



ISSN en línea: 3061-8460

Facultad de Estudios Superiores Aragón

No. 20 Año 10, Julio-Diciembre de 2026

<https://publicaciones.aragon.unam.mx/ojs/Index.php/paciencia/index>

Paciencia Pa' Todos

Ciencia, Educación, Tecnología y Cultura a tu alcance

Número dedicado a:

Salud Mental



Visita el sitio

<https://publicaciones.aragon.unam.mx/ojs/index.php/paciencia/index>

DIRECTORIO

Universidad Nacional Autónoma de México

Dr. Leonardo Lomelí Vanegas

Rector

Dr. Javier de la Fuente Hernández

Secretario General

Mtro. Hugo Concha Cantú

Abogado General

Mtro. Tomás Humberto Rubio Pérez

Secretario Administrativo

Dra. Diana Tamara Martínez Ruiz

Secretaria de Desarrollo Institucional

Dr. Manuel Palma Rangel

**Secretario de Prevención, Atención y Seguridad
Universitaria**

Facultad de Estudios Superiores Aragón

Dra. Araceli Romo Cabrera

Directora

Mtro. Manuel Silva Sánchez

Secretario General

Ing. Juan Carlos Ortiz León

**Encargado del despacho de la Secretaría
Administrativa**

Ing. Alexis Sampedro Pinto

Secretario Académico

Dra. María Magdalena Sarraute Requesens

**Coordinadora de la Cátedra UNESCO Universidad e
Integración Regional, Sede México-FES Aragón, UNAM**

Lic. Celia Ivonne Aguayo Morales

Responsable de Publicaciones

PaCiencia Pa'Todos, Año 10, No. 20, Julio-Diciembre de 2026, es una publicación semestral editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, Alcaldía Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México, a través de la Facultad de Estudios Superiores Aragón, Av. Universidad Nacional s/n, Col. Impulsora, Nezahualcóyotl, Estado de México, C.P. 57130. Tel. 55 5817 34 78 ext. 1021

URL: <https://publicaciones.aragon.unam.mx/ojs/index.php/PaCiencia>
Correo electrónico: pa.ciencia.pa.todos2020@gmail.com
Editora responsable: Dra. María Andrea Trejo Márquez. Certificado de Reserva de Derechos de Autor 04-2023-070613182400-102, ISSN: 3061-8460, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este número, Dra. María Andrea Trejo Márquez, fecha de última modificación: 16 de octubre de 2026.

El contenido de los artículos es responsabilidad de los autores y no refleja necesariamente el punto de vista de los árbitros ni del Editor o de la UNAM.

Se autoriza la reproducción de los artículos (no así de las imágenes) con la condición de citar la fuente completa y la dirección electrónica de la publicación.



Atribución-No Comercial-Sin Derivadas

Permite a otros solo descargar la obra y compartirla con otros siempre y cuando se otorgue el crédito del autor correspondiente y de la publicación; no se permite cambiarlo de forma alguna ni usarlo comercialmente.



Cátedra UNESCO Universidad e Integración Regional

Dr. Axel Didriksson Takayanagui
Coordinador General

Coordinadores/as de Sede
Dra. María Magdalena Sarraute
Requesens, FES Aragón-UNAM

Dr. Damián Del Valle, Universidad
Nacional de las Artes, Argentina

Dra. Daniela Perrotta, Universidad
Nacional de las Artes, Argentina

Dr. Andrés Felipe Mora, Universidad
Nacional de Colombia

Dra. Célia Elizabete Caregnato
Universidade Federal de Rio Grande Do
Sul, Brasil

Dra. Carmen Caamaño Morúa
Universidad de Costa Rica

Dra. Carmen Márquez
Universidad Autónoma de Madrid

Editorial.....6

Ma. Andrea Trejo Márquez

Techne Techne.....12

Sopa primigenia a -170°C: El secreto mejor guardado de Júpiter

Vania Samantha Alanis Sánchez, Adriana Leticia Meléndez López y Jorge Armando Cruz Castañeda

¿Puede un chatbot ser nuestro amigo?: Inteligencia artificial y salud mental

Karla Alejandra Ramos Marín, Karen Hernández Romero, Valeria Mariana Martínez Alvarado y Kevin Hernández Feliciano

La bioinformática detrás del laboratorio, ¿Una herramienta para disminuir el estrés científico?

Esbeidy García Flores, Aurora de la Peña Díaz y Benny Giovanni Cazarín Santos

El futuro es seco: el arte de atrapar la vida en un grano de polvo.

Kenia Robles Cruz y Delia Soto Castro

De la probeta al reactor.....40

Cuando se enciende la alarma: cortisol, estrés y salud

Rafael Alejandro Maldonado Bravo y Jesús Alfredo Rojo Cabral y Tonalí Blanco Ayala

¿Las bacterias producen neurotransmisores? Sí... pero eso no significa lo que crees

Raquel Aguilar Rosales

El aliento exhalado, lo que respiramos, lo que vivimos y lo que enferma

Joshua Campos González, Fernando Vera Núñez, Vanessa Fuentes Mejía, Daniela Margarita Aguilar Vázquez, Rogelio Pérez-Padilla, Manuel Alejandro López Flores A La Torre y Omar Amador Muñoz

La neurobiología de la resiliencia, cómo el cerebro encuentra la fuerza para seguir adelante en los momentos difíciles

María Evelina Torres García y Antonio Fuentes Ibáñez

La resistencia en las trincheras ambientales y de la salud: bacterias y antibióticos.

Christopher Alejandro Salas Butrón, Miguel Alejandro Maldonado Gordillo y Ricardo Iván Cruz Cano



Escuchar a las juventudes para comprender su tiempo
entrevista con el Dr. José Alfredo Nateras Domínguez
sobre identidad, salud mental y participación política



El puma culto.....160

Locos"/"locas": Enmascaramiento social de personas que quedan fuera de los marcos de filiación, reconocimiento y pertenencia en el México postcolonial

Maricela Márquez Villeda

Dibujar, una actividad que equilibra las emociones

Huberta Márquez Villeda

Echemos el Chal.....177

¿Qué hongo con el descortezador de pino?

Grisel Paz Ramírez, Lorena López Rodríguez y Cristina Burrola Aguilar

Más allá del beso nocturno: la amenaza silenciosa de la enfermedad de Chagas

Aimée Sarahí Gómez García, Linda Campos Fernández y Catalina Soriano Correa

El Rincón de Clío.....192

El peyote: patrimonio biocultural de México y su potencial en la salud mental

Alejandro Torres Montúfar y Mayte Stefany Jiménez Noriega

Pozol: una bebida ancestral mexicana

Gladys Hernández Romero y José Enrique Hernández de la Cruz

¿Qué leo?.....205

La depresión es la pérdida de una ilusión de Juan David Nasio

Félix Luis Morales Castro

Cinema Paradiso.....212

Cuando el cine nos mira: salud mental, emociones e inteligencia artificial

Raúl Casamadrid



Atribución-NoComercial-SinDerivadas

Permite a otros solo descargar la obra y compartirla con otros siempre y cuando se otorgue el crédito del autor correspondiente y de la publicación; no se permite cambiarlo de forma alguna ni usarlo comercialmente.



Consejo Editorial

*Ma. Teresa Acosta Carmenate
(Miami Dade County Public School)*

*Jorge Bello Domínguez
(Centro Universitario Marie Curie)*

*Paola Edith Briseño Lugo
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*Adriana Corrales Salinas
(Colegio de Ciencias y Humanidades-Vallejo)*

*Alma Elisa Delgado Coellar
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*Rafael Fernández Flores
(DGTIC-UNAM)*

*Josué Yasar Guerrero Morales
(Hospital General Dra. Matilde Petra Montoya Lafragua del ISSSTE)*

*Calean Joel Herrera Caballero
(Universidad Tecnológica de Tula-Tepeji)*

*Miguel Alejandro Maldonado Gordillo
(Escuela Nacional Preparatoria)*

*Edison Omar Martínez
(Universidad Técnica de Machala)*

*Julio César Morales Mejía
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*Selene Pascual Bustamante
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*Alma Luisa Revilla Vázquez
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*Jorge Luis Rico Pérez
(Investigador Independiente)*

*Francisca Alicia Rodríguez Pérez
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*Omar Rojas García
(FES Aragón, UNAM)*

*Ma. Magdalena Sarraute Requesens
(EDP University y FES Aragón, UNAM)*

*María Andrea Trejo Márquez
(FES Cuautitlán, UNAM)*

*María Gabriela Vargas Martínez
(FES Cuautitlán, UNAM)*

Editora Responsable

María Andrea Trejo Márquez

Diseño Editorial

Alma Elisa Delgado Coellar

Editorial

En esta edición, **PaCiencia Pa'Todos** quiere dedicar un espacio muy especial a la salud mental de los jóvenes. Es un tema que nos preocupa a todos y que merece ser tratado con profundidad, seriedad y mucha información confiable. Juntos, podemos crear un ambiente más comprensivo y solidario para nuestros jóvenes.

Ser joven en la actualidad significa adentrarse en un mundo lleno de nuevas oportunidades, aprendizajes y cambios emocionantes, aunque también presenta sus propios desafíos. Las demandas académicas, la incertidumbre laboral, los obstáculos económicos, la violencia, la discriminación y la ansiedad por el futuro pueden afectar nuestro bienestar emocional. Además, las redes sociales, que nos ayudan a mantenernos conectados, informados y a construir comunidades, también pueden traer consigo comparaciones, presión para cumplir ciertos estándares de éxito, riesgos de ciberacoso y una constante búsqueda de aceptación.

Hablar de salud mental es mucho más que simplemente discutir trastornos como la ansiedad o la depresión. Es un tema que abarca cómo las personas construyen su identidad, crean relaciones, enfrentan obstáculos, buscan apoyo y diseñan su camino en la vida. El bienestar emocional no solo depende de decisiones individuales, sino que también está influenciado por las oportunidades, los entornos educativos, las redes de apoyo y las condiciones sociales en las que nuestras juventudes van creciendo.

Las contribuciones en este número están llenas de perspectivas enriquecedoras que provienen de diversos campos como la ciencia, tecnología, biología, historia, educación, filosofía y cultura. Cada artículo nos brinda una visión única que, al relacionarla con las demás, nos ayuda a entender mejor la importancia de cuidar la salud mental, especialmente en las juventudes.

En **Techne Techne**, exploramos diferentes aspectos de cómo la tecnología nos ayuda a comprender mejor el mundo que nos rodea. Vania Samantha Alanis-Sánchez y sus colegas comparten la idea de una "sopa primigenia" que se formó por la interacción entre oxidantes superficiales y reductores del fondo oceánico,

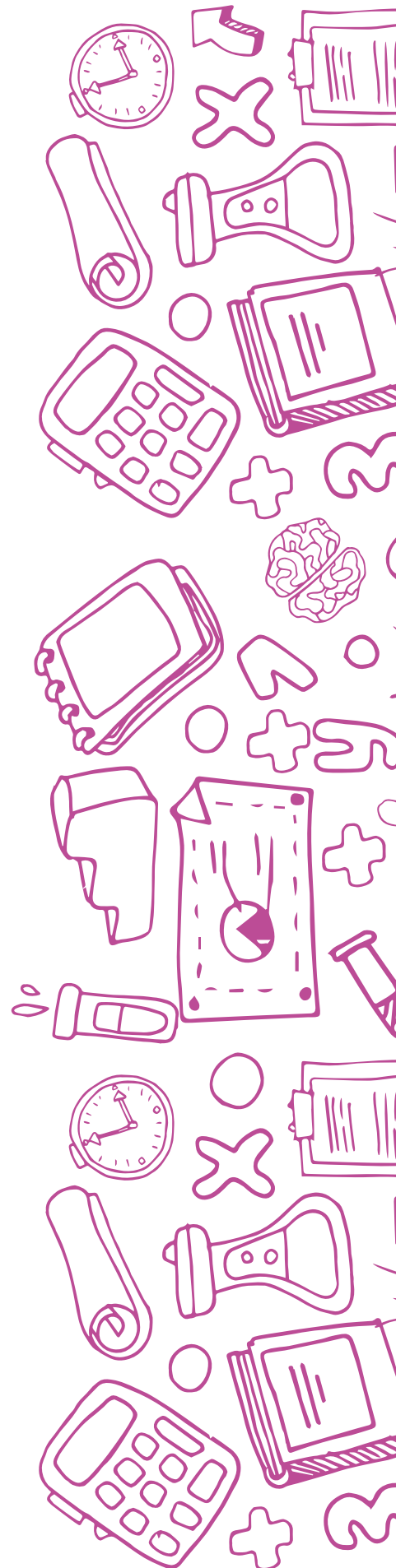


funcionando como una batería química capaz de sostener un ecosistema, según el artículo "Sopa primigenia a -170°C: El secreto mejor guardado de Júpiter". Además, Karla Alejandra Ramos Marín y su equipo se preguntan con interés: ¿Puede un chatbot ser nuestro amigo? En su discusión sobre inteligencia artificial y salud mental, explican que IA y chatbots no generan enfermedades mentales, aunque sí podrían influir en amplificar estados emocionales o psicológicos ya existentes. Por eso, es importante crear nuevas medidas de seguridad que aseguren su uso seguro y que aprovechen su potencial como herramienta de apoyo emocional.

Siguiendo con el tema de la salud mental, Esbeidy García Flores y su equipo presentan cómo “La bioinformática detrás del laboratorio, ¿Una herramienta para disminuir el estrés científico?” buscan demostrar que la bioinformática puede ser un valioso apoyo en la ciencia. Su objetivo es generar información que nos ayude a entender mejor lo que sucede a nuestro alrededor, en nuestro cuerpo y, sobre todo, en los laboratorios donde se realiza la investigación.

Además, en el mundo de la tecnología, Kenia Robles Cruz y Delia Soto Castro comparten sus pensamientos en “El futuro es seco: el arte de atrapar la vida en un grano de polvo”. Allí nos hablan del secado por aspersión, una técnica de atomización rápida que funciona como una verdadera “intervención de rescate”. Esta técnica ayuda a proteger metabolitos secundarios sensibles al calor, como flavonoides y saponinas, que podemos encontrar en frutos e infusiones de muchas plantas.

Desde la **Probeta al Reactor**, Rafael Alejandro Maldonado Bravo y su equipo llevan en una exploración muy interesante sobre cómo los efectos biológicos impactan nuestra salud, en su artículo “Cuando se enciende la alarma: cortisol, estrés y salud”. Además, aquí, Raquel Aguilar-Rosales se pregunta con curiosidad: ¿Las bacterias producen neurotransmisores? La respuesta es sí... pero eso no significa exactamente lo que quizás pienses. En el artículo “El aliento exhalado, lo que respi-



10



CONVOCATORIA

El Consejo Editorial de la revista digital **PaCiencia Pa'Todos** invita a la comunidad académica y al público interesado a enviar artículos de divulgación científica para su publicación.

PaCiencia Pa'Todos es una revista digital de la Facultad de Estudios Superiores Aragón, UNAM, adscrita a la Cátedra UNESCO Universidad e Integración Regional. De carácter semestral, tiene como propósito acercar la ciencia, la tecnología, la cultura y el arte a un público amplio, en especial a jóvenes de bachillerato y licenciatura interesados en el conocimiento.

Las contribuciones deben redactarse en un lenguaje claro, ágil y atractivo, evitando tecnicismos innecesarios. En caso de emplear términos especializados, estos deberán explicarse de manera sencilla para garantizar su comprensión por parte de un público diverso. Como parte de nuestras buenas prácticas editoriales, utilizamos el software Compilatio para detectar el plagio y el uso de inteligencia artificial en la redacción de sus artículos. Por lo tanto, les informamos que se acepta un máximo del 15 % de uso de IA en su elaboración; si se detecta un porcentaje superior, serán rechazados.

En esta edición, el **número 21** de la revista está dedicado a reflexionar sobre el tema:

“Inteligencia Artificial: retos, repercusiones, implicaciones... una mirada a 10 años”

Buscamos artículos que exploren cómo la inteligencia artificial contribuye a la ciencia, la tecnología, la educación y la cultura. También nos interesa analizar las implicaciones y desafíos, así como las condiciones necesarias para que su uso mejore la calidad de vida y complemente las capacidades humanas, pero no las sustituya.

Convocatoria abierto hasta el **31 de diciembre de 2026**
Consulta la política editorial y las recomendaciones para autores, así como el envío de trabajos, en:

<https://publicaciones.aragon.unam.mx>

Contacto: pa.ciencia.pa.todos2020@gmail.com