>

Mañosa, M. (2016, marzo 11). *Estreñimiento: qué es y cómo tratarlo*. Lactoflora. <https://www.lactoflora.es/como-tratar-el-estreñimiento/>

Real Martínez, Y., Ibáñez Moya, M., & Pérez Mota, A. (2007). Megarrecto y anismo: causa de estreñimiento. *Revista española de enfermedades digestivas: órgano oficial de la Sociedad Española de Patología Digestiva*, 99(6), 308–308. <https://doi.org/10.4321/s1130-01082007000600009>

Remes Troche, J. M., Tamayo de la Cuesta, J. L., Raña Garibay, R., Huerta Iga, F., Suarez Morán, E., & Schmulson, M. (2011). Guías de diagnóstico y tratamiento del estreñimiento en México. A) Epidemiología (meta-análisis de la prevalencia), fisiopatología y clasificación. *Revista de gastroenterología de México*, 76(2), 126–132. <http://www.revistagastroenterologiamexico.org/es-guias-diagnostico-tratamiento-del-estreñimiento-articulo-X0375090611243253>

Oliveira, G., & González-Molero, I. (2016). Actualización de probióticos, prebióticos y simbióticos en nutrición clínica. *Endocrinología y Nutrición: Órgano de La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición*, 63(9), 482–494. <https://doi.org/10.1016/j.endonu.2016.07.006>

Sulime Diseño de Soluciones, S. L. (n.d.). RAPD Online. Sapd. Es. Retrieved July 27, 2023, from <https://www.sapd.es/revista/2019/42/2/02>





Ayotzinapa y sus repercusiones

Karla Paulina Bárcenas Alcántara

Alumna de la Licenciatura en Derecho en la Universidad del Valle de Atemajac, UNIVA, Campus La Piedad, Michoacán.

La realidad es que estos estudiantes tenían grandes metas y sueños, los cuales les fueron arrebatados el día que fueron desaparecidos, asesinados y torturados. Para empeorar la situación, el gobierno se dedicó a limpiar su nombre, inventando una "verdad histórica" sin fundamento, y torturando a inocentes para obtener confesiones falsas, con tal de evitar aceptar la responsabilidad de la desaparición forzada

Resumen

La mayor violación de derechos humanos ha sido la muerte de diversos estudiantes de la escuela normal rural Isidro Burgos, la tortura no sólo a los mismos estudiantes sino también a personas inocentes por tratar de ocultar una verdad, además, de la desaparición de 43 estudiantes. Este artículo trata de visibilizar las repercusiones de la noche trágica hacia los estudiantes, también de buscar una verdad entre muchas versiones.

Palabras Clave: Estudiantes | Desaparición | Ayotzinapa | Crimen de Estado | Hipótesis.

Ayotzinapa and its aftermath

Summary

The greatest violation of human rights has been the death of several students from the Isidro Burgos Rural Normal School, as well as the torture not only of these students, but also of innocent people who tried to hide the truth. In addition, the disappearance of 43 students stands out. This article seeks to make visible the repercussions of this tragic night on the students, as well as to search for the truth among the different versions.

Keywords: Students | Disappearance | Ayotzinapa | State crime | Hypothesis.

Ayotzinapa et ses répercussions

Résumé

La plus grande violation des droits humains a été la mort de plusieurs étudiants de l'École Normale Rurale Isidro Burgos, ainsi que la torture non seulement de ces étudiants, mais aussi de personnes innocentes ayant tenté de dissimuler la vérité. De plus, la disparition de 43 étudiants est soulignée. Cet article cherche à mettre en lumière les répercussions de cette nuit tragique sur les étudiants, tout en cherchant la vérité parmi les différentes versions.

Mots clés: Étudiants | Disparition | Ayotzinapa | Crime d'État | Hypothèses.



¿Puedes imaginar sentir la desesperación de perder a un hijo, a un hermano, a un padre, a un esposo, a un primo o a alguien muy cercano que consideras una parte fundamental de tu vida? Nadie quisiera pasar por un dolor tan intenso, especialmente cuando se trata de una de las peores injusticias del país.

La noche en que se cometieron diversos delitos contra los estudiantes de la escuela normal de Ayotzinapa, además de la desaparición de 43 estudiantes, se convirtió en una noche inolvidable en la historia no solo de México, sino también de varios países latinoamericanos. Es considerada una de las peores violaciones de derechos humanos, y hasta el día de hoy, no se ha logrado justicia para las familias de los jóvenes estudiantes que solo buscaban salir adelante, poner en alto sus nombres, y hacer sentir orgullosos a sus familiares. Su objetivo era cambiar los estigmas asociados a las escuelas normales, ya que muchas personas las perciben erróneamente como lugares que producen delincuentes.

La realidad es que estos estudiantes tenían grandes metas y sueños, los cuales les fueron arrebatados el día que fueron desaparecidos, asesinados y torturados. Para empeorar la situación, el gobierno se dedicó a limpiar su nombre, inventando una “verdad histórica” sin fundamento, y torturando a inocentes para obtener confesiones falsas, con tal de evitar aceptar la responsabilidad de la desaparición forzada.

A nueve años de esta violación de derechos humanos, no se ha dado una respuesta concreta a las peticiones de las familias de los normalistas. Aunque se crearon órganos especializados para investigar el

caso y surgieron diversas repercusiones, los padres de los jóvenes se convirtieron en verdaderos activistas de los derechos humanos. La lucha de los familiares y compañeros de los jóvenes no terminará hasta que se obtenga una respuesta sobre lo que realmente sucedió con sus seres queridos. Vivos se los llevaron, y vivos los queremos. En México quedará grabada la desaparición de 43 personas inocentes.

Antecedentes y contexto

La noche del 26 y la madrugada del 27 de septiembre de 2014 se cometió una de las peores masacres en México, considerada uno de los peores crímenes y violaciones de derechos humanos en el país. Para entenderlo, es necesario conocer el origen y la situación de los estudiantes de Ayotzinapa.

Las normales rurales son internados para estudiantes de la carrera de Educación, fundadas en 1922 con el objetivo de proporcionar estudios y servicios básicos gratuitos a los estudiantes. Para ingresar, se debe demostrar un nivel socioeconómico bajo. Esta condición ha provocado manifestaciones, ya que el gobierno a menudo deja de proveer suministros esenciales como medicinas y comida, algo crucial para estos internados gratuitos.

La desaparición de los normalistas no fue la primera violación de derechos humanos contra los estudiantes de Ayotzinapa. En 2011, durante una manifestación, dos estudiantes fueron asesinados y los demás fueron maltratados por la policía ministerial del estado de Guerrero.

Los estudiantes solían asistir a la marcha del 2 de octubre en conmemoración de la matanza de Tlatelolco en la Ciudad de México, tomando autobuses de manera pacífica para llegar a sus destinos. Este método, utilizado sin repercusiones ni sanciones en el pasado, tenía el propósito de facilitar su traslado, devolviendo los autobuses sin daños al terminar las marchas.

Existen distintas versiones sobre lo que ocurrió esa noche en Iguala, incluyendo la intervención de la policía federal. Las investigaciones realizadas por diversas instituciones y los testimonios de los estudiantes sobrevivientes han aportado información clave. El 26 de septiembre, la presidenta del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) celebraba un evento en Iguala. Una hipótesis sugirió que los estudiantes querían intervenir en el evento con una manifestación, lo que llevó a las autoridades a resguardar la zona. Sin embargo, los propios estudiantes desmintieron esta versión, afirmando que no tenían intención de involucrarse en asuntos políticos, lo que plantea la pregunta: ¿fue esto una excusa para agredir y desaparecer a los estudiantes?

El mismo día de los hechos ocurridos, las declaraciones de los estudiantes sobrevivientes refirieron que por la tarde se decidió tomar un autobús, sin embargo, no se llevó a cabo, pues el normalista de segundo curso y responsable de la lucha decidió que irían hacia el cruce de Huitzucó para tomar autobuses. Mientras que los dos autobuses Estrella de oro donde iban cerca de 100 estudiantes y 3 conductores, que estaban en la escuela de Iguala salen de la Normal, y se dirigían rumbo a Huitzucó, tardando en llegar más de

lo habitual, pues según uno de los testimonios de los estudiantes llegaban más rápido si tomaban un atajo (Valencia et al., s.f.).

Cuando llegan a Huitzucó se toma la decisión de que uno de los autobuses se quedara en el restaurante “la palma”, mientras el otro autobús se iba para la caseta de Iguala. Cuando llegaron a la caseta se percataron que se encontraban policías a metros de donde se estacionó el autobús, no lo tomaron mucho en cuenta, pues su principal objetivo en ese momento era tomar más autobuses (Valencia et al., s.f.).

Momentos después los estudiantes lograron tomar otro autobús de la empresa Costa Line, este hizo un trayecto a la central camionera donde ellos quedaron atrapados en el camión por el chofer, en ese momento los jóvenes se comunican con los demás para informarles lo sucedido, simultáneamente los que se encontraban en el camión ubicado en el restaurante “La Palma”, deciden dirigirse hacia donde estaban los demás normalistas, pues lo que los caracteriza es la solidaridad entre ellos.

Cuando los jóvenes llegaron a la central de autobuses se dan cuenta de que sus compañeros ya se encontraban liberados, en ese momento deciden tomar otros tres autobuses, dos de Costa Line y uno de Estrella Roja, cuando esto pasa, la policía se da cuenta de los hechos sucedidos, determinan asistir al lugar de los hechos, pero los autobuses salen de la estación y se dirigen por distintos lados separándose, dos dirigiéndose para el periférico sur y otro para la misma dirección, pero por diferente calle, los otros tres autobuses se dirigieron al periférico norte.



Uno de los tres autobuses que se dirigía al periférico norte, por la ruta tomada pareció como si el chofer no sabía el camino, pues salió por la calle Galeana, sin saber cómo dieron varias vueltas hasta que llegaron a la salida de Iguala, pues los chicos le exigían que se dirigiera para Chilpancingo por la misma salida, sin embargo, se detuvieron por ropa y papeles que necesitaba el chofer, retrasándose aún más.

Uno de los tres autobuses que se dirigía al periférico norte, por la ruta tomada pareció como si el chofer no sabía el camino, pues salió por la calle Galeana, sin saber cómo dieron varias vueltas hasta que llegaron a la salida de Iguala, pues los chicos le exigían que se dirigiera para Chilpancingo por la misma salida, sin embargo, se detuvieron por ropa y papeles que necesitaba el chofer, retrasándose aún más.

Mientras que los otros dos autobuses que se dirigían para el periférico norte empezaron a recibir disparos de diferentes direcciones por policías, tratando que las unidades se siguieran movilizandando en diversas direcciones, cuando lograron avanzar son seguidos por diversas patrullas.

Aproximadamente a las nueve horas con cuarenta minutos de la noche del 26 de septiembre los au-

tobuses que se disponían a salir por el periférico norte, fueron acorralados por policías según testimonios externos a los estudiantes y a los policías se empezaron a oír denotaciones al aire, cuando los estudiantes intentaron movilizar las unidades para poder seguir con el camino los policías empezaron a detonar disparos hacia los autobuses.

Un balazo le dio al estudiante Aldo Gutiérrez en la cabeza, sus compañeros desesperados pedían una ambulancia, sin embargo, por más que se solicitó no llegó, sino hasta después de varios intentos se consiguió y se llevaron al normalista, mientras tanto otro de los estudiantes es herido por la propia policía en el brazo, pero logró esconderse.

En ese momento llegan patrullas que parecían federales, estatales y municipales por el tipo de camionetas que eran, bajan a varios chavos entre 20 y 25 y se los llevan, dejando a los demás amenazados para que se retiraran, pero estos hacen caso omiso, pues querían salvar a sus compañeros.

Simultáneamente en otros dos escenarios estaban los otros dos autobuses, el que se encontraba en el periférico sur fue atacado por los policías bajando a los muchachos del autobús, los tumbaron al piso, y, momentos después, se los llevan en camionetas. Mientras que el camión que se había retrasado por esperar a una persona que le llevaría unos papeles, avanza hacia la salida y es cuando se encuentran a la policía federal de camino y los amenazan con que tienen que dejar el autobús, una vez que los policías los dejan se esconden y se dirigen hacia donde estaba el camión del periférico sur pero no encuentran nada.

Cuando empiezan a buscar ayuda definitivamente nadie quería hacerlo, pues ni siquiera una tienda les quería vender agua e incluso por la madrugada los policías ministeriales los quisieron atropellar





cuando iban caminando, fue cuando los estudiantes empezaron a sospechar pues las cosas apuntaban a que las personas sabían lo que estaba pasando, pero tenían miedo a los policías.

Regresando al momento donde le disparan a Aldo uno de los normalistas llamaba a otro estudiante que se encontraba en la escuela normal de Ayotzinapa y es cuando deciden ir a ayudar a sus demás compañeros, cuando llegan a Iguala y se reúnen empiezan a resguardar evidencias y a comunicarse con reporteros, en el momento en el que llegan los periodistas aparecen de nuevo los policías y empiezan a dispararles, muriendo otros dos normalistas y uno quedando herido para el cual intentan buscar ayuda en un hospital privado, sin embargo, el director de la clínica da aviso a las autoridades y es cuando llega de una patrulla militar del batallón 27, empiezan a agredir y amenazar a los estudiantes, pero de un momento a otro se disculpan y los dejan ir advirtiéndoles que se tenían que retirar de la ciudad.

Por la mañana del 27 es cuando los estudiantes sobrevivientes y a los cuales dejaron ir los policías empiezan a buscar a sus compañeros en diversos órganos gubernamentales de la policía, pero se dan cuenta de que no están en la comandancia, pues declaran los policías de ahí encargados que los únicos detenidos y llevados a la estación fueron un par de personas tomadas, pero jamás llegaron estudiantes (Valencia et al., s.f.).

Verdad histórica

En las declaraciones dadas ante la policía ministerial, los policías involucrados en los hechos de esa noche coincidieron en afirmar que no tenían ninguna vinculación en la muerte de tres estudiantes. Uno de estos estudiantes apareció muerto el 27 de septiembre con signos de tortura, un hecho que también intentó ser

Las primeras investigaciones fueron realizadas por el Gobierno de Guerrero en Iguala. El informe inicial, presentado pocos días después de la desaparición, sugirió que los estudiantes intentaron dismantelar un evento organizado por la esposa del alcalde. El alcalde, enfurecido, habría decidido repercutir contra los estudiantes con un pequeño grupo de policías.

ocultado por el presidente Enrique Peña Nieto. Además, un normalista quedó en estado vegetativo, condición en la que sigue hasta el día de hoy, un aspecto del que poco se habla, al igual que de los múltiples heridos, que incluían no solo estudiantes, sino también profesores de la escuela normalista y los conductores de los vehículos. Aunque al principio se consideró que habían desaparecido 57 estudiantes, 14 de ellos aparecieron días después, confirmándose que 43 normalistas seguían desaparecidos, lo que dejó un dolor enorme para las familias de los jóvenes.

Memoria obtenida del Centro Internacional para la Promoción de los Derechos Humanos

Las primeras investigaciones fueron realizadas por el Gobierno de Guerrero en Iguala. El informe inicial, presentado pocos días después de la desaparición,



sugirió que los estudiantes intentaron dismantlar un evento organizado por la esposa del alcalde. El alcalde, enfurecido, habría decidido repercutir contra los estudiantes con un pequeño grupo de policías. El gobierno supuso que era un complot del crimen organizado y el alcalde. Tiempo después, el funcionario huyó de la ciudad y se convirtió en el primer sospechoso al evadir las investigaciones.

Una semana después de la desaparición, el presidente Enrique Peña Nieto declaró que el gobierno, a través de diversas instancias, esclarecería los hechos. Cuando el Ministerio Público de Guerrero intentó investigar en el cuartel del Batallón 27, se les negó la entrada, argumentando que era una institución privada de seguridad. En ese momento, la Procuraduría General de la República (PGR) asumió el caso, con Tomás Zerón y Jesús Murillo Karam, manteniendo las mismas declaraciones de Iguala.

En las primeras investigaciones del Gobierno Federal, se anunció el hallazgo de una fosa común con 28 cuerpos, insinuando que podrían ser algunos de los estudiantes. Los familiares y normalistas de la escuela rural, desconfiando de las investigaciones del gobierno, contactaron al Equipo Argentino de Antropología Forense (EAAF) para identificar los cuerpos. Los resultados fueron negativos.

Las primeras detenciones se realizaron contra el líder de Guerreros Unidos, quien declaró que Pineda Villa, su esposo, el alcalde de Iguala, y el secretario de Seguridad eran los principales operadores del delito de desaparición de los estudiantes. Según Murillo Karam, los elementos de Guerreros Unidos informaron sobre la llegada de los estudiantes de Ayotzinapa y, bajo las indicaciones del alcalde y su esposa, procedieron a detenerlos.

Desde la desaparición de los estudiantes, continuaron apareciendo fosas con cuerpos supuestamente de los estudiantes, siendo investigadas en todo momento por el EAAF. En una de estas investigaciones, el procurador general de la República informó que se encontraban en el basurero de Cocula en Iguala, Guerrero. Al llegar, encontraron agentes de la policía y peritos con áreas acordonadas, hallando al menos 18 cuerpos. Sin embargo, se determinó que no eran los estudiantes, y el gobierno trasladó la búsqueda al Lago de San Juan.

En el Lago de San Juan, encontraron huesos en una bolsa negra, reconociendo posteriormente que pertenecían a uno de los 43 desaparecidos. Los padres de los estudiantes continuaron señalando al Gobierno del Estado como los primeros culpables.

En una reunión con el presidente Enrique Peña Nieto, los padres cuestionaron las investigaciones de las diversas instancias federales, a lo que el presidente solo pudo reafirmar sus preocupaciones al no proporcionar una respuesta concreta.

Murillo Karam, en una entrevista sobre los avances de las investigaciones, declaró que los jóvenes fueron asesinados e incinerados en la parte baja del basurero de Cocula, asegurando que el fuego duró lo suficiente para incinerar los cuerpos, que luego fueron metidos en bolsas y arrojados al Río San Juan. Sin embargo, estas afirmaciones carecían de evidencias sostenibles.

El Equipo Argentino de Antropología Forense, al denunciar las mentiras en las declaraciones oficiales, fue excluido de las investigaciones. A pesar de esto, los padres y demás estudiantes normalistas rechazaron las declaraciones y las investigaciones de las autoridades federales.

La declaración del procurador, Jesús Murillo Karam, y del funcionario Tomás Zerón sobre los hechos y los cuerpos hallados fue denominada “la verdad histórica”, una versión muy cuestionada y conocida popularmente como “la mentira histórica”.

Desaparición forzada

Por las diversas hipótesis antes pronunciadas y versiones contadas en testimonios, y “confesiones” hechas por distintas personas, sobre todo por las fuertes vinculaciones con el grupo de “Guerreros Unidos” y el gobierno, el Grupo Interdisciplinario de Expertos Independientes (GIEI) pidió un peritaje para determinar los hechos y saber si realmente fueron como se contaron. Sin embargo, por las incongruencias e ideas sin lógica por parte del gobierno, además de las narrativas más acercadas a la realidad apuntaban a que había sido una desaparición forzada.

