

DIRECTORIO

Directora

Dra. Silvia Guillermina Roldán
Fernández

Editor

D.AD. Antonio Arenas Ceballos

Co-Editores

Mtra. Leida Elvira Alvarado
Sánchez

D.Ed. Hilario Deyá Becerril

Diseño Editorial

LC. Paola Karina Suárez Ceballos

EVITA LA DESHIDRATACIÓN CON VIDA SUERO ORAL

Su fórmula ayuda a la reposición de líquidos, pues contiene sales de sodio, potasio, cloro, citrato y glucosa, los cuales son vitales para el buen funcionamiento del organismo.

MODO DE PREPARACIÓN:

- Lava tus manos.
- Hierve un litro de agua por 5 minutos.
- Deja enfriar.
- Vaciá el sobre en el agua hasta disolverlo.
- Tómalo durante las primeras 24 horas de su preparación, desecha el resto.

¡Consumelo aunque no tengas sed, sin importar tu nivel de actividad física!

GRATIS en cualquier unidad del Sector Salud.



Cuida a tus mascotas esta temporada de calor

- Pon agua fresca en su recipiente
- Evita paseos bajo el sol intenso
- No la dejes en el auto sin ventilación
- Hazle una sombrita o casa para resguardarse del sol



SALUD | Instituto Nacional de Salud Pública

DIRECCIÓN DE CALIDAD Y EDUCACIÓN EN SALUD

Calle Retorno Vía 5 # 104, 2do. Piso
Col. Tabasco 2000, C.P. 86035
Villahermosa, Tabasco, México.
(993) 3-16-34-81

<https://tabasco.gob.mx/salud>

FACEBOOK

www.facebook.com/calidadtabasco

Correo Electrónico

calidadtabasco@hotmail.com

Editorial

DÍA INTERNACIONAL

El día Internacional de la Mujer se conmemora el 8 de marzo de cada año, siendo ésta una ocasión para reflexionar sobre los avances conseguidos, los retos y desafíos para el logro de la igualdad de género.

Esta conmemoración adquiere cada vez más una dimensión mundial, y se ha convertido en un punto de convergencia de las actividades en favor de los derechos de la mujer, la equidad de género y la equidad en salud.

Este año la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en el marco del Día Internacional de la Mujer hace hincapié en fomentar el liderazgo de las mujeres en la agenda regional de salud, incorporar las voces y perspectivas de las mujeres y las niñas en la toma de decisiones como algo esencial para construir sistemas de salud resilientes, lo que impactará positivamente en la salud y el desarrollo de la población.

En cuanto al acceso de las mujeres a los servicios de salud, es fundamental garantizar servicios de salud de calidad, con equidad y con una perspectiva de género en las políticas laborales del sector de la salud, liderado por mujeres concedoras de sus propias necesidades, que ayuden a salvar la vida de otras mujeres y darles la oportunidad de vivir una vida productiva y alcanzar su pleno potencial.

Sin soslayar que las mujeres contribuyen con la salud y por lo tanto deben beneficiarse de ella, de ahí la importancia de su acceso a programas de salud sexual y reproductiva, salud materno infantil, salud mental, discapacidades, enfermedades transmisibles y no transmisibles, enfermedades por cáncer, entre otras, a fin de que todas tengan la oportunidad de gozar de buena salud a lo largo de todo el ciclo de vida.



DIA MUNDIAL DEL SINDROME DE DOWN



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

DIRECCION DE SALUD PSICOSOCIAL



El Síndrome de Down es una afección en la que la persona tiene un cromosoma extra. Los cromosomas son pequeños “paquetes” de genes en el organismo, determinan cómo se forma el cuerpo del bebé durante el embarazo y cómo funciona mientras se desarrolla en el vientre materno y después de nacer.



Por lo general, los bebés nacen con 46 cromosomas; los bebés con Síndrome de Down tienen una copia extra de uno de estos cromosomas: el cromosoma 21.

