



Revista Archivo General de Protocolos



El Archivo General de Protocolos para prestarle un mejor servicio pone a su disposición los servicio por vía web.

Tema	pagina	Tema	pagina
Presentación.....	2	Servicios Electrónicos.....	9
Nuestros Servicios	3	Un Líder.....	11
Que estamos haciendo	5	Nuestra Historia	12
Muy Importante.....	8	Como cuidarnos.....	14



La revista externa del **Archivo General de Protocolos** fue creada con el fin de informar a todos los Abogados y Notarios de los cambios y actividades tiene la institución.

Los servicios electrónicos que los usuarios pueden utilizar desde la comodidad de su hogar u oficina con solo tener una conexión de internet se presentan en esta edición, los cuales se describirán en el contenido de esta revista.

Los días 26 y 27 de Junio del presente año se llevo a cabo la primera inspección de protocolos y recepción de testimonios especiales a los Notarios que ejercen en el Departamento de El Petén. Se han desarrollado mas actividades en los departamentos del interior de la republica dando como resultado que se haya logrado la inspección de casi la totalidad de los notarios que fueron citados, dichas comisiones de trabajo se realizaron en los días del 17 al 20 septiembre el departamento de San Marcos y en Suchitepéquez del 8 al 12 de octubre del presente año. También se podrá apreciar el calendario de las Obligaciones Notariales del presente año. También hablaremos de liderazgo de unas las personalidades mas importantes en el deporte guatemalteco, como lo es nuestro medallista olímpico Erick Barrondo, quien sin titubear jamás se ha dado por vencido y posee un espíritu que lo hace ser buen líder, sin importar en donde nació o vive logra alcanzar lo que se ha propuesto.

En esta edición se presenta parte de la historia de nuestra linda Guatemala, comprenderemos el significado de tener una buena salud y cuidar de ella en nuestro fascículo de cómo cuidarnos.

Esperamos que esta revista electrónica sea de su agrado, esperamos sus comentarios por cualquiera de los contactos.



Contacto

Cualquier comentario lo puede hacer a través de la siguiente vía:
7 ave. 9-20 zona 9 Edificio Jade, Módulo de información
Tel: 24267212
Correo Electrónico: direccionagp@oj.gob.gt
Sitio web: www.oj.gob.gt

Síguenos en:

<https://www.facebook.com/pages/archivo-de-protocolos/143319592422156>

https://twitter.com/Guatemala_AGP

Diseño
Julio Contreras
jcontreras@oj.gob.gt



CERTIFICACIONES Y CONSTANCIAS

DEPARTAMENTO DE MICROFILMACIÓN

El departamento de Microfilmación es el encargado de elaborar las certificaciones de los testimonios especiales, certificación de solvencia de entrega de testimonios especiales, certificación de avisos trimestrales y constancia de entrega de testimonios especiales y avisos trimestrales.

TESTIMONIOS ESPECIALES MICROFILMADOS

Si el testimonio especial del cual se solicita certificación ha sido entregado en los años de 1967 a 1995 y se encuentra microfilmado, se verifica la legibilidad de éste y se extiende la boleta para que sea emitido el recibo en la ventanilla correspondiente, luego de efectuar el pago y presentar copia del mismo se imprime el documento y se certifica.

TESTIMONIOS ESPECIALES AÑOS DE 1996 A LA FECHA

Si el testimonio especial del cual se solicita certificación no estuviere microfilmado, se solicitará el documento original en bodega donde se producirá extenderlo. El pago se realiza hasta el momento en que ya se haya recibido la copia del testimonio especial.

TARIFARIO

SERVICIO	TARIFA	COSTO ESCRITO POR HOJA	REPRODUCCIÓN DE DOCUMENTO POR PÁGINA	TOTAL
TESTIMONIOS ESPECIALES				
CERTIFICACIONES	75.00	5.00	0.50	75.00 DE BASE
CERTIFICACIONES MICROFILM	75.00	5.00	0.50	75.00 DE BASE
CONSTANCIAS Y CONSTANCIAS NEGATIVAS	50.00	5.00	0.50	50.00 DE BASE
APERTURA DE PLICAS	75.00			75.00
COMPLEMENTO DE PAGO NO EFECTUADO				



EXPEDIENTES DE JURISDICCIÓN VOLUNTARIA

Jurisdicción Voluntaria: Es la facultad legal conferida al (a la) notario (a), para iniciar, substanciar y resolver asuntos no contenciosos o por consentimiento de las partes sometidos a su conocimiento, siempre que no admitan contradicción alguna entre partes, o que no sean litigiosos. Sus resoluciones son modificables y no producen efectos de cosa juzgada.