La desaparición forzada es un arresto, secuestro, detención, o cualquier otra forma de privación de la libertad no reconocida y realizada por agentes del Estado, es decir, hecha por servidoras o servidores públicos, o bien, por personas o grupos que actúen con la autorización, el apoyo o la aprobación del Estado. La desaparición forzada se caracteriza por la negación de las autoridades a reconocer dicha privación de la libertad y por la ocultación de información sobre la suerte o el paradero de la persona desaparecida, evitando así que la víctima pueda ser protegida por las leyes (Secretaría de Gobernación, 2016, párr.3).

Por las diversas hipótesis antes pronunciadas y versiones contadas en testimonios, y “confesiones” hechas por distintas personas, sobre todo por las fuertes vinculaciones con el grupo de “Guerreros Unidos” y el gobierno, el Grupo Interdisciplinario de Expertos Independientes (GIEI) pidió un peritaje para determinar los hechos y saber si realmente fueron como se contaron.

Esto resulta ser un problema muy grande, pues es un crimen impune, y que muchos de los casos simplemente se quedan en una desaparición más que o simplemente no puede ser resuelta por el crimen tan grave ocultado por el estado o queriendo poner excusas y es cuando aparecen las llamadas “cortinas de humo”, porque la verdad es que cualquier otro tipo de excusa o cualquier otra “verdad” es mejor que la desaparición forzada. Este delito es castigado a nivel federal por el Código Penal Federal en el artículo 2015 que prevé los casos y las sanciones cometidas en esta violación.

Desaparición forzada en Iguala:

Víctima	Fecha de desaparición	Lugar de desaparición	Edad	Sexo	Ocupación	Presunto responsable
1	27/12/2013	Iguala	24	Masculino	Albañil	Fue buscado previamente por supuestos agentes estatales
2	12/01/2014	Iguala	37	Masculino	Expolicía Federal	Policía de la PGR
3	19/02/2014	Iguala	33	Masculino	Taxista	Policías Preventivos de Iguala
4	25/02/2014	Iguala	34	Masculino	Afanador	Policía Municipal
5	S/D	S/D	S/D	Masculino	S/D	Policía Municipal de Iguala
6	S/D	Iguala	S/D	Masculino	S/D	Policía Municipal de Telooloapan

Memoria obtenida de Valencia et al.

La desaparición forzada afecta no solo a la persona desaparecida, sino también a sus familiares y allegados, como sucedió con los estudiantes de Ayotzinapa. Una de las evidencias más claras de que la “verdad histórica” no era real fue la renuncia del procurador general de la República tras presentar dicha versión.

Desistimiento de la verdad histórica y pronunciamientos de órganos nacionales e internacionales

El GIEI fue creado por la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) en acuerdo con el Estado mexicano y las familias de las víctimas, para esclarecer el caso y asistir a las familias de los normalistas (Comisión Nacional de Derechos Humanos, s.f.). El 9 de septiembre de 2016, la CIDH anunció la primera fase de implementación del mecanismo de seguimiento especial a la medida cautelar 409/14, otorgada en relación con los estudiantes desaparecidos, con el propósito de seguir las recomendaciones del GIEI en sus dos informes (Comisión Nacional de Derechos Humanos, s.f.).

El GIEI, al comenzar su investigación, se dio cuenta del sufrimiento de los familiares y de las peticiones que se hacían, moviéndose para encontrar una verdad coherente con los hechos. En su primer informe, mencionaron que incinerar un solo cuerpo requiere una gran cantidad de madera y al menos 12 horas, lo que hacía inconsistente la versión de que 43 cuerpos fueron quemados en un basurero en tan poco tiempo y con tan poco combustible, además de que estaba lloviendo intensamente, lo que habría impedido generar un fuego tan grande. Concluyeron que la narrativa del exprocurador no era verosímil.

Otra prueba de que la “verdad histórica” era falsa fue el hallazgo por el EAAF de un pedazo de

El GIEI también descubrió que los autobuses estaban siendo rastreados desde que salieron con los estudiantes. Al rastrear los teléfonos de los jóvenes, se percataron de que estuvieron en el batallón 27 de infantería antes de dejar de ser rastreados, aunque nunca pudieron investigar el área ni a los militares.

árbol quemado mucho antes en el lugar donde supuestamente habían incinerado a los normalistas. Si el fuego hubiera sido reciente, ese trozo también se habría quemado.

Otras debilidades de la PGR incluían videos no considerados, testimonios de choferes de autobuses ignorados y declaraciones de militares que fueron ocultadas. Por ejemplo, el General del batallón 27 de infantería admitió haber enviado a militares vestidos de civiles a las calles, una información que también fue ocultada a las familias.

El GIEI también descubrió que los autobuses estaban siendo rastreados desde que salieron con los estudiantes. Al rastrear los teléfonos de los jóvenes, se percataron de que estuvieron en el batallón 27 de infantería antes de dejar de ser rastreados, aunque nunca pudieron investigar el área ni a los militares. Este hecho refuerza la implicación del cuartel militar de Guerrero, ya que no es fácil desaparecer a 43 personas sin conocimiento gubernamental.

Diversos reportes, testimonios, documentales, entrevistas, libros y páginas web indican que esa noche, el Centro de Comando, Control, Comunicación y Cómputo, rastreó no a los estudiantes, sino a los autobuses, específicamente los dos últimos en los que viajaban los normalistas desaparecidos. La conclusión fue que esos autobuses transportaban un cargamento de cocaína, y el objetivo era recuperar esa mercancía. Sin embargo, es improbable que un grupo de narcotraficantes pudiera ordenar atacar a 100 estudiantes. Lamentablemente, las investigaciones del GIEI finalizaron sin resolver completamente el caso.

Repercusiones de Ayotzinapa y crimen de Estado

En diciembre de 2018, el presidente Andrés Manuel López Obrador creó la Comisión para la Verdad y el Acceso a la Justicia en el Caso de Ayotzinapa, con el propósito de reabrir el caso y así alcanzar un veredicto y una verdad definitiva, como lo expresa la propia comisión acerca de aquella noche trágica.

El 18 de agosto de 2022, Alejandro Encinas, presidente de la Comisión, se reunió con los familiares de los estudiantes desaparecidos y presentó los avances de la investigación. Aseguró que la desaparición “constituyó un crimen de Estado en el que participaron integrantes del grupo delictivo Guerreros Unidos y agentes de diversas instituciones del Estado mexicano”. Asimismo, mencionó que durante el proceso 26 personas, en su mayoría integrantes de Guerreros Unidos, fueron ejecutadas, lo cual ha resultado en la pérdida de valiosa



información para la investigación (Comisión Nacional de Derechos Humanos, s.f., párr. 3).

Al día siguiente, el 19 de agosto, la Fiscalía General de la República (FGR) anunció la detención del exprocurador general de la República, Jesús Murillo Karam, presunto responsable de los delitos de tortura, desaparición forzada y obstrucción de la justicia en este caso. Murillo Karam se convirtió así en el primer exprocurador detenido por las autoridades federales (Comisión Nacional de Derechos Humanos, s.f., párr. 13).

Además, la comisión informó lo que los familiares, el grupo de expertos y gran parte de la sociedad ya sospechaban: este acto de impunidad, uno de los peores casos de violación de derechos humanos, fue un crimen de Estado, tal como lo reconoció el presidente Andrés Manuel López Obrador. Sin embargo, en las reuniones con los padres de los normalistas, no se presentó otro informe que no fuera este, aunque se mencionaron posibles capturas de pantalla con información que podría aportar nuevas pistas sobre el caso. Estas no se revelaron públicamente hasta ser mostradas a los familiares.

Conclusiones

A nueve años de la desaparición de los estudiantes, el gobierno y el presidente solo han confirmado lo que la mayoría de las personas y los familiares de los jóvenes ya sabían: que fue un crimen de Estado. Sin embargo, tuvieron que pasar nueve años y un cambio de administración presidencial para que se reconociera formalmente. Entonces, ¿cuánto tiempo más tendrá que pasar para que se haga justicia para las familias de los jóvenes?

Es importante cuestionar las omisiones de las autoridades ante estos delitos, ya que, a pesar de los esfuerzos de los familiares de los normalistas, están agotados de tantas injusticias. ¿Realmente debemos vivir en un mundo donde las personas desaparecidas quedan

en casos cerrados sin encontrar a los culpables?

Para que haya justicia, primero debe haber verdad, y para que haya verdad, se necesitan investigaciones exhaustivas, declaraciones por parte de las autoridades y dejar de encubrir documentos, videos y otros elementos que determinen lo que realmente sucedió esa noche. En informes de la Comisión para la Verdad se afirmó que tales evidencias existen y que el gobierno las está ocultando. Lo que mantiene viva esta investigación es el amor de los padres a sus hijos desaparecidos. Mientras ellos los mantengan en su memoria y nosotros en la nuestra, siempre nos faltarán 43 jóvenes.

Bibliografía

- Centro Internacional para la Promoción de los Derechos Humanos. (s.f.). Marcha por la Desaparición Forzada de los 43 normalistas de Ayotzinapa. CIPDH. <https://www.cipdh.gob.ar/memorias-situadas/lugar-de-memoria/ayotzinapa/>
- Comisión Nacional de Derechos Humanos. (s.f.). Desaparición de 43 estudiantes de la Escuela Normal Rural "Raúl Isidro Burgos", Ayotzinapa. CNDH. <https://www.cndh.org.mx/noticia/se-crea-la-comision-para-la-verdad-y-el-acceso-la-justicia-en-el-caso-ayotzinapa-lucha>
- Comisión Nacional de Derechos Humanos. (s.f.). Se crea la Comisión para la Verdad y el Acceso a la Justicia en el Caso Ayotzinapa. Lucha contra la tortura y la desaparición forzada y por el derecho a la verdad. CNDH. <https://www.cndh.org.mx/noticia/se-crea-la-comision-para-la-verdad-y-el-acceso-la-justicia-en-el-caso-ayotzinapa-lucha>
- Secretaría de Gobernación. (22 de diciembre de 2016). ¿Qué es la desaparición forzada? Gobierno de México. <https://www.gob.mx/segob/articulos/que-es-la-desaparicion-forzada?idiom=es>
- Valencia, A., Buitrago, A., Beristaín, C., Paz, C., Baile, P., Cox, F. (s.f.). Informe Ayotzinapa. Senado. [Informe_ayotzinapa.pdf \(senado.gob.mx\)](https://www.senado.gob.mx/informe_ayotzinapa.pdf)



Impacto del estrés laboral y burnout del docente en el desempeño de los alumnos

Arturo Antonio Centeno García

Doctor en Educación. Docente de UNIVA, Campus Lagos de Moreno.

La docencia es una profesión noble que involucra no solo el hecho de impartir clases, sino también el de transformar vidas y formar seres humanos. No solo implica ser experto en una materia, sino también desarrollar las habilidades básicas para poder transmitir el aprendizaje.

Resumen

El presente artículo es una recopilación de investigaciones educativas relacionadas con el estrés laboral y burnout de los maestros. Se exponen los factores que lo generan, así como sus principales características. Se analiza el impacto del docente con burnout en el desempeño académico de los alumnos y las acciones que han tomado las instituciones educativas para prevenir este síndrome.

Palabras clave: Estrés laboral | Educación | Burnout | Docente | Desempeño académico.

Impact of teacher job stress and burnout on student performance.

Summary

This article presents a compilation of educational research focused on job stress and burnout syndrome in teachers. The triggers and main characteristics of this phenomenon are explored. The impact of burnout on students' academic performance and the measures adopted by educational institutions to prevent it are examined.

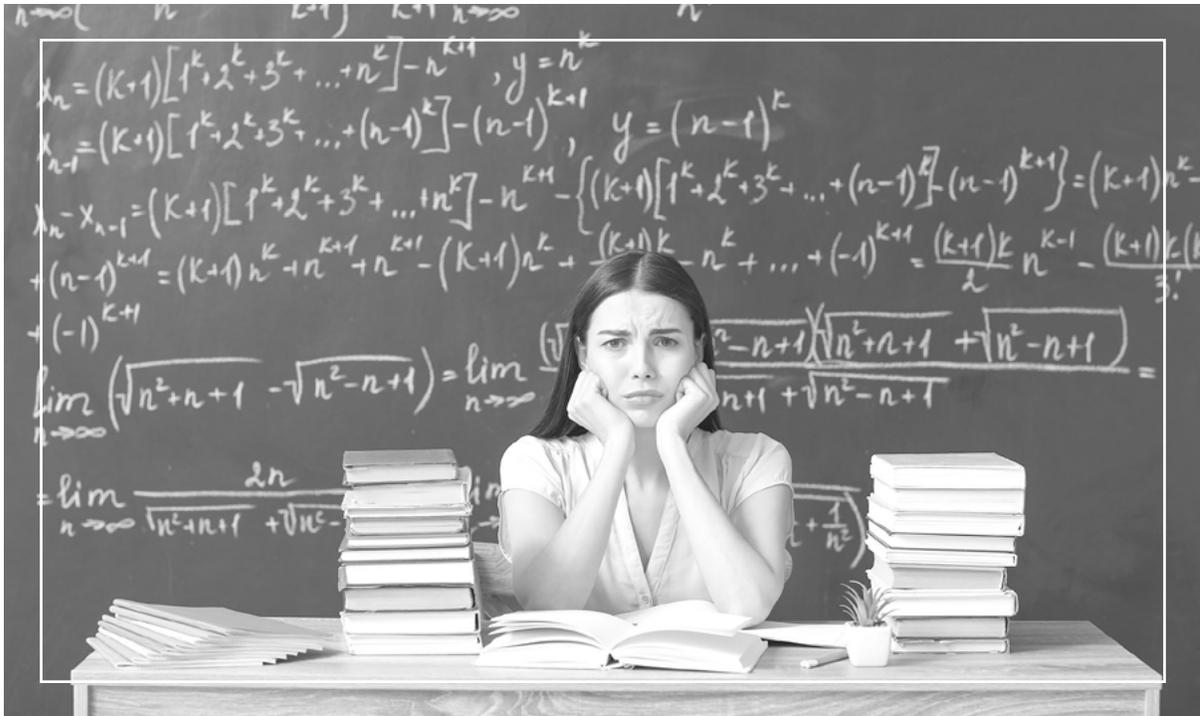
Keywords: Job stress | Education | Burnout | Teacher | Academic performance.

Impact du stress professionnel et du burnout chez les enseignants sur la performance des élèves

Résumé

Cet article présente une compilation de recherches éducatives axées sur le stress professionnel et le syndrome du burnout chez les enseignants. Les facteurs déclencheurs et les caractéristiques principales de ce phénomène sont explorés. L'impact du burnout sur la performance académique des élèves est examiné, ainsi que les mesures adoptées par les institutions éducatives pour le prévenir.

Mots clés: Stress professionnel | Éducation | Burnout | Enseignant | Performance académique.



Estar frente a un salón de clases con alumnos que necesitan aprender puede ser una de las experiencias más agradables y satisfactorias para muchas personas. Sin embargo, para otros, puede ser una de las experiencias más difíciles y complicadas. Vale la pena preguntarse: si es una experiencia difícil y complicada, ¿por qué seguir practicando la docencia?

La docencia es una profesión noble que involucra no solo el hecho de impartir clases, sino también el de transformar vidas y formar seres humanos. No solo implica ser experto en una materia, sino también desarrollar las habilidades básicas para poder transmitir el aprendizaje.

Existen docentes que, aunque no sean expertos en determinado tema, fomentan el aprendizaje y generan en los alumnos las ganas de aprender. Y hay otros que pueden ser muy conocedores de lo que hablan, pero no tienen la vocación de enseñar. Esto puede ser un factor que genera situaciones de estrés para quienes se dedican a la docencia. El hecho de ver que sus alumnos no aprenden o no se sienten motivados por lo que se enseña en la clase es un factor muy importante para generar estrés laboral en los maestros.

El estrés laboral, propiciado por muchos factores dentro y fuera de las instituciones educativas, conlleva un bajo desempeño académico en los estudiantes. A su vez, este bajo desempeño genera estrés en los maestros que, al impartir sus clases, no lo hacen de manera efectiva por estar en situaciones de presión

y cansancio, lo que Maslach (2003) definió como síndrome de burnout.

Un maestro sin vocación para enseñar es más susceptible a desarrollar estrés laboral y, por lo tanto, burnout. Además, el desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación exige una constante actualización de los maestros, lo que también genera estrés y preocupación de índole laboral para los docentes. Las circunstancias fuera del control de las personas, en este caso de los maestros, son generadoras de estrés, ansiedad, fatiga y el síndrome de burnout.

A pesar de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) alertó acerca del incremento de los trastornos psiquiátricos en la población económicamente activa, el deterioro de la salud mental aún no ha sido vinculado al entorno socio-laboral (Sieglin et al., 2007). Esto es preocupante, ya que los docentes tienen como principal herramienta de trabajo su cuerpo y su mente; si no tienen una adecuada salud mental, su desempeño no será óptimo.

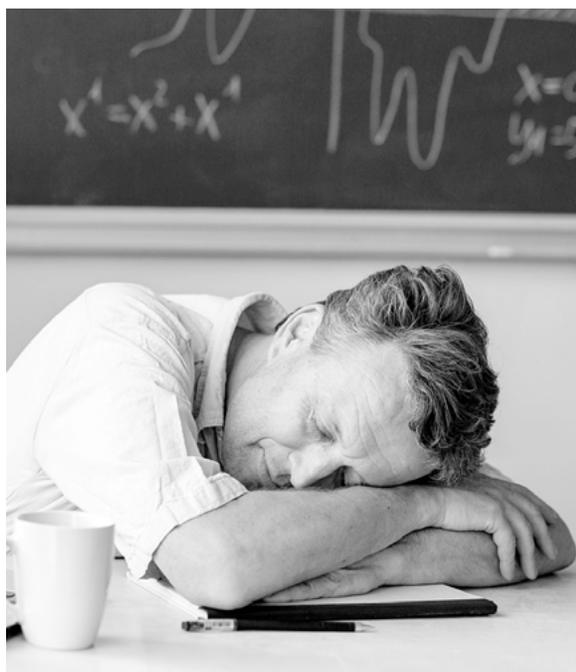
La Organización Internacional del Trabajo (OIT) reconoce el estrés laboral como un riesgo emergente derivado de las nuevas condiciones de empleo en el mundo, cuyo costo es la salud mental de los trabajadores. Afecta la productividad, la permanencia en el puesto de trabajo y genera altos niveles de ausentismo (Acosta-Fernández et al., 2019). Un salón de clases sin maestro será un lugar donde los alumnos carezcan de la guía necesaria para su aprendizaje.

En este sentido, si el estrés laboral genera ausentismo de maestros, podemos concluir que también generará bajo desempeño en los alumnos.