El término médico de tener una copia extra de un cromosoma es “trisomía”, al Síndrome de Down también se le llama trisomía 21; esta copia extra cambia la manera en que se desarrolla el cuerpo y el cerebro del bebé; lo que puede causarle alteraciones tanto mentales como físicas. Las personas con Síndrome de Down generalmente tienen un coeficiente intelectual (una medida de la inteligencia) en el rango de levemente a moderadamente bajo y son más lentas para hablar que los demás.



La inclusión y el respeto hacia todas las personas, independientemente de sus diferencias, es fundamental para construir un mundo más equitativo y compasivo.



JUNTOS
CONSTRUIAMOS
Calidad
y Educación en Salud

Continuación...



PSICOEDUCACIÓN:

El Síndrome de Down no es una enfermedad, dado que no implica el sufrimiento personal ni afecta el bienestar de la persona. En general las personas con Síndrome de Down gozan de buena salud, tanto física como mental, aunque es cierto que, especialmente en los primeros años de vida, los niños y las niñas con Síndrome de Down son más susceptibles de sufrir determinadas patologías.

No existe una predisposición genética a tener hijos e hijas con Síndrome de Down, en el 99% de los casos se produce de una manera completamente aleatoria y no está demostrada la existencia de algún factor genético que predisponga a tener un hijo o hija con Síndrome de Down.

D Es la alteración genética más común y la causa principal de discapacidad intelectual. Se estima que hay aproximadamente 1 caso por cada 800 nacimientos.

O Puede presentarse de modo diferente en cada persona: características físicas, alteraciones del proceso de información, memoria, aprendizaje, lenguaje, conducta y algunas condiciones médicas.

W Existen 3 tipos de Síndrome de Down:

Trisomía simple:	Translocación	Mosaico
Todas las células tienen 3 copias del cromosoma 21. (95% de casos)	Un par extra parcial de cromosomas en lugar de un par entero. (4% de casos)	Algunas células tienen 46 cromosomas y otras tienen 47. (1% de casos)

N Un abordaje multidisciplinario (terapia del habla, fisioterapia, terapia ocupacional, educación especial, psicología y otros) será clave para enseñar destrezas y brindar más oportunidades de autonomía.

No existe un patrón de personalidad o de conducta asociado al Síndrome de Down. Como sucede con las personas sin discapacidad, las conductas agresivas son una reacción a una disconformidad o un malestar y sólo en algunos casos muy puntuales, responden a un trastorno de conducta.

No existe una predisposición genética a tener hijos e hijas con Síndrome de Down, en el 99% de los casos se produce completamente de manera aleatoria y no está demostrada la existencia de si pierde y su cerebro se mantiene en constante evolución, siempre que se le estimule de la manera adecuada.



ACTIVIDADES DEL MES DE MARZO



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



HOSPITAL GENERAL DE VILLA BENITO JUAREZ MACUSPANA

Dra. Teresa Castillo Morales
Dr. Román Feria Morales
Lic. Gabriela Winzig Reyes



OBESIDAD INFANTIL

Pláticas



Este 5 de Marzo, la Dirección y el Depto. de Trabajo Social, coordinado por la Lic. Esmeralda Hernández Morales, realizaron pláticas preventivas en el área de consulta externa sobre el tema de **"OBESIDAD INFANTIL"**; contando con la participación de la **LTS. Karla Alejandra Hernández García** y la **TS. Mayra del C. Reyes Acosta**.

ENFERMEDADES HIPERTENSIVAS DEL

EMBARAZO



Como parte de las actividades de Enseñanza que se realizan para los médicos en formación, se llevó a cabo la clase: **"ENFERMEDADES HIPERTENSIVAS DEL EMBARAZO"**; contando con la participación de la MIP.

Montserrat A. Castellanos Zurita.

Esta sesión fue enriquecida con los conocimientos de los Médicos Residentes de las Especialidades en **Ginecología y Obstetricia: Dra. Blanca E. López Álvarez** y **Dr. César A. Sarao Colorado**; y **Medicina Interna: Dr. Carlos E. Contreras Chong, Dr. José C. Alamilla Alejandro** y **Dr. Eduardo Ulin Izquierdo.**



Continuación...



