

FAMILIA IMSS

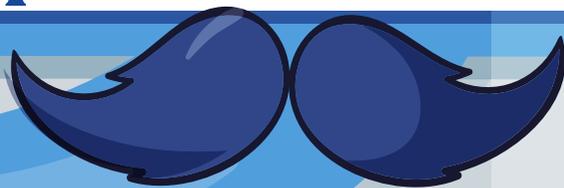
Historias de **IMSS**piración

LA REVISTA

Número 62 | Noviembre | 2024



Noviembre, mes de la salud integral del hombre: te brindamos consejos para tu bienestar



Entrevista con la directora jurídica: Implantes cocleares, un IMSS con perspectiva en DDHH



conocer,
la certificación como impulso de la competitividad



Ganadores del 4° Concurso Nacional Literario de Calaveras IMSS



Gobierno de
México

PAPELERÍA INSTITUCIONAL

Descarga la tipografía, los formatos de presentación y oficios actualizados conforme a la nueva imagen del Gobierno de México.

Todos los documentos internos deben ser elaborados en los formatos de papelería institucional.

Encuétralos aquí

*[http://intranet/servicios/politica-y-papeleria/
Paginas/papeleria-institucional.aspx](http://intranet/servicios/politica-y-papeleria/Paginas/papeleria-institucional.aspx)*



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL



• **04**

EDITORIAL

Un IMSS sano en una República Sana

• **05**

IMSS + seguro + social

- Fotogalería de los eventos más relevantes de octubre
- Inauguración del Centro de Capacitación y Calidad Villa Coapa

• **09**

Identidad IMSS

- “Debemos apoyarnos entre todos, en pro de la salud de la derechohabencia”: Gabriel Ortega Zumárraga
- “Siempre busco soluciones para mejorar el servicio”: Alicia García

• **10**

Deporte, cultura y entretenimiento

- Gran participación en la 3ª Carrera “Mi Lucha Es Rosa”
- Carrera IMSS Salud y Bienestar 2024
- Actividades culturales gratuitas
- Cartelera teatral
- Cartelera Cine Linterna Mágica
- El Director General recomienda 5 libros para que leer sea saludable
- Ganadores del 4º Concurso Nacional Literario de Calaveras IMSS

• **19**

Vivo y trabajo saludable

- La salud bucal se refleja en la sonrisa
- Seis aspectos para entender el cáncer de próstata
- Vasectomía sin bisturí: planificación familiar compartida
- Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí, formador de especialistas en beneficio de la anticoncepción

• **26**

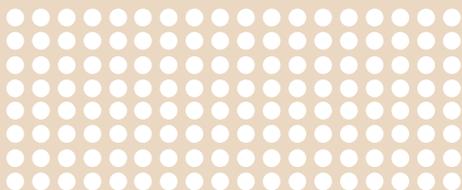
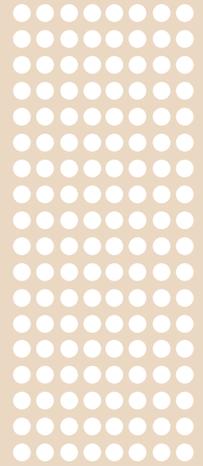
Los consejos de Marco Aurelio

Impacto económico del “Halloween” y “Día de Muertos” en México y el mundo

• **29**

Comunidad IMSS

- Podcast del Instituto Mexicano del Seguro Social
- Implantes cocleares, un gran avance en derechos humanos: Karen Berlanga Valdés, titular de la Dirección Jurídica del IMSS
- TAOD, 47 años de cumplir un compromiso con la calidad en la atención y el buen trato
- La certificación, impulso de la competitividad
- Las primeras Unidades Médicas
- Superhéroes
- Orgullo y trabajo en equipo para atender con calidez: HGR No. 1, Cuernavaca, Morelos
- Durango, vocación y empatía en la atención a la derechohabencia
- Caldillo duranguense
- Trivia



DIRECTORIO

Director General

Zoé Robledo

Secretario General

Jorge Gaviño Ambriz

Director de Prestaciones Médicas

Hermilo Domínguez Zárate

Director de Prestaciones Económicas y Sociales

Mauricio Hernández Ávila

Directora de Incorporación y Recaudación

Norma Gabriela López Castañeda

Directora Jurídica

Karen Berlanga Valdés

Director de Finanzas

Marco Aurelio Ramírez Corzo

Director de Administración

Borsalino González Andrade

Directora de Innovación y Desarrollo Tecnológico

Claudia Laura Vázquez Espinoza

Director de Operación y Evaluación

Javier Guerrero García

Directora de Planeación para la Transformación Institucional

Asa Ebba Christina Laurell

Titular de la Unidad de Comunicación Social

Amadeo Díaz Moguel

UN IMSS SANO EN UNA REPÚBLICA SANA

“Yo pongo el ‘chesco”, “ya traje las papitas”, “vamos por ‘unos de carnitas”. Seguramente en la UMF, el hospital, la subdelegación o cualquier centro de trabajo desde donde estés leyendo esto, habrás escuchado estas frases. Son comunes, pero no por ello son lo mejor.

En 2016, la Organización Mundial de la Salud publicó su primer informe global sobre diabetes, en el que señaló que el número de adultos que la padecen se había cuadruplicado desde 1980. Esta enfermedad se encuentra entre las principales causas de fallecimiento y discapacidad en el mundo; provoca 1.5 millones de muertes al año. Lo inquietante es que este estudio prevé que el número de personas con diabetes aumente a 643 millones en 2030 y a 783 millones en 2045.

En México, en 2019, el Instituto Nacional de Salud Pública reportó que la prevalencia de diabetes en México fue de 16.8 por ciento y las estimaciones actuales la ubican en 22.1 por ciento. En 2021, el 13 por ciento de las defunciones en México fueron derivadas por esta afección.

La cifra es alarmante. Lo peor es que se trata de una enfermedad que se puede prevenir, pero no se puede curar y que es letal cuando no se atiende bien. Es una enfermedad terrible: causa de ceguera, insuficiencia renal, infarto de miocardio, accidentes cerebrovasculares y amputaciones de los miembros inferiores.

Ante este escenario es que, al tomar posesión como presidenta de México, la doctora Claudia Sheinbaum anunció que busca construir una República Sana. En el punto 46 de los 100 compromisos que hizo con el pueblo para consolidar el Segundo Piso de la Cuarta Transformación mencionó que: En escuelas, centros de trabajo, espacios públicos habrá un programa educativo extenso para reducir obesidad, hipertensión y diabetes.



Zoé Robledo
Director General del IMSS

La presidenta busca que se promuevan estilos de vida saludables en las escuelas y en el país en general. Por eso, nosotros desde el IMSS debemos sumarnos y promover espacios sanos al interior de nuestras unidades.

Las acciones que se pueden tomar para evitar esta enfermedad se pueden conjugar en una sola palabra: la prevención. Por eso, desde el Instituto recomendamos tanto a la Familia IMSS, como a toda la población, adoptar hábitos saludables con la finalidad de mantener una buena calidad en la salud y prevenir enfermedades crónico-degenerativas durante todas las etapas de la vida. Acciones sencillas pueden hacer grandes cambios: reducir al máximo el consumo de comida chatarra y de refrescos, tomar agua simple, realizar actividad física, dormir al menos 7 horas.

En todas las Unidades de Medicina Familiar se cuenta con la estrategia PrevenIMSS, la cual fomenta la atención preventiva e integral con acciones de promoción de la salud, evaluación del estado de nutrición, prevención, detección y control de enfermedades.

En la página de Internet <http://www.imss.gob.mx> y en nuestras redes sociales puedes encontrar materiales educativos, como la Guía para el Cuidado de la Salud PrevenIMSS Familiar, el Plato del Buen Comer y mucho material más que te servirá para adquirir mayor conocimiento de cómo llevar un estilo de vida saludable.

La pieza más importante para una vida saludable somos nosotros.

¡Construyamos una República Sana, empecemos en el IMSS, nuestra casa!

Coordinador de Comunicación Interna: Francisco José Rullán Gutiérrez. Coordinación de Comunicación Interna: Aida Araceli Álvarez Ojeda, Aridal Rodríguez Alemán, César Muñoz Vieyra, Citlalli Andrea Santiago Velasco, Claudia Rangel Rojas, Eliana Elizabeth Vargas Castillo, Herzáin Hibrain Córdova Camacho, Hugo Sánchez González, Irma Maricela Barocio Ramírez, Iván Cabañas López, Jonathann Eduardo Torres López, José Augusto Sandate Mendoza, José de Jesús Hernández Márquez, Juan Carlos Sánchez Osorio, Lorenzo José Aguilar González Ulloa, Lourdes Angélica Maldonado Martínez, Marisela Casillas Valdivia, Priscila Celaya Chávez, Susana Zárate Ramírez y Virginia Estephanía Granda González.

Familia IMSS. Historias de IMSSpiración es una publicación mensual editada por la Coordinación de Comunicación Interna de la Unidad de Comunicación Social del Instituto Mexicano del Seguro Social. Número de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2021-080213302500-203, de fecha 2 de agosto de 2021. Oficinas administrativas en: Toledo No. 10, Planta Baja, Alcaldía Cuauhtémoc, Col. Juárez, 06600 Ciudad de México, teléfonos (55) 5238-2700, extensiones 11301, 11309 y 11310.

Las notas y reportajes contenidos en esta publicación son de carácter informativo y están dirigidos a la **derechohabiente y al personal del IMSS, sin perseguir un fin político o partidista.**

El lenguaje empleado no pretende generar ninguna clase de discriminación, ni marcar diferencias entre hombres y mujeres, por lo que las referencias o alusiones hechas al género masculino representan siempre a todos y a todas, hombres y mujeres, abarcando claramente de esa manera a ambos sexos.

La información es responsabilidad de las áreas normativas a las que se hace alusión. Puede ser reproducida con fines no lucrativos, siempre y cuando no se mutila, se cite la fuente y su dirección electrónica. De otra forma, requiere permiso por escrito del IMSS.

Colaboración Especial: Diego García Gómez, Elisa Minerva García Gutiérrez, Erika Elizabeth Ávila Soto, Hugo Enrique Chávez Chaparro, José Carlos Davis Toledo, Nora Rodríguez Aceves y Sandra Daniela Alcocer Núñez.



CONOCE LAS ACCIONES INSTITUCIONALES MÁS RELEVANTES DE OCTUBRE



En sesión extraordinaria del H. Consejo Técnico del IMSS, encabezada por el director general, Zoé Robledo, fue aprobada la designación de Jorge Gaviño Ambriz como secretario general de la institución.



En sesión extraordinaria del H. Consejo Técnico del @TuIMSS, aprobamos por unanimidad a Jorge Gaviño Ambriz como Secretario General de la institución.

@jorgegavino se integra al IMSS para compartir su amplia experiencia como funcionario público y ayudar al instituto en sus propósitos de transformación.

Le deseamos éxito en su nuevo encargo y que su labor sea siempre en beneficio del #SeguroSocial y de las y los derechohabientes.

Como parte de sus actividades, el Director General:

- Presentó el programa “Salud Casa por Casa” en la conferencia matutina de la presidenta Claudia Sheinbaum, mediante el cual personal de enfermería acudirán a los domicilios para brindar acciones de salud.
- Se reunió con la presidenta Claudia Sheinbaum y la gobernadora del Estado de México, Delfina Gómez, para establecer un plan de crecimiento de la infraestructura de salud en la entidad.
- Firmó, junto con Arturo Olivares, secretario general del SNTSS, el convenio de revisión salarial 2024 del Contrato Colectivo de Trabajo.
- Visitó Chiapas, en donde supervisó la obra del HGZ “XIV de Septiembre”, en Tuxtla Gutiérrez, y se reunió con el gobernador del estado, Rutilio Escandón, y el director general del IMSS-BIENESTAR, Alejandro Svarch, para revisar los avances en la infraestructura en salud.
- Sostuvo una videoconferencia con titulares de OOAD y UMAE en la que el subsecretario de Salud, Eduardo Clark, presentó el nuevo modelo de compra consolidada de medicamentos, que coordinará la Secretaría de Salud.



Servicios de salud, deporte y cultura:



1
Reunión con el equipo de UNICEF para trabajar en estrategias de colaboración para promover la vida saludable en niñas y niños mexicanos.

2
Inauguración del II Congreso Internacional de Investigación y Cambio Climático, organizado por el IMSS, la CISS, instituciones y organismos internacionales especialistas en el tema.

3
Segunda Jornada Nacional de Reconstrucción Mamaria en pacientes mastectomizadas por cáncer de mama, en la que se colocaron prótesis a 20 pacientes.



4
Firma del convenio de colaboración entre el IMSS y el Fútbol Club Barcelona, para promover este deporte entre la niñez y la juventud.



5
Octavo Congreso Internacional GeriatrIMSS "Envejecimiento Saludable", para fortalecer las capacidades de atención a personas adultas mayores.



6
Cuarta edición del Concurso y Muestra de Altares y Ofrendas, en la que participaron 15 OOAD, siete direcciones normativas y la Secretaría General.



INAUGURACIÓN DEL CENTRO DE CAPACITACIÓN Y CALIDAD VILLA COAPA



El pasado 15 de octubre, el director general, Zoé Robledo; el secretario del Trabajo y Previsión Social, Marath Baruch Bolaños; el secretario general del Sindicato Nacional de Trabajadores del Seguro Social (SNTSS), Arturo Olivares Cerda; el director de Operación y Evaluación, Javier Guerrero García; la directora Jurídica, Karen Berlanga Valdés; el secretario general electo del Comité Ejecutivo Nacional del SNTSS, Rafael Olivos Hernández, y Rafael Mauad Abud, director del Centro Nacional de Capacitación y Calidad, participaron en el corte del listón que dio por inaugurado el nuevo Centro de Capacitación y Calidad y Unidad Deportiva del SNTSS, en Villa Coapa, Ciudad de México.

Todo inició con un recorrido por este nuevo Centro, que se construyó en el mismo terreno en donde se encontraba la antigua sede, que sufrió severos daños tras el sismo de 2017. Fue diseñado con los más altos estándares de calidad y responsabilidad. Su arquitectura, que tiene un compromiso con la sostenibilidad y el respeto por el medio ambiente, se adaptó a las necesidades actuales de las tecnologías de la información y comunicación, así como al modelo integral de capacitación, enfocado a la formación para el trabajo y para la vida.