Díazgranados et al. (2006) define el malestar docente como una serie de efectos permanentes de carácter negativo que afectan la personalidad de los maestros como consecuencia de condiciones psicológicas y sociales que influyen en el desempeño de los docentes. Por ello, podemos definir el malestar docente a partir de las condiciones psicosociales en las que está inmerso.

Las emociones no controladas son el primer paso para desarrollar estrés laboral, burnout y malestar docente. Los estados emocionales se relacionan con un conjunto de actitudes y sentimientos que la persona adopta como resultado de los eventos que ocurren en su ambiente social. En este sentido, emociones como el estrés son experimentadas de manera individual y subjetiva por cada persona de acuerdo al contexto psicosocial en el que se desenvuelve (Casimiro Urcos et al., 2020).

El estrés es común en la vida diaria de los humanos, ya que todos han experimentado estrés en algún punto de su vida debido a diversas circunstancias. Casimiro Urcos et al. (2020) menciona que, con situaciones de crisis como la generada por el Covid-19, el estrés en la sociedad se agudizó. Tener estrés es parecido a una fuerte presión y un sentimiento de frustración cuando nos encontramos en situaciones en las que es muy difícil mantener el control de las circunstancias.



Las instancias gubernamentales y el personal directivo de las instituciones educativas deben tomar cartas en el asunto respecto al desarrollo del estrés laboral y burnout en los maestros. En México, la salud mental de los docentes parece ser un tabú en las políticas educativas.

Para afrontar el estrés que las crisis provocan, es necesario desarrollar el concepto de resiliencia, fundamental para superar las situaciones que dan la sensación de pérdida del control que provoca el estrés y pueden desembocar en burnout (Casimiro Urcos et al., 2020). Los profesores con poca capacidad de resiliencia son más propensos a desarrollar estrés laboral al tomarse más a pecho algunas actitudes y comportamientos, tanto de los alumnos como de los compañeros o de los padres de familia, que pueden desencadenar el burnout. También, las circunstancias externas que se salen del control de los profesores son generadoras de estrés, como la pandemia de Covid-19.

La situación causada por la pandemia fue un factor generador de estrés en las personas; y los alumnos y maestros no están exentos de este fenómeno. Así lo demuestra un estudio realizado por Casimiro Urcos et al. (2020), en el que se encontró que un gran porcentaje de los profesores tuvieron manifestaciones inapropiadas de estrés como resultado del aislamiento social debido al Covid-19.

Las instancias gubernamentales y el personal directivo de las instituciones educativas deben tomar cartas en el asunto respecto al desarrollo del estrés laboral y burnout en los maestros. En México, la salud mental de los docentes parece ser un tabú en las políticas educativas. Es una problemática que ha sido identificada como preocupante por las autoridades educativas de países con un nivel educativo más alto que México (Sieglin et al., 2007).

El burnout es definido como un síndrome psicológico que ocurre en profesionales que trabajan en relaciones de ayuda hacia otras personas (Chávez et al., 2007). El trabajo de los docentes consiste principalmente en entablar adecuadas relaciones en el proceso

enseñanza-aprendizaje con los alumnos, con el personal directivo, con colegas y con padres de familia. Por lo tanto, los docentes tienen altas probabilidades de desarrollar el síndrome de burnout, como lo afirma Vidal Martínez et al. (2010).

El burnout es una respuesta natural de los seres humanos al estrés laboral crónico cuando el profesional interactúa en un ambiente de trabajo donde las demandas exceden los recursos individuales (Díazgranados, 2006). En este sentido, podemos entender que los profesores que desarrollan burnout se sienten sobrecargados de trabajo, de tal forma que no pueden sobrellevarlo con sus capacidades y sus tiempos.

El síndrome incluye manifestaciones mentales, físicas y conductuales. Por ejemplo, sentimientos de vacío, agotamiento, fracaso, impotencia, baja autoestima y pobre realización personal. En las manifestaciones físicas se encuentran cefaleas, insomnio, alteraciones gastrointestinales y taquicardia, entre otras. Y en las manifestaciones conductuales están el bajo rendimiento personal, el distanciamiento afectivo de los compañeros de trabajo y los conflictos interpersonales en el trabajo y con la familia (Díazgranados et al., 2006).

De acuerdo con Vidal Martínez et al. (2010), el síndrome de burnout se produce como consecuencia de los rápidos cambios científicos y tecnológicos que tienen lugar en el siglo XXI. Estos cambios profundos, además de la globalización económica, la competencia y el mercado, influyen en la aparición de las características principales del burnout y en el descenso en la satisfacción del logro personal o profesional. Este último es un parámetro de manifestación del burnout de acuerdo con Maslach (2003).

Los principales síntomas del síndrome son la sensación de estar enfermo, pérdida de memoria, desorganización del pensamiento, sensación de injusticia, agresividad, conflictividad con los miembros del equipo de trabajo, aislamiento, pérdida de energía vital, quejas acerca de que el trabajo es pesado y sin sentido, y experimentar la sensación de que la gente con la que trabaja le quita energía. Estas quejas son presentadas por muchos profesores alrededor del mundo. Así lo demuestran estudios realizados en Europa y Estados Unidos descritos en Cornejo Chávez et al. (2007), donde se reporta la validez del modelo trifactorial de Maslach.

El modelo trifactorial de Maslach (2003) consiste en la descripción de tres parámetros característicos para analizar el nivel de burnout en las personas, en este caso de los docentes. El primero de ellos es el agotamiento emocional, seguido de la despersonalización y la sensación de bajo logro profesional. El agotamiento emocional está altamente asociado con la respuesta de estrés. Por lo regular, el estrés motiva a las personas a actuar. Pero, como definen varios autores, existe un estrés negativo que, más que movilizar, detiene las energías de las personas. Este tipo de estrés es precisamente el causante del burnout. Así lo describe Cornejo Chávez et al. (2007) cuando expresa que el trastorno de salud mental con mayor presencia entre profesores es la depresión, y tiene mucha correlación con altas puntuaciones en el burnout.

La depresión afecta más a los profesores de mayor edad y a aquellos que han perdido la esperanza de poder modificar su entorno laboral. Los maestros con menor experiencia laboral experimentan mayores niveles de ansiedad debido a la complejidad del proceso





de enseñanza, cuyas habilidades apenas están adquiriendo. Otro factor que favorece los malestares psicosociales en los maestros jóvenes es la incertidumbre de alcanzar las metas propuestas desde la universidad (Sieglin et al., 2007).

Las dolencias más comunes debido al burnout son la fatiga, dolores musculares, trastornos en la voz y problemas respiratorios. En el ámbito psicológico, las principales evidencias de malestar que presentan los maestros son dificultades en la concentración, pérdida de memoria y trastornos del sueño (Diazgranados et al., 2006).

Los síntomas presentados son experimentados por el profesor como una respuesta a estímulos estresores y derivan en el surgimiento de otros problemas en el trabajo, como escasa productividad, ausentismo, relaciones negativas con otros y una autoevaluación negativa (Marengo-Escuderos et al., 2016).

Desde mediados del siglo XX, Cruz (1949), citado por Sieglin et al. (2007), alertó acerca de la salud mental de los mentores y consideró que los sentimientos de inferioridad e inseguridad de los maestros de esa época surgían a causa de relaciones sociales en el salón de clase y se podían superar a través de cursos de capacitación.

Maki (1979), también citado por Sieglin et al. (2007), sostuvo que los problemas de salud mental en el siglo XX se debieron a dificultades de adaptación en el trabajo y en la escuela; propuso ayudar a los maestros a través de cursos de capacitación para mejorar las relaciones entre padres y maestros.

A mediados de los años sesenta, la salud mental de los profesores se identificó como un problema serio de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la escuela y para el desarrollo de los alumnos. En 1980,

Freudenberger & Richardson observaron la pérdida de entusiasmo por parte de los maestros en torno al trabajo educativo y lo describieron como agotamiento emocional o burnout. Posteriormente, en 1981, Maslach y Jackson ampliaron el concepto de burnout diferenciándolo en tres niveles: 1) La despersonalización, entendida como distanciamiento del sujeto con relación a los demás; 2) La devaluación del trabajo propio y la disminución del compromiso personal hacia su trabajo; y 3) El agotamiento emocional, expresado a través de un vacío emocional, estrés laboral, irritabilidad, tristeza y disminución de la autoestima (Sieglin et al., 2007).

A mediados de los 90, Schaarschmidt (2001), citado por Sieglin et al. (2007), amplió la discusión y diferenció entre dos tipos de síndrome observados en los maestros: el primero en el plano afectivo, a través de actitudes de resignación y sufrimiento, reducido compromiso con el trabajo y actitudes hacia los demás. En el entorno laboral, estos profesores presentan trastornos del sueño, pesadillas frecuentes y poca capacidad para distanciarse de los problemas ligados con el trabajo. El segundo grupo se integra por maestros que demuestran un compromiso laboral muy por encima de la media. Muestran una tendencia a asignarse a sí mismos niveles de exigencia muy elevados y poca capacidad de distanciamiento frente a los problemas laborales cotidianos.

Los docentes están expuestos a condiciones capaces de generar estrés e incluso afectar su salud mental. Por ello, las alteraciones y malestares como el estrés, la angustia, la ansiedad y el burnout no son condiciones extrañas para los profesores. La propia naturaleza de su trabajo constituye una fuente de estrés. Así lo expresa Marengo-Escuderos et al. (2016).

Hay autores que consideran que el burnout no es consecuencia del desgaste producido por un intenso trabajo entre el docente y los alumnos, sino más bien de las condiciones de trabajo que ofrece la organización (Sieglin et al., 2007). Es importante que, cuando se analiza el desarrollo de burnout y estrés laboral en los maestros, se tome en consideración el medio ambiente en el que se desenvuelven, las condiciones de infraestructura con buena iluminación y adecuados espacios de trabajo, así como las relaciones interpersonales entre colegas, con el personal directivo, con los alumnos y, por supuesto, con los padres de familia.

En un estudio realizado por Marengo-Escuderos et al. (2016) se encontró un mejor rendimiento frente al burnout por parte de los profesores que tienen una familia conyugal, es decir, esposa(o) e hijos. Quienes no tenían hijos mostraron más problemas de salud mental. Esto permite tomar en consideración que, cuando se tiene una familia, el estrés laboral se hace más llevadero y susceptible de ser controlado por los profesores.

Las cargas excesivas de trabajo, así como las horas extras, son un factor que genera el desarrollo de estrés laboral y malestar psicosocial en los docentes. Así lo demuestra el estudio de Marengo-Escuderos et al. (2016). Trabajar durante más de 8 horas diarias es un factor que genera burnout y altera la salud mental de los profesores.

Los docentes, al estar inmersos en un mundo laboral donde la principal actividad es el trato directo con seres humanos -en este caso los alumnos- están expuestos a desarrollar el síndrome de burnout (Maslach, 2003). La naturaleza del trabajo del maestro implica la interacción directa con seres humanos: con



alumnos, padres, personal directivo y colegas. Así que, si algún maestro desarrolla estrés laboral o síndrome de burnout, la fuente generadora será el contexto psicosocial en el que se desarrolle. Por ejemplo, el control de la disciplina con los alumnos, la relación con los administrativos o la falta de material para trabajar adecuadamente en sus clases.

El malestar de los docentes, de acuerdo a Cornejo Chávez et al. (2007), proviene de los obstáculos que les presenta la administración escolar o de aspectos relacionados con el mantenimiento de la disciplina, la desmotivación de los alumnos y la falta de materiales de apoyo para el trabajo, así como las presiones de tiempo, el exceso de trabajo administrativo, el descenso en la valoración social del rol del docente, la pérdida de control y autonomía en el trabajo y la falta de apoyo entre colegas.

Maslach (2003) concluyó que, a mayor nivel de demanda laboral y menor grado de control sobre el propio trabajo, se eleva el nivel de malestar de los docentes y disminuyen los niveles de satisfacción labo-





ral. Esto quiere decir que un maestro con sobrecarga de trabajo se siente despersonalizado en sus funciones y menos satisfecho con su labor diaria. La clave para que un maestro se sienta satisfecho con su trabajo no es sobrecargarlo de funciones, sino que realice tareas de acuerdo a sus capacidades y a sus tiempos de manera más efectiva, para que sienta una realización personal y profesional.

Este mismo estudio concluyó que las mujeres presentan mayor nivel de agotamiento emocional a diferencia de los hombres, y los varones presentan mayor nivel de despersonalización a diferencia de las mujeres. También concluyen que los profesores más jóvenes, los de mayor edad y los que se desempeñan en niveles de educación superior evidencian mayores niveles de estrés y burnout. Se puede llegar a la conclusión de que los profesores jóvenes, por el interés de desarrollo profesional y personal, se esfuerzan demasiado en su trabajo hasta llegar al grado de generar estrés laboral por mantener una imagen de profesionalismo. Los maestros de mayor edad pueden ser más susceptibles al estrés debido a la necesidad de estar constantemente actualizándose y adaptándose a los cambios que la sociedad y los alumnos exigen. Asimismo, los docentes en educación superior pueden estar más estresados debido a la exigencia en el pensamiento de alumnos universitarios que tienen un sentido crítico y un pensamiento abstracto más desarrollado que en otros niveles educativos.

Los profesores suelen experimentar una alta presión por ser “perfectos” para los padres de familia y compañeros. El hecho de esforzarse por conseguir esta perfección mostró una correlación sustancial en un estudio realizado en 2010 por Vidal Martínez et al., en el cual se encontró que los profesores que se esfuerzan por ser “perfectos” reaccionan negativamente cuando no logran resultados perfectos. La alta exigencia, no

Este mismo estudio concluyó que las mujeres presentan mayor nivel de agotamiento emocional a diferencia de los hombres, y los varones presentan mayor nivel de despersonalización a diferencia de las mujeres.

solo del personal directivo o de los alumnos, sino del propio profesor hacia sí mismo, es un factor determinante para el desarrollo de estrés laboral y burnout.

En este mismo estudio, Vidal Martínez et al. (2010) encontró que los profesores con burnout reportaron síntomas físicos como insomnio, dolor de cabeza, fatiga e irritabilidad. Esto se convierte en motivo de ausencia a las clases y, por ende, menor desempeño académico por parte de los alumnos.

Los profesores del estudio reportaron que el 50 % de su tiempo libre lo dedican a tareas instruccionales y cuestiones de su labor docente, más que a su familia o a sus pasatiempos.

Los docentes que no tienen vocación son los que experimentan mayores dificultades para asumir las cargas y presiones laborales propias de la docencia (Diazgranados, 2006). De por sí, el trabajo como docente es pesado, estresante y generador de ansiedad. Si sumamos que la persona que lo ejerce no tiene el gusto por impartir clases, por enseñar a otros, por interactuar con los alumnos, con los otros docentes y con los padres de familia, es muy probable que desarrolle estrés laboral y burnout.

El mismo estudio de Diazgranados (2006) describió que muchas personas tienen la idea de que,



independientemente de las dificultades que un maestro pueda tener, está obligado a cumplir con su labor de manera satisfactoria y sin esperar retribuciones o beneficios personales a cambio. El hecho de que las personas, incluidos los alumnos, los padres de familia y el personal directivo, vean al maestro como alguien que puede dar mucho y recibir poco, también es generador de estrés y ansiedad para los docentes.

Relatos de maestros que han padecido de burnout demuestran que consideran que tienen que realizar de todo y para todos en las escuelas. Por ejemplo: “yo puedo implementar un taller, lo diseño en mi casa”; “no hay fotocopias, yo las pago”; “no hay libros, yo les dicto a los alumnos”. Además, los maestros consideran que fungen roles de papá, de enfermeros, de médicos y de psicólogos. Esta sobrecarga de trabajo es generadora de burnout (Diazgranados et al., 2006).

En cuestión de insatisfacción personal, los maestros con burnout muestran la tendencia a criticar al personal administrativo, a quejarse de que la biblioteca no tiene suficiente material y a expresar que no ganan lo suficiente. Por lo tanto, no sienten la realización personal y profesional (Diazgranados et al., 2006). De acuerdo a este estudio, podemos pensar que un maestro quejumbroso y poco propositivo seguramente está bajo los efectos del síndrome de burnout.

En Sieglin et al. (2007), casi la mitad de los maestros sufrió de forma crónica de alguna dolencia, situación que disminuye el bienestar psicofísico y la calidad de vida de las personas afectadas. Pareciera que los maestros se acostumbran a vivir con algún tipo de dolencia gran parte de su vida como si fuera normal.

El mobbing o acoso psicológico en los docentes también es un causante de estrés. Como lo reporta

El mobbing o acoso psicológico en los docentes también es un causante de estrés. Como lo reporta el estudio de Tamayo García (2014), el 14 % de los docentes presentó bajo estado de ánimo y depresión, mientras que el 3 % presentó dolores de cabeza; un 7 % llanto y ganas de llorar; y un 6 % asumió el problema de salud mental alejándose de toda actividad y relaciones sociales.

el estudio de Tamayo García (2014), el 14 % de los docentes presentó bajo estado de ánimo y depresión, mientras que el 3 % presentó dolores de cabeza; un 7 % llanto y ganas de llorar; y un 6 % asumió el problema de salud mental alejándose de toda actividad y relaciones sociales. Del mismo modo, el 2 % de los maestros presentó irritabilidad, otro 2 % sentimientos de inseguridad e incluso el 1 % presenta ideas suicidas; y el 63 % de los maestros evaluados reportó haber sido víctima de algún maltrato psicofísico que les generó estrés y malestar psicosocial.

Cabe resaltar que el 47 % de estos docentes (Tamayo García et al., 2014) refirieron que los generadores de violencia y estrés laboral son las autoridades y directivos de la institución educativa. Parece que la percepción de los maestros de sentirse infravalorados por las autoridades de sus instituciones

educativas es un factor importante en el desarrollo de estrés laboral y burnout.

Los individuos pueden reducir el burnout a través del proceso de socialización y de la interacción con el ambiente. Por ello, Vidal Martínez (2010) recomienda practicar ejercicio, realizar actividades recreativas y hobbies o técnicas de meditación, así como métodos de reducción del estrés. Sería interesante que en las escuelas se dedicara un tiempo prefijado de socialización entre maestros y un espacio para actividad física. Esto con la intención de reducir los riesgos a padecer el síndrome de burnout o estrés laboral.

La insatisfacción laboral y el burnout, características de algunos maestros, tienen su origen en la conducta disruptiva de los estudiantes (Otero-López, 2009). Otro factor importante es la falta de motivación de los estudiantes, los cambios en los contenidos curriculares, el aumento de las responsabilidades de los maestros y la excesiva burocratización de la enseñanza.

El estudio de Sieglin et al. (2007) evidenció que las condiciones organizacionales, las preocupaciones profesionales y las quejas por falta de reconocimiento profesional fueron los factores que afectaron en mayor medida a los maestros jóvenes (de 22 a 31 años de edad). Por su parte, los profesores mayores de 45 años mostraron menos vulnerabilidad.