Día de la Mujer



Pláticas



Con motivo del **"DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER"**, el Depto. de Trabajo Social realizó pláticas, dirigidas a los usuarios y familiares de los pacientes; contando con la participación del personal: **LTS. Trinidad González Zacarias**, **LTS. Karla A. Hernández García**, y la **Dra. Landy E. de la Cruz Castillo**, Residente de la Especialidad en **Medicina Familiar**; con el objetivo de recordar la importancia de reconocer la historia de los derechos políticos, sociales y económicos de las mujeres y niñas que siguen luchando por un mundo igualitario, libre de violencia y discriminación.



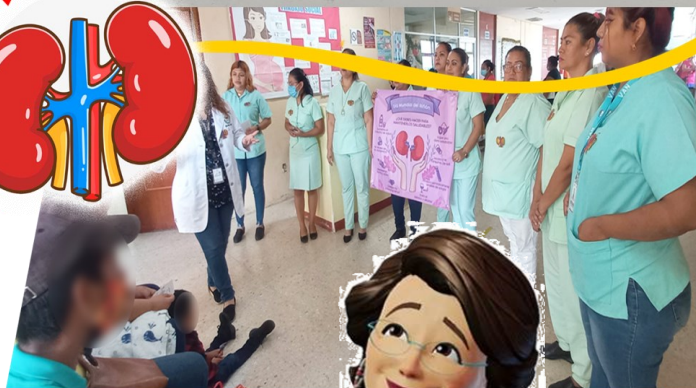
Día del Riñón



Pláticas



En conmemoración por el **"DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN"**, el 14 de Marzo, personal del Depto. de Trabajo Social realizó pláticas informativas, dirigidas a los usuarios y familiares de los pacientes en el área de consulta externa; con el objetivo de crear conciencia sobre la importancia de prevenir, detectar y tratar las enfermedades renales en niños y adultos. Agradeciendo la participación del personal: **LTS. Mariú Morales Sandoval**, **Dra. Landy Esther de la Cruz Castillo**, Residente de la Especialidad en **Medicina Familiar**.



Coordinación de Calidad y Enseñanza

Dra. Teresa Castillo Morales / Dr. Román Feria Morales / Lic. Gabriela Winzig Reyes



ELECTROCARDIOGRAMA

Hospital General de Villa Benito Juárez



Clases



Coordinación de Calidad y Enseñanza
Dra. Teresa Castillo Morales / Dr. Román Feria Morales / Lic. Gabriela Winzig Reyes



El martes 12 de Marzo, se realizó la clase con el tema: **“ELECTROCARDIOGRAMA”**, dirigida a los Médicos Internos de Pregrado; con el objetivo de dar a conocer la importancia que tiene el saber interpretar un electrocardiograma; entender sobre los bloqueos auriculoventriculares; qué es la fibrilación ventricular, taquicardia, cardiopatías, entre otros. Agradeciendo la participación del **Dr. Eduardo Ulin Izquierdo**, Residente de la Especialidad en Medicina Interna.



Infarto Agudo de Miocardio



Clases

Se realizó el curso: **“INFARTO AGUDO DE MIOCARDIO (IAM)”**; organizado por la Coordinación del Departamento de Calidad y Enseñanza; dirigido al recurso humano adscrito y en formación de la Unidad; con el objetivo de reconocer y tratar de forma oportuna y adecuada los trastornos cardiovasculares, como el Infarto Agudo de Miocardio.

Agradeciendo el apoyo y participación del **Dr. José Carlos Alamilla Alejandro** y el **Dr. Eduardo Ulin Izquierdo**, Residentes de la Especialidad en Medicina Interna.



Continuación...



Prevenir el Dengue

Hospital General de Villa Benito Juárez



MARZO 21 / AÑO 2024

Capacitación



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD
TABASCO

Coordinación de Calidad y Enseñanza

Dra. Teresa Castillo Morales / Dr. Román Feria Morales / Lic. Gabriela Winzig Reyes

Con la finalidad de capacitar y actualizar a todo el personal médico y paramédico, tanto en formación como adscritos; la Dirección, el área de **Epidemiología** y el Depto. de **Calidad y Enseñanza**, coordinado por la **Dra. Teresa Castillo Morales**; el 21 de marzo llevó a cabo el curso: **“LO QUE DEBEMOS SABER DE DENGUE”**; con el objetivo de hacer vigilancia, diagnóstico, tratamiento y prevención oportuna, en beneficio de la población y de los pacientes.