EXPEDIENTES QUE SE RECIBEN PARA ARCHIVAR

Ausencia (Arts. 8 al 10, Dto. 54-77)

Disposición y gravamen de bienes de menores, incapaces y ausentes (Arts. 11 al 13, Dto. 54-77)

Reconocimiento de preñez o de parto (Arts. 14 al 17, Dto. 54-77)

Cambio de nombre (Arts. 18 al 20, Dto. 54-77)

Asiento extemporáneo de partidas y actas del Registro Civil: nacimiento, defunción, matrimonio, etcétera. (Art. 21, Dto. 54-77).

Determinación de edad (Art. 22, Dto. 54-77)

Rectificación de partidas del Registro Civil (Art. 23, Dto. 54-77)

Reposición de partidas del Registro Civil

Identificación de tercero (Art. 440 Código Procesal Civil y Mercantil)

Patrimonio Familiar (Art. 24 al 27, Dto. 54-77)

Proceso sucesorio intestado (Art. 450 Código Procesal Civil y Mercantil)

Proceso sucesorio testamentario (Art. 488 Código Procesal Civil y Mercantil)

Expediente de donación por causa de muerte (Arts. 943 y 1193 Código Civil) y 2 e) Dto. 73-75

Rectificación de área de inmueble (Art. 15 Decreto Ley 125-83)

ASPECTOS A REVISAR

- ♦ Presentación de aviso de remisión
- ♦ Que el expediente sea original
- ♦ Que esté completo
- ♦ Que esté foliado en su totalidad

APERTURA DE PLICAS DE TESTIMONIOS ESPECIALES DE TESTAMENTOS O DONACIONES POR CAUSA DE MUERTE

PROCEDIMIENTO DE APERTURA:

1. El interesado deberá presentar los siguientes documentos: cédula de vecindad y certificación original de la partida de defunción del testador y/o donante.
2. El usuario presenta los documentos indicados, y se procede a cotejar los datos de la certificación de la partida de defunción con los consignados en la plica previo a la apertura de la misma luego viene el pago.
3. Seguidamente, en presencia del (de la) Director (a) o Subdirector (a) del Archivo General de Protocolos, se procede a la apertura la plica.
4. Una vez abierta la misma en la ventanilla se le proporcionará el recibo correspondiente para el pago por: las fotocopias y los honorarios de la certificación de conformidad con el arancel respectivo. Pagado el recibo se extiende la certificación solicitada.



Que estamos haciendo



Gracias al apoyo de la Presidenta del Organismo Judicial y de la Corte Suprema de Justicia Licda. Thelma Aldana, los días 26 y 27 de Junio del 2012 se llevo a cabo la primera inspección de protocolos y recepción de testimonios especiales a los Notarios que ejercen en el Departamento de El Peten. Gracias a las gestiones de la Presidencia se lograron todos los recursos necesarios para desarrollar la actividad.

Por primera vez se desarrolla una actividad de revisión de protocolos fuera de las instalaciones del Archivo General de protocolos, como consecuencia también por primera vez se realiza una inspección de Protocolos a todos los Notarios que tienen sede notarial en el Departamento de El Peten. Actualmente hay 102 notarios con sede notarial registrada en el Departamento de Petén, de los cuales se les practico la revisión e inspección a 101 notarios.

Además de la revisión de protocolos de los Notarios, se recibieron testimonios especiales durante la jornada de dos días, los Notarios que asistieron a la actividad solicitaron asesoría legal, de igual forma solicitaron el establecimiento de una sede del Archivo General de Protocolos, ya que actualmente se les dificulta la entrega de sus obligaciones Notariales por la distancia entre la ciudad Capital y el departamento de El Peten.