En el mismo estudio se encontró que el bajo nivel salarial, un número elevado de estudiantes por maestro, la sobrecarga laboral, los conflictos de rol, el grado de participación en la toma de decisiones, el nivel de retroalimentación de parte de colegas y superiores, los estilos y competencias administrativas de los directivos, la relación con los maestros, los problemas de conducta y disciplina estudiantil, la baja

motivación de los alumnos, el ausentismo, así como los niveles de rendimiento académico bajos son factores que generan estrés laboral en los docentes y pueden desencadenar burnout.

Los resultados obtenidos por Otero-López (2009) demuestran que los principales factores desencadenantes del burnout han sido: el hecho de tener que lidiar con alumnos que tienen problemas disciplinares, las dificultades para mantener la disciplina dentro del salón de clases, que los estudiantes están constantemente poniendo a los maestros a prueba y tener que tratar con los padres de los estudiantes disruptivos.

En Diazgranados et al. (2006) se encontró que el 76.7 % de los docentes considera que su horario de trabajo favorece su bienestar psicosocial y el 54 % considera que el volumen de tareas favorece su bienestar personal. Asimismo, factores como el tiempo de desplazamiento de su casa a la escuela, el tiempo con que cuentan para preparar el trabajo y el clima laboral en la institución también fueron evaluados de manera positiva. El 57 % de los maestros no estuvo de acuerdo en que el salario tenga un impacto positivo sobre su bienestar psicosocial, ya que están inconformes con lo que ganan. El 56 % consideró que el número excesivo de alumnos en las aulas también es un factor que genera malestar en los maestros, así como las oportunidades de ascenso laboral y los criterios de evaluación de los maestros.

El 56.5 % consideró que la infraestructura de la institución favorece su bienestar, y el 54 % opinó que los materiales y recursos pedagógicos con que cuenta la escuela benefician su bienestar laboral. Sin embargo, se encontró insatisfacción por la ausencia de espacios de integración, esparcimiento y reconocimiento



de la labor del docente. En las instituciones que cuentan con estos espacios, los docentes reportaron niveles de bienestar psicosocial más altos (Diazgranados et al., 2006). Asimismo, el 73.2 % señaló que las relaciones con sus colegas tienen un impacto positivo en su bienestar psicosocial y el 60 % consideró que las relaciones favorables con sus estudiantes también favorecen este estado de bienestar. El 62 % consideró que la calidad de las relaciones entre directivos y maestros favorece el bienestar psicosocial del docente.

Los maestros estuvieron de acuerdo en que la disciplina y el comportamiento de los alumnos dentro y fuera del aula, así como su motivación y el compromiso de sus familias con el aprendizaje y la situación socioeconómica, son factores que favorecen el malestar psicosocial. En este sentido, los docentes consideran que tanto las familias como la sociedad les han dejado la labor de solucionar una gran cantidad de problemas que exceden sus posibilidades reales de atención. Estos factores son detonantes del burnout (Diazgranados et al., 2006). Otro resultado importante de esta investigación es que, entre mejor evaluados sean los contextos que rodean el quehacer docente, mayor es la frecuencia con la que se experimentan emociones positivas como esperanza, autoconfianza, autorrealización y entusiasmo.

Estudios realizados en Alemania encontraron que el 40 % del magisterio se ve afectado por el síndrome de burnout, siendo un grupo integrado por mayor número de mujeres que de hombres, maestros divorciados y profesores que trabajan a tiempo parcial (Sieglin et al., 2007).

En 2003, Aldrete, citado por Sieglin (2007), detectó que, en México, específicamente entre 301 maestros del área metropolitana de Guadalajara, el



79.4 % mostró afectación por el burnout en la escala de Maslach (2003). De acuerdo a estos estudios, los maestros por contrato tienen mayores niveles de despersonalización en burnout que los maestros que cuentan con una base laboral definida.

Como se puede constatar con las investigaciones plasmadas en el desarrollo de este artículo, el síndrome de burnout, el estrés laboral de los maestros y el sentimiento de angustia y ansiedad que generan son una realidad en nuestros tiempos, donde la tecnología sigue avanzando constantemente y requiere que los maestros estén en constante actualización y capacitación.

El burnout es una realidad en todo el mundo y afecta principalmente a las personas que se dedican a trabajar directamente en el trato con seres humanos, en este caso, los docentes. La herramienta más importante que un maestro tiene para su labor es su cuerpo y su mente; si las descuida por causas psicosociales, se verá mermado su desempeño docente.

Los maestros que no estén preparados para estos cambios tan drásticos de nuestra época serán más propensos a desarrollar este síndrome y estrés laboral.



Asimismo, se encontró que las relaciones personales entre maestros también influyen en el desarrollo del estrés laboral y burnout. Otro aspecto muy importante señalado en la presente investigación es que los alumnos que tienden a retar al maestro en sus conocimientos y a ponerlos a dudar, también generan el desarrollo de este síndrome en los docentes.

A la sociedad también le corresponde comprender el rol del docente y que la sobrecarga de trabajo puede ser un generador de estrés laboral. Es común que los maestros se “echen al hombro” la responsabilidad de modificar todo el contexto social desde las instituciones educativas. Esta sobreexigencia por parte de la sociedad hacia los maestros es una causante del deterioro de la salud mental de los docentes.

Al mismo tiempo, los docentes tienen la carga de dar una buena imagen profesional y trabajar con esfuerzo para lograr sus metas. Si la imagen que están proyectando sobre sí mismos es superior a sus capacidades y limitaciones, es probable que los maestros se sientan angustiados, estresados y padezcan del síndrome de burnout.

Podemos concluir que se forma una especie de círculo vicioso: si el maestro tiene síndrome de burnout, el desempeño de los alumnos será bajo y, si el desempeño de los alumnos es bajo, se genera estrés laboral en el docente. Los maestros más jóvenes son más propensos al desarrollo del burnout debido a las expectativas profesionales que tienen ellos mismos hacia su profesión, así como la imagen profesional que proyectan hacia los demás, la despersonalización, las alteraciones emocionales y la poca satisfacción laboral. Estas son las tres características desarrolladas por Maslach (2003) para describir el síndrome de burnout que aqueja a los maestros alrededor del mundo.

Referencias

- Acosta-Fernández, M., Parra-Osorio, L., Burbano Molina, C., Aguilera Velasco, M., Pozos-Radillo, B. (2019). Estrés laboral, burnout, salud mental y su relación con violencia psicológica en docentes universitarios. *Revista Salud Uninorte*, vol. 35, núm. 3, 2019 Fundación Universidad del Norte. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81763959003>
- Casimiro Urcos, W., Casimiro Urcos, C. N., Barbachán Ruales, E. A. & Casimiro Urcos, J. F. (2020). Stress, Anguish, Anxiety and Resilience of University Teachers in the Face of Covid-19. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, vol. 25, núm. Esp.7, 2020 Universidad del Zulia, Venezuela. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27964362053>
- Cornejo Chávez, R. y Quiñónez, M. (2007). Factores asociados al malestar/bienestar docente. Una investigación actual. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 5(5),75-80. [fecha de Consulta 30 de Noviembre de 2020]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/revista.oa?id=551>
- Diazgranados, S., González, C. y Jaramillo, R. (2006). Aproximación a las problemáticas psicosociales y a los saberes y habilidades de los docentes del Distrito. *Revista de Estudios Sociales*, (23),45-55. [fecha de Consulta 1 de Diciembre de 2020]. ISSN: 0123-885X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/revista.oa?id=815>
- Marengo-Escuderos, A. D. y Ávila-Toscano, J. H. (2016). Burnout y problemas de salud mental en docentes: diferencias según características demográficas y sociolaborales. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 10(1),91-100. [fecha de Consulta 2 de Diciembre de 2020]. ISSN: 1900-2386. Disponible en: <https://www.redalyc.org/revista.oa?id=2972>
- Maslach, C. (2003). Job burnout: New direction in Research and Interventions. *American psychology Society*. Vol. 12, No. 5.
- Otero-López, J., Castro, C., Villardefrancos, E. y Santiago, María J. (2009). Job dissatisfaction and burnout in secondary school teachers: student's disruptive behaviour and conflict management examined. *European Journal of Education and Psychology*, 2(2),99-111. [fecha de Consulta 1 de Diciembre de 2020]. ISSN: 1888-8992. Disponible en: <https://www.redalyc.org/revista.oa?id=1293>
- Sieglin, y Ramos Tovar, M. (2007). Estrés laboral y depresión entre maestros del área metropolitana de Monterrey. *Revista Mexicana de Sociología*, 69(3),517-551. [fecha de Consulta 2 de Diciembre de 2020]. ISSN: 0188-2503. Disponible en: <https://www.redalyc.org/revista.oa?id=321>
- Tamayo García, M. R., Miraval Tarazona, Z. E. y Tamayo Calderón, M. (2014). Factores asociados al mobbing en docentes de la universidad nacional Hermilio Valdizán Huánuco – 2014. *Investigación Valdizana*, 8(2),11-14. [fecha de Consulta 2 de Diciembre de 2020]. ISSN: 1994-1420. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=586061891002>
- Vidal Martínez, F., Nicasio García, J. y Pacheco, D. (2010). El burnout en los profesores. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1),251-256. [fecha de Consulta 1 de diciembre de 2020]. ISSN: 0214-9877. Disponible en: <https://www.redalyc.org/revista.oa?id=3498>



Aplicación de la Escala de Demencia en dos centros de atención geriátrica

Claudia Marcela Cantú Sánchez

Profesor de Tiempo Completo. Doctorante en Desarrollo Humano, Departamento de Enfermería y Obstetricia. División de Ciencias de la vida, Universidad de Guanajuato, México. Línea de Investigación Prevención y estados crónicos del adulto.

Ma. Gloria Vega Argote

Profesor de Tiempo Completo. Departamento de Enfermería y Obstetricia de Irapuato. División de Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato. México. Línea de Investigación Prevención y estados crónicos del adulto.

Gerardo Ruvalcaba Palacios

Profesor de Tiempo Completo. Departamento de Enfermería y Obstetricia de Irapuato. División de Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato. México. Línea de Investigación Prevención y estados crónicos del adulto.

Greever María Avila Sánsores

Profesor de Tiempo Completo. Departamento de Enfermería y Obstetricia de Irapuato. División de Ciencias de la Vida. Universidad de Guanajuato. México. Línea de Investigación Prevención y estados crónicos del adulto.

Se debe brindar preparación sobre el envejecimiento a las nuevas generaciones a través de hábitos saludables desde las primeras etapas de la vida. Se requiere que el envejecimiento sea visto de forma holística para atender y prever el futuro de los adultos mayores con atención médica adecuada (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014).

Resumen

El aumento de la población de adultos mayores aumentará en las próximas décadas, así como aumentara la prevalencia de demencia, esta investigación pretende detectar la demencia en dos instituciones de atención geriátrica a través de la escala de demencia de Blessed, Timlison y Roth, la escala consta de 22 ítems, las preguntas están divididas en 3 áreas principales que son: Cambios en la ejecución de las actividades de la vida diaria, esta consta de 8 ítems y preguntan sobre tareas cotidianas, manejo y uso del dinero, recuerdo de listas, orientarse por la casa y en el espacio urbano, reconocer a familiares, valorar el entorno, recordar hechos recientes y recordar el pasado, es importante que el personal que está a cargo de los adultos mayores tenga las herramientas para realizar intervenciones con esta población como grupo vulnerable, como estilos de vida saludable a través de programa de envejecimiento exitoso.

Palabras clave: Estrés laboral | Educación | Burnout | Docente | Desempeño académico.

Application of the dementia scale in two geriatric care centers

Summary

The increase in the population of older adults will increase in the coming decades, as well as the prevalence of dementia. This research aims to detect dementia in two geriatric care institutions through the Blessed, Timlison and Roth dementia scale, the It consists of 22 items, the questions are divided into 3 main areas, which are: Changes in the execution of activities of daily living, this consists of 8 items and asks about daily tasks, management and use of money, remembering lists, getting oriented. around the house and in the urban space, recognize family members, value the environment, remember recent events and remember the past, it is important that the staff in charge of older adults have the tools to carry out interventions with this population as a vulnerable group , such as healthy lifestyles through a successful aging program.

Keywords: Elderly | Dementia | Geriatric care | Healthy living.

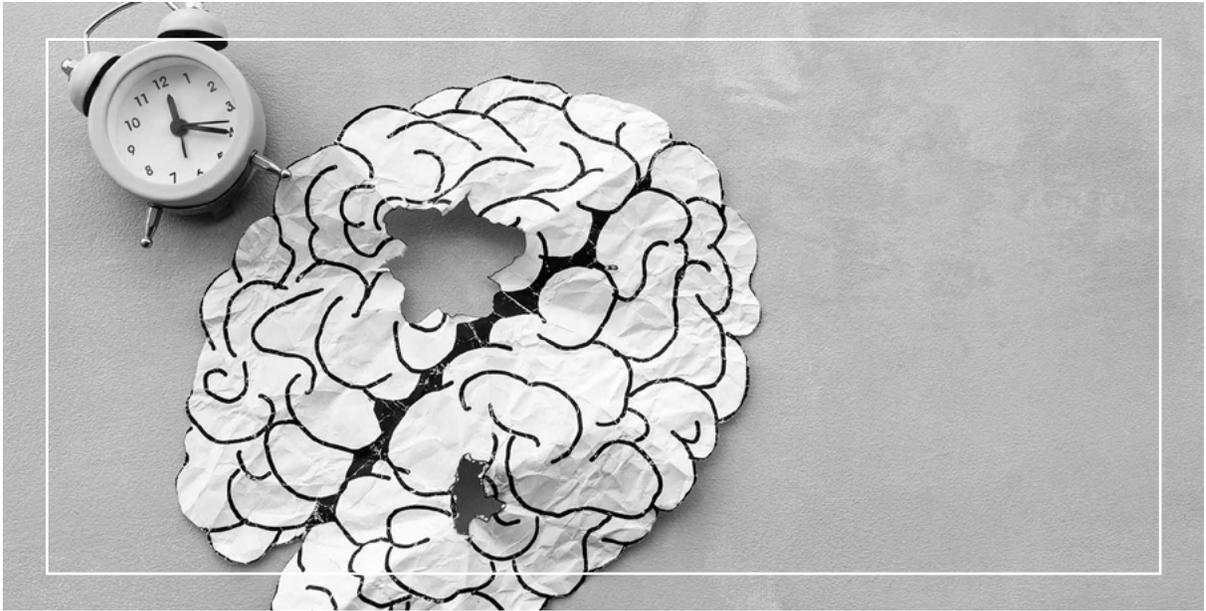
Application de l'échelle de démence dans deux centres de soins gériatriques

Résumé

L'augmentation projetée de la population des personnes âgées au cours des prochaines décennies laisse également présager une augmentation de la prévalence de la démence. Cette recherche vise à détecter la démence dans deux institutions de soins gériatriques en utilisant l'échelle de démence de Blessed, Timlison et Roth. Cette échelle se compose de 22 items, organisés en trois domaines principaux : changements dans l'exécution des activités de la vie quotidienne, incluant les tâches quotidiennes, la gestion de l'argent, la mémoire des listes, l'orientation à domicile et dans les environnements urbains, la reconnaissance des proches, l'évaluation de l'environnement, le souvenir des événements récents et passés.

Il est crucial que le personnel responsable des personnes âgées soit équipé des outils nécessaires pour intervenir efficacement auprès de cette population vulnérable, en promouvant des modes de vie sains à travers des programmes de vieillissement réussi.

Mots clés: Personnes âgées | Démence | Soins gériatriques | Vie saine.



El envejecimiento humano es una serie de cambios biológicos, psicológicos y sociales a consecuencia de cambios genéticos, estilo de vida, y entorno social en el que la persona está inmersa. Dentro del presente trabajo, se pretende realizar una evaluación de la demencia en adultos mayores que se encuentran en una estancia geriátrica permanente en la ciudad de Irapuato, Guanajuato. Esta institución ofrece dos modalidades de estancia permanente: habitación compartida y habitación privada. Estas modalidades dependerán de si el adulto mayor ingresa con un programa gratuito o si puede pagar una mensualidad de \$3,000.00 pesos, respectivamente. Cuenta con un horario de visitas de 09:00 a 18:00 horas. Aquí, se ofrecen servicios para adultos con discapacidad física, adultos con discapacidad mental o adultos en situación de abandono. A esta población se ofrece un servicio de supervisión de la ingesta de alimentos, los cuales se sirven tres veces al día, seguimiento diario de signos vitales, terapias y actividades recreativas, aseo diario, capilla, acceso a jardines y provisión de silla de ruedas si es necesario.

En cuanto a la segunda institución, es un centro gerontológico de día que brinda servicio de 9:00 a.m. a 15:00 horas. Los adultos mayores se afilian para pertenecer a esta institución que ofrece servicios de psicología, dental, trabajo social, comedor, formación de grupos para talleres y actividad física.

Antecedentes

Se debe brindar preparación sobre el envejecimiento a las nuevas generaciones a través de hábitos saludables

desde las primeras etapas de la vida. Se requiere que el envejecimiento sea visto de forma holística para atender y prever el futuro de los adultos mayores con atención médica adecuada (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014). Allevato y Gaviria (2008) afirman que el envejecimiento no solo es un fenómeno cronológico, sino que es multifactorial, afectando todos los niveles de organización a nivel molecular en órganos y sistemas de manera inevitable, debido a que la esperanza de vida ha aumentado en el último siglo a un promedio de 65 años y más, y sigue aumentando.

En los países de ingresos bajos y medio, la mortalidad ha bajado en la infancia, los nacimientos y las enfermedades infecciosas se han reducido, gracias a los programas de promoción de la salud, mientras que, en el adulto mayor, los problemas de salud son debido a la aparición de enfermedades crónicas debido a hábitos poco saludables, que son frecuentes, aunado a la poca cobertura en seguridad social y de servicios de salud (OMS, 2015). El mantenimiento de la salud y la calidad de vida está relacionado con el envejecimiento poblacional. Ya que la esperanza de vida al nacer aumentó 40 años desde el siglo XII y el 50% de las personas que nacieron en el año 2000 vivirán en el año 2072, muriendo primero los hombres, causado por el estilo de vida (Hernández, 2014).

México ha presentado un rápido crecimiento demográfico de los años 1930 a 1970 caracterizado por la transición demográfica con base ancha y hacia la porción superior con estrechez. La tasa para 1970 de crecimiento fue la más alta de la historia del país con una fecundidad promedio de 7 hijos por mujer,

lo que provocó la difusión de campañas de planificación familiar ubicando a la mujer en el ámbito laboral (Mendoza, 1998 en Ortiz Álvarez y Mendoza, 2008). De acuerdo con la pirámide poblacional en el estado de Guanajuato se visualizó un aumento en el grupo etario de adultos mayores del 6.5% en el año 2000 y del 13.9% en el año 2015, y donde será más notable por su rapidez será en el corredor Industrial que incluye a la ciudad de León, Irapuato y Celaya. Los problemas de salud que se presentan con más frecuencia son: diabetes, cáncer, neumonía, depresión, sordera, ceguera, enfermedades no identificadas por proceso de envejecimiento (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014).