Agradecemos la participación de la **Dra. Fabiola Alejandra Suárez Gordillo**, Epidemióloga de nuestro hospital.



Higiene de MANOS



Campana



Como parte de las acciones esenciales para la seguridad del paciente, el Depto. de **Calidad y Enseñanza**, realizó actividades, tales como: Pláticas Preventivas en el área de consulta externa; con el objetivo de que el usuario conozca más acerca de la importancia que tiene el realizar una correcta limpieza de sus manos, para evitar la propagación de infecciones o enfermedades, dentro y fuera del hospital.

También se llevó a cabo el curso: **“LAVADO DE MANOS”**, Dirigida a los Médicos Internos de Pregrado, Médicos Pasantes y Médicos Residentes; agradeciendo la ponencia de la **Lic. Enf. Flor de Liz Juárez Marcin**.

JUNTOS
CONSTRUIMOS
Calidad
y Educación en Salud

Continua...



Día Naranja

Hospital General de Villa Benito Juárez



Pláticas



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD
TABASCO



Con motivo del **"DÍA NARANJA"**, un día para poner fin a la violencia contra las mujeres y niñas; el **25 de marzo**, el Depto. de **Trabajo Social y Psicología** llevó a cabo pláticas preventivas en el área de Consulta Externa y Urgencias.

Contando con la participación de:
LTS. Cristel Gómez Pérez,
LTS. Deysi María Gorgorita León,
Dra. Landy Esther de la Cruz Castillo,
Residente de **Medicina Familiar;** y
Psic. Saby Gpe. Alejandro Cáceres.



Actividades del mes de Marzo

DRA SARA MARCI ROMAN SANCHEZ



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD
TABASCO



HOSPITAL COMUNITARIO JONUTA



Caminata con personal docente, padres de familia y alumnos, alusivo al 8 de marzo Día Internacional de la Mujer.



Evento alusivo al 30 de marzo Día Internacional del Trastorno Bipolar, alumnos de la Escuela Secundaria: Violeta Ojeda de Zurita.

Violencia vicaria, impartido por el personal del servicio especializado de violencia alusiva al "Día Naranja".



DÍA MUNDIAL DEL TRASTORNO BIPOLAR



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

DIRECCION DE SALUD PSICOSOCIAL



RECOMENDACIONES:

- ⇒ Si la persona sufre un episodio maníaco, suspenda el antidepresivo de inmediato; el medicamento antidepresivo puede desencadenar un episodio maníaco en el trastorno bipolar sin tratar.
- ⇒ El aumento de la ingesta de frutas, verduras, nueces y cereales integrales, mientras se reduce el consumo de grasas saturadas, carnes procesadas, cereales refinados y azúcares, mejorará el perfil de riesgo de salud general de un paciente bipolar y tiene el potencial de mejorar también sus resultados psiquiátricos.

Cuando te deprimas, puedes sentirte triste o desesperanzado y perder el interés o el placer en la mayoría de las actividades. Cuando tu estado de ánimo cambia a manía o hipomanía (menos extrema que la manía) es posible que te sientas eufórico, lleno de energía o inusualmente irritable. Estos cambios en el estado de ánimo pueden afectar el sueño, la energía, el nivel de actividad, el juicio, el comportamiento y la capacidad de pensar con claridad.

El trastorno bipolar es una afección del estado de ánimo que puede provocar cambios de ánimo intensos; en ocasiones la persona puede sentirse extremadamente animada, eufórica, irritable o con energía, lo que se conoce como episodio maníaco, otras veces la persona puede sentirse deprimida, triste indiferente o desesperanzada, a esto se le llama episodio depresivo. Sin embargo, en ocasiones también se pueden tener síntomas maníacos y depresivos a la vez, lo que es conocido como episodio mixto.

Se desconoce la causa exacta del trastorno bipolar, pero es posible que tenga que ver con una combinación de factores genéticos y ambientales y de la alteración de las sustancias químicas y las estructuras del cerebro.

El trastorno bipolar es una afección de por vida, sin embargo se pueden controlar los cambios en el estado de ánimo y otros síntomas siguiendo un plan de tratamiento. En la mayoría de los casos, el trastorno bipolar se trata con medicamentos y apoyo psicológico (psicoterapia).

El Día Mundial del Trastorno Bipolar se conmemora cada 30 de marzo con el objetivo de generar conciencia sobre este padecimiento y eliminar el estigma social. Te invitamos a colaborar en esta tarea como contribución a la salud mental.



ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN DEL DENGUE

Ing. Yuliana del Carmen Hernández Hernández



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

Hospital General de Macuspana

Los días 16 y 18 de marzo se llevaron a cabo pláticas informativas de DENGUE a los usuarios de la unidad, con el objetivo de detectar y controlar la presencia del vector *Aedes aegypti* y disminuir el riesgo entomológico, promover el ordenamiento ambiental para reducir el riesgo de transmisión y detectar oportunamente la circulación viral y determinar los serotipos/genotipos circulantes para orientar las acciones de prevención y **control del Dengue**, las cuales fueron impartidas por las Trabajadoras Sociales: T.S. Sheila Juliana Jiménez Hernández, T.S. Silvia Guzmán Gallegos y T.S. Elizabeth Rodríguez Velázquez.



SUPERVISIONES DEL PLAN DE IMPLEMENTACIÓN DE LOS COCASEP

Mtra. Leida Elvira Alvarado Sánchez



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

DEPARTAMENTO DE MEJORA CONTINUA EN CALIDAD

En este año, la DCES a través del Departamento de Mejora Continua de la Calidad lleva a cabo el Plan de Implementación de los Comités de Calidad y Seguridad del Paciente (COCASEP) con el objetivo de garantizar la instalación de los Comités en cada uno de los establecimientos de atención médica de la Secretaría de Salud del Estado, y vigilar el cumplimiento de los acuerdos que se establecen para el desarrollo de acciones de mejora continua por la calidad y seguridad del paciente.



SUPERVISION HOSPITAL DEL NIÑO

Por ello, se realizan visitas de supervisión a unidades de salud con el fin de verificar el cumplimiento de las actividades programadas y realizadas.

En marzo se visitaron las siguientes unidades:

UNIDAD	FECHA
HRAE. "JUAN GRAHAM CASASÚS"	06/03/2024
HRAE. DEL NIÑO "DR. RODOLFO NIETO PADRÓN"	13/03/2024
HRAE. DE LA MUJER	20/03/2024
HRAE. DE SALUD MENTAL	26/03/2024



SUPERVISION HOSPITAL JUAN GRAHAM

Como resultado, se generaron acuerdos y compromisos para la mejora continua de los procesos de calidad en salud.



Actividades del mes de Marzo

Mtra. Elsy Gabriela Degante Moreno



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

Aniversario del Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa



Para conmemorar el 62 aniversario del Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa, el cual ofrece servicios especializados en Psiquiatría y Salud mental a la comunidad del Estado y la región; el día 22 de marzo se llevó a cabo la conferencia **“La salud mental del personal de salud mental”**, impartida por el Dr. Leonardo Ruíz Flores, Neuropsiquiatra y fundador de *Neuroscience Health Foundation*.

En esta celebración se disfrutó del convivio organizado por las autoridades del Hospital, donde se invitó a todo el personal a convivir en las actividades recreativas y degustar un delicioso refrigerio.

Entrega de Reconocimientos



Como parte del Plan de Mejora Continua de Calidad en Salud 2024 del Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa, a través del Proyecto “Desarrollo y Satisfacción del Personal”, cuyo objetivo es reconocer la destacada contribución del personal en sus funciones y el eficiente desempeño.

La Dirección del Hospital tuvo a bien otorgar este reconocimiento a los trabajadores de las áreas médica, paramédica y administrativa de la Institución: Psic. Lenin Ble Vázquez, Psic. Esmeralda Collado Pérez, C. José del Carmen Jiménez Olmos, C. Ana Olivia Rodríguez Mosqueda, Dr. Pepe Raúl Jiménez Zapata y L.R.C. Rebeca Bojorges Güereña.

Participando en este evento el Subdirector administrativo, Subdirector médico y Jefes de departamentos.



Continuación...



SESION DE COCASEP



Plan de Mejora Continua 2024

El objetivo del PMCCS es mejorar los Procesos técnico-administrativos de los Establecimientos de Salud, para lograr los estándares de **calidad técnica y seguridad del paciente, calidad percibida y de organización de los servicios**, mediante la implementación de proyectos de intervención que beneficien la salud de la población. El Comité de Calidad y Seguridad del Paciente (COCASEP) en su primera sesión ordinaria realizada el día 06 de febrero través de los resultados obtenidos del monitoreo institucional de los Indicadores de calidad, elaboró y aprobó cuatro Proyectos de mejora a efectuar en este 2024, los cuales son:

- Trato digno
- Seguridad del Paciente
- Liderazgo
- Desarrollo y satisfacción del personal

Por lo que se dará difusión a través de medios electrónicos y en las reuniones de trabajo de los departamentos de la unidad, para la participación del personal y el logro de los objetivos.

Visita de revisión y asesorías del COCASEP y procesos de Calidad

Para garantizar la continuidad de las acciones realizadas en el Comité de Calidad y Seguridad del Paciente 2023, así como de los procesos de Calidad, el 26 de marzo de 2024 el Departamento de Mejora Continua de la Dirección de Calidad y Educación en Salud, realizó visita de revisión y asesorías del COCASEP y procesos de Calidad en el Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa.

Los aspectos evaluados fueron el Comité de Calidad y Seguridad del Paciente, el Plan de Mejora Continua de Calidad, Modelo de Gestión de Calidad en Salud, la Organización de la Institucionalización de la Calidad y la capacitación en Calidad.



ACTIVIDADES DEL MES DE MARZO

MEBC. RAUL ALEXANDER LOPEZ ESPINOSA



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

HOSPITAL GENERAL TENOSIQUE

DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER

Dirigido a: Personal Migrante becado del programa Bienestar.

Objetivo: Fomentar la inclusión y el reconocimiento de las contribuciones y desafíos específicos que enfrentan las mujeres migrantes en nuestra sociedad. Este evento busca proporcionar un espacio de empoderamiento y celebración, ofreciendo talleres, conferencias y actividades que promuevan el desarrollo personal y profesional de las mujeres migrantes, al tiempo que se destaca la importancia de su bienestar y derechos en el contexto de la migración y la integración cultural.

Ponente. Psicóloga Alejandra Rodríguez Félix



CHARLA PREVENCION DE ULCERAS POR PRESION (28/03/2024)

Dirigido a: Familiares de pacientes hospitalizados.

Objetivo: Educar y empoderar a estos cuidadores en las prácticas fundamentales para prevenir la aparición de úlceras por presión en pacientes inmovilizados o con movilidad reducida. Esta charla proporcionará conocimientos esenciales sobre cómo identificar los factores de riesgo, las técnicas correctas para el manejo y reubicación de los pacientes, y las estrategias efectivas de cuidado de la piel. Al equipar a los familiares con estas habilidades prácticas y conocimientos, se busca mejorar el bienestar y la calidad de vida de los pacientes, minimizar complicaciones potencialmente graves y reducir la carga en el sistema de salud. Además, esta actividad educativa fomenta la participación activa de los familiares en el cuidado continuo del paciente, fortaleciendo su capacidad para ofrecer un soporte adecuado en el hogar tras el alta hospitalaria.



Ponentes: EPSS. Yuri Del Carmen Benítez Zavala y Karla Alexandra Dzul García.
Pasantes de Enfermería
Promoción julio 2023 – agosto 2024

DIA MUNDIAL DE LA TUBERCULOSIS (26/03/2024)

Dirigido a: Personal de salud del hospital

Objetivo: reforzar y actualizar sus conocimientos sobre las últimas prácticas y estrategias en el manejo de la tuberculosis. Esta charla se enfocará en revisar la epidemiología actual, los métodos avanzados de diagnóstico, las pautas de tratamiento actualizadas, y las estrategias efectivas para la prevención y control de la infección dentro del entorno hospitalario. Al ofrecer esta capacitación, se busca fortalecer las competencias del personal de salud en la identificación temprana y el tratamiento adecuado de la tuberculosis, mejorando así la calidad de la atención a los pacientes y contribuyendo a la reducción de la transmisión de esta enfermedad contagiosa en el hospital y la comunidad.



Ponente: Dr. José Manuel Cámara Flores, Epidemiólogo del Hospital



ACTIVIDADES DEL MES DE MARZO

LIC. NANCY DEL CARMEN SILVANO HERNANDEZ



JURISDICCION SANITARIA TENOSIQUE

4 DE MARZO DÍA MUNDIAL DE LA OBESIDAD

Se llevó a cabo la conmemoración del Día mundial de la Obesidad el cual tiene como objetivo informar y fomentar acciones de prevención de la salud para crear hábitos saludables en la población.

El plato del buen comer es una guía de alimentación que forma parte de la Norma Oficial Mexicana (NOM), para la promoción y educación para la salud en materia alimentaria, la cual establece criterios para la orientación nutritiva en México. Por lo cual se realizó esta muestra gastronómica por parte de alumnos y docentes de la Escuela Secundaria del Ejido Reforma Agraria.

El personal de nutrición y promoción de la salud del C.S. Arena de Hidalgo, impartieron platicas sobre el plato del buen comer en la población estudiantil y docente del poblado, con la finalidad de generar cambios en los estilos de vida para prevenir la obesidad y otras enfermedades como la diabetes e hipertensión.



OPERATIVO DE SEMANA SANTA 2024

Se llevó a cabo el Operativo de Semana Santa con el personal de salud (Médicos, Enfermeros, promotores y supervisores), el cual tiene como objetivo garantizar el bienestar, así como la integridad de las familias. *Por un "Tenosique Seguro"*



24 DE MARZO DIA MUNDIAL CONTRA LA TUBERCULOSIS

Como parte de las acciones para poner fin a la Tuberculosis en Tabasco, a través del programa **"Las escuelas responden"** se desarrollaron acciones de promoción y educación en salud en sus modalidades didácticas, en la Esc. Prim. Rafael Ramírez Castañeda, para la sensibilización de la población, colaborando así en el control, disminución y eliminación de esta patología.

Trabajo en conjunto de la UJAT DAMRios con la Jurisdicción Sanitaria de Tenosique y Secretaría de Educación Pública.





SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

TABASCO

Gestor (a) de Calidad:

Envía la información de experiencias exitosas en materia de Calidad, generadas en tu Jurisdicción, Hospital y unidades de salud.

al correo:

mejoracontinuatapasco@gmail.com

¡Participa en nuestro próximo Boletín!

Gracias por ser parte de estos 11 años de informar y compartir.

Recuerda que:

Juntos Construimos Calidad

¡Gracias!

VISÍTANOS

DIRECCIÓN DE CALIDAD Y EDUCACIÓN EN SALUD

Calle Retorno Vía 5 # 104, 2do.
Piso. Col. Tabasco 2000, C.P. 86035
Villahermosa, Tabasco, México.
(993) 3-16-34-81

<https://tabasco.gob.mx/salud>

FACEBOOK

www.facebook.com/calidadtabasco

Correo Electrónico

calidadtabasco@hotmail.com

7 CONSEJOS
PARA LA TEMPORADA DE CALOR

Utiliza bloqueador solar.

Bebe abundante agua.

Mantén todo ventilado.

Evita comidas callejeras.

Desinfecta frutas y verduras.

No te expongas mucho tiempo y de manera directa al sol.

Revisa que los alimentos que consumes estén frescos.

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

gob.mx

Consulta todos los Boletines Electrónicos en:
<https://tabasco.gob.mx/boletines-1>
¡Nos vemos pronto!



JUNTOS
CONSTRUIMOS
Calidad
y Educación en Salud

y te mantenemos informado

<https://tabasco.gob.mx/direccion-de-calidad-y-educacion-en-salud>