Tiene, además, la finalidad de seguir fomentando la creatividad, la colaboración y la innovación. Sus espacios fueron pensados para facilitar la adquisición de nuevos conocimientos, de modo que cada participante pueda desempeñar sus funciones de manera productiva y con la confianza de contar con competencias sólidas que le permitirán enfrentar los desafíos del futuro.

Conjuntamente, la unidad deportiva es testimonio del interés por ofrecer un espacio para realizar actividad física para el bienestar y desarrollo integral de las y los trabajadores del IMSS, así como apoyar al fomento de la disciplina y el trabajo en equipo.

En su mensaje, el director general, Zoé Robledo, comentó que el IMSS, al ser la institución de seguridad social más grande del continente americano y el empleador número uno de México, está obligado “a tener a las y los mejores trabajadores, más capacitados, más actualizados, con un enfoque humanista, universal, integral, con espacios dignos, cómodos y agradables”.



Reiteró su deseo de que el Instituto siga siendo la luz que ilumina los esfuerzos del Estado Mexicano en materia de salud y bienestar social y propuso que sean la Dirección General del IMSS, los directores normativos, titulares de unidades y coordinadores de Nivel Central los primeros en capacitarse en este Centro, “para ser los primeros en tener los valores, la mística, y la historia del Seguro Social para poder seguir adelante”.

Durante su intervención, el secretario del Trabajo y Previsión Social, Marath Baruch Bolaños, enfatizó que la STPS seguirá avanzando en las tareas que fueron delineadas para el Segundo Piso de la Cuarta Transformación y que, en ese sentido, van a acompañar lo que ya es una realidad: la democracia sindical que está en todo el país, y que siempre se ha ejercido de manera muy sólida en el SNTSS.

Por su parte, el doctor Arturo Olivares Cerda agradeció al director general, Zoé Robledo, por respaldar siempre las iniciativas en favor de la consolidación de la capacitación de las y los trabajadores del Seguro Social y aseguró que “esta obra no es una obra más, es el resultado de un sueño colectivo, una visión compartida de lo que puede y debe ser la formación de la base trabajadora”.

Este evento, sirvió de marco para reconocer la labor del secretario general del SNTSS, Arturo Olivares Cerda, quien terminó su ciclo al frente de este gremio y para dejar de manifiesto que las obras prometidas se terminan y quedan los beneficios para el personal.



Escanea y revive el evento



DEBEMOS APOYARNOS ENTRE TODOS,
EN PRO DE LA SALUD DE
 la *Derechohabiente*

El doctor Gabriel Ortega Zumárraga es jefe de rayos X, en el Hospital General Regional No. 12, en Mérida, Yucatán. En los 16 años que tiene de antigüedad en la institución, ha desempeñado sus labores con calidad, empatía y trato amable para fortalecer el servicio médico, y transmitir estos valores a las nuevas generaciones de médicos.

Entre sus principales actividades están la organización y supervisión del Departamento de Radiología, para brindar estudios de rayos X, ultrasonido y tomografía computada, entre otros, a la derechohabiente. Además, mantiene una comunicación cercana con las diferentes especialidades que conforman el Departamento sobre los procesos y diagnósticos para dar un excelente servicio.

“Valoro mucho el agradecimiento de los derechohabientes, y la huella que me gustaría dejar en el IMSS es establecer que somos una familia, por lo que debemos ayudarnos entre todos en pro de la salud de la población”.



Fuente: OOAD del IMSS en Yucatán.

SIEMPRE BUSCO SOLUCIONES
PARA MEJORAR el *Servicio*

Con 14 años de antigüedad en el Instituto, Alicia García es médica radióloga del Servicio de Imagenología en el HGR No. 251 en Metepec, Estado de México. Ingresó al IMSS motivada por su grandeza en el sector salud.

Ella es responsable de coordinar las actividades del personal, para otorgar estudios y reportes certeros de diagnósticos radiológicos, que son necesarios para un tratamiento adecuado. Además, se asegura de mantener actualizados tanto el equipamiento médico como al personal, pues considera que tener trabajadores capacitados, así como equipo funcional y avanzado, permite realizar ininterrumpidamente los estudios solicitados y dar una buena atención.

“Siempre busco soluciones para el desempeño de las labores, en los 14 años que tengo en la Jefatura nunca se ha parado el servicio. Doy gracias a los colaboradores, quienes siempre están dispuestos, ellos son los que hacen posible la satisfacción del derechohabiente”.



OOAD del IMSS en Estado de México Poniente.

GRAN PARTICIPACIÓN EN LA 3ª CARRERA “MI LUCHA ES ROSA”



Como cada año, y con el fin de generar conciencia sobre la importancia de la prevención y detección oportuna del cáncer de mama, la Fundación IMSS realizó la 3ª Carrera con causa “Mi Lucha es Rosa”, en la Avenida Paseo de la Reforma, de la Ciudad de México.

Con gran entusiasmo, y en el marco del “Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama”, más de 4 mil corredoras y corredores se congregaron, a las 7:00 horas del domingo 20 de octubre, frente al Edificio Central del IMSS.

En este sitio, autoridades del Instituto Mexicano del Seguro Social dieron el banderazo de salida a las personas inscritas en las categorías carrera cinco y diez kilómetros.

Las y los participantes recibieron una medalla conmemorativa por su contribución a la prevención de esta enfermedad, quedando como ganadores:

10 kilómetros:

- | | |
|---|--|
| ■ Adahia Martínez López.
Rama femenil.
Tiempo: 39:01 minutos. | ■ Édgar Cortez Hernández.
Rama varonil.
Tiempo: 33:01 minutos. |
|---|--|

5 kilómetros:

- | | |
|--|--|
| ■ Elizabeth Santiago Jiménez.
Rama femenil.
Tiempo: 23:55 minutos. | ■ Armando Ramírez Cano.
Rama varonil.
Tiempo: 17:56 minutos. |
|--|--|

En este entusiasta evento, estuvieron presentes Ana Lía García García, directora general de Fundación IMSS; Fabiana Maribel Zepeda Arias, titular de la Coordinación Técnica de Programas de Enfermería del Seguro Social; así como Alejandra Aburto de Robledo, presidenta honoraria del Voluntariado del IMSS.

Como parte de las acciones encaminadas a cuidar la salud de las personas que participaron en la Carrera y de sus acompañantes, fue instalado un módulo de estrategias educativas, con juegos interactivos, asesorías sobre autoexploración y detección de anomalías en senos, tomas de glucosa, presión arterial, consejos de nutrición y sexualidad, entre otros aspectos.



Fuente: Fundación IMSS.



CARRERA IMSS SALUD Y BIENESTAR 2024

El pasado 3 de noviembre, una gran alfombra verde cubrió la explanada del Monumento a la Revolución, en la Ciudad de México. Se trataba de un grupo de **más de 14 mil personas de todas las edades** que esperaban el banderazo de salida de la **Carrera IMSS Salud y Bienestar 2024**.

Este evento, organizado por el Instituto Mexicano del Seguro Social, es parte del Programa Nacional de Activación Física para la Salud y tuvo como objetivo promover hábitos alimenticios adecuados y la actividad física diaria.

A lo largo de los recorridos de 5 y 10 kilómetros, deportistas de talla internacional como María del Rosario Espinoza, ganadora de tres medallas olímpicas en taekwondo, y Prisca Guadalupe Awiti Alcaraz, judoca que obtuvo medalla de plata en los recientes Juegos Olímpicos París 2024, inspiraron a las y los participantes a llegar a la meta.



Con el fin de ayudar a las y los asistentes a llevar una vida más sana, se instaló una Feria de la Salud, en la que se promovieron los programas CHKT en Línea y PrevenIMSS, entre otros. También se realizaron muestras musicales y deportivas que fueron del agrado de las y los corredores, así como de sus familiares y amistades que les acompañaron.

Fuente: Dirección de Prestaciones Económicas y Sociales.



EL IMSS TAMBIÉN ES CULTURA

CARTELERA DEL 1 AL 30 DE DICIEMBRE

#IMSSCultura

ACTIVIDADES CULTURALES GRATUITAS

EXPOSICIONES

SALA DE EXPOSICIONES DEL CENTRO MÉDICO NACIONAL "SIGLO XXI"
Exposición "Formas dispuestas. Exposición de obras escultóricas de las Colecciones de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público"
20 de noviembre de 2024 al 28 de febrero de 2025

De lunes a viernes de 8:00 a 17:30 horas

LECTURA

Biblioteca del Centro Médico Nacional "Siglo XXI"

Círculos de lectura

Miércoles de 12:00 a 13:00 horas

Jueves de 11:00 a 13:00 horas

Viernes de 12:00 a 14:00 horas

Préstamo de libros en sala

De lunes a viernes de 9:00 a 17:00 horas

ARTES ESCÉNICAS

"Más Allá de Guanajuato"

Proyecciones del Festival Internacional Cervantino

"Concierto Miroslava Ferro"

Teatro San Luis Potosí

Lunes 2, 14:00 horas

"Música Lucía Pulido"

Teatro "Isabela Corona"

Lunes 2, 17:00 horas

"Música Antigua Latina"

Teatro Morelos

Lunes 2, 18:00 horas

"Concierto Miroslava Ferro"

Teatro Morelos

Martes 3, 18:00 horas

"Concierto María Inés Ochoa"

Teatro San Luis Potosí

Martes 3, 9:00 horas

"La Guelaguetza"

Teatro Culiacán "Oscar Liera"

Jueves 5, 8:00 horas

"Concierto Lucía Pulido"

Teatro Culiacán "Oscar Liera"

Jueves 5, 11:00 horas

"Mujeres del Viento Florido, Reyna, Natalia Cruz, Silvia María y Ana Díaz"

Teatro "Morelos"

Lunes 9, 17:00 horas

"Vocal Consort Berlin"

Teatro Legaria

Lunes 9, 18:00 horas

"La China Sonidera"

Teatro "Isabela Corona"

Lunes 9, 18:00 horas

"Orquesta Sinfónica de Yucatán"

Teatro Legaria

Martes 17, 18:00 horas

"Ópera de Bellas Artes y la Orquesta Sinfónica de la Universidad de Guanajuato"

Teatro "Isabela Corona"

Miércoles 18, 18:00 horas

"Ópera de Bellas Artes y la Orquesta Sinfónica de la Universidad de Guanajuato"

Teatro Legaria

Lunes 23, 18:00 horas

"Los Patita de Perro Rock para Niños y Niñas"

Teatro "Isabela Corona"

Lunes 23, 18:00 horas

"Laura León"

Teatro Legaria

Lunes 30, 17:00 horas

TEATRO

"Todo el amor que te di"

Jueves 5 de diciembre, 15:00 horas

Teatro "Isabela Corona", Ciudad de México

MÚSICA

Ensamble

Miércoles 11 de diciembre, 12:00 horas

Teatro "Morelos", Ciudad de México

DANZA

"El Cascanueces"

Miércoles 4 de diciembre, 7:30 y 19:00 horas

Teatro "Isabela Corona", Ciudad de México

CINE EN TEATROS

"Distancias cortas"

Dirección: Alejandro Guzmán Álvarez

2 al 30 de diciembre de 2024

Teatro IMSS Culiacán

Lunes 2, 19:00 horas

Teatro IMSS León

Lunes 2, 13:00 horas

Jueves 5, 13:00 horas

Teatro IMSS San Luis Potosí

Martes 3, 16:00 horas

Teatro IMSS Aguascalientes

Miércoles 4, 12:00 horas

Teatro IMSS Morelia "Stella Inda"

Miércoles 4, 10:00 horas

Teatro IMSS Durango

Miércoles 4, 16:00 horas

Teatro IMSS "Tepeyac"

Lunes 9, 12:00 y 16:00 horas

Teatro IMSS "Cauhtémoc"

Martes 10, 18:00 horas

Miércoles 11, 18:00 horas

Teatro IMSS Tepic

Miércoles 11, 10:00 horas

Teatro IMSS Guadalajara

"Ignacio López Tarso"

Miércoles 11, 17:00 horas

Teatro IMSS Saltillo

Viernes 13, 17:00 horas

Teatro IMSS Ciudad Juárez

Miércoles 18, 17:00 horas

Teatro IMSS Piedras Negras

Miércoles 18, 18:00 horas

Teatro IMSS Morelos

Jueves 19, 13:00 horas

Teatro IMSS Legaria

Lunes 23, 12:00 horas

Teatro IMSS Tlaxcala

Lunes 30, 16:00 horas

CINE

Cine Linterna Mágica

Proyección especial

"Distancias cortas"

Dirección: Alejandro Guzmán Álvarez

Jueves 26 de diciembre, 10:30 horas

EL IMSS TAMBIÉN ES CULTURA

CARTELERA DEL 1 AL 31 DE DICIEMBRE

TEATROS METROPOLITANOS

TEATRO TEPEYAC

“CARMEN MONTEJO”

“Dinosaurios al rescate”

Domingo 1 de diciembre, 12:00 horas

“Un cuento de Navidad, el señor Scrooge”

Domingo 1, 8, 22 y 29 de diciembre, 14:30 horas

Sábado 7 y 14 de diciembre, 18:00 horas

Domingo 8, 15, 22 y 29 de diciembre, 16:30 horas

Viernes 20 y 27 de diciembre, 18:00 horas

Sábado 21 y 28 de diciembre, 16:00 horas

Jueves 26 de diciembre, 18:00 horas

“El Mago de Oz”

Sábado 7 de diciembre, 16:00 horas

Domingo 15 de diciembre, 14:30 horas

Sábado 28 de diciembre, 14:00 horas

“El cascanueces, ballet”

Domingo 1, 8 y 15 de diciembre, 18:30 horas

Sábado 7, 14, 21 y 28 de diciembre, 20:30 horas

Domingo 22 y 29 de diciembre, 12:00 horas

Jueves 26 de diciembre, 20:30 horas

Viernes 20 y 27 de diciembre, 20:30 horas

TEATRO HIDALGO

“IGNACIO RETES”

“Cri Cri, que dejen toditos los sueños abiertos”

Domingo 1, 8, 15, 22 y 29 de diciembre, 13:00 horas

“La Tiendita de los Horrores”