De acuerdo al Diario Oficial de la Federación, las condiciones de vulnerabilidad de los adultos mayores se han agudizado por el rápido crecimiento de la población de adultos mayores. Esto provoca un aumento en la demanda de los servicios que brindan asistencia, por lo tanto, se debe mejorar la atención de manera eficaz, rigiendo la atención de los adultos mayores con la NOM-167-SSA1-1997, sobre asistencia social. Prestación de servicios de asistencia social a adultos y adultos mayores en situación de riesgo y vulnerabilidad, siendo obligatoria en todo el territorio nacional tanto en los sectores, público, privado y social.

Se convierte en un problema en la sociedad mercantilista y productiva cuando el individuo ya no puede trabajar, aunado a un sistema familiar nuclear predominante, rechazando a las generaciones adultas para condenarlas a residir de forma independiente del resto de la familia. Muchas veces son ayudados económicamente por los hijos, perdiendo su autoridad en la familia, y en ocasiones son ingresados en asilos que les brinden los cuidados necesarios, en donde pocas veces son visitados quedando expulsados del seno familiar. Siendo más característico en las zonas urbanas y rurales el conservar su lugar dentro de la familia (Gascón, 2009).

La familia, que es la unidad básica de la sociedad y que interactúa entre sí, funciona como un sistema abierto, ya que desempeña ciertos roles para la distribución de tareas, a esto se le llama funciones familiares. Cada miembro de la unidad familiar es un subsistema, ya que posee características de la familia en general pero además se relaciona con la sociedad y adopta valores y creencias de esta, mezclándolos con los de su origen. Es transmisor hacia otros miembros de la sociedad. El adulto mayor se puede encontrar en una familia extensa, característica de las sociedades preindustriales, en la que hombres y mujeres se casan, pero continúan viviendo con la familia de origen y se

Además, debemos reconocer el papel importante que juega la familia del adulto mayor en el bienestar, a través del afecto, el respeto y la necesidad de ayuda en actividades de la vida diaria, como caminar, alimentarse, vestirse y bañarse. Estos grupos seguirán experimentando una serie de cambios biopsicosociales.

siguen respetando las jerarquías entre los miembros (Novel, 2011).

Por lo anterior, se pretende aplicar en el adulto mayor mexicano un modelo centrado básicamente en la funcionalidad, implicando cambios de paradigma sobre la curación y centrándose en el autocuidado para lograr el bienestar, garantizando la autonomía. Además, debemos reconocer el papel importante que juega la familia del adulto mayor en el bienestar, a través del afecto, el respeto y la necesidad de ayuda en actividades de la vida diaria, como caminar, alimentarse, vestirse y bañarse. Estos grupos seguirán experimentando una serie de cambios biopsicosociales. Es de vital importancia la familia en el adulto mayor, siendo su principal cuidadora al brindar apoyo tanto físico, emocional, social y económico (Navarro, Ojeda, Ortega, Moreno, 2014).

Por lo tanto, debemos apostar por la educación, especialmente la educación del adulto mayor, y no esperar a envejecer, sino crear conciencia desde la infancia como individuos para mejorar nuestra calidad de vida con expectativas productivas. Se han logrado varias metas en cuanto a la educación básica, media y superior. Sin embargo, existen algunos problemas económicos en los países que provocan el desempleo de larga duración. Los empleos para los jóvenes son de baja calidad y se habla de una sobreeducación debido al exceso de competencias que el joven adquiere en comparación con una subeducación. Además, se menciona que el joven lleva mucho tiempo, hasta 6 años, en establecerse en un empleo formal, y muchas de estas condiciones no son adecuadas, ya que se involucran en trabajos temporales. Esto contrasta con la situación de los adultos mayores, que por lo general son jubilados o así era

el ideal en tiempos pasados, y ahora podemos ver que la tasa de desempleo es una de las más severas de los últimos años.

Al aterrizar estos cambios en México, se ha provocado una importante caída en la producción y, por lo tanto, en el empleo. Ha habido reajustes en el mercado laboral que favorecen el empleo informal, afectando las exportaciones de la manufactura. Esta crisis aún no se ha superado. Además, junto con la migración de los jóvenes en busca de una mejor calidad de vida en otros países, esto deja a los padres adultos mayores sin el apoyo cercano que necesitan. Algo en lo que el gobierno tiene que trabajar es en el crecimiento económico, enfocándose en los sectores más vulnerables de nuestro país.

Según Lugo et al. (2014), se espera que para el año 2020 aumente la cantidad de adultos mayores, por lo que se debe contar con la creación de empresas para su cuidado. Esto implicaría un crecimiento en áreas como enfermería, optometría, odontología y especialidades médicas enfocadas en el adulto mayor. Se podría pensar en casas de reposo, asilos o centros de día para los adultos mayores, que funcionen como guarderías, pero además realicen actividades recreativas para el cuidado de su salud. El personal a cargo debe contar con conocimientos científicos y humanos para brindar una atención de calidad y calidez. Creemos que, en este mundo globalizado, esta sería una de las mejores opciones para poder generar empleos.



Demencia

La demencia es un síndrome caracterizado por el deterioro de la memoria y las funciones cognitivas, y se diagnostica mediante evaluación clínica y neuropsicológica. Esto afecta las actividades de la vida diaria. Según el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders de la American Psychiatry Association (DSM-IV), debe incluir la memoria y al menos el deterioro cognitivo, como lenguaje, orientación, habilidades constructivas, pensamiento abstracto y praxis, así como deterioro en las actividades funcionales y ocupacionales del individuo. La demencia es una de las principales causas de discapacidad y dependencia entre las personas mayores.

La fase inicial de la enfermedad puede durar unos dos años y suelen aparecer fallos en la memoria reciente, desmotivación, aplanamiento emocional y cambios en la personalidad, así como episodios de desorientación.

La pandemia de COVID-19 ha aumentado la carga de la demencia en todo el mundo, afectando significativamente a quienes viven con demencia, sus familias y cuidadores. Implica mayores costos para el gobierno, el sistema de salud, las familias y la comunidad, y como resultado, la falta de productividad. México está convirtiéndose en un país con más adultos mayores que niños menores de 5 años. Se prevé que para el año 2050, la proporción de menores de 15 años en la población total disminuirá del 30.0 % al 17.4 %. Por lo tanto, el incremento en la población de personas adultas mayores aumentará la demanda de servicios de salud destinados a la atención de enfermedades propias del envejecimiento, como las demencias. Se estima que en México aproximadamente un millón 300 mil personas padecen la enfermedad de Alzheimer, cifra que representa entre el 60 y el 70 % de los diagnósticos de demencia y afecta con mayor frecuencia a las personas mayores de 65 años.

La fase inicial de la enfermedad puede durar unos dos años y suelen aparecer fallos en la memoria reciente, desmotivación, aplanamiento emocional y cambios en la personalidad, así como episodios de



desorientación. La fase intermedia suele desarrollarse durante tres a cinco años, donde la pérdida de memoria es más evidente, afectando no solo la memoria reciente, sino también la remota. Se observan alteraciones del lenguaje, escritura, lectura, cálculo, apraxias y agnosias, y dificultades para realizar actividades de la vida diaria, incluso pueden aparecer síntomas psicóticos. En esta etapa, es difícil mantener las relaciones sociales.

Metodos y metodología: se trabajó con adultos mayores institucionalizados en noviembre de 2023. El total de adultos mayores fue de 61 pacientes, de los cuales 29 fueron evaluados con la Escala de Demencia de Blessed Timlison y Roth. Esta escala consta de 22 ítems y se administra tanto al paciente como a un informador, en este caso, las cuidadoras a cargo de los adultos mayores. Las preguntas están divididas en 3 áreas principales:

Cambios en la ejecución de las actividades de la vida diaria: Esta sección consta de 8 ítems y evalúa tareas cotidianas como el manejo del dinero, la orientación en el espacio, el reconocimiento de familiares, entre otros. Cada ítem se puntúa como sigue: 1 indica

completa incapacidad, $\frac{1}{2}$ indica incapacidad parcial o variable, y 0 indica ausencia de problemas.

- **Cambios en los hábitos:** Esta área consiste en 3 ítems que evalúan aspectos relacionados con comer, vestirse y el control de esfínteres. La puntuación varía de 0 a 3 y contribuye significativamente a la puntuación general del cuestionario.
- **Cambios en la personalidad, intereses e impulsos:** Esta área consta de 11 ítems que evalúan cambios en la personalidad y los impulsos, como retraimiento, egocentrismo, afectividad embotada, entre otros.

RESULTADOS: Se encontró un deterioro moderado en 7 de los adultos mayores, lo que representa el 24.13 % de la población. De estos, 3 son hombres (10.34 %) y 4 son mujeres (13.78 %). El deterioro leve se observó en un total de 19 adultos mayores, lo que equivale al 65.51 %. De estos, 7 son hombres (24.14 %) y 12 son mujeres (41.38 %). Se identificaron 2 personas sin deterioro, lo que representa el 6.89 % de la muestra. Entre ellos, se encontraron solo 2 hombres (10.34 %), y un hombre no respondió, lo que representa el 3.45 %.

Centro gerontológico de día

Deterioro moderado	7	24.13 %	Hombres	3	10.34 %
			Mujeres	4	13.78 %
Deterioro bajo	19	65.51 %	Hombres	7	24.14 %
			Mujeres	12	41.38 %
Sin deterioro	2	6.89 %	Hombres	2	10.34 %
			Mujeres	0	0 %
No respondió	1	3.44 %	Hombres	1	3.45 %
			Mujeres	0	0 %

Se encontró que existe un deterioro moderado de 1 persona que representa el 5.88 % y pertenece al sexo femenino, respecto al deterioro bajo son 13 personas que representan el 76.47 % de estos son 2 hombres con un 11.76 % y 11 mujeres con un 64.70 %, sin deterioro se encontraron 3 personas que representa el 17.64 % que pertenecen al sexo femenino.

Estancia geriátrica permanente

Deterioro moderado	1	5.88 %	Hombres	0	0 %
			Mujeres	1	5.88 %
Deterioro bajo	13	76.47 %	Hombres	2	11.76 %
			Mujeres	11	64.70 %
Sin deterioro	3	17.64 %	Hombres	0	0 %
			Mujeres	3	17.64 %

Conclusión

La demencia es una enfermedad que generalmente comienza después de los 70 años de edad. Sus principales síntomas incluyen deterioro cognitivo que afecta las actividades sociales o laborales, problemas de retención y atención, así como dificultades visoespaciales y cambios fluctuantes de carácter. En nuestros resultados, encontramos un deterioro moderado más prevalente en mujeres, mientras que el deterioro leve es más común en el sexo femenino, teniendo en cuenta que la mayoría del personal es femenino. Podemos observar que, en ambas instituciones, el deterioro leve es predominante, mientras que el deterioro moderado se encuentra en mayor medida en mujeres en ambas instituciones.

DISCUSIÓN: Los pacientes con demencia presentan una mayor prevalencia de insomnio, hipersomnia, hiperactividad motora nocturna y alucinaciones, así como otros trastornos del comportamiento. Estos síntomas suelen aparecer en etapas avanzadas de la demencia. Es importante proporcionar a los pacientes en instituciones las condiciones de seguridad necesarias para prevenir caídas debido a la pérdida de orientación tiempo-espacial que puede ocurrir. Contar con un programa dirigido a la prevención, identificación y tratamiento de esta patología nos proporcionará un cuidado más humano. Se sugiere la creación de instituciones que trabajen de manera multidisciplinaria para la población adulta mayor, la cual está en aumento.

Bibliografía

- Allevato, Miguel Ángel, Gaviria, John, (2008). Envejecimiento, Educación Continua, 154-162, [Citado 22 Mar 2017], de http://www.atdermae.com/pdfs/atd_31_03_02.pdf
- Hernández Triana, Manuel, 2014. Envejecimiento. Revista Cubana de Salud Pública, Citado 23 de Junio de 2021. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21432546011>
- Knopman DS, DeKosky ST, Cummings JL, Chui H, Corey-Bloom J, Relkin N, et al.. Practice parameter: diagnosis of dementia (an evidence-based review). Report of the Quality Standards Subcommittee of the American Academy of Neurology.. Neurology, 56 (2001), pp. 1143-53
- Mena Montes B, Torres Castro S, Rosas Carrasco O, Luna López A, Espinel Bermúdez MC. Factores de protección para la demencia en adultos mayores en México: ¿dónde estamos? En el libro: Gerontología para la vida activa. Una propuesta regional. México: Editorial Universidad Alas Peruanas y Universidad Estatal del Valle de Toluca, 2016. ISBN:978-612-47031-9-5. Adaptación disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/315224/revista_15-3-1.pdf
- Navarro Elías María de Guadalupe, et. Al. Cuidado de Enfermería y la Calidad de Vida en el Adulto Mayor, Universidad de Guanajuato, Universidad Nacional de Trujillo-Perú, ALTARES COSTA-AMIC Editores.
- Novel Martí Gloria, (1991), Enfermería Psicosocial, Edit. Salvat, Barcelona España, pág. 5.
- Lugo-Galera Carlos, Huerta-Sobrino Cristina y Yfarraguerri-Villarreal Lucía, La Globalización Económica y su impacto en el Mercado Laboral en México, [International Journal of Good Conscience] 2014 Ags. [citado 2021 Nov 02] 9(2)69-89
- OMS 2015, Informe mundial del envejecimiento y la salud. Descargado el 01 de Junio de 2016. Disponible en http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf?ua=1
- Pérez Perdomo M. Orientaciones para una mejor atención de los ancianos con Alzheimer en la comunidad. Rev Haban Cienc Méd [internet]. 2008 oct.-dic. [citado 12 feb. 2014];7(4):[aprox. 7 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2008000400021&lng=es&nrm=iso&tng=es

Referencias bibliograficas

- Alfaro-Lefevre, R. (2003). Aplicación del proceso enfermero. Fomentar el cuidado en colaboración. 5ª ed. Barcelona, Masson

- Bergland A, Kirkevoid M. Thriving in nursing homes in Norway: Contributing aspects described by residents. *International Journal of Nursing Studies* 2006;43(6):681-91.
- Bulechek, G. M., Butcher, & Dochterman, J. M. (2009). *Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC)*. 5ª ed. Barcelona, Elsevier.
- Burke Mary M, Walsh Mary B. 1998. *Enfermería Gerontológica, Cuidados integrales del adulto mayor*, Edit Elsevier Mosby, Segunda Edición, Madrid, España, pág. 602
- Castillo, M. (2009). Envejecimiento exitoso. En *Medica Clínica Condes*, 20 (2), 167-174. Recuperado de [www.clc.cl/Dev_CLC/media/ Imágenes/PDF%20revista %20m%C3%A9dica/2009/2%20marzo/04ENVEJECIMIENTO-4.pdf](http://www.clc.cl/Dev_CLC/media/Imágenes/PDF%20revista%20m%C3%A9dica/2009/2%20marzo/04ENVEJECIMIENTO-4.pdf)
- Colliere MF. Encontrar el sentido original de los cuidados enfermeros. [revista en la Internet]. 1999; [Citado 2021];22(1): 27-31. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3558272>
- Fassio Adriana, Ruty María Gabriela, Ortíz-Rojas Yenny Patricia, Aijenbon Gisela. *Innovación Social, Políticas Públicas y Aprendizaje Organizacional: El Programa Nacional de Cuidados Domiciliarios* [revista en la Internet]. 2015 Jul [Citado 2021 Nov 02]; 7(13): 9-24. Disponible en: <http://itmojs.itm.edu.co/index.php/trilogia/article/view/810/765>
- Frenk Julio, Gómez-Dantés Octavio. La globalización y la nueva salud pública. *Salud pública Méx* [revista en la Internet]. 2007 Abr [citado 2021 Nov 02]; 49(2): 156-164. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003636342007000200011&lng=es.
- Gómez Bedoya María, (2008). *El Aprendizaje en la tercera edad. Una aproximación en la clase de Ele: Los aprendientes mayores japoneses en el Instituto Cervantes de Tokio*.
- Hernández Triana, Manuel, 2014. Envejecimiento. *Revista Cubana de Salud Pública*, Citado 23 de Junio de 2021. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21432546011>
- y Práctica. Ed. Mc Graw Hill. 4ta edición. España, pp. 39-58.
- Hidalgo-Pedraza L, Blanca-Gutiérrez J. J., Jiménez-Díaz M d C, Grande-Gascón M L, Linares-Abad M, Relación del cuidado que demandan las personas mayores en hogares para ancianos: metaestudio cualitativo. *Aquichan* 2012;12213-227. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74124948002>. Citado 5 de noviembre de 2021.
- Instituto Nacional de Geriátria. *Hechos y desafíos para un envejecimiento saludable en México*. 2016. México Disponible en: <http://www.geriatria.salud.gob.mx/descargas/noticias/HECHOS.pdf> Citado el 07 del 10 del 2021.
- Instituto de la U N E S CO para la Educación, 1999. Fecha de Consulta 24 de Julio de 2021
- Lyder CH, Preston J, Grady JN, Scinto J, Allman R, Bergstrom N, Rodeheaver G. Quality of care for hospitalized medicare patients at risk for pressure ulcers. *Arch Intern Med*. 2001;161(12):1549-54
- Lugo-Galera Carlos, Huerta-Sobrino Cristina y Yfarraguerri-Villareal Lucía, *La Globalización Económica y su impacto en el Mercado Laboral en México*, [International Journal of Good Conscience] 2014 Ags [citado 2021 Nov 02] 9(2)69-89
- Madrigal-Martínez, Mariana. (2010). Ingresos y bienes en la vejez, un acercamiento a la configuración de la seguridad económica de los adultos mayores mexicanos. *Papeles de población*, 16(63), 117-153. Citado el 23 de abril de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252010000100005&lng=es&tlng=es.
- Mogollón E. (2012). Una perspectiva integral del adulto mayor en el contexto de la educación. *Revista Interamericana de Educación en el Adulto Mayor*. 34(1), 57-74. Citado el 01 de Junio de 2021 Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/4575/457545090005.pdf>
- Moreno-Fergusson M E, *La globalización y el conocimiento de enfermería*. *Aquichan* 2009;210-211. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74112147001>. Citado: 5 de noviembre de 2021.
- Navarro Elías María de Guadalupe, et. Al. 2014. *Cuidado de Enfermería y la Calidad de Vida en el Adulto Mayor*, Universidad de Guanajuato, Universidad Nacional de Trujillo-Perú, ALTARES COSTA-AMIC Editores.
- Novel Marti Gloria, (1991), *Enfermería Psicosocial*, edit. Salvat, Barcelona España, pag 5.
- OMS 2015, *Informe mundial del envejecimiento y la salud*. Citado el 01 de Junio de 2021. Disponible en http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186466/1/9789240694873_spa.pdf?ua=1
- Osorio Adriana y Dr. Alejandro Álvarez Mora.- *Introducción a la Salud Familiar*/editado por 1 ed. - San José, Costa Rica, 2004. Citado el día 26 de agosto de 2021.
- Ramírez, Liberio Victorino; Víctor Ramírez, Ana Cecilia; (2010). *Educación para adultos en el siglo XXI: análisis del modelo de educación para la vida y el trabajo en México ¿avances o retrocesos?* *Tiempo de Educar*, Enero-Junio, 59-78. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31116163004>. Citado el 27 de Julio de 2021.
- Sociedad Española de Enfermería Geriátrica y Gerontológica, *Temas de Enfermería Gerontológica*, Editado por la sociedad española de geriatría y gerontología, 1999.
- Salgado-de Snyder V. Nelly, Wong Rebeca. Género y pobreza: determinantes de la salud en la vejez. *Salud pública Méx* [revista en la Internet]. 2007 Ene [citado 2021 Nov 21]; 49(Suppl 4): s515-s521. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007001000011&lng=es



Tratamiento para el trasplante de hígado. Nutrición en el tubo digestivo

Karina Lizbeth Vargas Coyt
Daniela Rodríguez Zamora
Mariana Paulina Hernández Arteaga

Aumnas de la Licenciatura en Nutrición en la Universidad del Valle de Atemajac, Campus Zamora, Michoacán.