El organismo Judicial sigue realizando actividades que obedecen el objetivo de velar por la certeza y seguridad jurídica del país, la actividad cumplió las metas trazadas y fue desarrollada sin ningún contratiempo y servirá como punto de partida para la realización de otras jornadas de trabajo que se realizarán próximamente en diferentes departamentos del país en donde no exista delegación del Archivo General de Protocolos.





Que estamos haciendo



Del 17 al 20 de Septiembre fue realizada la Revisión de protocolos en el Departamento de San Marcos





Que estamos haciendo



Del 8 al 12 de Octubre fue realizada la Revisión de Protocolos en el Departamento de Suchitepéquez





CRONOGRAMA DE OBLIGACIONES NOTARIALES

OBLIGACIÓN NOTARIAL	FECHA DE CUMPLIMIENTO
Pago por derecho de Apertura de protocolo. Artículo 11 Código de Notariado	2 de enero de 2012
Último día para la entrega de testimonios especiales de escrituras públicas autorizadas, avisos de cancelación y avisos trimestrales de los años: 2008, 2009, 2010 y 2011. Artículo 37 Código de Notariado	6 de febrero de 2012
Empastado de Protocolo Notarial. Artículo 18 Código de Notariado	13 de febrero de 2012
Último día para la entrega del primer aviso trimestral de 2012, testimonios especiales de escrituras públicas autorizadas y avisos de cancelación, de sus obligaciones notariales. Artículo 37 Código de Notariado.	10 de mayo de 2012
Último día para la entrega del segundo aviso trimestral de 2012, testimonios especiales de escrituras públicas autorizadas y avisos de cancelación, de sus obligaciones notariales. Artículo 37 Código de Notariado	3 de agosto de 2012
Último día para la entrega del tercer aviso trimestral de 2012, testimonios especiales de escrituras públicas autorizadas y avisos de cancelación, de sus obligaciones notariales. Artículo 37 Código de Notariado	6 de noviembre de 2012
Último día para redactar razón de cierre en el protocolo notarial. Artículo 12 Código de Notariado	31 de diciembre de 2012
Último día para la entrega del cuarto aviso trimestral de 2012, testimonios especiales de escrituras públicas autorizadas y avisos de cancelación, de sus obligaciones notariales. Artículo 37 Código de Notariado	4 de febrero de 2013



1. SERVICIO DE CONSULTA A DISTANCIA



Es un nuevo servicio creado exclusivamente para los Notarios de la República, su creación consta en el acuerdo de tarifas 24-2011, de la Corte Suprema de Justicia, y tiene como objetivo principal brindar la oportunidad de consultar y enviar documentos notariales desde cualquier lugar que cuente con acceso a internet.

¿Cuál es su costo?

El valor de cada consulta es de Q.10.00; Y el valor de cada envío es de Q10.00.

Cómo se contrata el servicio:

El notario deberá solicitar la creación de su usuario en las instalaciones del Archivo General de Protocolos, Registro electrónico de Notarios, 2do nivel y en las delegaciones departamentales y regionales.

Cómo funciona?

Se proporciona un usuario para que se pueda ingresar al sitio web del Organismo Judicial: www.oj.gob.gt en donde se podrán realizar las consultas y envíos.

¿En dónde puede pagarse?

En el Archivo General de Protocolos (sede central), y sus delegaciones regionales y departamentales, y en juzgados de paz. El servicio de consulta a distancia, también puede ser pagado en los Juzgados de Paz, donde no exista delegación del Archivo General de Protocolos, a través del recibo 220-C. Y el usuario podrá pagar en los bancos asignados por la Gerencia Financiera al Organismo Judicial.

¿Qué puede consultar el Notario?

Registro Electrónico de Notarios (Su registro de firma y sello, sede notarial, depositario y datos generales);

Registro Electrónico de Poderes y sus modificaciones inscritos a partir del año 2,009.

Testimonios especiales (sus testimonios especiales, avisos trimestrales y de cancelación.

Registro de Plicas: testimonios especiales de testamentos o donaciones por causa de muerte).