Domingo 1, 8, 15, 22 y 29 de diciembre, 17:30 horas

Viernes 6, 13, 20 y 27 de diciembre, 20:30 horas

Sábado 7, 14, 21 y 28 de noviembre, 17:30 y 20:30 horas

TEATRO SAN JERÓNIMO

“INDEPENDENCIA”

“Dos clásicos de Navidad”

Domingo 1 de diciembre, 11:30 y 13:30 horas

“Las novias de Travolta”

Domingo 1, 8 y 15 de diciembre, 18:00 horas

“Busco al hombre de mi vida, marido ya tuve”

Sábado 7 y 14 de diciembre, 18:00 y 20:30 horas

TEATRO LEGARIA

“Ríos Iraida Noriega y el Trío

Blanco Cupich Nandayapa”

Domingo 1 de diciembre, 18:00 horas

TEATRO XOLA

“JULIO PRIETO”

“Lavar, peinar y enterrar”

Lunes 2, 9 y 16 de diciembre, 20:00 horas

“Leonardo”

Miércoles 4 de diciembre, 20:00 horas

“Farándula 021 en vivo”

Martes 10 de diciembre, 20:30 horas

“Las mamás presentan: una noche en Navidad”

Miércoles 11 y 18 de diciembre, 20:30 horas

Jueves 12 y 19 de diciembre, 20:30 horas

Viernes 13 y 20 de diciembre, 20:30 horas

Lunes 23 de diciembre, 20:30 horas

TEATRO

“CUAUHTÉMOC”

“Especiales de Navidad en Broadway”

Viernes 13, 20 y 27 de diciembre, 20:00 horas

“Los diablos no saben correr”

Sábado 7, 21 y 28 de diciembre, 19:00 horas

“Romance navideño nostalgia y amor en concierto”

Sábado 14 de diciembre, 18:00 horas

“La Navidad del Sr. Scrooge”

Domingo 1, 8, 15, 22 y 29 de diciembre, 18:00 horas

TEATRO

“ISABELA CORONA”

“Horror Symphony”

Sábado 21 de diciembre, 17:30 horas

#IMSSCultura

Las funciones se darán conforme al aforo.
*FIDTEATROS no es responsable por cambios
y cancelaciones en la programación.

EL IMSS TAMBIÉN ES CULTURA

CARTELERA DEL 5 AL 25 DE DICIEMBRE

#IMSSCultura

CINE LINTERNA MÁGICA

Jueves 5 de diciembre

Alas blancas

Sinopsis: Es una historia cautivadora e inspiradora sobre el poder de la bondad, de cómo se pueden construir puentes y cambiar corazones. Julian Albans, el bully y peleonero que dejó Beecher Prep, recibe la visita de su abuela desde París, quien lo transforma con su notable relato de compasión y coraje.

La sobreviviente: la caída del Vuelo 811

Sinopsis: El 24 de agosto de 1981, una mujer recién casada sale con vida de un accidente aéreo en el norte de Rusia, y debe hallar la forma de sobrevivir al frío y llegar a la civilización.

Jueves 12 de diciembre

Kraven, the Hunter

Sinopsis: Es la visceral historia acerca del origen de uno de los villanos más icónicos de Marvel. Ubicada antes de su venganza contra Spider-Man; Aaron Taylor-Johnson interpreta al personaje que le da nombre a la película en esta fuerte cinta.

Jueves 19 de diciembre

La maldición del bosque

Sinopsis: Tres hermanos regresan al hogar de su infancia, en donde supuestamente sus padres fueron asesinados muchos años atrás. El plan es tener la casa y la finca a punto para ser vendidas, pero algo malvado en el bosque intenta impedir que lo hagan.

Mufasa: el Rey León

Sinopsis: La historia presenta a Mufasa como un cachorro huérfano, perdido y solo, hasta que conoce a un simpático león llamado Taka, heredero de un linaje real. Este encuentro fortuito pone en marcha el largo viaje de un extraordinario grupo de excluidos en busca de su destino. Sus lazos se pondrán a prueba mientras trabajan juntos para eludir a un enemigo amenazante y mortal.

Jueves 25 de diciembre

Sonic: the Hedgehog 3

Sinopsis: Sonic, Knuckles y Tails se reúnen contra un nuevo y poderoso adversario, Shadow, un misterioso villano con poderes diferentes a todo lo que han enfrentado antes. Con sus habilidades superadas en todos los sentidos, el equipo Sonic debe buscar una alianza improbable con la esperanza de detener a Shadow y proteger el planeta.



Consulta la cartelera aquí.
<https://www.cinelinternamagica.com.mx/>



El Director General recomienda: **5 LIBROS PARA QUE LEER SEA SALUDABLE**

Por: Zoé Robledo

Los mitos se crean a partir de la realidad. Pero ¿ésta puede ser parte de los mitos? En la mitología griega, se dice que Zeus y Mnemósine tuvieron nueve hijas: Clío, Euterpe, Talía, Melpómene, Terpsícore, Erató, Polimnia, Urania y Calíope. Las nueve musas se convirtieron en las diosas de las artes e inspiración para artistas y poetas al concederles memoria, creatividad y persuasión en sus obras. En México, producto de la literatura, y ahora parte del mito, el 12 de noviembre de 1648, en San Miguel Nepantla nació la décima musa: Sor Juana Inés de la Cruz.

En honor a ella se celebra el Día Nacional del Libro para reconocer sus aportes a la literatura, a la cultura, su sagacidad literaria, el sarcasmo y su convicción femenina expresada a través de sus cartas, poemas, enigmas y piezas teatrales.

Es por ello que, para rendirle homenaje a la escritora que se convirtió en mito y también para conmemorar el Día Nacional del Libro, me gustaría recomendarles cinco libros que han sido parte de mi vida:

1 Los empeños de una casa (FCE, 1683) de Sor Juana Inés de la Cruz. Es una pieza teatral de género comedia, la cual la convierte en un texto divertido por las rimas de sus versos. El tema central de la historia: las relaciones de pareja, donde los enredos y los fracasos amorosos culminan en una intriga familiar. Uno de los puntos fuertes del texto es el personaje principal, Doña Leonor, quien es quizá uno de los primeros personajes femeninos de la literatura, con una personalidad capaz de expresar sus deseos y anhelos en un mundo donde la libertad de la mujer era limitada.



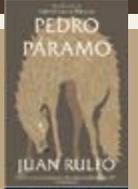
2 Las batallas en el desierto (Era, 1981) de José Emilio Pacheco. Obra fundamental para quienes empiezan a leer. La historia se centra en Carlitos, un niño de la colonia Roma de la Ciudad de México, quien por primera vez siente algo, ¿será amor? ¿enamoramamiento? ¿qué es? La obra de Pacheco se destaca por cómo desarrolla una historia de amor imposible y a su vez, la descripción de una Ciudad en camino a la modernidad y su paso en el tiempo.



3 El Aleph (Debolsillo, 1949) de Jorge Luis Borges. Serie de diecisiete cuentos del género fantástico y obra cumbre del escritor argentino, donde se mezclan temas como el tiempo y el infinito, la historia mundial, la búsqueda de la inmortalidad, la búsqueda del poder y la venganza. El libro nos invita a llevar una lectura atenta para entender el mundo de Borges y convertirlo en una lectura fantástica.



4 Pedro Páramo (RM, 1955) de Juan Rulfo. La historia de un hijo que está en búsqueda de su padre para encontrar su identidad. La trama da un vuelco cuando toda persona con la que habla ¿está viva o está muerta? ¿es realidad o es ficción? Un relato que nos muestra la historia de un pueblo donde el poder, la ruina y la redención la hacen, en palabras de Gabriel García Márquez, "la más bella de las novelas que se han escrito jamás en lengua castellana".



5 Oficio de tinieblas (Booket, 1962) de Rosario Castellanos. Una novela que narra los usos y costumbres de un pueblo indígena en Chiapas. La pluma de la escritora retrata el despojo de la tierra, la opresión indígena y la pobreza.



Ustedes se preguntarán, ¿qué tiene que ver el IMSS con los libros? La respuesta es sencilla: ¡mucho! En el Seguro Social resguardamos un acervo de más de 5 mil 847 libros, entre los que destacan temas como salud, seguridad social e historia. Además, sabemos que la lectura es benéfica para la salud porque ejercita el cerebro, facilita la comprensión de ideas e información, estimula la imaginación y la capacidad de análisis y fortalece el pensamiento lógico y creativo.

Por si eso fuera poco, en el IMSS contamos con círculos de lectura y préstamo de libros en la sala de la Biblioteca del Centro Médico Nacional "Siglo XXI". Por ello, para recordar a Sor Juana Inés de la Cruz, nada mejor que leer para fomentar una vida saludable.



Ganadores del 4º Concurso nacional literario de calaveras IMSS



1er lugar La supervisión de la calaca

La calaca se hizo presente en el hospital, no tiene cita, tampoco visitará a un familiar. Esta vez quiere llevarse a parte del personal, a los que comen mal y no se quieren ejercitar.

La calaca a sus víctimas ha elegido, a Lupita que desayuna refresco muy seguido, a Juan que pura garnacha ha comido y a Paquito, que de la oficina no ha salido.

¡Compañeros es hora de los hábitos cambiar! porque la calaca más seguido vendrá, o comemos bien y hacemos ejercicio ya, o nos vamos con ella, donde ya no hay vuelta atrás.

Estefanía Alejandra Cortázar Vázquez
OOAD del IMSS en Querétaro

2º lugar ¡Corre calaverita!

La hermosa calaverita su salud debe cuidar, muy gordita se encontraba y más cachetitos tiene ya, su cinturita había crecido y su ropa no le queda más, se agitaba fácilmente y le costaba mucho caminar.

Su médico familiar en consulta le dijo: alimentación completa y saludable debes llevar, incluido el ejercicio lo tienes que procurar, para mantenerte sana y riesgos poder evitar.

¡Corre, corre calaverita! Tú lo puedes lograr, que viene la fiesta de Todos los Santos, y muy sana la tienes que disfrutar, con ese bello vestido, que ahora sí te va a quedar.

Zuleima Juana Fernández Bravo
OOAD del IMSS en Oaxaca

3er lugar Calaverita Sub-09

La huesuda por la Sub-09 se paseaba, pues hallar a un gordito alegre necesitaba, y ahí, comer chatarra les encantaba, y no a todos, la salud les importaba.

Al verla, todos corrieron sin parar, al programa "Pierde kilos" querían llegar, para una alimentación sana poder llevar, acompañada de ejercicio para adelgazar.

La huesuda muy triste se regresaba, pues la doctora a todos concientizaba, que, al hacer ejercicio y una dieta más sana, una vida más alegre y larga les esperaba.

Karime Noemí Pérez Castillo
OOAD del IMSS en CDMX Sur



Alimentación saludable y actividad física

En Laborales apareció la Catrina, con su sombrero y su risa divina.
"¡Ay, mis amigos, no se me desmayen!
Vengo a hablarles de salud, no a quejarme."

"Dejen ya los dulces, el refresco y el pan, mejor un buen plato de quinoa y de zan. Con frutas y verduras, la vida se goza, y un poco de ejercicio, ¡mira cómo se posa!"

Y mientras bailaban, la muerte se fue, dejando en el IMSS un mensaje de fe.
"Vivan sanos y alegres, sin ningún temor, que aquí en el gym, ¡se siente el calor!"

Victoria Estela Fajardo Villatoro
OOAD del IMSS en Chiapas





Calaverita activa

La muerte muy contenta y ocupada estaba, porque la comida chatarra la gente no dejaba, exceso de grasas y sedentarismo la parca patrocinaba, para llevarse más rápido a los que sin medida la disfrutaban.

Pero con lo que no contaba, es que en el IMSS la alimentación saludable y actividad física diariamente se fomentaban, entre carreras, consultas y chequeos preventivos más personas se sumaban, siendo más difícil que la muerte se las llevara.

Tan buenas acciones se generaban, que hasta la parca participaba, para cuando llegara el momento de acompañarla, trotando y en forma se marchaban, no sin antes haber gozado de una vida y salud muy bien cuidada.

Armando Yunez Cano
OOAD del IMSS en CDMX Norte



¡El plan de la flaca!

De cada paciente se tomaba la altura, peso y cintura, la asistente muy cumplida a Nutrición los refería, vaya sorpresa cuando al servicio los pacientes asistían, pues el Plato del Buen Comer, algo extraño me parecía...

Chile, mole, pozole, tacos, quesadillas, tlayudas y tostadas, pambazos, sopes y semitas deberá comer todas las semanas. Evite el agua simple, las verduras y frutas de temporada, el refresco no hay que dejar y la actividad física ni se le ocurra practicar.

Si cada derechohabiente sigue al pie de la letra mi plan, ¡pronto todos los mexicanos estarán conmigo en Mictlán! susurraba la tremenda huesuda, que por nutrióloga se hizo pasar. ¡Aguas flaca! que al primer mexicano que te descubra, ¡no te la vas a acabar!

Miriam Brizeida Martínez Ramírez
OOAD del IMSS en Estado de México Oriente



La calavera bailadora

En la mesa había un taco, muy bien preparado, la calavera lo miró y dijo: "¡Qué pecado! Con tanta grasa y salsa, la vida se va volando, mejor come una ensalada y sigue bailando!"

El esqueleto en el gimnasio levantando pesas, grita: "¡No más dulces, son sólo tristezas!". Con cada flexión, siente el hueso vibrar, y con un jugo verde, se pone a bailar.

Pero un día llegó el pan de muerto en un plato, la calavera sonrió, "¡esto sí es un gran trato! Con un poco de ejercicio y un poco de risa, la vida es más rica, ¡y la muerte es precisa!"

Miguel Ángel Alfaro Martínez
Nivel Central

La muerte asustada

La parca sufría de insomnio, por las noches no dormía, sentía que, al cerrar los ojos, su enemigo aparecía. Todo empezó, según ella, aquel fatídico día, en que perdió de su lista a una gran mayoría.

No encontraba la respuesta para lo que sucedía, fue entonces que se dio cuenta y creerlo no podía. Con buena alimentación y ejercicio día a día, el Seguro Social, a todos vivos mantenía.