Hoy en día, con la estandarización tanto de la obtención de órganos como del procedimiento de implantación, la mejora en terapias de inmunosupresión y cuidados preoperatorios, el trasplante hepático se ha convertido en el tratamiento definitivo para casi todos los tipos de enfermedades hepáticas terminales (Rondón G, Dirchwolf M, Bogetti D. J., Ruf A. E., 2015).

Resumen

En el presente artículo se aborda la importancia de realizar un trasplante de hígado cuando este órgano se encuentra dañado debido a diversas causas como cirrosis hepática, tumores hepáticos o insuficiencia hepática aguda grave. Antes y después del trasplante, se requieren tratamientos médicos y nutricionales para asegurar una correcta recuperación y prevenir el rechazo del trasplante. Se menciona que en un trasplante de hígado se utilizan fármacos inmunosupresores para controlar la respuesta del sistema inmune y evitar el rechazo del órgano. Además, se indica que una dieta de baja carga bacteriana es útil en personas con un sistema inmunitario debilitado, ya que ayuda a reducir el riesgo de infecciones por microorganismos.

Palabras clave: Trasplante de hígado | Dieta de baja carga bacteriana | Inmunosupresores | Linfocitos T.

Treatment for liver transplantation

Summary

This article discusses the importance of liver transplantation as a treatment for various conditions, such as liver cirrhosis, liver tumors and severe acute liver failure. It highlights the need for medical and nutritional treatments both before and after transplantation to ensure adequate recovery and prevent rejection of the transplanted organ.

The use of immunosuppressive drugs during liver transplantation to control the immune system response and prevent rejection is emphasized. In addition, the importance of a low bacterial load diet in individuals with compromised immune systems is pointed out, as it contributes to reduce the risk of infections by microorganisms.

Keywords: Liver transplantation | Low bacterial load diet | Immunosuppressants | T-lymphocytes.

Traitement pour la transplantation du foie

Résumé

Cet article examine l'importance de la transplantation du foie comme traitement pour diverses affections telles que la cirrhose hépatique, les tumeurs hépatiques et l'insuffisance hépatique aiguë grave. Il souligne la nécessité de traitements médicaux et nutritionnels à la fois avant et après la transplantation afin d'assurer une récupération adéquate et de prévenir le rejet de l'organe transplanté.

Une attention particulière est accordée à l'utilisation d'immunosuppresseurs pendant la transplantation du foie pour contrôler la réponse du système immunitaire et éviter le rejet. De plus, l'importance d'un régime à faible charge bactérienne chez les individus avec des systèmes immunitaires compromis est soulignée, car cela contribue à réduire le risque d'infections par des microorganismes.

Mots clés: Transplantation du foie | Régime à faible charge bactérienne | Immunosuppresseurs | Lymphocytes T.



El trasplante de hígado es el tratamiento más viable cuando el paciente presenta un daño significativo en este órgano que impide su correcto funcionamiento. Cuando se detecta el daño hepático a tiempo, se puede reparar, ya que el hígado es el único órgano que puede regenerarse a partir de un 25 % de tejido sano. Sin embargo, cuando la enfermedad o el daño hepático ya está muy avanzado, se observa una afección en el estado nutricional pretrasplante y, durante la intervención, también se ve afectado el estado nutricional. Por ello, es crucial detectar esta enfermedad a tiempo y proporcionar al paciente un buen plan de alimentación, ya que, en esta fase, la mayoría de los pacientes se encuentran desnutridos debido a la enfermedad. Después de la intervención, el paciente puede enfrentar estrés o complicaciones derivadas del trasplante y las condiciones del entorno. Es importante cubrir las necesidades del paciente, por lo que se brindan tratamientos médicos y nutricionales para lograr un mejor control del estado de salud del paciente y asegurar una correcta y pronta recuperación.

Antecedentes

El primer trasplante hepático fue realizado el 1 de marzo de 1963 por Thomas E. Starzl y su equipo en el Veteran's Hospital de Denver, Colorado. El receptor del órgano era un niño de 3 años que sufría de atresia biliar congénita (las vías biliares se encuentran anor-

males, ya sea estrechas, bloqueadas o ausentes). El estado de salud del niño era malo, con un peso muy bajo para su edad y presentaba hepatoesplenomegalia, ictericia y ascitis. Antes de la cirugía, se le administraron diferentes fármacos, incluidos inmunosupresores, para proteger contra un rechazo hepático. La cirugía duró alrededor de 8 horas hasta que se logró colocar el órgano para su correcto funcionamiento, pero el niño murió 5 horas después de la cirugía por una hemorragia masiva secundaria a coagulopatía. A pesar de este trágico resultado, se continuaron realizando trasplantes, incorporando la ciclosporina en el tratamiento de inmunosupresores para evitar el rechazo del órgano trasplantado, viendo su eficacia en animales.

Hoy en día, con la estandarización tanto de la obtención de órganos como del procedimiento de implantación, la mejora en terapias de inmunosupresión y cuidados preoperatorios, el trasplante hepático se ha convertido en el tratamiento definitivo para casi todos los tipos de enfermedades hepáticas terminales (Rondón G, Dirchwolf M, Bogetti D. J., Ruf A. E., 2015). La demanda y la lista de espera para trasplantes es cada vez mayor y, aunque hay más donadores, no se alcanza a cubrir la necesidad. En lo que va del año 2023, en México se ha reportado que 210 personas requieren un trasplante de hígado y solo se han realizado 171 trasplantes hasta el momento.

Objetivo

Este artículo aborda los tratamientos actuales para personas que han recibido un trasplante de hígado. Se explica el tratamiento médico y nutricional en esta situación, así como sus consecuencias. También se ofrecen recomendaciones nutricionales para mejorar el estado nutricional y la condición del paciente. El objetivo es que este artículo llegue a más personas, ya que hay muy poca información sobre este tema.

Desarrollo

El hígado es un órgano ubicado en la parte superior derecha de la cavidad abdominal, debajo del diafragma y por encima del estómago, el riñón derecho y los intestinos. Tiene diversas funciones, como regular los niveles químicos de la sangre, excretar bilis para decomponer las grasas, producir proteínas, almacenar y liberar glucosa, y depurar fármacos y sustancias tóxicas de la sangre, entre otras. Sin embargo, el hígado sano puede ser dañado por infecciones, afecciones hereditarias o procesos autoinmunes. Si se forman cicatrices (fibrosis) en el hígado, las células se dañan y el órgano puede seguir funcionando con dificultades. Con el tiempo, la formación de cicatrices puede llevar a la pérdida total de las funciones del hígado.

El hígado puede presentar daños severos debido a cirrosis hepática, tumores hepáticos e insuficiencia hepática aguda grave, entre otras causas menos frecuentes. En estos casos, el tratamiento definitivo es un trasplante de hígado, en el que se extirpa el hígado dañado y se reemplaza por uno saludable. Antes y después del trasplante, se deben llevar a cabo tratamientos para asegurar una correcta recuperación y prevenir el rechazo del trasplante. Estos tratamientos incluyen el tratamiento médico y el tratamiento nutricional.

La alteración en el estado nutricional de las personas con tratamiento de intervención hepática es frecuente. Se menciona que “los pacientes en lista de espera de trasplante hepático tienen una frecuencia de desnutrición leve comprendida entre el 20 % y el 50 % de los casos, mientras que la desnutrición avanzada se presenta con una frecuencia del 3 % al 25 %” (J. C. Montejo González y M. V. Calvo Hernández, 2008). Antes del trasplante, el paciente necesita un tratamiento nutricional que le ayude a sobrellevar mejor el proceso y la sintomatología. La malnutrición puede presentarse antes y después de la operación, y puede traer grandes complicaciones o incluso la muerte.

En un paciente en lista de espera para el trasplante se recomiendan:

Calorías: de 1 – 1.5 x GEB o 15 – 25 kcal/kg de peso al día.

Proteínas: 0.8 – 1.2 g/kg/día y, si se presenta encefalopatía (pérdida de la funcionalidad cerebral), se recomienda emplear el uso de AACR, ya que pueden ayudar en el aporte proteico.

Electrolitos: estos se deben valorar y administrar según sea necesario.

Vitaminas: se deben administrar si existe una deficiencia y valorar por qué se está dando esta pérdida.

Los pacientes postoperatorios normalmente pueden ser alimentados por vía oral después de 5 días del trasplante. Sin embargo, los pacientes que no reciben un soporte nutricional precoz muestran hipercatabolismo y desnutrición previa, lo que indica la necesidad de un soporte nutricional temprano para evitar complicaciones. Un estudio que investigó el efecto del aporte de una mezcla de prebióticos y probióticos por Rayes y colaboradores observó una disminución



en las complicaciones infecciosas en pacientes con trasplante de hígado (J. Montejo González y M. V. Calvo Hernández, 2008).

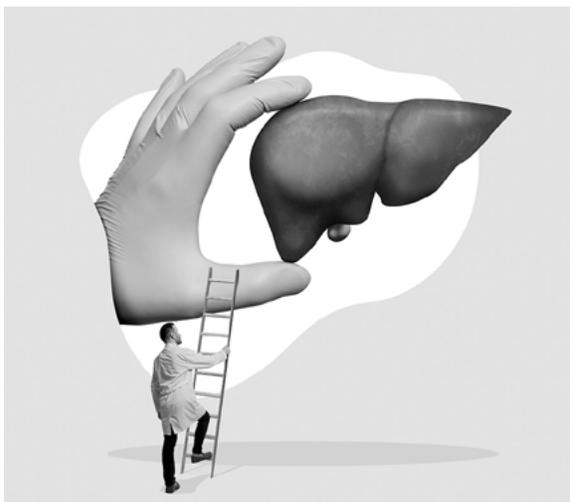
En un trasplante de hígado se requieren fármacos inmunosupresores para controlar la respuesta de los antígenos y evitar el rechazo del órgano trasplantado. La dieta neutropénica o de baja carga bacteriana es útil, especialmente en personas con un sistema inmunitario debilitado, ya que ayuda a reducir el riesgo de infecciones. Cuando se reconoce un antígeno mediante las células T (parte del sistema inmune), estas se activan y realizan su función de encontrar y destruir las células infectadas.

Fármacos inmunosupresores

Los fármacos inmunosupresores inhiben la proliferación de los linfocitos T, esenciales para la respuesta inmune. Estos medicamentos se pueden dividir en:

- Fármacos que interfieren en la transmisión del estímulo al núcleo celular: corticosteroides e inhibidores de la calcineurina (ciclosporina, tacrolimus).
- Fármacos que interfieren en la división celular: azatioprina, ácido micofenólico.
- Fármacos que interfieren en la acción del antígeno en el receptor del linfocito T: acción sobre moléculas situadas en la membrana celular (anticuerpos).

La infección por citomegalovirus (CMV) es la complicación infecciosa más frecuente en los receptores de un trasplante hepático. Para disminuir la incidencia de esta infección, se administra tratamiento anticipado con ganciclovir guiado por la determinación seriada de antigenemia pp65 de CMV (López Medrano, L.C.O., J.R.G., 2004).



Los inmunosupresores evitan una respuesta de defensa contra el órgano trasplantado, pero también aumentan la susceptibilidad a infecciones debido a un sistema inmune debilitado.

Los inmunosupresores evitan una respuesta de defensa contra el órgano trasplantado, pero también aumentan la susceptibilidad a infecciones debido a un sistema inmune debilitado. Por ello, es esencial tener cuidado con la alimentación para evitar complicaciones en el estado de salud.

Efectos adversos de los inmunosupresores:

- Depresión de médula ósea
- Leucopenia
- Trombocitopenia
- Anemia
- Náuseas
- Pancreatitis
- Infecciones
- Malestar
- Mareos
- Vómitos
- Diarrea
- Fiebre
- Rigidez
- Disfunción renal
- Hipotensión
- Disfunción hepática
- Colestasis
- Déficit o malabsorción de vitaminas y minerales

Es crucial proporcionar un plan de alimentación adecuado para pacientes con trasplante hepático, facilitando una rehabilitación óptima y asegurando su bienestar.

Dieta con baja carga bacteriana

Este tipo de dieta es fundamental para reducir el riesgo de infecciones por microbios presentes en los alimentos en personas con sistemas inmunitarios debilitados. Se recomienda seguir especificaciones y recomendaciones de seguridad alimentaria en cuanto a preparación, almacenamiento y manipulación para evitar resultados desfavorables en la salud (Rev Latino-Am Enfermagem, 16 oct 2008).



Consejos para una dieta con baja carga bacteriana:

- Evitar la carne cruda o poco cocida
- Evitar pescados y mariscos crudos
- Evitar huevos crudos o poco cocidos
- Evitar ensaladas
- Evitar sobras que hayan pasado más de 48 horas
- Lavarse las manos correctamente antes de cocinar
- Mantener el refrigerador entre 0 °C y 5 °C
- Mantener el congelador por debajo de -18 °C

Alimentos permitidos:

- Arroz, pasta y otros cereales cocidos
- Carnes o productos de origen animal bien cocidos
- Frutas y verduras bien lavadas y cocidas
- Agua natural embotellada
- Aceite de oliva o mantequilla
- Lácteos pasteurizados

Alimentos a evitar:

- Avena y otros cereales crudos
- Carnes crudas
- Frutas y verduras sin lavar y cocer
- Zumos y verduras sin pasteurizar
- Salsas con huevo o queso no pasteurizado
- Lácteos sin pasteurizar

Soporte nutricional postoperatorio:

- **Calorías:** 1.3 – 1.5 x GEB o 20-25 kcal/kg de peso/día, considerando el estado nutricional del paciente y el factor de estrés.
- **Proteínas:** 1.5 – 1.8 g/kg/día.
- **Hidratos de carbono:** 50 % - 70 %, evitando la hiperglucemia.
- **Lípidos:** 30 % - 50 % del total de calorías.
- **Electrolitos:** control adecuado según las necesidades del paciente.
- **Vitaminas y oligoelementos:** aporte adecuado para pacientes en estrés metabólico.

Conclusiones

Existen diversos tratamientos para personas que han tenido o van a tener un trasplante de hígado. Estos incluyen tratamiento médico y nutricional, ambos necesarios antes y después del trasplante. El tratamiento médico implica la administración de inmunosupresores para evitar el rechazo del órgano. El tratamiento nutricional es crucial para prevenir infecciones, mediante una dieta de baja carga bacteriana que asegura la calidad y seguridad de los alimentos consumidos.

Una dieta especial es esencial para pacientes trasplantados, garantizando su bienestar y promoviendo una recuperación adecuada.

Bibliografía

- Asociación Catalana de Pacientes Hepáticos (ASSCAT). (13 de febrero de 2023). Cirrosis. Barcelona. Recuperado de: <https://asscathepatitis.org/consecuenciashepaticas/cirrosis/#:~:text=En%20la%20mayor%C3%A1%20de%20los,de%20su%20h%C3%ADgado%20est%C3%A1%20empeorando>
- Calvo Hernández, M. V. y Montejo González, J. C. (2008). Trasplante hepático. Implicaciones nutricionales. Madrid. Hospital Universitario Doce de Octubre. Recuperado de <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v23s2/original5.pdf>
- Casademunt, J. (Recuperado el 01 de mayo de 2023). Dieta para neutropenia. Institute of Oncology. Recuperado de: https://iobonco.com/wp-content/uploads/2021/09/fulleto-dieta-neutropenia_29.09.21.pdf
- GOBIERNO DE MÉXICO. (06 DE JULIO 2023). Estadísticas sobre donación y trasplantes. México. GOBIERNO DE MÉXICO. Recuperado de: <https://www.gob.mx/cenatra/documentos/estadisticas-50060>
- Rondón, G., Dirchwolf, M., Bogetti, D.J. y Ruf, A. E. (2015). Historia del trasplante hepático. Fronteras en Medicina. Recuperado de: http://adm.meducatium.com.ar/contenido/articulos/5001140120_319/pdf/5001140120.pdf
- Sádaba, B. (2006). Monitorización y efectos secundarios de los inmunosupresores en el trasplante. Servicio de Farmacología Clínica. Clínica Universitaria de Navarra. Pamplona. Clínica Universitaria de Navarra. Recuperado de: <https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v29s2/original16.pdf>
- Stanford MEDICINE. (Recuperado 15 de julio de 2023). Anatomía y función del hígado. Children's Health. Recuperado de: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=anatomyandfunctionoftheliver-90-P06162>



Voto popular para jueces y magistrados del Poder Judicial de la Federación, ¿acierto o error?

Alberto Rodríguez Corrales

Maestría en Juicio de Amparo. Coordinador de Procesos Jurídicos de la Secretaría de Administración del Poder Ejecutivo del Estado de Jalisco.

Así, los mencionados órganos, tienen tareas diferentes en el área de impartición de justicia, las cuales son de la misma trascendencia para el Estado de derecho y para efectos de dimensionar la importancia que tiene el Poder Judicial de la Federación, basta con decir que el juicio de amparo mexicano fue la base para la redacción del artículo 8 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos

Resumen

El día lunes 5 de febrero del año 2024, el presidente la República envió a la Cámara de Diputados un paquete de reformas constitucionales, entre las cuales se destaca la destinada al Poder Judicial de la Federación, la cual en el tema que aquí interesa, va encaminada a cambiar la forma en la que se designa a jueces y magistrados federales a través del voto popular de la sociedad en general, por lo cual en el presente se realizará un análisis de dicha reforma para establecer los posibles escenarios que puedan generarse, con el ánimo de concluir de manera crítica y respetuosa si se considera que vaya a generar mejoras en la impartición de justicia.

Palabras clave: Voto popular | Poder Judicial | Reforma | Constitución.

Popular vote for judges and magistrates of the Federal Judiciary, right or wrong?

