



Foto: FENO.

● Yolanda Flores, Sandra Olvera y Claudia Sheinbaum.

Académica de Enfermería y Obstetricia recibe premio nacional

El pasado 12 de mayo, Día Internacional de la Enfermería, el gobierno federal galardonó a tres enfermeras, una de ellas de la UNAM. Sandra Sonalí Olvera Arreola, académica de la Facultad de Enfermería y Obstetricia (FENO) y directora de Enfermería del Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez, recibió el Premio María Suárez Vázquez, quien fue una religiosa y destacada enfermera mexicana (1945-2010), y que en su momento ocupó el mismo cargo en el mismo Instituto que la galardonada. Las otras dos fueron Yolanda Flores Peña, Premio María Guadalupe Cerisola Salcido, y Juana Jiménez Sánchez, Premio Graciela Arroyo de Cordero.

El acto se llevó a cabo en el Salón Tesorería del Palacio Nacional, y fue encabezado por la presidenta Claudia Sheinbaum, quien estuvo acompañada por David Kershenobich, secretario de Salud, por los directores del Instituto Mexicano del Seguro Social y del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, Zoé Robledo y Martí Batres, respectivamente, y por Patricia Clark, titular del Consejo de Salubridad General de México, entre otros funcionarios. Por parte de la UNAM asistió Rosa A. Zárate Grajales, directora de la FENO.

Sandra Olvera habló del profundo orgullo de haberse formado en la UNAM. “Por experiencia y convicción puedo decir que la FENO es un referente de excelencia académica y profesional en nuestro país; se ha distinguido por su enfoque integral en la formación de profesionales de la salud, que permite a sus egresados brindar cuidados de enfermería con un enfoque holístico, intercultural y de género, dirigidos a preservar la salud y contribuir en la solución de los procesos de salud y enfermedad en la población mexicana en general”.

Además, refirió, la FENO ofrece una amplia gama de programas académicos que incluyen licenciaturas en Enfermería y en Enfermería y Obstetricia, así como posgrados en especialidades, maestría y doctorado. Esta oferta académica permite a los profesionales de enfermería desarrollar competencias avanzadas en áreas como la gestión del cuidado, la investigación y la formación de recursos humanos.

Con los alumnos de pregrado “íntegro la evidencia científica más actualizada con casos reales y análisis crítico, lo que les permite comprender la importancia de tomar decisiones clínicas fundamentadas en datos, no en hábitos o rutinas. En mi participación con alumnos de la maestría promuevo una cultura de autoevaluación y mejora continua”. g

FRANCISCO VALENCIA CASTILLO

Es posible vivir el duelo sin sufrimiento

LAURA LUCÍA ROMERO MIRELES

El duelo sirve para aprender a vivir sin lo que perdimos, de manera que no percibamos de forma constante y creciente el dolor, consideró Juan Manuel Santiago Maldonado, técnico académico de la Facultad de Psicología.

Por definición, explicó, dicho proceso incluye ese sentimiento de pena y congoja, pero a través de éste vamos a “asumir, asimilar, madurar y superar”.

Las personas que enfrentan pérdidas afectivas lo atraviesan y es inevitable la tristeza u otros mecanismos emocionales ante semejante acontecimiento, expuso en el Auditorio Dr. Luis Lara Tapia.

Se trata del dolor inevitable que genera malestar; pero si cada vez se vuelve más intenso o prolongado, y no parece que haya calma, se convierte en sufrimiento, acotó el experto.

“Todo el tiempo lo afrontamos: por ejemplo, la muerte de un ser querido, separación de la pareja o despido del trabajo; unos pueden ser más lastimosos que otros, ello depende del significado que tiene para nosotros la pérdida”.

Otras situaciones que pueden incrementar la aflicción “son los acumulados que no han sido superados; o bien, el momento de vida por el cual pasamos: si me siento solo, incapaz o carezco de empleo, también puede marcar una diferencia positiva o negativa para vivir ese procedimiento”.

Creencias como: “si me siento bien estoy traicionando a la persona que falleció” o “nunca volveré a ser feliz”, no ayudan a transitar sanamente esa etapa, alertó Santiago Maldonado en la conferencia “Duelo sin sufrimiento, vive tu duelo sanamente”.

Además, tampoco es recomendable efectuar comparaciones; aunque puede haber similitudes, la realidad es que es complejo e intervienen diversos factores. Cada uno lo vive diferente, precisó.

En ese proceso no hay un tiempo definido; depende del tamaño de la herida, los recursos, el momento y la persona que somos en esos instantes. Una clave para saber que lo estamos encarando sanamente, es que el dolor no tiene la misma intensidad, y “regresamos poco a poco a nuestra vida”. g