Los Centros de Seguridad Social, ahora están a reventar, de gente con vida sana, que su salud quiere cuidar. Y la muerte está escondida, ya no quiere ni hablar, tiene miedo de que el Seguro Social, sin trabajo la va a dejar.

Mario Eduardo Escobedo Macías
OOAD del IMSS en Guanajuato



La calavera frustrada

En el Centro Social de Nuevo Laredo, la Catrina llegó con paso sincero, buscando a los flojos que no hacían nada, quería llevarse alguna alma cansada.

Encontró al maestro que enseña a nadar, entre brazadas y estilo sin par. La muerte intrigada se quiso acercar, pero sin flotador, no pudo avanzar.

Al final comprendió que, en Nuevo Laredo, con vida sana, no hay ningún enredo. ¡Cuida tu dieta y ponte a activar, y a la huesuda podrás espantar!

Humberto Morales Hernández
OOAD del IMSS en Tamaulipas



El descuido de Paco

Paco andaba por la vida comiendo, sin saber que la muerte lo iba siguiendo, que come y no sube de peso, anda presumiendo, que sin ejercicio anda viviendo.

La muerte detrás de él argumentaba: De Macario, este chavo no aprendió nada, que un guajolote él sólo se acaba, y su dieta ya nunca cuidaba.

No conoce el PrevenIMSS dijo la muerte, pues parece que anda tanteando su suerte. Otra oportunidad le doy, para que viva sano hasta el día de hoy.

Francisco Javier Vega Oviedo
Nivel Central



VELATORIOS
IMSS

En esos
momentos difíciles
cuenta con
NOSOTROS.

Anticípate al futuro y adquiere tu plan de **Previsión Funeraria**

— Económico —

- Recolección y traslado del cuerpo (hasta 100 km dentro de la misma entidad federativa)*.
- Asesoría para trámites.
- Arreglo estético y/o embalsamamiento.
- No incluye ataúd.
- Velación en velatorio o domicilio.

\$650

— Básico —

- Recolección y traslado del cuerpo (hasta 100 km dentro de la misma entidad federativa)*.
- Asesoría para trámites.
- Arreglo estético y/o embalsamamiento.
- Ataúd nuevo económico.
- Velación en velatorio o domicilio.

\$975



*Posterior a los 100 Km en la recolección y traslado del cuerpo se tendrá un costo por kilómetro adicional dependiendo del velatorio.

— Cremación —

- Recolección y traslado del cuerpo (hasta 100 km dentro de la misma entidad federativa)*.
- Asesoría para trámites.
- Arreglo estético y/o embalsamamiento.
- Velación en velatorio o domicilio.
- Ataúd de donación.
- Cremación**.

\$1,083



Mayor información en:

800 623 2323
800 134 2376

Planes sujetos
a renovación anual.



**Aplica en unidades de la Zona Metropolitana de la Ciudad de México, Chihuahua, Ciudad Juárez, Guadalajara, Pachuca, Tampico, Villahermosa.
NO INCLUYE URNA

Contigo de principio a fin

Cuotas sujetas a actualización.



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL





LA SALUD BUCAL SE REFLEJA EN LA SONRISA

Podemos presumir de una buena salud bucodental cuando no tenemos dolor, infecciones, enfermedades de las encías, caries o pérdida de dientes que afecten la capacidad de morder, masticar, hablar y sonreír. La mala higiene bucal y el consumo de alimentos altos en azúcar favorecen los padecimientos bucales, pero también los generan, morderse las uñas, usar palillos para retirar los residuos de comida y el consumo de alcohol y tabaco, entre otros factores.

Los principales grupos de riesgo son:



Niños menores de 10 años.

Son susceptibles a la caries dental por los ácidos de los alimentos que afectan el esmalte de los dientes temporales.



Mujeres embarazadas.

Los cambios hormonales aumentan el riesgo de caries y gingivitis, que pueden tener consecuencias en la salud del bebé.



Personas adultas mayores.

Son más propensas a problemas bucales debido a limitaciones para el cuidado dental.



Pacientes con enfermedades crónico-degenerativas.

Pueden presentar pérdida de dientes, candidiasis, úlceras aftosas, inflamación de las glándulas salivales, entre otras.

Para cuidar la salud bucal de la derechohabiente, el Instituto:

-  Lleva a cabo acciones de promoción y educación, a través de la estrategia PreveniMSS, que incluye la enseñanza de la técnica del cepillado dental y uso del hilo dental.
-  Brinda servicios preventivos (limpieza dental, eliminación de sarro, etc.) y procedimientos asistenciales (obturaciones, exodoncias, etc.) en 702 UMF con Servicio de Estomatología.
-  Organiza tres Ferias de Salud Bucal, en donde ofrece actividades de promoción y prevención.

Escanea y conoce la técnica correcta del cepillado dental



Escanea y aprende la técnica del uso de hilo dental



TU SONRISA ES EL REFLEJO DE UNA SALUD BUCAL ÓPTIMA, ¡CONSERVALA!

Fuente: Dirección de Prestaciones Médicas del IMSS.



Es común que los hombres, por cuestiones culturales, desconocimiento, falta de interés o por el ajetreado ritmo de vida descuiden su salud, y dejen de lado que deben realizarse exámenes médicos para detectar padecimientos, como el cáncer de próstata, que es el tumor maligno más común entre los hombres y una de las principales causas de muerte en nuestro país. De ahí radica la importancia de conocerlo para saber qué hacer.

1. ¿Qué es el cáncer de próstata?

El cáncer de próstata se produce cuando las células de esta glándula, que se localiza debajo de la vejiga y que tiene como función aportar parte del líquido seminal que lubrica y protege a los espermatozoides, se vuelven malignas y crecen de forma descontrolada, alterando su estructura, pudiendo invadir otros órganos o sistemas del cuerpo cuando se deja avanzar.

2. ¿Cuáles son sus factores de riesgo?

Aunque su origen es desconocido, se considera que se origina por la combinación de factores genéticos y ambientales, como:

- Ser mayor de 65 años (6 de cada 10 casos se presentan en este rango de edad).
- Tener padre o hermanos con cáncer de próstata (duplica el riesgo de padecerlo).
- Alteraciones genéticas heredadas (BRCA1, BRCA2, etc.).
- Ser afrodescendiente.

Otros factores de riesgo, con un efecto no tan claro son:

- Obesidad.
- Deficiencia de vitamina D.
- Consumo de tabaco y alcohol.
- Algunos tipos de infecciones, como las de transmisión sexual.
- Dieta con alto contenido en grasas animales.

3. ¿Cuáles son sus síntomas?

En sus etapas iniciales, el cáncer de próstata no presenta molestias. Sin embargo, es importante estar alerta ante:

- Problemas para orinar.
- Disminución en la fuerza del flujo de la orina.
- Sangre en la orina y/o en el semen.
- Dolor de huesos.
- Pérdida de peso.
- Falta de apetito.
- Cansancio.
- Disfunción eréctil.

4. ¿Cómo se diagnostica?

Esta enfermedad tiene un buen pronóstico de curación si se detecta a tiempo. Por ello, es indispensable dejar de lado los prejuicios y acudir al médico a realizarse revisiones y análisis periódicos que incluyan:

- Historia clínica completa para conocer antecedentes hereditarios.
- Tacto rectal, que permite palpar la consistencia y si hay crecimiento de la próstata.
- Antígeno prostático específico (APE), que ayuda a descubrir un incremento de éste en la sangre, el cual se correlaciona con la presencia de cáncer.

Para una mejor valoración se deben realizar ambos estudios. En casos de sospecha de cáncer se realizan biopsias y estudio patológico, que confirme o descarte el diagnóstico.

5. ¿Cómo ayuda el IMSS?

En el Instituto existen diversas acciones de detección, prevención y atención del cáncer de próstata:

- **Promoción de la salud y consejería.**
- **Evaluación de riesgo mediante CHKT en Línea.**
- **Detección integral (tacto rectal, antígeno prostático específico y cuestionario de síntomas prostáticos).**
- **Tratamientos quirúrgicos y farmacológicos, como:**
 - Cirugía.
 - Cirugía de mínima invasión (laparoscópica y con plataforma Robótica Da Vinci).
 - Terapia hormonal específica y blanco molecular.
 - Quimioterapia.
 - Radioterapia.
 - Radionúclidos (tratamientos de medicina nuclear).

6. ¿Qué debo hacer para prevenirlo o detectarlo a tiempo?

El cuidado corresponsable de la salud es fundamental, por eso te recomendamos:

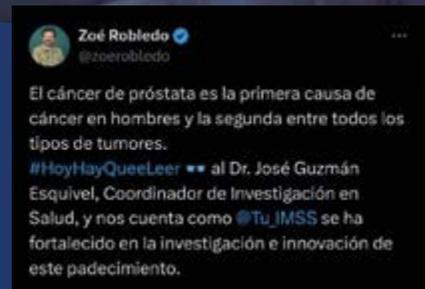
- **Acudir a tu UMF para que te hagan tus revisiones anuales, a partir de los 45 años si no tienes antecedentes, y a partir de los 40 si tienes familiares con cáncer de próstata o cualquier otro tipo de cáncer y/o eres afrodescendiente.**
- **Mantener un peso saludable.**
- **Evitar el tabaco y el alcohol.**
- **Hacer ejercicio al menos 30 minutos al día.**
- **Llevar una dieta balanceada.**

El diagnóstico del cáncer de próstata en etapas tempranas aumenta el tiempo de vida y disminuye el riesgo de recaída.

Escanea y encuentra más información



Escanea y evalúa tu riesgo de padecer cáncer de próstata



Fuente: Dirección de Prestaciones Médicas del IMSS.

VASECTOMÍA SIN BISTURÍ: PLANIFICACIÓN FAMILIAR COMPARTIDA

El hecho de que el hombre participe de manera activa en los procesos de planificación familiar y anticoncepción promueve la responsabilidad compartida en una pareja y fortalece su relación.

■ ¿Has escuchado de la vasectomía sin bisturí?

Es un método anticonceptivo definitivo para el hombre en la que se realiza una pequeña punción en la línea media escrotal, bajo anestesia local, en donde se exponen los conductos deferentes, para ligarlos, cortarlos y evitar el paso de los espermatozoides:

- Tiene una efectividad del 99.9 por ciento.
- Es un procedimiento quirúrgico fino, sencillo, ambulatorio y con mínimos efectos colaterales.
- Se recomienda a partir de los 18 años, a personas que han decidido no tener hijos(as) o que ya han cumplido con sus planes reproductivos.

■ No hagas caso de los MITOS.

- ♂ No afecta la función sexual.
- ♂ No disminuye el deseo.
- ♂ No se extirpan los testículos.
- ♂ No provoca ninguna enfermedad en etapas posteriores de la vida.
- ♂ No está documentada la presencia de cáncer de próstata posterior al procedimiento.



■ ¡Hacerla es muy fácil!

- Acude al consultorio de Planificación Familiar o al Módulo de Apoyo a la Prestación de Servicios de Planificación Familiar en tu Unidad de Medicina Familiar.
- Solicita el procedimiento de vasectomía sin bisturí con el médico adscrito.
- Se te realizará una evaluación y se te programará la fecha para el procedimiento.

■ Criterios y requisitos para el procedimiento, si eres un **hombre sano**:

- ♂ Acudir a la cita sin exámenes previos de laboratorio.
- ♂ Tomar un desayuno ligero.
- ♂ Ir acompañado.
- ♂ Presentar identificación oficial con fotografía.
- ♂ Si eres derechohabiente del IMSS, lleva tu Cartilla Nacional de Salud y señala el nombre completo de la empresa en donde laboras, en caso de requerir incapacidad.

Si padeces alguna enfermedad deberás realizarte exámenes de laboratorio previos y contar con valoración médica.

■ **Cuidados postoperatorios.**

- No realices esfuerzos físicos en el trayecto a tu domicilio, así evitarás posibles complicaciones.
- No conduzcas vehículo automotor, bicicleta, ni montes a caballo.
- Mantén reposo absoluto en cama por cuatro horas y utiliza hielo en la zona afectada.
- Utiliza ropa interior ajustada o suspensorio por siete días después de la cirugía, para evitar el movimiento de los testículos en la bolsa escrotal.
- Evita esfuerzos físicos durante una semana (ejercicio, cargas de peso mayor a 10kg o relaciones sexuales).
- Toma tus medicamentos como te lo indique el médico.
- Evita las bebidas alcohólicas y las comidas irritantes (chile, grasa, refresco, café negro, etc.) durante cinco días.
- 24 horas después del procedimiento puedes bañarte, evitando mojar el área operada y sigue las indicaciones de higiene que te indique el personal médico.

■ **Evita llevarte una sorpresa**

Siete días después de la intervención puedes iniciar tus relaciones sexuales. Sin embargo, es necesario que al hacerlo utilices el condón, así como protección dual; es decir, que tu pareja utilice algún método como el DIU, pastillas, inyecciones o implante.

Tres meses después de haberte realizado la vasectomía, debes hacerte un espermatocuento [cuenta de espermatozoides en una muestra de semen]. Si el estudio no determina Azoospermia y tienes relaciones sin protección, tu pareja puede quedar embarazada.

El IMSS cuenta con 255 consultorios de planificación familiar y 263 Módulos de Apoyo a la Prestación de los Servicios en donde se puede realizar el procedimiento. Además, lleva a cabo Macro Jornadas a Nivel Nacional de Vasectomías sin bisturí.

Conoce las experiencias de dos derechohabientes que ya se realizaron la vasectomía sin bisturí y ¡convéncete!



Erick Beato Placencia.
Derechohabiente de la UMF No. 77,
Ecatepec, Estado de México.

“Me siento pleno. Mi vida conyugal es normal. Puedo confirmar que los mitos que se dicen sobre la vasectomía son eso, sólo mitos”.

Ramón Israel Urías Díaz.
Derechohabiente de la UMF No. 77,
Ecatepec, Estado de México.

“Tengo una vida sexual plena y mi vida personal y familiar es satisfactoria. A los dos hijos que tengo les puedo proporcionar una mejor educación”.



Escanea y conoce más sobre este tema.



Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí

Formador de especialistas en beneficio de la anticoncepción

En la actualidad, cada vez más hombres asumen un papel corresponsable en la planificación familiar y están optando por la vasectomía sin bisturí, como un método anticonceptivo definitivo, una vez que ya tiene el número de hijos deseado. Y en este propósito cuentan con el apoyo de personal altamente capacitado en dicho procedimiento, que es sencillo, rápido y de pronta recuperación.

En el Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí, ubicado en la Unidad de Medicina Familiar No. 77, en Ecatepec, Estado de México, único en su tipo en el IMSS y certificado por el Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva [CNEGSR], personal médico adquiere conocimientos prácticos y teóricos sobre:

- Técnica del doctor Li Shunqiang (vasectomía sin bisturí).
- Trato de calidad al paciente.
- Consejería en metodología anticonceptiva basada en Criterios Médicos de elegibilidad.
- Resolución de situaciones que pudieran presentarse durante el procedimiento.
- Tratamiento y seguimiento de complicaciones más frecuentes, de acuerdo con la literatura médica.

Nació en 2017, como resultado del trabajo conjunto entre el IMSS y el CNEGSR para contar con un espacio institucional que homologue los conocimientos, habilidades y experiencias en la técnica de la vasectomía sin bisturí, con el fin de realizarla a los derechohabientes y no derechohabientes con los más altos estándares de calidad.

Para ser acreditado por el CNEGSR, el Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí debió cumplir **requisitos** como:

- Contar con Consultorio de Planificación Familiar o Módulo de Apoyo a la Prestación de Servicios (MAPS).
- Lugares acondicionados como salas de espera y de recuperación.
- Consultorios para realizar de uno a dos procedimientos de manera simultánea.
- Médicos adscritos a los servicios de planificación familiar.
- Personal de enfermería.
- Instrumental quirúrgico.
- Uniformes o ropa quirúrgica desechable.
- Central de Esterilización.

Las **acciones** del Centro están dirigidas tanto a médicos generales, médicos familiares como no familiares, en dos aspectos:

- **Capacitación a personal médico que no está familiarizado con el proceso.**
Se lleva alrededor de un año para sentar las bases del procedimiento, aprender a moverse en un quirófano, acomodar la mesa de mayo con el material e instrumental necesario, limpieza y esterilización de material. Actualmente, en este proceso están cerca de 20 médicos.
- **Acreditación del CNEGSR en la técnica para médicos que ya han sido capacitados previamente.**
Se requiere alrededor de una semana para llevar a cabo la homologación de la técnica, evaluación teórica y práctica en cumplimiento al Lineamiento Técnico para la Prestación de Servicios de Vasectomía sin Bisturí, y aprobar la evaluación del personal del CNEGSR.

Desde su creación, han sido acreditados 200 médicos, aproximadamente, de diferentes estados del país, como: Campeche, Chihuahua, Ciudad de México, Estado de México, Jalisco, Michoacán, Oaxaca, Puebla, Quintana Roo, Sinaloa, Sonora, Tamaulipas y Yucatán.

Contar con este tipo de Centros tiene muchas ventajas para los hombres que quieren tener una participación activa en la planificación familiar, puesto que tienen la oportunidad de ser atendidos por personal altamente calificado. Por ello, se quieren implementar espacios similares en otras entidades; en este sentido, se tiene el proyecto de realizar otro Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí, como subsede en Tijuana, Baja California.

Conoce los testimonios de personal que participa en la vasectomía sin bisturí



Dr. Sabino Marabel, director de la UMF No. 77

“La UMF No. 77, como sede nacional en este proyecto tan importante, contribuye a mejorar la salud reproductiva en beneficio de la población varonil. Existe una demanda de médicas y médicos en especializarse en la técnica de vasectomía sin bisturí; el primer paso que deben dar es ser capacitadas y capacitados en sus unidades de origen, posteriormente, venir al Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí a perfeccionarse”.



Dra. Norma Reyna Matlalcuatzi Matlalcuatzi. UMF No. 77

“Al cumplir con mi ciclo de capacitación, perfeccionar mis habilidades y al estar al más alto nivel vigente de conocimientos y destrezas en vasectomía sin bisturí, puedo realizarla con profesionalismo. Afortunadamente, hay más aceptación por parte de papás jóvenes en hacerse la vasectomía; en este rubro, la mentalidad de los hombres ha ido cambiando”.



Dra. María de los Ángeles Machuca Estrada. UMF No. 77

“Mis pacientes al saber que soy la responsable de practicar la vasectomía, no se resisten y hasta se sienten con más confianza de que sea una médica. Los varones que asisten a esta UMF traen una mentalidad distinta a la de generaciones anteriores, que venían con miedo y prejuicios. Esto era una limitante y había una incidencia baja en la vasectomía”.

IMPACTO ECONÓMICO DEL “HALLOWEEN” Y “DÍA DE MUERTOS” EN MÉXICO Y EL MUNDO

Por: Marco Aurelio Ramírez Corzo, director de Finanzas del IMSS.

El “Halloween” y el “Día de Muertos” son festividades y tradiciones con una carga cultural simbólica, rodeadas de mitos y leyendas, que generan un considerable impacto económico a nivel mundial. Estos festejos impulsan la economía de sectores como el comercio, el turismo, la agricultura y la producción de bienes. Este artículo analizará el alcance y el impacto que ambas celebraciones tienen en términos económicos, tanto en México como en otros países.

“Halloween”

El “Halloween” se origina en los pueblos celtas de Europa, cuando celebraban el año nuevo, llamado “Samhain” para despedir a la temporada del año y dar la bienvenida a las noches cortas y frías que trae el otoño¹. A través de los años se ha ido transformando, hasta lo que conocemos hoy en día, en una de las festividades de mayor impacto económico a nivel mundial y se celebra el 31 de octubre.

Esta festividad ha quedado arraigada principalmente en países como Estados Unidos y Canadá, la cual se ha ido transformando y expandiendo hasta convertirse en una gran industria. En 2024 se estima que tan sólo en los Estados Unidos generaría una derrama económica de 11 mil 600 millones de dólares en consumo².

El impacto económico se debe al consumo de disfraces, dulces, decoraciones, maquillaje que aumentan de manera exponencial en esta temporada. En los Estados Unidos, se estima que en 2024 el 67 por ciento de la población participará activamente en la compra de estos artículos, destinando un promedio de 104 dólares por persona².

La industria del entretenimiento también genera una importante derrama económica, debido al auge de películas y series temáticas de terror durante esta temporada. Empresas como “Netflix” y “Disney” lanzan contenido exclusivo, mientras que parques de atracciones en todo el mundo ofrecen experiencias de terror que atraen a millones de visitantes. Por ejemplo, en los parques temáticos de “Universal Studios”, se estima un gasto de más de 100 millones de dólares para la organización de sus eventos especiales de “Halloween” alrededor del mundo, generando un ingreso extra, que en 2022 fue de aproximadamente 575 millones de dólares³.



¹Halloween, una mezcla de tradiciones de ida vuelta, National Geographic (2022). Disponible en: <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/halloween-disfraces-historia-mitos-y-mucho-mas>

²Halloween trends, National Retail Federation (2024).

Disponible en: <https://nrf.com/research-insights/holiday-data-and-trends/halloween>.

³Cómo Universal logra ingresos monstruosos 'asustando' con las noches de terror de Halloween, Forbes (2023). Disponible en: https://forbes.com.mx como-universal-logra-ingresos-monstruosos-asustando-con-las-noches-de-terror-de-halloween/#google_vignette

La “coincidencia” cercana de fechas entre “Halloween” y el “Día de Muertos” se explica porque el imperio romano conquistó a los pueblos celtas y en el siglo VII se decretó el día de “Todos los Santos”, modificando así las festividades del “Samhain”, ya que comenzó a llamarse la “Víspera de Todos los Santos”, en inglés “All Hallow ‘s Eve”, que terminó derivando en “Halloween”. Posteriormente, en México se fueron añadiendo rituales en honor a los santos y muertos en la noche del 1 de noviembre, convirtiendo el 2 de noviembre como la festividad oficial mexicana del “Día de Muertos”.

México: Tradición y comercio unidos en el “Día de Muertos”

En México, el “Día de Muertos” es una festividad emblemática, declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2008⁴. Su celebración se distingue por la creación de altares, la decoración con cempasúchil, la elaboración de calaveritas de azúcar y la venta de pan de muerto, productos que generan una derrama económica significativa en el país.

En el turismo y servicios, en 2023, se estima que el “Día de Muertos” generó una derrama económica de aproximadamente 41 mil 198 millones de pesos⁵. Ciudades como México, Pátzcuaro y Oaxaca reciben miles de turistas nacionales y extranjeros que desean vivir la experiencia de esta celebración tradicional, lo cual impulsa la ocupación hotelera, los restaurantes y las tiendas de artesanías. Para 2024, la Confederación de Cámaras Nacionales de Comercio, Servicios y Turismo (CONCANACO) estima que la derrama alcanzará los 45 mil 318 millones de pesos, un incremento del 10 por ciento respecto a 2023⁶.

La producción y venta de productos típicos, durante octubre y noviembre, como la flor de cempasúchil y el pan de muerto aumenta considerablemente. En el caso del cempasúchil, según datos ofrecidos por el presidente del Consejo Mexicano de la Flor, la producción de esta flor típica en 2024 será de alrededor de 16 millones de plantas en maceta y 1.8 millones de manojos de flor, con una derrama estimada de 350 millones de pesos⁷, una cifra que sigue en ascenso, impulsada por la alta demanda durante esta época. En cuanto al pan de muerto, en una encuesta realizada por la empresa de marketing y comunicación “Gabinete”, se encontró que casi 9 de cada 10 mexicanos [92 por ciento]⁸ consume pan de muerto en estas fechas.

El comercio local, como los mercados y pequeñas empresas se ven beneficiados gracias a la demanda de artículos típicos de la festividad, como velas, papel picado, copal, flores, pan de muerto, disfraces, entre otros.



⁴ Fiesta del Día de Muertos, Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, Instituto Nacional de Lenguas Indígenas [2018]. Disponible en: [https://www.inali.gob.mx/detalle/2018-10-31-18-10-36#:~:text=Esta%20festividad%2C%20llena%20de%20gran,y%20la%20Cultura%20\[UNESCO\]](https://www.inali.gob.mx/detalle/2018-10-31-18-10-36#:~:text=Esta%20festividad%2C%20llena%20de%20gran,y%20la%20Cultura%20[UNESCO])

⁵ Revista digital turismo N.29, Secretaría de Turismo [2023]. Disponible en: https://sistemas.sectur.gob.mx/revista_digital_turismo/Revista_Digital_Turismo_Diciembre_2023.pdf

⁶ La derrama económica por el Día de Muertos en este año, será 10% superior a la registrada en 2023, CONCANACO [2024]. Disponible en: <https://www.concanaco.com.mx/prensa/comunicados/la-derrama-economica-por-el-dia-de-muertos-en-este-ano-sera-10-superior-a-la-registrada-en-2023-confederacion-nacional-de-camaras-de-comercio>

⁷ Producción de cempasúchil en 2024, La Jornada [2024]. Disponible en: <https://www.jornada.com.mx/noticia/2024/10/30/capital/produccion-de-cempasuchil-en-2024-alcanzara-16-millones-de-plantas-en-maceta-5881>

⁸ Encuesta de día de muertos, Gabinete [2023]. Disponible en: https://gabinete.mx/images/reportes/2023/sociales/Rep_Dia_de_muertos_2023.pdf



El “Día de Muertos” y “Halloween” representan un ejemplo de cómo las tradiciones culturales pueden coexistir y hasta complementarse en el mercado global. Aunque cada una mantiene su esencia, su coincidencia en fechas y temas ha permitido que empresas y emprendedores en México y otros países combinen productos y campañas de marketing que atraen tanto a quienes celebran “Halloween” como a quienes conmemoran el “Día de Muertos”.

Empresas multinacionales aprovechan esta coincidencia para lanzar líneas de productos de “terror y muerte” con toques típicos mexicanos y a la vez, influencias de “Halloween”. Prácticamente, todas las tiendas de autoservicio o departamentales ponen a la venta múltiples productos para ambas celebraciones, en las que puedes encontrar desde calaveritas de chocolate o azúcar típicas, hasta disfraces de monstruos de todo tipo.

El “Día de Muertos” y “Halloween” reflejan el poder de las festividades para generar beneficios económicos en sectores clave, desde el turismo hasta la industria de consumo masivo. Ambas celebraciones, además de fortalecer la identidad cultural, han evolucionado para satisfacer las demandas del mercado global y representan una oportunidad para promover productos y tradiciones, adaptándose a las tendencias de consumo actual.

Cifras estimadas por consumo en “Halloween” y “Día de Muertos”



Escanea el código y síguelo en TikTok para más consejos financieros.



¡No te puedes perder los nuevos episodios!



Episodio
43

“Asistencia tanatológica en el IMSS”

La tanatología es la disciplina que ayuda a encontrar el sentido ante la partida de un ser querido, pero también en situaciones de salud, como la pérdida de un órgano por enfermedad. ¿Sabías que, en el IMSS, el personal de Trabajo Social, junto a otros especialistas, ayuda a los pacientes y a sus familias a superar estas adversidades?



Episodio
44

“Aguinaldo inteligente y finanzas sanas”

¿Cómo podemos disfrutar del aguinaldo sin comprometer nuestra estabilidad financiera? Respondemos algunas de las dudas más frecuentes y te brindamos consejos prácticos para usar tu aguinaldo de manera inteligente.

Escanea este código desde Spotify
para escucharnos



Los encuentras en las plataformas:



IMPLANTES COCLEARES, UN GRAN AVANCE EN DERECHOS HUMANOS: KAREN BERLANGA VALDÉS, TITULAR DE LA DIRECCIÓN JURÍDICA DEL IMSS

El IMSS cuenta con la gran responsabilidad de garantizar los elementos básicos del bienestar social y durante este segundo piso de la cuarta transformación se está trabajando en priorizar un enfoque más humano. Con esto, se busca garantizar la máxima protección de la salud, mejorar la calidad de vida y buscar la integración social de las y los mexicanos, especialmente de quienes se encuentran en estado de vulnerabilidad, como es el caso de niñas, niños y adolescentes con discapacidad auditiva.