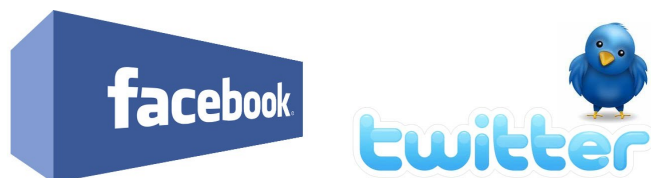
Pasos para utilizar la consulta a distancia:

Crear el usuario presentando el carnet de colegiado activo en el Registro Electrónico de Notarios (sede central), o en las delegaciones regionales o departamentales. Realizar el pago en sede central, delegaciones departamentales o regionales y en juzgados de paz cuando no haya delegación del AGP. El monto mínimo a pagar será de Q.10.00 según la conveniencia. El saldo no vence. **Ingresar a la página** www.oj.gob.gt, seleccionar el link del Archivo General de Protocolos, opción consulta a distancia, ingresar usuario y clave.

Para cargar saldo, ingresar en el apartado de opciones y registrar el número de recibo y monto cancelado.



2. Comunicación de Redes Sociales



Gracias al desarrollo de la tecnología y a esas herramientas importantes de las cuales contamos a nuestro alcance en el ámbito de la comunicación y el desarrollo humano, el Archivo de Protocolos ha creado un espacio virtual en una de las redes importantes como lo es Facebook y Twitter.

2.1 Facebook

Nuestro portal de **facebook** cuenta con mas de **6,000** usuarios que nos están visitando a diario haciendo consultas o solicitando información importante, este portal fue diseñado para dar un servicio ágil e interactivo, por este medio se publica información importante todos los días hábiles por lo que invitamos a seguimos por este medio.

2.2 Twitter

Esta red social cuenta cada vez mas con seguidores que buscan la información concreta, por este medio publicamos información constantemente en esta red.

Twitter: https://twitter.com/Guatemala_AGP

Facebook: <https://www.facebook.com/ArchivoDeProtocolos>

3. Servicio Investigación en línea



Para poder conocer la opinión que tienen los usuario respecto al servicio que presta la institución se están desarrollando procesos de investigación en línea. Se enviarán a la base de datos de correos electrónicos de los notarios encuestas, la cuales tienen como objetivo evaluar el servicio que el Archivo General de Protocolos esta prestando.

4. Revista Digital



Con el objetivo de informar a los usuarios del Archivo General de protocolos. Se ha creado la revista electrónica del Archivo General de Protocolos, la cual tiene como objetivo generar información de interés para los notarios de Guatemala en ella se encontraran diferentes secciones, este medio se envía por la forma de correos electrónicos.

5. Sitio web



A partir de este mes se puede utilizar el nuevo sitio web del AGP, el cual contiene información mas relevante respecto de cada una de las unidades del AGP. El objetivo de este medio electrónico es generar un espacio virtual para que los usuarios puedan conocer los aspectos mas relevantes del Archivo General de Protocolos.

- La estructura organizada del Archivo General de Protocolos
- Los servicios que se prestan
- Noticias relevantes
- Contacto de todas las unidades
- Documentos legales relacionados a la gestión
- Formatos de presentación de documentos.

Esperamos que sea de su utilidad y sirva para aclarar e informar respecto a las principales secciones del Archivo General de Protocolos.

6. Boletines Electrónicos



Eventualmente se redactan boletines electrónicos, los cuales tienen como objetivo informar respecto actividades especiales que ameriten de ser informados de forma inmediata.



Perseverante



Fue despedido de un periódico por falta de imaginación y por no tener ideas originales **Walt Disney.**

Estuvo a punto de dejar definitivamente su carrera musical debido al poco éxito que tuvo con unos de sus primeros discos. **Ricardo Arjona.**

Mientras realizaba su práctica como corredor de fondo, tuvo una lesión por la que tuvo que dejar de practicar su deporte favorito. **Erick Barrondo.**

El facto en común que tiene Erick Barrondo y las otras personas que se mencionan es la perseverancia, estas personas exitosas se toparon con muchos inconvenientes, en muchos casos les sirvió para ser más fuertes y para vencer la adversidad.

En este momento en el que todos Felicitan a Barrondo por el logro alcanzado, es necesario estudiar el origen de la acción, ya que el resultado todos lo conocemos. John Maxwell se refiere a la ley del tope, que hace que los seres humanos al encontrar una dificultad se detengan o bien logren avanzar venciendo al inconveniente, la perseverancia es una cualidad que tienen los líderes como Barrondo y lo que le hizo lograr su objetivo.

Resulta fácil decir esta palabra, sin embargo el ponerla en práctica, es todo un reto que requiere de un esfuerzo, aun si se necesita de esfuerzo físico sobresaliente el motor que hace mover al ser humano es la mente y la perseverancia.

Algunas personas exitosas tuvieron que soportar acciones adversas como las siguientes:

No nos gusta como suenan y la música, con guitarras ya no se juega les dijo una productora musical que no quiso contratarles. **Beatles**

Fue apartado por su equipo en la Universidad, llegó a su casa y se puso a llorar. **Michael Jordán.**

Un profesor le dijo que era demasiado estúpido para aprender nada y que debería de probar otro campo donde tener éxito, en virtud a su entrañable personalidad. **Thomas Edison.**

El primer medallista olímpico podrá ser recordado no solo por la medalla que consiguió, sino por la extraordinaria capacidad de expresar sus ideas y de ponerlas en práctica, a pesar de los inconvenientes, de la falta de recursos que tenía, logró vencer a todos sus miedos, a sus pensamientos negativos, a los comentarios de desalentadores, logró triunfar porque su actitud positiva fue más grande. El ejemplo de Erick es algo que debe servir para reflexionar y después de actuar en cualquier área en la que haya problemas para conseguir los triunfos.





Museo Nacional de Historia, donde Guatemala cuenta su pasado



El segundo piso del museo cuenta con una completa biblioteca de valiosos documentos. El primer piso tiene un salón especial para exposiciones.



La historia de Guatemala posee capítulos fascinantes desde la época precolombina hasta la época moderna actual, aspectos importantes que ayudan a conocer el desarrollo del país. En este sentido, una fuente indispensable de documentación es el Museo Nacional de Historia, ubicado en la 9ª Calle 9-70, Zona 1, esquina, en el Centro Histórico. Sus altos muros guardan un valioso tesoro y el edificio en sí forma parte de la historia nacional. Fue inaugurado el 16 de septiembre de 1896 como sede del Registro de la Propiedad del Inmueble, durante el gobierno del General José María Reyna Barrios.

Visitar el museo es conocer de cerca a Guatemala

Al ingresar, se apaga el bullicio de la ciudad a través de sus sólidas paredes. Las características de su construcción hacen sentir una atmósfera fresca, que sumada a sus reliquias y salas antiguas da la sensación de viajar al pasado.

El Museo se presta para visitarlo en cualquier momento, pero las visitas guiadas, ya sean individuales o en grupo, son más recomendables por los detalles adicionales proporcionados por los encargados de atender a los visitantes.

Recorrido histórico

La visita al Museo de Historia comienza en el primer piso de forma cronológica, desde el descubrimiento de América, para finalizar en el segundo piso con los gobiernos liberales de Guatemala.

El amplio sótano alberga una vasta colección de fotografías de Guatemala, trazos y planos de la distribución urbana y homenajes a personajes guatemaltecos cuya labor ha destacado en los últimos años, como Francisco Vela, uno de los creadores del diseño y construcción del Mapa en Relieve, ubicado al final de la Avenida Simeón Cañas zona 2.



Acta de Independencia de Centro América



El museo cuenta con una fototeca, tanto física como digital, lo cual permite apreciar el cambio gradual de la Ciudad de Guatemala hasta su estado moderno.



En una de las estancias se exhibe el escritorio, mobiliario y objetos de uso profesional del ex presidente Jorge Ubico.

Colección de fotografías

Gran parte de las imágenes históricas de un país corresponden a fotografías de hechos noticiosos sobresalientes, como homenajes, inauguraciones, monumentos o bien revoluciones, terremotos y catástrofes.

El museo cuenta con una fototeca de Guatemala que permite dar una vista al pasado donde la ciudad y sus calles son los protagonistas. Algunas de estas fotos son parte original de la colección y muchas de ellas han sido donadas al Museo por coleccionistas y ciudadanos particulares.

Colección de objetos históricos

Al caminar por los pasillos encontrará la silla de montar de Justo Rufino Barrios, una versión a escala de la Torre del Reformador, uniformes militares de época, piezas de cerámica y escafandras de buzos. En cuanto a documentos podrá apreciar actas, manuscritos del himno nacional y sus versiones originales en borrador con tachones y correcciones, así como su partitura.

Llama la atención de los detallistas la variedad de objetos de uso diario en las oficinas o edificios de gobiernos. Ahora son reliquias y sorprende lo ingenioso de su construcción, tal como los telégrafos y máquinas de escribir.



Equipo de buceo utilizado por trabajadores del IRCA - International Railways of Central America- de principios del siglo XX.



11 cosas que deberías saber antes de ponerte a dieta



¿Se puede perder peso durmiendo poco? ¿Engorda comer rápido? ¿Y comer delante de una pantalla? ¿Qué alimentos ayudan a adelgazar? ¿Cómo afecta la pérdida de peso al cerebro? ¿Son buenas las dietas basadas en proteínas? Repasamos **11 estudios científicos recientes** que deberías tener en cuenta a la hora de iniciar un régimen para perder peso.

Yogur y frutos secos. A largo plazo, comer yogur y frutos secos de cáscara dura, como las nueces o las almendras, ayuda a bajar de peso más que la fruta o las verduras, según se desprendía de un estudio llevado a cabo en la Escuela de Salud Pública de Harvard y publicado en la revista *New England Journal of Medicine*.

Sueño antigrasa. De acuerdo con un estudio de la Universidad de Chicago, mientras hacemos una dieta para adelgazar, dormir durante toda la noche hace que se pierda más cantidad de grasa. Concretamente, si reducimos nuestro sueño a sólo 5,5 horas perdemos el mismo peso que tras un sueño de 8,5 horas, pero la quema de grasas se reduce a la mitad.

Contra los antojos, imaginación. Un grupo de científicos de la Universidad Carnegie Mellon (Pittsburgh, EE UU) descubrió hace poco que, ante el deseo de comer chocolate y dulces, imaginarse tomando grandes cantidades de estos productos puede ser suficiente para calmar el apetito.

Bebe agua para adelgazar. Un ensayo clínico presentado durante un encuentro de la Sociedad Americana de Química (ACS por sus siglas en inglés) reveló que beber dos tazas de agua antes de comer ayuda a perder peso y combatir la obesidad.

Si comes no navegues. Comer delante de la pantalla de un videojuego o trabajando con el ordenador puede aumentar nuestro apetito a lo largo del día, fomentando el sobrepeso, según revelaba un trabajo publicado en la revista *American Journal of Clinical Nutrition*.

Los peligros de tomar sólo proteínas. La Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas desaconseja encarecidamente el "método" o "dieta" de adelgazamiento propuesto por Pierre Dukan ya que no existen pruebas que sustenten que una dieta con un mayor contenido en proteínas ayude a la pérdida de peso y el consumo prolongado de dietas pobres en carbohidratos y ricas en proteínas se asocia con un incremento en la mortalidad.

Esta nota fue obtenida de la siguiente pagina web: <http://www.muyinteresante.es>

Diabetes



En las Américas, la obesidad y la diabetes están afectando a la población con tasas cada vez más elevadas. Las encuestas nacionales demuestran que la prevalencia de la obesidad está aumentando en todos los grupos de edad. Entre el 7% y 12% de los niños menores de 5 años y una quinta parte de los adolescentes son obesos, mientras que en los adultos se aproximan al 60%. La obesidad es el principal factor de riesgo de la diabetes. Se prevé que el número de personas que sufren diabetes en América Latina se incremente en más de un 50% en los próximos 15 años pasando de 13,3 millones en el 2000 a 32,9 millones en el 2030. La diabetes y la obesidad ya no se consideran "las enfermedades de la abundancia" y afectan desproporcionadamente a los sectores pobres y de nivel cultural más bajo.

Esta nota fue obtenida de la siguiente pagina web: <http://new.paho.org>

El suicidio es una de las tres primeras causas mundiales de muerte de jóvenes, dice la OMS

Cada año, un millón de personas se quita la vida en el mundo, mientras que una de cada 20 que intentan suicidarse por día lo consigue, advirtieron la Organización Panamericana de la Salud (OPS), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP, por sus siglas en inglés), en el marco del Día Mundial para la Prevención del Suicidio, que tiene lugar el 10 de septiembre.

El suicidio se encuentra entre las tres primeras causas mundiales de muerte en personas de 15 a 44 años. La OMS estima que para el año 2020, la cantidad de estos hechos crecerá un 50 por ciento para alcanzar las 1,5 millones de muertes anuales. Peor aún, las tasas de suicidio entre los jóvenes se han ido en aumento hasta tal punto que ahora son el grupo de mayor riesgo en un tercio de los países del mundo.



Como cuidarnos



El Día Mundial para la Prevención del Suicidio tiene lugar cada 10 de septiembre desde 2003 y es una indicativa de la IASP y la OMS que apunta a mejorar la educación en el tema, distribuir información, reducir la estigmatización y aumentar la conciencia de que el suicidio es prevenible. El tema elegido este año para promover acciones que eviten que las personas terminen con su vida, es Prevención del suicidio en culturas diferentes. Ocurre que los factores culturales, religiosos, legales, históricos, filosóficos y tradicionales influyen en la decisión, por lo que deben ser tomados en cuenta a la hora de abordar la problemática.

Según la OMS, la mayoría de los suicidios pueden prevenirse y aconseja reducir el acceso a los medios para suicidarse (pesticidas, medicamentos, armas de fuego); tratar a las personas con trastornos mentales, y en particular a quienes padecen depresión, alcoholismo o esquizofrenia; realizar un seguimiento de los pacientes que intentaron quitarse la vida; fomentar un tratamiento responsable del tema en los medios de comunicación; y formar a los profesionales de la atención primaria de salud.



¿Existe alguna conexión entre sufrimiento y enfermedad?

Aunque la ciencia no ha logrado demostrar que exista una relación entre el estrés y el sufrimiento con la aparición y el peor pronóstico de un cáncer, ambos sentimientos sí son causa directa o indirecta de otro tipo de patologías.

De menor a mayor gravedad, la primera patología que se puede achacar a un evento psicológico es el resfriado común. Diversos estudios han demostrado que un acontecimiento adverso puede no sólo causar una depresión psiquiátrica sino, también, afectar al sistema inmunológico y hacer que el cuerpo sea menos hábil a la hora de luchar contra virus y bacterias.

Afirma A.I. en Público que es aceptado por la comunidad científica que las personas tristes o deprimidas sufren más resfriados.

La medicina psicosomática es la disciplina que trata la relación entre las emociones y las patologías orgánicas. El término psicosomático fue acuñado en 1918 y ha gozado de una reputación desigual hasta hace relativamente poco tiempo. Según la médica y psicoanalista Alejandra Menassa especialista en este campo, a las personas les cuesta creer que los procesos psíquicos "en su insistencia, pueden producir crisis somáticas".

Sin embargo, la experta recurre a algo tan común como el rubor para explicar la evidencia. "El proceso se ve muy claro cuando nuestro rostro se ruboriza al escuchar una de terminada frase", apunta.

Para Menassa, no se puede decir que los acontecimientos traumáticos provoquen en sí enfermedades, pero sí que lo hace "la manera que tiene cada uno de reaccionar ante tal suceso". Define las patologías psicosomáticas como aquellas desencadenadas "más por la angustia que por la depresión" y, entre ellas, destaca la hipertensión. La depresión facilita mecanismos que pueden predisponer a un episodio cardíaco.

El vicepresidente de la Sociedad Española de Cardiología (SEC), Francisco Chorro, señala por su parte que hay estudios que demuestran que una situación de depresión por un acontecimiento grave facilita diversos mecanismos que pueden predisponer a sufrir una afección cardíaca.

Estos van desde variaciones en el sistema nervioso vegetativo hasta cambios en la inmunidad o en la inflamación. Sin embargo, la prudencia vuelve a imperar a la hora de establecer un nexo directo entre sufrimiento y enfermedad. Por eso, para Chorro, dichas conexiones no son "claras y rotundas". "Lo más prudente es decir que en algunos estudios se han observado y en otros no".

Respecto a si la depresión empeora el pronóstico de quien ya ha sufrido un evento cardiovascular, el vicepresidente de la SEC cree que "predominan los trabajos que no logran demostrarlo".

Esta nota fue obtenida de la siguiente pagina web: <http://www.salud.com>