Summary

On Monday, February 5, 2024, the President of Mexico sent to the House of Representatives a package of constitutional reforms, including one addressed to the Federal Judiciary. This reform seeks to change the process for the appointment of federal judges and magistrates, proposing that it be by popular vote of society in general. This document will analyze this reform with the purpose of exploring the possible scenarios that could arise. It seeks to conclude in a critical and respectful manner whether this reform can generate improvements in the administration of justice.

Keywords: Popular vote | Judiciary | Reform | Constitution.

Vote populaire pour les juges et magistrats du Pouvoir Judiciaire de la Fédération, réussite ou erreur ?

Résumé

Le lundi 5 février 2024, le président de la République a envoyé à la Chambre des Députés un ensemble de réformes constitutionnelles, notamment une dirigée vers le Pouvoir Judiciaire de la Fédération. Cette réforme vise à changer le processus de nomination des juges et magistrats fédéraux, en proposant qu'il soit réalisé par le vote populaire de la société en général. Ce document procède à une analyse de cette réforme dans le but d'explorer les différents scénarios possibles qui pourraient en découler. Il vise à conclure de manière critique et respectueuse si cette réforme pourrait améliorer l'administration de la justice.

Mots clés: Vote populaire | Pouvoir judiciaire | Réforme | Constitution.



Es necesario iniciar, explicando de manera general la labor que realiza el Poder Judicial de la Federación, por lo cual su función principal es, dirimir los conflictos que se generen entre los ciudadanos y las dependencias del poder público, ello con la finalidad de proteger, respetar y reparar los derechos humanos y fundamentales que se estimen violados.

Entonces, bajo la premisa antes señalada el Poder Judicial de la Federación, tiene a su cargo la resolución de los medios de control constitucional y convencional que se le sometan a su conocimiento, siendo estos los medios proteccionistas por excelencia, pues esta es la última instancia para proteger los derechos fundamentales de las personas, ya sea a través del juicio de amparo, acción de inconstitucionalidad o controversia constitucional, por lo cual es válido establecer que su objetivo primordial además de impartir justicia, es revisar y velar en todo momento que el texto constitucional, sea respetado y observado por todas y cada una de las autoridades gubernamentales de nuestro país y en caso de no ser así, entonces proceder a la reparación o reconocimiento de las prerrogativas que se contienen en nuestra norma suprema.

Por lo anterior, resulta necesario establecer de manera general la integración del poder judicial en México, el cual se encuentra conformado de la siguiente manera:

- I. La Suprema Corte de Justicia de la Nación;
- II. El Tribunal Electoral;
- III. Los Plenos Regionales;
- IV. Los Tribunales Colegiados de Circuito;
- V. Los Tribunales Colegiados de Apelación;
- VI. Los Juzgados de Distrito, y
- VII. El Consejo de la Judicatura Federal.

Así, los mencionados órganos, tienen tareas diferentes en el área de impartición de justicia, las cuales son de la misma trascendencia para el Estado de derecho y para efectos de dimensionar la importancia que tiene el Poder Judicial de la Federación, basta con decir que el juicio de amparo mexicano fue la base para la redacción del artículo 8 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, el cual establece que Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo ante los tribunales nacionales competentes, que la ampare contra actos que violen sus derechos fundamentales reconocidos por la constitución o por la ley; además que dicha institución jurídica ha sido replicada y adaptada en diversos países de Latinoamérica, incluso en el continente Africano.

Es por ello, que los impartidores de justicia federales en México, tienen una de las tareas más importantes del país, ya que la impartición de justicia es un pilar del Estado para cumplir con su función primordial, que es el bienestar social, pues el dictado de sus acuerdos y resoluciones impactan de manera directa a la sociedad en general, de ahí que resulta necesario que las personas que ocupen estos cargos tan importantes, tengan un excelente sentido de responsabilidad, justicia, y, que además, deberán de ser independientes y autónomos en su actuar, es decir, que, su designación no tiene que estar vinculada al poder público, partidos políticos, ni a gremios de la sociedad civil, pues de lo contrario sus resoluciones podrían verse afectadas en cuanto a su imparcialidad y apego al texto constitucional.

En ese sentido, es necesario señalar algunas estadísticas del Censo Nacional de Impartición de Justicia Federal 2023, realizado por el Instituto Nacional

de Estadística y Geografía (INEGI), mismo que estableció que en el año 2022, el Consejo de la Judicatura Federal contaba en todo el país con 941 órganos impartidores de justicia.

De igual manera, en el documento antes precisado, se señala que en el año 2022, fueron ingresados para su conocimiento a los órganos que integran el Poder Judicial de la Federación, un millón doscientos cincuenta y seis mil setenta y siete asuntos, y, por el contrario, la cantidad de asuntos resueltos fue de un millón doscientos catorce mil ochocientos seis, mientras que el personal de todo el país en el Consejo de la Judicatura (tomando en cuenta personal jurisdiccional y administrativos) es de cuarenta y nueve mil ciento setenta y una personas, por lo cual tomando de referencia los mencionados números, resulta evidente que la carga de trabajo es monstruosa y muchas veces

Por lo mencionado en párrafos anteriores, me atrevo a señalar que, al día de hoy el Poder Judicial Federal, es la instancia más especializada de los entes gubernamentales, pues para efectos de ingreso en todas sus categorías es necesario acreditar las exámenes correspondientes, además que forzosamente se debe contar con el título y cédula de la licenciatura en derecho

rebasa lo humanamente posible, no obstante a ello se resolvió al rededor del 96 % de los asuntos que fueron presentados, lo que refleja el compromiso y vocación de servicio del personal que integra esa institución, pues es bien sabido que hay personas que trabajan hasta la madrugada para cumplir con el deber que se les encomendó, además que se encuentran en capacitación constante en cursos y posgrados que se ofertan dentro en el Poder Judicial de la Federación.

Cabe recordar que hoy en día, la selección de jueces y magistrados se realiza mediante concursos de oposición, esto quiere decir, que las personas interesadas deben reunir los requisitos constitucionales y legales que impongan los cuerpos normativos correspondientes, para inscribirse a la convocatoria que al efecto se expida y a través de ella son sometidos tanto a una evaluación teórica como práctica, por lo cual los aspirantes que obtengan los mejores resultados serán seleccionados y adscritos a algún juzgado o tribunal, de ahí que podamos señalar que, con estos procesos se privilegia el conocimiento y habilidades que debe tener una persona para desempeñar de manera eficaz el puesto que se asigne (juez o magistrado), además, el que sean concursos abiertos para todos aquellos que cumplan los requisitos minimiza la posible intromisión de diversos poderes de la unión en las designaciones y con ello se garantiza en cierta medida la autonomía e independencia judicial.

Por lo mencionado en párrafos anteriores, me atrevo a señalar que, al día de hoy el Poder Judicial Federal, es la instancia más especializada de los entes gubernamentales, pues para efectos de ingreso en todas sus categorías es necesario acreditar las exámenes correspondientes, además que forzosamente se debe contar con el título y cédula de la licenciatura en derecho, es decir que, desde oficiales judiciales y



hasta magistrados de circuito, son evaluados para el inicio de la carrera judicial o en su caso para ser promovidos a un cargo de mayor responsabilidad, con lo que se procura mantener la calidad en sus determinaciones, fomentando así que todos y cada uno de los servidores públicos que integran el Poder Judicial Federal sean aptos para desempeñar el puesto que les fue encargado.

Sin embargo, al día de hoy, se ha criticado de manera reiterada al Poder Judicial de la Federación, pues algunos consideran que no cumplen con sus funciones de impartición de justicia, además que se les ha condenado de estar al servicio de solo unos cuantos, alegando que se han conducido bajo intereses personales y extralegales, situación que sin duda debe ser analizada y en caso de acreditarse alguna situación anómala deberá de ser sancionada conforme las leyes aplicables lo dispongan.

Es por eso que, bajo la anterior premisa, el presidente de la República, con fecha 5 de febrero del año 2024, presentó una iniciativa de reforma constitucional, que afecta, principalmente, la manera de elegir a los ministros, magistrados y jueces de distrito del país, pues se propone realizarlo mediante el voto popular de la sociedad y no por los concursos de oposición que se venían realizando por el Consejo de la Judicatura Federal.

De lo anterior, es necesario traer a colación el artículo 96 propuesto en la iniciativa de reforma referida, y el cual de manera sintetizada establece que los magistrados de circuito y jueces de distrito deberán de ser electos de la siguiente manera:

a) Cada uno de los Poderes de la Unión postulará hasta 2 personas para el cargo, es decir, 2 por el ejecutivo, 2 por el legislativo y 2 por el judicial.

b) Se harán campañas, en las cuales los aspirantes tendrán acceso a radio y televisión de manera igualitaria, conforme lo señale la ley correspondiente, además de la participación en debates que sean organizados por el Instituto correspondiente.

c) Serán electos mediante voto directo y secreto por la ciudadanía, en los procesos que se celebren para tal efecto.

Como se puede observar, la intención de la presente reforma, es precisamente que se involucre a la sociedad en general en la elección de los impartidores de justicia federales, para con ello dar la legitimación de que su designación fue democrática y fuera de cualquier interés personal, sin embargo, se dejan de observar diversas cuestiones que pueden impactar de manera negativa en la decisión que se tome y las cuales se señalan a continuación:

Falta de conocimiento especializado de la sociedad: Como ya se dijo la labor de los jueces y magistrados, requiere de un conocimiento técnico, jurídico y operativo, pues es necesario que tengan el dominio en materia constitucional y de derechos humanos, además de las diversas ramas del derecho (civil, penal, trabajo, administrativo, agrario, entre otras), por lo cual es muy difícil que la sociedad en general, dimensione las necesidades que se requieren para que una persona pueda realizar un trabajo eficiente como impartidor de justicia y que además tome en cuenta estas capacidades al momento de emitir su voto en favor de alguno de los candidatos propuestos, es decir que, el desconocimiento de las leyes y de las funciones a desempeñar, van a impactar directamente en la elección, pues la preparación de cada persona pasará a segundo plano y se inclinarán a elegir a aquel, que tenga el mejor discurso y esto de ninguna manera ga-





rantiza que se seleccione al mejor perfil, ya que existe la posibilidad de que estos procesos se conviertan en discursos retóricos con el único fin de persuadir a la población a votar por determinada persona, situación que no debe suceder, pues se dejaría al margen la capacidad de los aspirantes a ocupar el cargo de juzgador y por consecuencia, muy probablemente, los mejores perfiles no sean elegidos, pues estaríamos poniendo en entredicho una de las áreas estratégicas del Estado, de ahí que se requiere conocimiento especializado para tomar la mejor decisión.

Por lo cual, se considera que la elección por voto popular de jueces y magistrados, se verá comprometida, ya que no existe la garantía que mediante este mecanismo se seleccionen a los mejores para ocupar un cargo de impartidor de justicia.

Se deja de lado la aplicación de exámenes: Conforme al texto de la reforma Constitucional no se advierte que vayan a realizarse la aplicación de exámenes teóricos y prácticos, como se mencionó, únicamente se refiere a que los Poderes de la Unión deberán proponer hasta 2 personas para efectos de llevar a cabo las elecciones, sin que al efecto se prevea ningún tipo de evaluación con la que se acrediten los conocimientos mínimos para la realización de la labor jurisdiccional, lo cual resulta por demás grave, ya que se privilegiara la popularidad antes que el conocimiento y debemos recordar que los jueces y magistrados no son artistas, ni políticos, pues, por el contrario, son estudiosos del derecho con años de trayectoria y que han demostrado estar a la altura de su encomienda al haber pasado con calificación satisfactoria las evaluaciones a las que fueron sometidos y que fueron específicamente creadas para el puesto al cual aspiran, por lo cual el que ahora la postulación de las personas aspirantes resulte del todo discrecional por parte de los Poderes de la Unión, puede generar que no tengan el

Se deja de lado la aplicación de exámenes: Conforme al texto de la reforma Constitucional no se advierte que vayan a realizarse la aplicación de exámenes teóricos y prácticos, como se mencionó, únicamente se refiere a que los Poderes de la Unión deberán proponer hasta 2 personas para efectos de llevar a cabo las elecciones, sin que al efecto se prevea ningún tipo de evaluación con la que se acrediten los conocimientos mínimos para la realización de la labor jurisdiccional

conocimiento suficiente para desempeñar el cargo de manera eficaz, lo que a la larga resultaría contraproducente, pues más allá de haber mejorado, tendríamos un retroceso en materia de impartición de justicia, de ahí que deba evitarse que la designación de personales por su sola simpatía con la sociedad y que de verdad se garantice que se están proponiendo a juristas de reconocida trayectoria ajenos a cualquier interés personal.

Politización de los magistrados y jueces: Genera muchas dudas el que 4 de los 6 perfiles a proponer, provengan del Poder Ejecutivo y Legislativo, respectivamente, puesto que esta situación da pie a que se postulen perfiles afines a algún partido y, por lo tanto, la parcialidad se ve comprometida, pues muy



probablemente de darse ese escenario, velarán por un interés de índole político y no constitucional, situación que es un atentado contra la independencia y autonomía judicial, lo cual impacta de manera negativa a la población en general.

Máxime que lo anterior, concibe aún más dudas, puesto que el transitorio segundo de la reforma en análisis establece que para el año 2025, se realizarán elecciones extraordinarias y prácticamente el objetivo es que todos los impartidores de justicia federales concluyan su encargo en ese momento, lo que quiere decir una renovación al 100% de todos los ministros, magistrados y jueces de distrito de todo el país, ello sin tomar en cuenta su desempeño, trayectoria y derechos laborales, lo cual deja muchas situaciones en el aire que de alguna manera forma un panorama de incertidumbre, pues no es posible imaginar que de los 1647 impartidores de justicia federales que hoy en día laboran en el Poder Judicial, no existan perfiles valiosos y que han cumplido a cabalidad con su deber, por lo que esta medida considero que, resulta exagerada y fuera de toda legalidad al vulnerar la estabilidad laboral de los mencionados servidores públicos y por lo cual se requiere un estudio más a fondo en el que se demuestre que resulta necesaria la medida que se pretende adoptar.

Gastos que genera una campaña: Debemos considerar que, la realización de campañas por elección popular, representa un gasto para el instituto encargado de organizarlas, pues es necesario la instalación de casillas, contratación de personal para que se lleve la organización y operación de la misma, la implementación de recursos tecnológicos y de seguridad que den certeza a la elección, entre otras cuestiones, que claramente representan un egreso por parte del Estado, lo cual al día de hoy no se tiene certeza en números concretos a cuánto ascendería esta cantidad, pero

Desinterés de las personas de ser parte del Poder Judicial Federal: Como se sabe los puestos más altos dentro del Poder Judicial de la Federación, son precisamente ministros, magistrados y jueces de distrito, por lo cual muchos de los abogados del país, concentran sus esfuerzos para ser parte de esta institución ingresado desde los peldaños más bajos, oficial judicial, para con ello empezar a hacer una carrera judicial y algún día aspirar a ser titular de un órgano jurisdiccional,

que sin duda será más costoso que los procedimientos que ahora se utilizan para la designación de juzgadores.

Desinterés de las personas de ser parte del Poder Judicial Federal: Como se sabe los puestos más altos dentro del Poder Judicial de la Federación, son precisamente ministros, magistrados y jueces de distrito, por lo cual muchos de los abogados del país, concentran sus esfuerzos para ser parte de esta institución ingresado desde los peldaños más bajos, oficial judicial, para con ello empezar a hacer una carrera judicial y algún día aspirar a ser titular de un órgano jurisdiccional, sin embargo, el que ahora las propuestas

proviengan de los poderes de la unión, crea una limitación significativa en la gran mayoría de las personas para acceder a la elección, con lo cual, posiblemente, genere una fuga de buenos elementos para buscar mejores oportunidades en otros lugares.

Ahora bien, como parte de una comparación, es preciso mencionar que Bolivia es prácticamente el único país que realiza sus designaciones de impartidores de justicia mediante voto popular, sin embargo, en el ranking 2023 de la organización denominada World Justice Project, se encuentran en el lugar 131 de 140 países en el ranking de Estado de derecho, destacando que México se encuentra en el puesto 116, es decir que, se encuentra en mejor posición el estado mexicano, por lo cual es claro que la medida no ha funcionado como se esperaba, de ahí que se considera que la reforma propuesta no es viable en el Sistema Jurídico Mexicano.

La anterior situación fue plasmada en la propia justificación de la iniciativa presentada, pues se hizo referencia al país de Bolivia, ello en la página 21, párrafo 4, se estableció lo siguiente: Es incuestionable que la implementación del voto popular en la elección de magistrados del Tribunal Constitucional buscó fortalecer la democracia y el Estado de derecho, al crear una jurisdicción constitucional con independencia real y efectiva, en la que quede de manifiesto que las autoridades que rigen un país cuentan con el aval



de la mayoría de la población, signo inequívoco de la soberanía popular; de lo reproducido se advierte que esta reforma se presente justificarse señalando que la votación directa genera un escenario de legitimación al contar con la mayoría de la población, sin embargo, se omitió precisar que al día de hoy no se han tenido los mejores resultados con la forma de elegir a los juzgadores en el mencionado país; además que, se reitera que dicha situación por más legítima que pueda ser no asegurará un cambio ni mejora dentro del Poder Judicial Federal, aunado a que existen diversos mecanismos de selección que no fueron explorados en la



mencionada reforma, es decir que no se realizó un estudio completo para establecer que dicho proceso sea el mejor para la designación de magistrados y jueces.

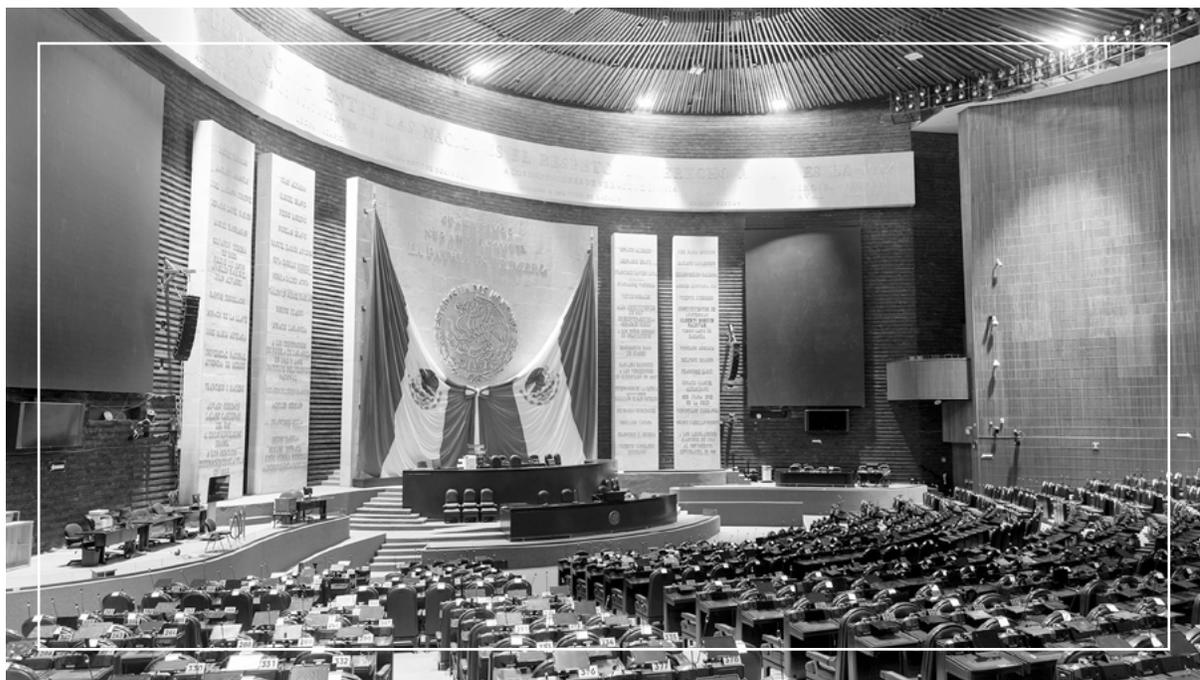
Es por lo antes, señalado que se considera que la iniciativa de elegir a los juzgadores del país, no es una medida idónea para cambiar de manera positiva al Poder Judicial de la Federación, pues no abona a mejorar los procesos de selección de los titulares de los órganos jurisdiccionales y tampoco genera la certeza de que la impartición de justicia vaya a ser más eficiente; con esto no quiero decir que el Poder Judicial de la Federación no pueda ser mejorado, evidentemente como cualquier dependencia gubernamental, se tienen áreas de oportunidad, por lo cual una reforma de esta índole, necesita de un análisis profundo, en la cual participen especialistas y que se delimiten los aciertos y deficiencias que se tengan para con ello contribuir a dar un servicio de mayor calidad y que todos los casos se respete la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, así como la dignidad humana de las personas.

Cabe recordar que, el que se haya presentado la iniciativa por parte del presidente de la República, no quiere decir que por consecuencia directa ya fue aprobada, pues requiere del procedimiento establecido en la propia Carta Magna para que pueda materializarse, por lo cual en un futuro podemos ver modificaciones o incluso que esta no sea aprobada o en su caso que la expedición de las leyes reglamentarias que emanen de la mencionada reforma, establezcan ciertas limitacio-

nes o procedimientos a seguir, por lo cual al día de hoy todavía falta bastante camino por recorrer, esperando se tome la mejor decisión para el pueblo mexicano.

Bibliografía

- Censo Nacional de Impartición de Justicia Federal 2023. [Censo] https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/cnijf/2023/doc/cnijf_2023_resultados.pdf [fecha de consulta: 7 de febrero 2024]
- López Obrador, A.M. (5 de febrero 2024) iniciativa del Ejecutivo federal Con proyecto de decreto, por el que se reforman, adicionan y derogan diversas disposiciones de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de reforma del Poder Judicial. [Iniciativa de reforma] <http://gaceta.diputados.gob.mx/PDF/65/2024/feb/20240205-15.pdf> [fecha de consulta: 6 de febrero 2024].
- Suprema Corte de Justicia la Nación. (junio 2014) La ley de Amparo en Lenguaje Llano [libro] https://www.scjn.gob.mx/sites/default/files/pagina/documentos/2016-11/LibroLeydeamparoenlenguajellano_0.pdf [fecha de consulta: 6 de febrero 2024]
- Suprema Corte de Justicia la Nación. (junio 2014) La ley de Amparo en Lenguaje Llano [libro] https://www.scjn.gob.mx/sites/default/files/pagina/documentos/2016-11/LibroLeydeamparoenlenguajellano_0.pdf [fecha de consulta: 6 de febrero 2024]
- WJP Rule of Law Index. [grafica ranking]. <https://worldjustice-project.org/rule-of-law-index/global> [fecha de consulta: 7 de febrero 2024]



Grafografos

SUPLEMENTO LITERARIO REVISTA UNIVA
No. 20 MAYO-AGOSTO 2024



Grafógrafos

SUPLEMENTO LITERARIO REVISTA UNIVA

No. 20 MAYO-AGOSTO 2024

SUMARIO

Grafógrafos

Suplemento literario del Taller de Creación Literaria de la UNIVA

Directora y compiladora:

Dra. Jazmín Velasco Casas
Contacto: jazminvelasco@hotmail.com
Departamento de Arte y Cultura
Coordinadora Lic. Alejandra Sainz Espinoza
Guadalajara, Jalisco, México, Mayo 2024

Voz editorial y corrección de estilo:

Lic. Gilberto Aarón Espejo Tapia

Ilustración de Portada:

Fabián Razo López
@fvee_09

Colaboradores

Alejandro Lomelí Velasco
Fabián Razo López
Noreth Guajardo Olivera
Mariana de la Rosa Gutiérrez

ÍNDICE

VOZ EDITORIAL

La búsqueda del sentido del ser como individuo y de forma colectiva sigue siendo un tema recurrente en la literatura contemporánea como lo fue durante el auge del expresionismo. La obra de Franz Kafka, creador y máximo exponente de dicha corriente literaria, se encargó de escudriñar la esencia de las cosas y el sentido de la vida a través de la exploración de la conciencia de los personajes más allá de la corporalidad y de un tiempo o espacio definido. Esto dio como resultado el relato simbólico, su máxima aportación a la literatura universal. En su centésimo aniversario luctuoso, dedicamos el presente número al reconocido autor de nacionalidad checa que vivió de 1883 a 1924. Un autor que aun en sus últimos días no dejó de sentirse alienado del mundo que lo rodeaba, llegando a pensar que sus obras no eran suficientemente valiosas. Fue un buen amigo el que las conservó para publicarlas después de su muerte e hizo caso omiso a la orden de quemarlas. Kafka se une a los artistas como Van Gogh cuyo trabajo fue apreciado después de su fallecimiento.

La literatura de Kafka tenía como temas recurrentes la soledad, la alienación, la ansiedad e impotencia del hombre moderno ante fuerzas desconocidas que están por encima de él y que rigen el mundo. No me parece lejana a nuestra realidad; el sentirnos abrumados por la monotonía de la rutina y del trabajo; el desespero de no avanzar, a pesar del esfuerzo. Por lo mismo, considero que las piezas expuestas a continuación van acorde a la mecánica de Kafka: la despersonalización, la opresión del sistema, el hartazgo de la cotidianidad, y la constante búsqueda de la aprobación paterna.

Gilberto Aarón Espejo Tapia

La larga espera

Por Alejandro Lomelí Velasco

Egresado de la Licenciatura en Producción de medios audiovisuales

En medio de un pasillo de luces pálidas que iluminaban las paredes agrietadas y sobrepobladas del diminuto polvo, que de vez en cuando transitaba por el ambiente, un hombre llevaba sentado prolongadas horas para ser atendido en la sala de urgencias. Luchando contra el golpe febril y por atrapar una bocanada de aire, apretujado junto a la pared por las filas que llegaban hasta la entrada de hombres y mujeres de caras mortuorias, que esperaban con el mismo mal que había arrasado esa tierra yerma. Uno de aquellos individuos cadavéricos cayó, oyéndose el seco, pero áspero sonido de su impacto contra el suelo; el hombre fue el único que lo había visto, mientras aquel cuerpo se perdía entre las olas de gente.

Entonces los ojos del hombre se entrecerraron, y por un momento su conciencia se desplomó, cual débil pilar, sintiendo cómo el dolor iba recorriendo su carne en un escalofrío agónico, presagio de que el abismo inminente iniciaba su trayecto para cubrir lo que quedaba de su espíritu. No tardó en recobrar su ser y emociones, cuando sintió que una serie de manos lo levantaban y lo ponían sobre a una superficie cálida, y ésta comenzaba a trasladarse como si levitara, como si estuviera en una balsa en medio de aguas diáfanas. Sus pesados párpados se entreabrieron un poco, imperceptibles, dejando pasar un delgado hilo de luz proveniente de las lámparas del techo, que parecían moverse junto con él, luego giraron y viraron, mientras que a contraluz incandescente distinguía los rostros de hombres con mascarillas y vestimentas azuladas que se oscurecían a momentos. Su traslado se detuvo, y durante la eternidad de unos instantes el hombre resistió la martirizante calma, alcanzando a distinguir el paso de siluetas ennegrecidas junto a él que seguían su camino a rumbos inciertos.



Después percibió que unos se acercaban y volvía el reconocible movimiento del traslado, llevado a lo que él sentía su salvación. El hombre alcanzó a ver que pasaron por unas puertas antes de cerrar nuevamente los ojos. Pero, mientras aún mantenía erguida su conciencia, sintió un gran estupor cuando volvió a ser levantado y colocado en otro sitio, una superficie gélida y metálica, y haciendo un esfuerzo tortuoso abrió un poco sus frágiles cuencas oculares ante la alerta de su erizada piel. Sus sentidos se derrumbaron al ver de frente una serie de compuertas pegadas al muro, una de ellas abierta, en la que lentamente fue adentrándose parte de su cuerpo. Los pensamientos giraron frenéticos como átomos en su mente «Es... es un error, buscan al hombre muerto tirado entre el tumulto... ¡Esperen...es un error!» Mas sus labios, endurecidos como si hubieran sido bañados en concreto, no podían emitir palabra alguna, y tampoco respondieron sus articulaciones.

Al final, las penumbras de ese túnel de muerte lo invadieron, y antes de siquiera haber escuchado el ensordecedor ruido de la compuerta cerrándose y el azotador silencio de la morgue, el hombre soltó una frágil exhalación, un débil llamado de auxilio que nadie escuchó, condenando a su alma inocente a las negruras del olvido.



Madre mariposa

Por Fabián Razo López
Estudiante de la Lic. en Animación, Arte digital y Multimedia



La pasión de mi madre por las mariposas la llevaba a contarnos todo lo que sabía de ellas. Mi hermano no era tan paciente, así que yo era quien escuchaba cómo es que se forman los patrones de sus alas o cómo hacen sus capullos. Pero lo que le parecía más triste, era como sus crías, una vez adultas, se van a explorar el mundo, dejando a la madre, quizá, para siempre.

Aún recuerdo el día en que me lo contó, el caluroso verano de 1942, esa misma tarde un Pontiac verde del 41 que presumía una reluciente estrella blanca en su costado, llegó con la noticia que derrumbaría el primer pilar de la familia. Mi padre había fallecido y en su memoria nos entregaron una bandera, que por más que ondeaba en nuestro tejado, no aliviaba el vacío en nuestro interior.

Con la sangre hirviendo, mi hermano se enlistó. Era de esperarse. Antes de irse me abrazó y susurró: Esta va por nuestro padre. Te prometo que volveré. Jamás habría pensado que lo último que vería de él, sería su sonrisa desde la ventana de un autobús.

Un año después, un Pontiac del mismo modelo nos entregó la bandera de mi hermano. El silencio en la casa era ensordecedor, parecía que hasta las aves estuvieran de luto; mi madre comía poco y el brillo de sus ojos se apagaba día con día: “no puedo quedarme con los brazos cruzados”, decía.



Me cuesta creer que la última imagen que tengo de mi madre es ella llorando y suplicando: “No me dejes tú también... No podré soportarlo.” “Aquí tienes todo lo que necesitas, por favor...” Le ruego a Dios que me permita verte de nuevo, abrazarte y que tus brazos me envuelvan, aunque sea una vez más... Aquella ocasión tenía tantas cosas en mente y solo pude prometerle que volvería. Ahora siento el déjà vu de lo que fueron las últimas palabras de mi hermano y de mi padre. Otra promesa rota. Y lo sé, ahora boca abajo en el fango, en un país desconocido, arrastrándome entre cadáveres cuyas caras alguna vez vi sonreír. Mis brazos no dejaban de temblar y el agarre es débil. Continuas ráfagas, gritos, alaridos, todo sonaba como si estuviera dentro de una caja, como si mi mente tratara de ensordecernos, y regalarme un minuto de paz. Compañeros vuelan a mi alrededor, desmembrados por minas similares a la que destrozaron mi escuadrón. Su estallido aún retumba mis huesos, y mi mano hierve punzantemente avisándome así que la he perdido por completo. Bajo el sol abrasador, mi sudor comienza a sentirse frío. Mi madre tenía razón, como siempre la tienen. Mi cama, el columpio del viejo árbol que mi padre puso para mí cuando era pequeño... ¿Qué estarás haciendo ahora, madre? ¿Descansando? ¿Disfrutando del sol en tu mecedora? ¿O cocinando un postre delicioso para mi regreso? Como aquellos pasteles de fruta que compartíamos en la mesa grande. Dios... lo que daría por un bocado...

Repentinamente, mi nariz rescata un dulce olor a masa caliente de entre la sangre y humo, sigo la dirección de aquel aroma que sólo podía provenir del horno

de mi hogar y una melodía de pájaros se distingue a la lejanía. Pero no está mi casa, no hay ningún pastel o rastro alguno de mi madre... Solo muerte, huesos expuestos de cadáveres indistintos y lo que creí que eran aves cantando, eran más hermanos desgarrando sus gargantas mientras se retorcían envueltos en fuego enemigo. Un hombre con lanzallamas los rociaba, como quien fumiga una plaga.

El viento atrae una nube negra hacia mí. Mis pulmones suplican por oxígeno, pero apenas queda un poco. Aquel aroma reaparece. Me giro sobre mi pecho, me asfixio. Mi garganta quema. Los alaridos se acercan y el calor aumenta. Grito, grito y fango entra en mi boca. Mi corazón encuentra paz por un breve momento. Tomo un poco más y lo devoro, es curioso, entre el lodo, logro saborear aquella masa hecha a mano por mi madre y los jugosos trozos de manzana que mi hermano había cosechado. Doy otro bocado, el calor se acerca más, pero una brisa me regresa a los pastizales donde corría hasta agotarme. Con lágrimas mezcladas en barro y sangre, mascando tierra, veo al cielo, deseando que mi madre haga lo mismo, y, de alguna forma, compartir un momento. Mi cuerpo no responde, mi corazón parece estar por estallar... Mis ojos se secan por el humo. Mi garganta arde. Saboreo mi propia sangre... Mis pulmones pesan.

Tengo miedo.

Creí que había perdido mi mano, pero la siento de nuevo, y una delgada mano la aprieta con gentileza, ¿cómo podría no reconocerla? Mamá... lo siento...



La bestia de traje

Por Noreth Guajardo Olivera
Estudiante del Bachillerato en Diseño Gráfico

Las paredes estaban empotradas unas con otras. Una luz blanca y artificial colgaba del techo e iluminaba la escena que acontecía bajo ella. Clic, clic, tic, la máquina de escribir tosía con cada tecla que tocaba. Mis dedos perseguían letras sobre un tablero pegajoso y con olor a metal. Un líquido de sueños rotos alimentaba los hambrientos estómagos de la “O” y la “Q”. La “P” y la “D” habían tomado las uñas de mi mano, dejando la carne expuesta. No me ardía nada, al contrario, las puntas de mis dedos estaban tiesas, frías y pesadas. Mis nudillos se movían como rodillas que pedaleaban una bicicleta para poder escapar.

Una voz susurraba en mi oído. Con cabello facial áspero, se frotaba en mi oreja como un gato buscando una superficie para rascarse. El maullido de este animal traía consigo una ráfaga de recuerdos de cigarro que mareaban los poros de mi piel. Un cuerpo respiraba encima del mío, dejó su forma felina para convertirse en una larga y gruesa cuerda que se enredaba en mí. Una línea curva, cálida y peluda, se arremolinó entre mis piernas, levantaba mi falda y subía por mi tronco.

Un reloj empotrado frente a mis ojos marcaba la marea del tiempo. Cinco, diez, quince... quince, diez, cinco. Arriba, abajo, derecha, izquierda. Las olas de los minutos se acercaban a la superficie, antes de volver al horizonte. La criatura se encajó en mis caderas y subió a mi pecho. Desprendió un botón de mi blusa. Las manecillas del reloj no estaban lejos de mí, podría matar al animal con ellas. No, lo necesitaba. Podía aguantar un poco más. Justo cuando la bestia rozó mi mejilla y pude sentir la lengua de la serpiente, tres golpes provenientes de la puerta desaparecieron a la bestia. Había regresado el hombre de traje.

La puerta se abrió, pero en vez de correr, seguí escribiendo mis reportes. Tal vez mañana lo lograré, haré que la cuerda abrace mi cuello, que mi peso cuelgue sobre el foco, y yo misma le pondré un fin a todo esto. O tal vez, solo tal vez, me armaré de valor, tomaré la manecilla y derrotaré a la bestia.

Dentro de ese pequeño cuarto, sostenido sobre los cuerpos putrefactos de muchas otras mujeres, llegó otra persona.

«Licenciado, su cita de las diez acaba de llegar.»



Prisionero, larga espera

Por Mariana de la Rosa Gutiérrez

Estudiante de la Licenciatura en Producción de medios audiovisuales

Era libre antes de nacer
cuando mi madre pensó que sería humano.
Nací, soy viejo cajón
la frustración de mi padre.

Lleno de cosas vacías
estambre, juguetes empolvados.
No fui desechado
era mucho trabajo seleccionar
cosas de mis superficiales entrañas
tijeras sin filo, papeles.
Lo que es medio servible
lo que no
lo que no se sabe.

Mucha fatiga escarbar
recibos con tinta borrosa
descubrir que hay en mí.

Nací para sentirme muerto.

Pasé noches quemándome con el frío
inmóvil
abandonado en el asfalto azul
afuera, queriendo estar dentro.

Ventana cálida distante
sin querer entrar
no sin invitación.

Sin saber lo que hay en mí
no se atreven a explorarme.

Nací para morir sin saber
sin tiempo que encontrar
cómo hacer para que ellos vengan
alejarme y que se acerquen.

Entre telarañas
lo único que me llena es más polvo.



¡PREPÁRATE... para el futuro!



Te ofrecemos clases de idiomas para
niños, adolescentes y adultos

Horarios matutinos
y vespertinos

Cursos sabatinos y
semanales

"On - line"

Virtual

Traducciones

Cursos
personalizados

"In Company"

Certificaciones
Internacionales

"Club de
conversación"

Laboratorio de
idiomas

"Teacher Training"



El mundo es tuyo
cuando hablas **idiomas**

Descubre hasta dónde puedes llegar
cuando crees en tu potencial

Posgrados UNIVA

- › Desafía tu intelecto
- › Adquiere conocimientos y habilidades especializadas
- › Mejora tus oportunidades laborales
- › Construye una red de contactos profesionales

Oferta educativa



- Especialidades
- Maestrías
- Doctorados

Modalidad

- Escolarizada
- En línea



Horario nocturno
entre semana y sabatino



Convenio con instituciones
públicas y privadas



Cursos, charlas y masterclass con
profesores internacionales

Conoce la oferta académica completa en
www.univa.mx

Crear
para

CRECER



UNIVA
La Universidad Católica