Ante este escenario, y en apego a los principios jurídicos de universalidad, interdependencia, indivisibilidad, progresividad, pro persona, interés superior de la niñez e igualdad y no discriminación por discapacidad, adoptamos medidas que les permitirán acceder a servicios de atención médica integral que nivelen su condición de igualdad frente a otros, y darles “un piso más parejo” para estar en igualdad de circunstancias frente al resto de los niños, con una política de igualdad jurídica y no discriminación.

Por ello, en junio pasado, el H. Consejo Técnico del IMSS aprobó que niñas, niños y adolescentes derechohabientes con discapacidad auditiva, por diagnóstico de hipoacusia bilateral, severa o profunda, y que sean candidatos, reciban implantes cocleares (un dispositivo electrónico que permite restaurar la función auditiva). De esta manera, les brindaremos una atención médica auditiva oportuna y fundamental, porque el desarrollo del lenguaje depende de la estimulación auditiva antes de los 18 meses de edad.

De este tema, que es un parteaguas en el respeto a los Derechos Humanos de la niñez y que privilegió su bienestar, sobre cualquier aspecto financiero, nos habla la maestra Karen Berlanga Valdés, titular de la Dirección Jurídica del IMSS.

1. ¿Qué motivó al Instituto a otorgar este dispositivo a niñas, niños y adolescentes derechohabientes con discapacidad auditiva, por diagnóstico de hipoacusia bilateral, severa o profunda, y que sean candidatos?

Responde a una necesidad de atención que no sólo abarca el tema médico sino el social, porque en el primer año de vida es una etapa crítica para el desarrollo de una niña o niño, porque si no escucha, difícilmente puede hablar y, si no habla, difícilmente puede ir a la escuela o tener un trabajo. Y esto repercute también en su entorno familiar.

Tan solo en 2023, se tuvo registro de 318 mil 526 nacimientos en el Instituto, de los cuales 330 aproximadamente presentaron hipoacusia. Por ello, este año, a iniciativa del director general, Zoé Robledo, se decidió establecer un criterio de interpretación administrativa para la entrega de implantes cocleares a niñas, niños y adolescentes con discapacidad auditiva y que sean candidatos, con el fin de garantizar su pleno desarrollo y participación en la sociedad, en igualdad de condiciones, el cual fue aprobado por el H. Consejo Técnico del IMSS.



2. ¿El otorgamiento de los implantes cocleares puede catalogarse como un triunfo en el tema de Derechos Humanos para el Instituto Mexicano del Seguro Social?

Claro. Eso es lo más importante y es un triunfo del que se va a seguir hablando, aunque aún hay mucho por hacer. Estos cambios llegaron al IMSS para quedarse y se deben ir contagiando a otros institutos para que se empiecen a replicar. Porque la obligación del Estado mexicano es atender la salud y sobre todo a la niñez, bajo un enfoque de Derechos Humanos, asegurando una atención médica integral que mejore su calidad de vida e integración social, porque merecen una protección legal reforzada y un trato preferencial.

Es una nueva transformación en el Instituto por lo que hay que sensibilizarnos para que realmente todos estemos dentro de este tema. Se trata de ser empáticos con la discapacidad, hacer la diferencia en dar un mejor trato y mejorar la calidad de vida e integración social de las niñas, niños y adolescentes con discapacidad auditiva.

3. Si un niño, niña o adolescente tiene problemas de sordera, ¿va a ser candidato para un implante coclear? ¿cómo se determina si lo es y cuál es el proceso?

No todos son candidatos, deben tener hipoacusia bilateral severa o profunda, o sea, de los 2 lados y ser sometidos a tres tipos de valoraciones y entrevistas con las familias para determinarlo. Es decir, no todos caen en esta situación.

La primera valoración es clínica y abarca factores de riesgo asociados a hipoacusia; la segunda la hace el área de Audiología y consiste en la aplicación del tamizaje auditivo neonatal, emisiones otoacústicas y potenciales evocados auditivos del tallo cerebral; ésta es importante, porque la detección de hipoacusia, a través de dicho tamiz, permite una intervención temprana en la población infantil con riesgo de sordera profunda, recuperando la audición, desarrollando el lenguaje y permitiendo su incorporación a las actividades sociales y familiares. La tercera valoración es realizada en el área de Otorrinolaringología.

El proceso de colocación de un implante coclear consta de una evaluación y selección por parte de la Dirección de Prestaciones Médicas; una intervención quirúrgica realizada por personal especialista para colocar el dispositivo en el oído interno del paciente pediátrico, y la rehabilitación y seguimiento, en la que intervienen especialistas en audiología, otoneurología y foniatría, otorrinolaringología, terapeutas de lenguaje, psicopedagogía, paidopsiquiatría, entre otros.

Este enfoque multidisciplinario garantiza una atención integral y personalizada para cada niña, niño o adolescente que recibe un implante coclear. Es un proceso largo y que, realmente, resuelve su sordera y lo reintegra a la sociedad de una manera total, lo que a la larga le permitirá desarrollarse plenamente y en igualdad de condiciones con personas de su edad.

4. ¿A la larga, cuál será el beneficio de esta decisión para los niños, niñas y adolescentes que sean candidatos a implante coclear?

Esta determinación del Consejo Técnico es un gran triunfo en el tema de Derechos Humanos, es un tema de personas y de darles igualdad de oportunidades a estas niñas, niños y adolescentes, porque van a poder desarrollarse de manera integral, en lo físico, psicológico y emocional. Además, realmente podrán incorporarse a la vida académica, profesional y familiar y, algún día, hasta convertirse en presidente o presidenta de la República.

"Estos cambios llegaron al IMSS para quedarse y se deben ir contagiando a otros institutos para que se empiecen a replicar. Porque la obligación del Estado es atender la salud y sobre todo a la niñez, bajo un enfoque de Derechos Humanos, asegurando una atención médica integral que mejore su calidad de vida".





TAOD, 47 AÑOS DE CUMPLIR UN COMPROMISO CON LA CALIDAD EN LA ATENCIÓN Y EL BUEN TRATO

El IMSS conmemora, cada 16 de noviembre, la creación de la categoría de Personal Técnico en Atención y Orientación a la Derechohabiente [TAOD]. Actualmente, ésta cuenta con 1,917 TAOD, que se encuentran en 1,048 Módulos de Atención y Orientación a la Derechohabiente, en 885 unidades médicas y administrativas en todo el país.

Sus principales funciones son:

- Atender las peticiones de la derechohabiente y población usuaria.
- Otorgar orientación sobre los trámites y servicios que brinda el Instituto.

El origen del personal TAOD se remonta a 1947, con la creación en el IMSS de la Oficina de Inspección, Investigación y Quejas, enfocada en resolver inconformidades. En 1977, se creó la categoría de Técnicas en Orientación e Información en cumplimiento al Programa de Módulos de Orientación y Quejas para el mejoramiento de los servicios públicos, con un equipo inicial de 200 personas en el, entonces, Distrito Federal y en el Estado de México.

Gracias a su destacada labor, sólo tres años después, la categoría se expandió a todo el país y en 1994 se les denominó TAOD. En 2021, se implementó el proceso de profesionalización de este personal, lo que ha permitido el crecimiento laboral de 141 personas, a través de un mecanismo que privilegia el mérito y la experiencia.

Para mejorar la calidad en la atención, en 2022, el IMSS se convirtió en la primera institución de seguridad social del país en contar con un área de atención 100 por ciento certificada en el Estándar de Competencia 1268 "Atención al Usuario Basada en la Cultura del Buen Trato", avalado por el Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales [CONOCER].

En 2023, se creó el programa **IMSSfórmate**, mediante el cual se brinda capacitación continua al personal TAOD, con el fin de reforzar sus conocimientos y homologar la orientación sobre los trámites y servicios más recurrentes, como:

- Registro y Actualización de Derechohabientes.
- Emisión de la Constancia de Semanas Cotizadas.
- Alta de Personas Trabajadoras del Hogar.
- Pensiones.
- Continuación Voluntaria en el Régimen Obligatorio (Modalidad 40), entre otros.

De enero a septiembre de 2024, el personal TAOD ha participado en 8 mil 426 juntas de Cuerpo de Gobierno, representando la voz de la derechohabiencia ante las diversas áreas del IMSS. Esta participación estratégica ha fortalecido el vínculo entre el equipo de atención y orientación y las diferentes áreas del Instituto, asegurando que las necesidades de los usuarios sean escuchadas y que se implementen acciones para mejorar la calidad de los servicios ofrecidos.

Finalmente, gracias a la estrategia “Más Gestión Menos Quejas” se ha logrado el fortalecimiento de la vinculación del personal TAOD con las áreas médicas y administrativas, dando como resultado la atención de 633 mil 157 gestiones de enero a septiembre de 2024, lo que representa un aumento del 200 por ciento respecto a las realizadas en el mismo periodo de 2018.



Por eso y más, este 47° Aniversario, no sólo celebramos la creación de la categoría TAOD, sino también reconocemos y agradecemos su vocación de servicio para brindar una atención de excelencia, profesionalismo y buen trato.

“En el IMSS, la calidad en la atención es nuestra prioridad”

Fuente: Unidad de Atención a la Derechohabiencia de la Dirección de Operación y Evaluación del IMSS.

LA CERTIFICACIÓN, IMPULSO DE LA COMPETITIVIDAD



La historia de la certificación de competencias laborales inició en Reino Unido en la década de los ochenta, como una demanda del sistema educativo y productivo, con el objetivo de respaldar la experiencia de las personas, a través de la certificación de competencias, y como un instrumento para reconocer sus habilidades, hábitos, actitudes y aptitudes, sin importar cómo fueron adquiridas, ofreciendo así igualdad de oportunidades. Con esto, se buscaba contribuir en la mejora de la productividad y calidad laboral, permitiendo darles valor a las competencias de éstas.

Es así, que este impulso fue creciendo y México decide sumarse en la década de los noventa, a través de las Secretarías de Educación Pública y del Trabajo y Previsión Social. Tras un proceso legislativo, en 1995, se logró firmar el acuerdo de creación del Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales [CONOCER].

Desde entonces, ese organismo ha generado alianzas con diversos actores al cumplir su rol de fomentar la certificación de competencias laborales, en este contexto el Instituto Mexicano del Seguro Social, al ser la principal institución en la atención de salud y seguridad social en México, el 29 de septiembre de 2020, recibió la acreditación como Entidad de Certificación y Evaluación ECE450-20, por parte del CONOCER, con la finalidad de impulsar la competitividad en el Sector Salud por medio de la certificación.

La Secretaría General del IMSS es la encargada de administrar, coordinar, dirigir, ejecutar y dar seguimiento a los procesos de capacitación, evaluación y certificación de los Estándares de Competencia acreditados, a través de la ECE450-20.

Funciones principales de la ECE450-20:

- Coordinar el desarrollo, acreditación y renovación de Estándares de Competencia.
- Coordinar el proceso de evaluación y certificación de Estándares de Competencia.

Ahora te preguntarán...

» ¿Qué es una Entidad de Certificación y Evaluación?

Las Entidades de Certificación y Evaluación [ECE] de Competencias son Organizaciones o Instituciones, públicas o privadas, autorizadas por el CONOCER, para capacitar, evaluar y certificar las competencias de las personas con base en los Estándares de Competencia inscritos en el Registro Nacional de Estándares de Competencia [RENEC].

» ¿Qué es el Registro Nacional de Estándares de Competencia [RENEC]?

Es un catálogo en el que puedes encontrar todos los Estándares de Competencia autorizados por el CONOCER. Escanea el código QR para consultarlos.

El IMSS al ser una Entidad de Certificación y Evaluación, se encuentra facultada para poder acreditarlos y operarlos.

» ¿Qué es un Estándar?

Un Estándar de Competencia es un documento que sirve como referente para evaluar y certificar la competencia laboral de las personas.

» ¿Qué es una Competencia Laboral?

Es el conjunto de conocimientos, destrezas, habilidades y actitudes necesarios para llevar a cabo una función o actividad específica.

La Evaluación de Competencias se lleva a cabo a través de tres pasos:

1. Alineación [capacitación teórica y práctica para cada Estándar de Competencia].
2. Evaluación [validación de habilidades, destrezas y conocimientos conforme al Estándar de Competencia].
3. Certificación [emisión de certificados de las personas que resulten competentes].

» Beneficios de la Certificación:

- Proporciona un Certificado de Competencias Laborales avalado por la SEP.
- Valida la experiencia laboral.
- Estandariza y profesionaliza procesos.

¿Para quién está dirigida?

- Para todas las áreas del IMSS, que deseen certificar las competencias de sus equipos de trabajo.





Para conocer más comunícate con nosotros:

- » 55 5238 2700 Ext. 10072 y 10025
- » sg.conocer@imss.gob.mx

Encontrarás el módulo CONOCER en el Edificio Central del IMSS, Av. Paseo de la Reforma No. 476, Col. Juárez, Alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México (Mezzanine Ala Poniente).



Fuente: Secretaría General del IMSS.



BOSQUEJOS HISTÓRICOS DEL IMSS

LAS PRIMERAS UNIDADES MÉDICAS

Por: Marco Antonio Orozco Zuarth,
titular de la División de Administración de Documentos

Desde sus inicios, el IMSS tuvo como prioridad la atención médica como actividad sustantiva, debido a que era la razón por la que fue creado y a la alta demanda de los trabajadores afiliados. Las primeras consultas se ofrecieron en las oficinas de la calle 16 de Septiembre, en forma limitada para el personal del mismo Instituto. Al mudarse las oficinas de la calle de Rosales, se instalaron los primeros consultorios formales de medicina general y una farmacia.

Al asumir la Dirección General, el licenciado Ignacio García Téllez implementó un amplio programa para el establecimiento de sanatorios, clínicas y hospitales. El 15 de febrero de 1944, se publicaron dos acuerdos presidenciales en los que se dispuso que la enajenación de bienes para el Seguro Social fuese por subasta pública y se declaró de utilidad pública la construcción de hospitales institucionales.



De esta manera, quedaron sujetos a expropiación tres predios, uno en la colonia Nápoles, otro en la zona de Vallejo y otro más en las calles de Xola y Niño Perdido. En abril del mismo año, se autorizó la compra de una clínica en la calle de Gabriel Mancera; para fines del año se adquirió toda la manzana y se construyó la Maternidad No. 1.

Por su parte, el Departamento del Distrito Federal enajenó los terrenos ubicados en la Calzada Balbuena, entre las calles Fray Servando Teresa de Mier y el Parque de Balbuena, y el ubicado entre el Instituto de Enfermedades Tropicales, el Hospital de la Cruz Verde y la prolongación de las calles de Carpio y Díaz Mirón. Con estas acciones se inició la construcción de la red de hospitales en la capital del país.



En los siguientes meses se puso en operación el Sanatorio No. 1, que se ubicaba en la Avenida México y Michoacán, en la colonia Hipódromo Condesa, en la anterior Clínica Lincoln; el de Maternidad No. 1, en Gabriel Mancera y Xola; la Clínica de Neumología, en las calles de Campeche y Monterrey, en la colonia Roma; el Hospital No. 2, en la Clínica del Dr. Ortiz Tirado; el Hospital No. 3 en la colonia Narvarte; el Hospital No. 4 de Traumatología, en el Hospital Italiano, en Calzada de Tlalpan, en donde actualmente se encuentra la UMF No. 10; y el Hospital No. 5 de Ferrocarrileros en la calle Colima.

En septiembre, se autorizó el alquiler del Sanatorio, propiedad de la Alianza de Tranviarios de México, situado en la calle de Colima No. 383, a fin de que, el Instituto les suministrara directamente los servicios médicos a los trabajadores beneficiarios¹.

También, en 1944, se acordó en el Consejo Técnico emitir una convocatoria para presentar proyectos para la construcción del primer hospital de zona, que sería el que hoy conocemos como Hospital General del CMN “La Raza”. El proyecto fue del arquitecto Enrique Yáñez de la Fuente; inició su construcción en 1946 y se terminó en 1952; se ubicaba en las afueras de la ciudad en el kilómetro 7.5 de la carretera México-Laredo.²

¹ Acuerdo del H. Consejo Técnico No. 100, del 28 de enero de 1944.

² Acuerdo del H. Consejo Técnico No. 246, de 27 de septiembre de 1944.

El IMSS y Don Ignacio

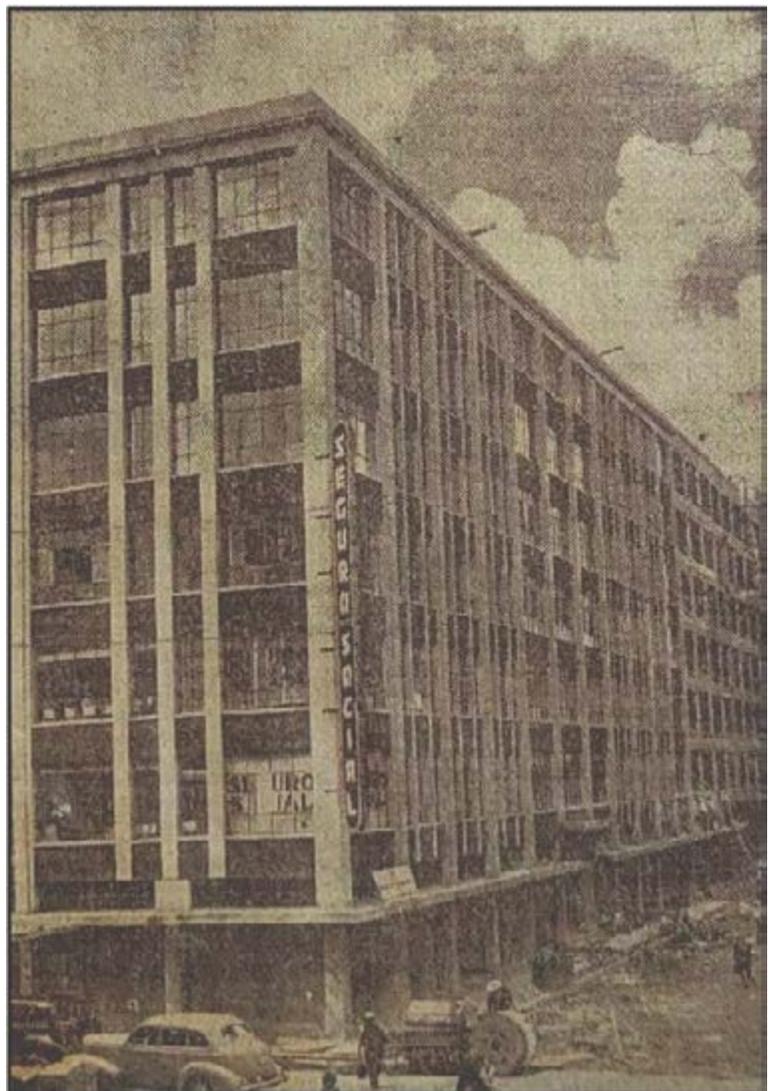
En el IMSS llegó la huesuda,
con su risa tan sincera,
buscaba sigilosa y muda,
a alguien en la UMAE entera.

Preguntó por García Téllez,
fundador del gran proyecto,
decía: “quiero que me selles,
un pase al descanso perfecto”.

Ignacio, con su mirada,
desde lejos la enfrentó,
y la muerte, espantada,
su guadaña abandonó.

“Yo creé este noble espacio,
para cuidar a la fuerza laboral,
no permitiré tu abrazo,
ni que les causes algún mal”.

La parca, algo confundida,
se retiró a otro lugar,
y el IMSS, con fuerza erguida,
quedó para siempre en paz.



SUPERHÉROES

Por: Óscar Eduardo Sánchez Cruzes

La sacudida llegó de golpe, violentamente y sin avisar. No hubo tiempo ni para asustarse. Después, el silencio. En las calles, la gente se había quedado parada en seco. Los autos vacíos con las puertas abiertas y las luces intermitentes. Sus ocupantes se miraban sin cruzar palabra. Algunos veían al cielo. Y justo ahí, casi de inmediato, las nubes de polvo. Sabíamos lo que eso significaba.

Pronto empezaron a sonar los aullidos de las sirenas, ambulancias, patrullas y los helicópteros en el aire. Poco a poco fuimos reaccionando. Nos preguntamos si estábamos bien. Algunos intentaron llamar a sus seres queridos, imposible; las líneas estaban saturadas; si acaso, alguien tenía datos para recibir noticias fragmentadas: "...que ahora fue en Puebla", "...quizá más de 7 grados...", "sí, hay edificios caídos...".

Las nubes de polvo se juntaban sobre nuestras cabezas. ¡Esto no es posible! Demasiada coincidencia. No faltó el que aseguraba "esto no es casualidad, es parte de un plan malévolo". Era fácil imaginar la risa maniática de un villano, digna del mejor de los cómics, al ver como su plan había cuajado con éxito.

Éramos muchísimas personas que no salíamos del asombro. El terremoto había llegado en la misma fecha que todos recordaban con tristeza y, ciertamente, con miedo: 19 de septiembre. Tan sólo un par de horas después del Simulacro Nacional, a manera de conmemoración del sismo de 1985, la tierra se había cimbrado intensamente, como hacía mucho tiempo que no pasaba. Buena parte del centro del país, incluida la Ciudad de México, sufrió afectaciones que cobraron vidas y dejaron a muchos sin techo. Sin contar que, menos de 2 semanas atrás, otro poderoso sismo había causado cuantiosos daños, sobre todo, en el estado de Oaxaca.

Apenas repuestos de la sorpresa inicial, todos se dispusieron a realizar lo que aquí siempre se hace ante estas situaciones: ayudar. Por toda la ciudad surgieron, espontáneamente, iniciativas solidarias. Sin duda, uno de nuestros más notables superpoderes, pensé. Al día siguiente, Fundación IMSS montó carpas en múltiples centros de trabajo como puntos de acopio, donde voluntarios se organizaban en brigadas para recopilar víveres, botellas de agua, artículos de higiene, pañales, ropa y claro, juguetes. ¡Todo ayuda! Como los verdaderos superhéroes, que jamás revelan su identidad, ahí estaban, hombro con hombro, decenas, quizá centenas de héroes anónimos dispuestos al máximo esfuerzo para ayudar a gente que jamás han visto, que quizá nunca conozcan y de la que no esperan nada.

No podía dejar de imaginar que, como en las historietas que leía de niño, y bueno, que aún leo, ese era el momento en que los héroes salvaban el día ante los planes siniestros de los malvados villanos. Y es que, como dijo un genio "...la imaginación rodea al mundo, es nuestra arma más poderosa".

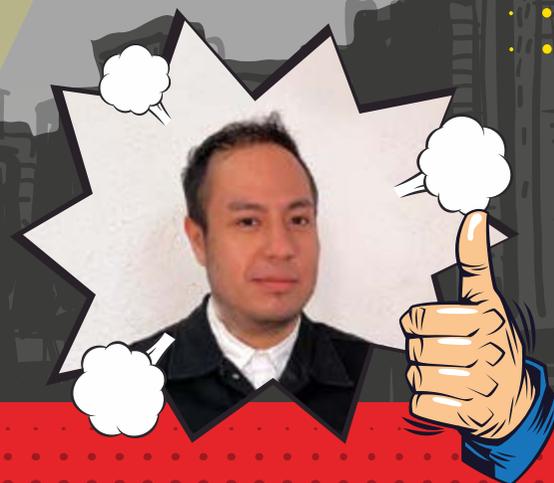
Sí, estábamos sorprendidos, asustados y heridos, pero al final, saldríamos victoriosos. Así es como funciona esto de los personajes fantásticos; no importa el tamaño del golpe, nos levantamos y seguimos, que hay mucho por hacer. Y ahí estábamos, todos, haciéndolo realidad.

Levanté la vista y vi la señal, pero no estaba en el cielo, no era una "batiseñal". Era ahí, entre nosotros. Fue así como surgió la idea: ¿cómo hacer que quienes están en situaciones difíciles, en momentos de miedo, sepan que hay otros que, sin conocerlos, están listos a tenderles la mano, a hacer algo por ellos? Supe cuál era mi misión y puse manos a la obra. Imprimí el mensaje y lo pegué en decenas de cajas de ayuda humanitaria destinadas a niños afectados en Oaxaca y Puebla.

No fue difícil recrear la escena sobre algún apartado sitio de la sierra donde un pequeño recibe emocionado la ayuda; el detalle enciende una chispa en su corazón. Le da esperanza y ganas de seguir adelante. No ve lo que lleva la caja, se queda cautivado al leer el rótulo:

"Si esto llega a una niña o un niño, díganle que Batman lo envía".

Superhéroes está incluida en el libro 80 años, 80 historias y más, está inspirada en lo que contó Óscar Eduardo Sánchez Cruzes, en lo publicado en redes sociales y uno que otro medio masivo. Óscar es, como muchos otros, un superhéroe ocasional. Mientras tanto, trabaja en la Oficina Administrativa de la DPES del IMSS.



VACUNACIÓN

TEMPORADA INVERNAL

2024-2025

Del 15 de octubre 2024 al 28 de marzo 2025 es la vacunación contra la Influenza Estacional y COVID-19



Personas de 5 a 59 años

GRUPO BLANCO Y DE RIESGO	INFLUENZA ESTACIONAL	COVID-19
Niñas y niños de 6 a 59 meses	✓	✗
Personas sanas de cinco o más años de edad que no han recibido previamente la vacuna COVID-19	✗	✓
Adultos de 60 años o más	✓	✓
Personas embarazadas o en periodo de lactancia exclusiva	✓	✓
Personal de salud en unidades médicas	✓	✓
Personas que viven con VIH/sida	✓	✓
Personas que viven con Diabetes Mellitus	✓	✓
Personas que viven con obesidad mórbida	✓	✓
Personas que viven con cardiopatías agudas o crónicas	✓	✓
Personas que viven con enfermedad pulmonar crónica, incluye EPOC y asma	✓	✓
Personas que viven con cáncer	✓	✓
Personas que viven con enfermedades cardíacas o pulmonares congénitas, u otros padecimientos crónicos que requieran consumo prolongado de salicilatos	✓	✗
Personas que viven con Insuficiencia renal	✓	✓
Personas que viven con inmunosupresión adquirida por enfermedad o tratamiento	✓	✓
Personas que viven con hipertensión arterial esencial	✗	✓

Para más información consultar: Lineamientos de Vacunación para la temporada invernal 2024-2025. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/censia/documentos/lineamientos-para-la-temporada-invernal-2024-2025>



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

ORGULLO Y TRABAJO EN EQUIPO PARA ATENDER CON CALIDEZ

HOSPITAL GENERAL REGIONAL No. 1 CUERNAVACA, MORELOS

La construcción del Hospital inició en 1976 y concluyó en 1978. Sin embargo, comenzó su operación en enero de 1979.

Hoy, atiende alrededor de 178 mil derechohabientes de la zona metropolitana de Cuernavaca, Morelos. Además, brinda servicio a población de los Hospitales de las Zonas de Cuautla y Zacatepec; así como, a derechohabientes de Hospitales del estado de Guerrero, debido a las inclemencias climáticas.

Actualmente, el director médico del HGR No. 1 es el médico especialista Roberto González Carcaño.



Infraestructura:

- 325 camas censables.
- 62 consultorios.
- 8 quirófanos.
- 1 tomógrafo.



Ofrecemos especialidades como:

- >> Anestesiología.
- >> Cirugía general.
- >> Ginecología.
- >> Medicina interna.
- >> Medicina neuro facial.
- >> Medicina de rehabilitación.
- >> Neurocirugía.
- >> Pediatría.
- >> Traumatología.



Equipo humano:

2 mil 497 trabajadores y trabajadoras.



En un día brindamos:

- >> 840 consultas.
- >> 1,100 estudios de laboratorio.
- >> 590 estudios de radiodiagnóstico.
- >> 57 intervenciones quirúrgicas.
- >> 80 egresos hospitalarios.
- >> 12 partos.



Entre nuestros proyectos para 2024 destaca:

El inicio de la remodelación de toda la torre médica, para mejorar la imagen del HGR. Además, se prevé la conclusión de los trabajos de remodelación de los pisos 4, 5, 7, 8, 9 y 10, y de las áreas de Tococirugía y Oncología. En beneficio de todo el personal, se finalizarán las remodelaciones de baños y áreas de vestidores.

**En voz del personal:****Aidee Díaz Zagal. Auxiliar de Limpieza e Higiene.**

“Me siento orgullosa de pertenecer al Instituto y en especial a este Hospital, ya que gracias a ello sigo avanzando en lo profesional, creciendo como ser humano. Me dan la posibilidad de apoyar a mis compañeros y a la gente en general que lo necesite”.

Elizabeth Abarca Ocampo. Técnica en Atención y Orientación al Derechohabiente.

“Me siento muy orgullosa de pertenecer a este HGR, en donde puedo atender al derechohabiente; servirle y orientarle, y día a día darle la atención que se merece, gestionando sus trámites. Es un lugar en donde trabajamos en equipo para dar una mejor atención, con calidad y calidez a la derechohabencia”.

**Datos relevantes:**

Es un Hospital destacado por su atención oncológica pediátrica y para adultos; así como, por su especialidad en traumatología, gracias a la cual se realizan reemplazo de cadera y tratamientos para columna. Además, ha logrado incrementar el número de procuraciones de órganos.



En 2023, el HGR logró colocar su primer marcapasos en la Sala de Hemodinamia e inició con cateterismos cardíacos. Ese mismo año, realizó su primer trasplante en vivo y su primer trasplante cadavérico.

Fuente: OOAD del IMSS en Morelos.



DURANGO, VOCACIÓN Y EMPATÍA EN LA ATENCIÓN A LA DERECHOHABIENCIA

Titular de la Oficina de Representación
Dra. Claudia Díaz Pérez.

IMPORTANCIA DEL IMSS EN DURANGO

Como en el resto de la República, en el estado de Durango a principios del siglo XX, bajo la dirección de don Silvestre Dorador, se formaron “Sociedades Mutualistas”, dedicadas a la protección de sus miembros, a través de generar apoyos ante contingencias, como: enfermedades, accidentes, estados de invalidez y la muerte; constituyendo un ejemplo mínimo de lo que era el bienestar social a obreros, artesanos y músicos.

Para el 15 de marzo de 1957, el H. Consejo Técnico del Instituto autorizó, mediante el Acuerdo No. 44490, el inicio de la inscripción de trabajadores y patrones dentro del régimen obligatorio del Seguro Social en los municipios de Durango y Pueblo Nuevo.

- Otorga servicios a **895 mil 875** derechohabientes, con una infraestructura médica de Régimen Ordinario, conformada por:

- 32 Unidades de Medicina Familiar.
- 1 Unidad Médica de Atención Ambulatoria.
- 3 Hospitales Generales de Zona.
- 1 Hospital General de Subzona.



- Actualmente, la Familia IMSS de Durango está integrada por **6 mil 489** trabajadoras y trabajadores:



- 5,513 Base.
- 239 Confianza.
- 27 Mando.
- 350 Estatuto A.
- 360 Otras categorías.



Conoce el
Catálogo Nacional de

DESCUENTOS

y con solo presentar tu credencial obtén

grandes beneficios



Escanea el código QR
y conócelos

● Tan sólo en un **día típico otorga entre otros servicios:**

6,991	consultas de medicina familiar.
1,234	consultas de especialidad.
358	consultas dentales.
991	consultas de urgencias.
1,525	análisis clínicos.
7,659	estudios ambulatorios.
4,326	estudios a pacientes hospitalizados.
106	ingresos.
16	partos.
71	intervenciones quirúrgicas.



DATOS RELEVANTES

En 2018, un equipo, encabezado por el médico oncólogo, Iván A. Delgadillo, del HGZ No. 1, retiró un tumor de 17 kilogramos, del abdomen de una mujer de 50 años, mismo que había invadido el bazo y un riñón, lo que comprometía el funcionamiento de ambos órganos.

El tumor, llamado sarcoma retroperitoneal, fue detectado en otra institución de salud, en donde por razones técnicas y su volumen, no fue posible quitarlo. Por lo cual, la paciente acudió al citado HGZ; ahí fue valorada y sometida a estudios para determinar la cirugía de extirpación del tumor.

Gerardo Martínez Aguilar, trayectoria laboral basada en líneas de investigación

Recién jubilado del IMSS Durango, el doctor Gerardo Martínez Aguilar se desempeñó como pediatra infectólogo en la Unidad de Investigación Biomédica del IMSS en el estado, en donde basó su trayectoria laboral en la investigación, enfocada en epidemiología clínica y molecular de enfermedades infecciosas y en la resistencia bacteriana y obesidad en niños. Su aportación consta de 35 artículos en revistas indexadas con arbitraje y 11 capítulos en libros especializados.

Durante su desarrollo profesional obtuvo diversos reconocimientos por su excelente desempeño, dentro de los que destacan:

- 3er lugar en la categoría de Infecciones Nosocomiales con el trabajo "Patrón de Utilización de Antimicrobianos y Costos de su uso inadecuado en el Servicio de Pediatría de un Hospital General".
- 2do lugar en la categoría Investigación Clínica en Epidemiología del "Premio Gerhard Domagk".
- 1er lugar en la categoría Investigación Biomédica del "Premio Jesús Kumate".
- Presea "Federico Gómez Provincia", otorgada por la Asociación de Médicos del Hospital Infantil de México, en Morelia, Michoacán.
- Mérito Académico por la Materia Infectología Ciclo Escolar B 2009.
- Investigador Nacional Nivel I [2006-2008; 2009-2012; 2012-2016; 2017-2020, 2022-2024].



El estado cuenta con una gran variedad de bosques, desiertos, montañas, cascadas, ojos de agua y riachuelos. Estas bellezas naturales han servido de escenarios de más de 400 proyectos audiovisuales y 200 películas.

¿DÓNDE SE UBICA?

Está en la región noroeste del país, limita al norte con Chihuahua, al noreste con Coahuila, al sureste con Zacatecas, al sur con Nayarit y al oeste con Sinaloa. Abarca 123 mil 364 km², que lo hacen el cuarto estado más extenso del país.

Se divide en 39 municipios, su capital es Victoria de Durango.

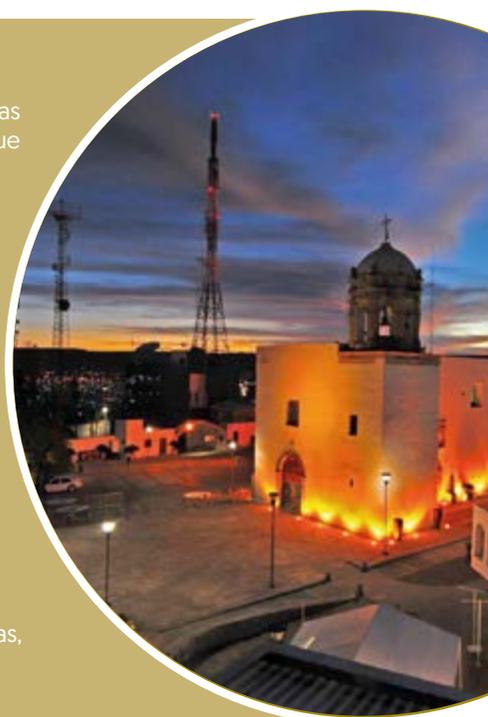
De acuerdo con el Censo de Población y Vivienda en 2020 había 1,832,650 habitantes.



¿A DÓNDE IR?

Este estado es rico en cultura, paisajes y tradiciones que lo hacen un destino ideal para pasar unas vacaciones en compañía de la familia o amistades. Además, ofrece una riqueza gastronómica que deleita a propios y extraños.

- Paseo del Viejo Oeste, la ambientación, los negocios y los personajes que transitan por este lugar transportan a los visitantes a un verdadero pueblo vaquero.
- Mirador de los Remedios, este sitio es el lugar más alto de Durango y ofrece una inigualable vista panorámica de la ciudad. Se puede subir en automóvil, teleférico o, si la condición física lo permite, por la escalinata.
- Parque Guadiana, la magia de su interior permite pasar momentos agradables al lado del lago, disfrutar de hermosas fuentes o estar en contacto con la naturaleza.
- Museo Túnel de Minería, su ubicación subterránea, que atraviesa varias calles, lo convierte en un gran atractivo para escuchar leyendas y conocer sobre el uso de herramientas empleadas en la minería.
- Sierra de Durango, con sus barrancas, túneles, numerosas formaciones rocosas y varias cascadas, ofrece un espectáculo digno de admirarse y llevarse en la memoria por mucho tiempo.



PERSONAJES DESTACADOS EN LA HISTORIA

- Francisco de Ibarra, fundador de la Villa de Durango, lo que actualmente es la capital del estado.
- Guadalupe Victoria, figura destacada de la Guerra de Independencia y primer presidente de México.
- Ricardo Castro, pianista y compositor de vals, ópera, sinfonías y un concierto para violonchelo y orquesta, que son muestra de su prolífica carrera.
- Silvestre Revueltas, considerado uno de los mejores compositores de música sinfónica de América Latina.

Fuente: OOAD del IMSS en Durango.

Caldillo duranguense

(6 porciones)

Ingredientes:

- 1 kg de chambarete.
- 1 kg de carne de res en filete, cortada en cubos medianos.
- 5 chiles poblanos asados, pelados, desvenados y en rajas.
- 8 tomates cocidos, sin piel.
- 7 tazas de agua.
- 4 tazas de caldo donde se coció el chambarete.
- 4 cucharadas de aceite de maíz.
- 1 cubo de concentrado de tomate con pollo.
- 1/4 de cucharadita de pimienta.
- 2 cucharaditas de sal con ajo en polvo.
- Sal al gusto.

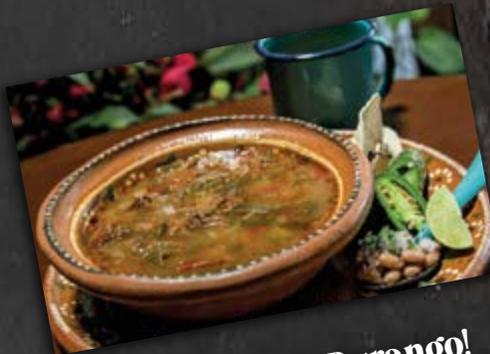
Preparación:

1. Pon a cocer en una olla exprés el chambarete, con una cucharadita de sal con ajo en polvo y 6 tazas de agua, por 35 minutos a partir de que comience a sonar la válvula. Retira del fuego y reserva.
2. Licua el tomate con la cucharadita de sal con ajo restante, el cubo de tomate con pollo, un poco de pimienta y una taza de agua. Reserva.
3. Calienta el aceite en una cacerola y fríe el filete de res hasta que se dore ligeramente. Agrega la salsa de tomate, sal al gusto y cocina hasta que el filete esté tierno.
4. Incorpora las rajas de chile poblano, el chambarete y el caldo del chambarete caliente. Continúa la cocción por 15 minutos más.
5. Retira del fuego y sirve caliente.

Información nutrimental:

(por porción)

- | | |
|----------------------------------|-------------------------|
| • Energía
583.8 kcal | • Grasas
24 g |
| • Proteína
7.4 g | • Fibra
2.1 g |
| • Carbohidratos
11.3 g | |



¡Deleítate con este delicioso platillo típico de Durango!

¡PARTICIPA CON NOSOTROS!

2 de noviembre.
Día de Muertos

En el IMSS, abrimos espacios culturales, fomentamos la creatividad, propiciamos la interacción con el personal institucional y preservamos la tradición popular del **Día de Muertos**, mediante la organización de concursos de Calaveritas Literarias y de Altares y Ofrendas, entre otros.



¡CONTESTA LA SIGUIENTE TRIVIA!

1. ¿Qué es el cáncer de próstata?
2. ¿Cuándo se conmemora el Día del Personal Técnico en Atención y Orientación a la Derechohabiencia (TAOD)?
3. ¿En dónde se ubica el Centro Nacional de Capacitación en Vasectomía sin Bisturí?



RESPUESTAS A LA TRIVIA ANTERIOR

Felicidades a Fabiola Ortiz Pérez, del Centro Médico Nacional "Siglo XXI"; Yadira Rebeca Dávalos Reyes, de la División de Sistemas y Normas de Seguridad y Documentación; Angeles Baltazar Medina, de la UMAE Hospital de Pediatría del Centro Médico Nacional de Occidente; Claudia Tlapa Ornelas, del OOAD CDMX Norte, y Emmanuel Cásares Farías, del HGSZ/MF No. 4, en Tecomán, Colima.

1. ¿A qué edad suele empezar el proceso de la menopausia?
En México, generalmente comienza a los 50 años.
2. ¿Quién lideró al primer grupo médico que logró con éxito una cirugía a corazón abierto en América Latina?
El doctor Rubén Argüero Sánchez.
3. ¿En qué estado del país está ubicado el Centro Vacacional IMSS Oaxtepec?
En Morelos.

Envía tus propuestas gráficas y las respuestas con tu nombre, cargo y adscripción a yo.soy@imss.gob.mx

IMSS ENGLISH



TE INVITAMOS A APRENDER CON NOSOTROS

- **APE:** Antígeno Prostático Específico.
- **CNEGSR:** Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva.
- **EGC:** Enfermera General Clínica.
- **FIDTEATROS:** Fideicomiso de Administración de Teatros y Salas de Espectáculos del IMSS.
- **MAPS:** Módulos de Apoyo a la Prestación de Servicios.
- **UNICEF:** Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

¡YA LLEGAMOS A WHATSAPP!

- 😊 Entra al vínculo
- 😊 Se abrirá la conversación
- 😊 Da clic en Seguir
- 😊 Consúltalo ahora en el apartado de Novedades



Porque tú lo pediste, creamos este canal para ti 😊

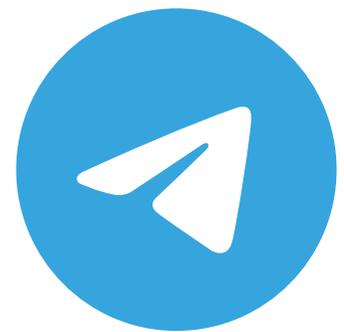
SÍGUENOS EN LinkedIn

CONFIGURA TU PERFIL REGÍSTRATE COMO
TRABAJADOR DEL INSTITUTO



LinkedIn

ÚNETE AL CANAL YO SOY IMSS



Telegram

FAMILIA IMSS

Historias de **IMSS**piración

LA REVISTA



Escanea el QR



y conoce todos los
ejemplares



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL