

### 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

## Editorial

### SEMANA DE ACCION CONTRA LOS MOSQUITOS EN EL CARIBE

La OPS ha comunicado que tan sólo en lo que va del año, se han reportado más de 6,5 millones de casos de Dengue en las Américas, representando tres veces más el número de casos que para el mismo periodo de 2023. Por lo cual este organismo hace un llamado a los países y territorios del Caribe a unir fuerzas durante la **Semana de Acción contra los Mosquitos** en el Caribe 2024, del 6 al 12 de mayo, bajo el lema **“Unidos por la salud”**, con la finalidad de intensificar las medidas para prevenir y controlar el Dengue, Chikungunya y Zika, enfermedades transmitidas por el mosquito *Aedes aegypti*, procurando que los esfuerzos se extiendan más allá de esta fecha, y se cree conciencia sobre la amenaza que representan estas enfermedades para la población.

Ante este panorama regional, se requiere la colaboración de todos, tanto en esta Semana de Acción, como en lo subsecuente, para organizar, informar y participar en jornadas de limpieza de las casas, de espacios públicos en las localidades, a fin de evitar la acumulación de recipientes que contengan agua y puedan servir de criaderos del mosquito, además de tomar medidas para protegerse de picaduras, como usar repelentes, prendas de vestir que cubran las partes del cuerpo expuestas al aire libre, instalación de mosquiteros, y buscar atención médica temprana ante síntomas de estas enfermedades. **Todos unidos por la salud en las Américas.**



### ¡El vape te acorta la vida!



Este programa es público, libre y universal. Toda prohibición de su uso para fines distintos a los establecidos en el programa.



### EVITE ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR

- No realice ejercicio vigoroso al aire libre.
- Beba líquidos en abundancia.
- Evite comidas con mucha grasa. Incluya verduras en tus comidas.
- Utilice ropa fresca.
- Mantenga abiertas las ventanas para que circule el aire.



### 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](http://www.facebook.com/calidadtabasco)

Correo Electrónico

[calidadtabasco@hotmail.com](mailto:calidadtabasco@hotmail.com)

# Celebración del Día Mundial de la Higiene de Manos

**Dra. Iliana Beatriz Pérez Pérez**



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



**HOSPITAL REGIONAL DE ALTA ESPECIALIDAD DR. GUSTAVO A. ROVIROSA PEREZ**

En conmemoración del Día Mundial de la Higiene de Manos, el pasado 9 de mayo del presente año, El Hospital Regional de Alta Especialidad "Dr. Gustavo A. Rovirosa Pérez" llevó a cabo una serie de actividades educativas y de concientización para destacar la importancia de la higiene de manos en la prevención de infecciones y la promoción de la seguridad del paciente.

El evento, celebrado en las instalaciones del hospital, contó con la participación activa de médicos, enfermeras, personal de apoyo y pacientes. Durante la jornada, se dio a conocer las actividades y resultados previos a este evento, demostraciones en vivo de la técnica correcta de lavado de manos y distribución de material informativo.



El Director del Hospital, Dr. Juan Antonio Torres Trejo, resaltó la importancia de la higiene de manos como una medida esencial para la prevención de infecciones: "La higiene de manos salva vidas", externó. Este evento es una oportunidad para reforzar nuestro compromiso con la seguridad del paciente y la calidad de la atención médica en nuestro hospital."



**Continuación...**



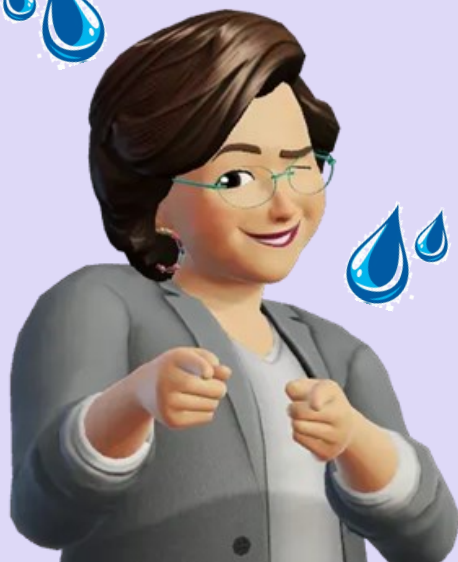
El evento fue un éxito, logrando un importante número de participantes, creando una mayor conciencia sobre la importancia de la higiene de manos entre el personal de salud y los pacientes.

La retroalimentación recibida ha sido muy positiva, destacando la claridad y la utilidad de las actividades realizadas.



La campaña “**Salva vidas, Limpia tus manos**” promueve la higiene de manos como una medida eficaz y barata para prevenir las Infecciones Asociadas a la Atención de la Salud y evitar la diseminación de microorganismos multirresistentes.

Es importante compartir conocimientos sobre la higiene de manos, porque ayuda a detener la propagación de patógenos peligrosos en la atención médica, la OMS hace hincapié en que esta medida sigue siendo la más efectiva para la prevención de infecciones y llama a la implicación directa de los profesionales de la salud y pacientes, el compromiso decidido de los gestores de salud, y el respaldo de los responsables de las políticas en salud, juntos podemos hacer que la higiene de las manos se sitúe como medida preventiva prioritaria en las Unidades de salud.



**Colaboradores:** Dra. Iliana Beatriz Pérez Pérez.– Jefa de la Unidad de Calidad  
 LE. Adriana Balcázar Castro.– Coordinadora de vigilancia epidemiológica de IAAS en Enfermería  
 Dr. Rigoberto Damián Pérez. - Responsable de la Unidad de Vigilancia Epidemiológica.



# ACTIVIDADES DEL MES DE MAYO



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



HOSPITAL GENERAL DE VILLA BENITO JUAREZ, MACUSPANA

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

**GACETA INFORMATIVA**

*Día Mundial*



MAYO / AÑO 2024



## HIGIENE de MANOS

Hospital General de Villa Benito Juárez



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**Coordinación de Calidad y Enseñanza**

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



En conmemoración por el **"DÍA MUNDIAL DE LA HIGIENE DE MANOS"**, la Dirección y el Depto. de Calidad y Enseñanza realizaron diversas actividades como parte de las acciones esenciales para la seguridad del paciente; tales como: **Pláticas preventivas**; **talleres** sobre los 5 momentos, para el recurso humano en formación; y **periódico mural** alusivo al lavado de manos; con el objetivo de que el usuario y el personal que labora en la unidad conozca más acerca de la importancia que tiene el realizar una correcta limpieza de sus manos, para evitar la propagación de infecciones o enfermedades. Agradeciendo el apoyo de la **Lic. Enf. Flor de Liz Juárez Marcin**.



**JUNTOS**  
CONSTRUIMOS  
**calidad**  
Educación en Salud

# ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL BOLETIN MES MAYO 2024

Dr. Francisco Rubén Ocaña Vidal



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

Para dar cumplimiento al programa de capacitación anual y la actualización a los pasantes en servicio social y médicos internos de pregrado que se encuentran rotando en el CESSA Tamulté Delicias, se llevaron a cabo las capacitaciones siguientes:

- Higiene de Manos (Técnica); 21 de mayo 2024.
- Salud Reproductiva, Lactancia Materna; 28 de mayo 2024.

## TECNICA DE LAVADO DE MANOS



## CESSA TAMULTE DELICIAS

### NOM 007 ATENCION EN EL EMBARAZO, PARTO, PUERPERIO Y RECIEN NACIDO



# ACTIVIDADES DEL MES DE MAYO

Mtra. Elsy Gabriela Degante Moreno



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

## HOSPITAL REGIONAL DE ALTA ESPECIALIDAD EN SALUD MENTAL

### DIA MUNDIAL DE LA HIGIENE DE MANOS

Con motivo de la celebración del Día Mundial de la Higiene de las Manos, el Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa, llevó a cabo la ceremonia para resaltar la importancia de la higiene de manos en el cuidado de la salud; con el lema de este 2024 **“¿Por qué es tan importante difundir conocimientos sobre la higiene de las manos?”** se comunicó el objetivo y las estrategias para fortalecer el aprendizaje, la sensibilización de conocer y aprender los momentos oportunos para la limpieza de manos y, reforzar los mecanismos de medición y evaluación para valorar el impacto en la prevención y control de infecciones, incluida la higiene de las manos .

Al término de la misma, se llevaron a cabo actividades dinámicas en el área de Rehabilitación Psicosocial, como: exposición de carteles, dinámicas escaleras y serpientes, lograr la secuencia, fuerza explosiva, ring y botargas, formar figuras, entre otras actividades; con la participación del personal médico, paramédico, administrativo y en formación y, usuarios de esta institución.

**5 de mayo** – Actividades promovidas por la Dra. María de Lourdes Vera Canto, Coordinadora de la Guardia Especial, y con la participación de los alumnos de la Universidad Olmeca.



6 de Mayo - Participación del personal del turno

### ENCUESTA HIGIENE DE MANOS



Como estrategia para conocer los conocimientos y percepción del profesional de la salud, se inició en el mes de mayo, la aplicación de la encuesta Higiene de las Manos 2024 con la participación del personal de los diversos turnos del Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa.



**Continua...**



**DIA INTERNACIONAL DE LA ENFERMERIA**

En el marco del **Día Nacional e Internacional de la Enfermería**, se realizó una ceremonia alusiva en el Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa.

En este importante acto se hizo entrega de reconocimientos por Mejor Desempeño Laboral en el periodo 2023-2024, a los siguientes profesionales de la enfermería:

- ◆ **Enf. Asunción Montejo Ovando**
- ◆ **Enf. Carlos Gómez Frías**
- ◆ **Enf. Dulce María Grajales Durantes**
- ◆ **Enf. Yuri Vera Bautista**
- ◆ **Enf. Nelly Manzúr Martínez**

Así mismo, se hizo entrega del reconocimiento por Antigüedad Laboral en el servicio (43 años) a:

**Enf. Rosario María Contreras López**

Reiteramos la satisfacción de contar con profesionales de la salud, que a diario trabajan con ética y humanismo, en favor de nuestra población usuaria.

El día 15 de mayo el Gobernador del Estado Lic. Carlos Manuel Merino Campos, realizó la entrega de Reconocimientos al Mérito Humanístico y Profesional de Enfermería 2023 en la ceremonia oficial, siendo los galardonados de este Hospital: **Enf. José Guadalupe López Hernández** y la **Enf. Carlota Cantú Sánchez. ¡Enhorabuena!**



**DIA DEL PSICOLOGO**



Para conmemorar el día del Psicólogo (20 de mayo) y considerando el Día de Internacional de la Familia (15 de mayo), el Departamento de Psicología organizó la mesa redonda **“Salud Mental y Familia”**, siendo ésta el núcleo central de la sociedad, desempeñando un papel importante en la transmisión de cultura, además muestra una dimensión de la realidad social y en la vida psíquica.

Participando en este debate el *Psic. Alejandro Israel Espinosa González*, Docente en el Instituto Tecnológico de Villahermosa, el *Psic. Francisco Javier López Aguirre*, Psicólogo perito, en atención a Víctimas para la Fiscalía General del Estado de Tabasco, el *Psic. Lenin Ble Vázquez*, Psicólogo del Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa y Docente en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, la *Psic. Andy Payró León*, Psicóloga del Hospital Regional de Alta Especialidad de Salud Mental Villahermosa; fungiendo como moderadora la *Psic. Silvia Rodríguez Martínez*, Jefa de Psicología de esta unidad hospitalaria.

Al término del evento se ofreció un convivio con los psicólogos que laboran en la institución.



**Continúa...**

Para contribuir a fomentar la cultura de la protección civil entre el personal y usuarios de la institución, se realizó un simulacro de sismo el día sábado 11 de mayo en el turno de Guardias Especiales.

Como hipótesis del ejercicio se consideró un sismo con magnitud de 7.0 localizado en el estado de Chiapas, con percepción moderada en la zona. Ocasionando que durante la evacuación se encontrara a usuario lesionado por caída, el cual fue atendido por la brigada de primeros auxilios.



Durante el ejercicio se evacuó a un total de 104 personas.

Al concluir, se realizó reunión con los jefes de brigadas y el presidente del COEH, para el análisis y la detección de las áreas de oportunidades.



Abril 2024



Mayo 2024

**ENTREGA DE RECONOCIMIENTOS**

Dando continuidad al 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, se entregaron reconocimientos en los meses de abril y mayo a trabajadores de las áreas de Psicología, Terapia Física, Recursos Humanos, Servicios Generales e Innovación y Calidad.

**CAPACITACIÓN A LA JUNTA DE GOBIERNO**

Para enriquecer las habilidades y capacidades de los que integran el cuerpo de gobierno de esta unidad hospitalaria se integró un programa de capacitación; el 27 de mayo dio inició con el tema **“Autoestima e inteligencia emocional: construyendo lo mejor de mí”** cuyo objetivo es hacer conciencia de la importancia de mantener elevada la autoestima e inteligencia emocional, que se traduzca en calidad de vida y un mejor desempeño en el trabajo profesional, otorgado por la Mtra. Ángeles Noemí Téllez Pérez.

Dicho programa está compuesto por temas de desarrollo humano y de calidad, que serán otorgadas en fechas posteriores.



**CAPACITACIONES DE CALIDAD**



Para dar cumplimiento al Programa de Capacitación 2024 y ampliar los conocimientos de las líneas de acción de Calidad se otorgaron en el mes de mayo las siguientes capacitaciones: 9 Claves para el Cambio, Aval Ciudadano y Modelo de Gestión de Calidad, dirigidas al personal del hospital.

- Modelo de Gestión de Calidad en Salud
- Nueve Claves para el Cambio
- Aval Ciudadano



# IMPLEMENTACION DE LOS COMITES DE CALIDAD Y SEGURIDAD DEL PACIENTE

## Supervisiones



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

### DEPARTAMENTO DE MEJORA CONTINUA EN CALIDAD

En seguimiento al Plan de Implementación del Comité de Calidad y Seguridad del Paciente (COCASEP) el Departamento de Mejora Continua de la Calidad de la Dirección de Calidad y Educación en Salud, continúa realizando las actividades programadas para este año, como son las visitas de supervisión y asesoría a establecimientos de salud que ofrecen atención médica a la población.

#### Se visitaron las siguientes unidades:

ESTABLECIMIENTO	FECHA
JUR. Y HOSP. EMILIANO ZAPATA	02/05/2024
JUR. Y CESSA MACUSPANA	08/05/2024
HOSPITAL PARAÍSO	16/05/2024
JUR. Y HOSP. CUNDUACÁN	22/05/2024
JUR. Y HOSP. TEAPA	30/05/2024



*Con esto se contribuye a fortalecer los modelos de gestión y seguridad del paciente, atendiendo a criterios de accesibilidad y calidad en los servicios médicos y asistencia social de la entidad.*

# ACTIVIDADES DEL MES DE MAYO

Dra. Selene del Carmen Cerdán Alfonso



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

## HIGIENE DE MANOS

Las manos son el vehículo más común para transmitir infecciones, por lo que es imprescindible que todo el personal de salud entienda la importancia de lavarse las manos.

Asegurar una eficaz higiene de manos es lo más importante, que tanto una persona común como el trabajador en salud pueden hacer para prevenir una infección que podría causar daño y hasta derivar en la muerte. Por la importancia que se le concede al lavado de manos en la prevención de infecciones nosocomiales y lo que representa para la seguridad del paciente, resalta su relevancia en la prevención de las enfermedades transmisibles.

## JURISDICCION SANITARIA MACUSPANA



## PRACTICAS CLINICAS

La Jurisdicción Sanitaria recibe a los Alumnos de PTB Enfermería Comunitaria del CONALEP Plantel 053 Macuspana, para realizar sus Prácticas de Promoción a la salud Mental y Medicina Preventiva en sus unidades de salud, por lo que se realiza la Capacitación por parte de los Responsables de Programa.



Continuación...

## DIA INTERNACIONAL DE LA PARTERA



Las Parteras son profesionales de la salud que están preparadas para atender el embarazo y el parto.

Podemos definir a una **partera** o **matrona** como una persona que proporciona la asistencia adecuada y consejos de cuidados preventivos y de emergencia en el embarazo. Además de dar atención a la mujer durante el embarazo y el parto, algunas parteras también proporcionan asesoramiento y servicios de planificación familiar.

En muchos lugares de nuestro México las parteras son la única opción para las mujeres de las comunidades más lejanas a las ciudades y su función es vital para la mujer y su bebé.

Esta Jurisdicción Sanitaria realiza Capacitación a sus Parteras y las felicita por su noble labor en sus localidades.

## DIA INTERNACIONAL DE LA ENFERMERA

En el marco del Día Internacional de la Enfermera, la Jurisdicción Sanitaria de Macuspana, felicita y agradece a las y los enfermeros en su día.

Las y los enfermeros atienden, curan, educan, investigan, cuidan, gestionan, organizan y son fundamentales para el restablecimiento y cuidado de la salud no solo del paciente si no de la población.



# ACTIVIDADES DE LAVADO DE MANOS

Dra. Ana Cristina Vázquez García



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

## HOSPITAL GENERAL DE EMILIANO ZAPATA

### Prevención de infecciones nosocomiales en el personal del Hospital General de Emiliano Zapata.

#### Sesión Médica

*Se realizó sesión médica, conmemorando el DIA MUNDIAL DE LAVADO DE MANOS al personal de salud de esta institución, llevando a cabo presentación educativa, práctica de lavado de manos y elaboración de cartel informativo.*

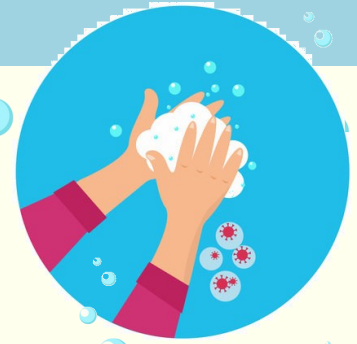


**Departamentos que asistieron a la plática de LAVADO DE MANOS:**

- 1.MEDICOS INTERNOS
- 2.PASANTES LESS
- 3.ENFERMERIA
- 4.LABORATORIO
- 5.TRABAJO SOCIAL
- 6.IMAGENOLOGIA
- 7.NUCLEO BASICO-PRIMER NIVEL
- 8.CALIDAD Y ENSEÑANZA



**Continuación**



El lavado de manos es el método más efectivo para prevenir la transferencia de microorganismos entre el personal de salud y los pacientes dentro del hospital. La falta de higiene de manos antes y después de estar en contacto con un paciente, es probablemente el único factor común relacionado con la transmisión de los microorganismos causantes de la mayoría de las infecciones.



Es una enfermedad común que afecta las arterias del cuerpo; ocurre cuando éstas incrementan la resistencia al paso de la sangre, lo que provoca que el corazón haga un mayor esfuerzo para bombearla a todos los órganos

**Día Mundial de la Hipertensión**  
17 de mayo

¡Mide tu presión arterial, contrólala y cuida tu salud!

Información validada por el HNH

Acude a tu Unidad Médica más cercana

#MeCuido #PorAmorALaVida

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa



# ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL BOLETIN MES MAYO 2024

MEBC. RAUL ALEXANDER LOPEZ ESPINOSA



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

## HOSPITAL GENERAL DE TENOSIQUE

### DIA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL MATERNA (01 MAYO 2024)

**Objetivo:** Concienciar sobre la importancia de la salud mental durante el embarazo y el período postparto, así como promover la prevención, detección temprana y tratamiento de los trastornos mentales relacionados con la maternidad.

**Dirigido a:** Usuarios y familiares de pacientes hospitalizados en la sala de espera de la consulta externa.

**Responsables:** Dra. Yesenia Anahí Gracida Salgado, personal en formación de la Licenciatura en Medicina.



### DIA MUNDIAL DE LA HIGIENE DE MANOS (5 de mayo de 2024)

**Objetivo:** Reconocer que la higiene de manos es una de las acciones más efectivas que se puede tomar para reducir la propagación de patógenos y prevenir infecciones, incluido el virus COVID-19.

**Dirigido a:** Personal de la planta laboral de los diferentes turnos y servicios de salud.

**Responsable:** MEBC. Raúl Alexander López Espinosa y Personal en formación de la licenciatura en enfermería.



### DIA MUNDIAL DE LA HIGIENE DE MANOS (5 de mayo de 2024)

Distribución de carteles en los diferentes servicios.  
**Responsable:** MEBC. Raúl Alexander López Espinosa.

### FELICITACION DERIVADO DE LA APERTURA DEL BUZON SISTEMA UNIFCADO DE GESTION (SUG) (10 MAYO 2024)

**Objetivo:** Reconocer y destacar públicamente la excelencia en el servicio proporcionado por la Clínica de Heridas, con el fin de motivar y premiar el compromiso del personal hacia la atención de calidad, así como fomentar una cultura organizacional centrada en la satisfacción del paciente. Esta felicitación busca fortalecer la relación entre la clínica y su comunidad de usuarios, promoviendo la confianza en los servicios médicos ofrecidos y generando un impacto positivo en la reputación y el prestigio de la institución de salud.

**Dirigido a:** Personal adscrito del servicio de Clínica de Heridas

**Responsables:** Dirección y la Unidad de Calidad.



**Continua...**

**CURSO**  
**“MARCO NORMATIVO Y APLICACIÓN DE LA BIOÉTICA EN EL ENTORNO LABORAL”**  
 (16 MAYO 2024)

**Objetivo:** Determinar el Marco Normativo y aplicación de la bioética en el entorno laboral para mejorar la calidad y atención al usuario.

**Dirigido a:** Personal médico, enfermería y trabajo social.

**Responsable:** Mtra. Reina Virginia del Ángel Leyva (Titular de la Unidad Enseñanza, Investigación y Calidad).



**REUNION DE TRABAJO SERVICIO SOCIAL LICENCIATURA EN ENFERMERIA UJAT DAMRIOS (13 mayo 2024)**

**Objetivo:** Revisar los protocolos de atención, identificar áreas de mejora, compartir información relevante sobre pacientes y casos, así como desarrollar estrategias para garantizar la calidad y la educación en salud dentro de la institución.

**Responsable:** Unidad de Calidad y Educación en Salud Hospital General de Tenosique, Departamento de Servicio Social UJAT DAMRIOS y la Unidad de Enfermería Hospital General de Tenosique).



**CURSO URGENCIAS ciclos clínicos 4to. semestre Licenciatura en Medicina (UAG) INICIO Y CIERRE (13 AL 31 MAYO 2024)**

**Objetivo:** Orientar a los alumnos sobre el contenido y las expectativas del curso, motivar su participación activa y crear un ambiente propicio para el aprendizaje colaborativo. Además, se busca establecer las bases para el desarrollo de habilidades necesarias en la atención de urgencias, fomentar la integración de conocimientos teóricos y prácticos, y generar confianza en la capacidad de los estudiantes para enfrentar situaciones críticas en entornos clínicos.

**Responsable:** MEBC. Raúl Alexander López Espinosa.



**CAPACITACIÓN**  
**Evaluación de coberturas 1er Cuatrimestre 2024. Vacunación (30 MAYO 2024)**

**Objetivo:** Garantizar una cobertura óptima de vacunación para prevenir enfermedades infecciosas y proteger la salud pública.

**Dirigido a:** Equipo de supervisión de vacunas y personal de inmunizaciones primer nivel de atención.

**Responsable:** Lic. Araceli Guadarrama Jiménez. Coordinadora de Enfermería Jurisdicción Tenosique.

# ACTIVIDADES DEL MES DE MAYO

Lic. Nancy Silvano Hernández



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

**JURISDICCION SANITARIA TENOSIQUE**

## Día internacional de la Enfermería



Como parte de esta celebración el Gobernador Carlos Manuel Merino entregó reconocimiento a la Enfermera Teresa Sánchez Jiménez, por los años de servicio y por su compromiso y labor desinteresada a favor de la salud de los Tenosiquenses.

### 1ra. Sesión de Red de Migrantes y Refugiados 13 de Mayo

Con la finalidad de tomar acuerdos y dar a conocer los avances en materia de salud, donde se dieron cita los representantes de las diferentes organizaciones que apoyan a la población extranjera con situación irregular en el país, cónsules e instituciones de salud.



### ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD AL CERESO DE TENOSIQUE, TABASCO. 22 DE MAYO

Se realizó la aplicación de pruebas rápidas de VIH, Sífilis, Hepatitis C, Toma de glucosa, Aplicación de vacuna contra el tétanos, COVID-19 Y otros biológicos para completar esquemas de vacunación, así como una búsqueda intencionada de posibles casos de TB.

Por lo que el Dr. David Bernal Avalos, Jefe Jurisdiccional del Municipio, agradece el apoyo al Comandante Sebastián Aguilar de la Cruz, Director del CERESO, por las atenciones y facilidades para trabajar con la población bajo su resguardo, así como el personal del área de inmunización, promoción de la salud y epidemiología del Hospital General de Tenosique por el trabajo en conjunto.



## Continuación...

### INAUGURACION DE LA 8ª. SEMANA NACIONAL DE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA PARA ADOLESCENTES 2024.

Por octavo año consecutivo y en coordinación con la Dirección General de Educación Tecnológica Industrial y de Servicios DGETI, representado a nivel estatal por los enlaces del programa de fomento a la salud (FOMALASA). Se llevó a cabo la inauguración bajo el lema **“El placer como derecho de las personas adolescentes”**, con la finalidad de generar espacios para reconocer el placer a decidir libremente con quien o quienes relacionarse afectiva, erótica y sexualmente.

Por lo que el Dr. David Bernal Avalos agradece a la Doctora Romana del Carmen Ricardes de la Torre y a su equipo de trabajo por las facilidades otorgadas en beneficio de la población bajo su



### CURSO DE INDUCCION AL PUESTO A MEDICOS IMSS-BIENESTAR

Dar a conocer el reglamento interno de la Secretaría de salud al nuevo personal, las distintas áreas que conforman la jurisdicción sanitaria y la documentación mínima necesaria para el correcto desarrollo de sus actividades.



### DIA DE LA SALUD MENTAL MATERNA Y DIA DE LAS MADRES



Se realizó la Plática de Sensibilización en el Poblado Boca del Cerro, Tenosique, en conjunto con el centro de salud y los niveles de educación preescolar, primaria, secundaria y tele-bachillerato impartiendo el Tema: **La Salud Mental es tarea de todas**, con el objetivo de sensibilizar a la población y que este impacto de bienestar se refleja en el cuidado de los hijos, creando ambientes de protección y espacios libres de violencia, se contó con la participación de 60 mujeres y 5 hombres.



### 31 DE MAYO DÍA MUNDIAL LIBRE SIN CONSUMO DE TABACO

Se impartió la plática de sensibilización sobre una Vida Libre del Consumo de Tabaco, enfatizando las consecuencias y los daños que éste ocasiona, y se entregó información a alumnos de la Esc. Sec. Isidoro Pedrero Sumohano.

A cargo de CECOSAMA Tenosique, Director Dr. Juan Pedro Izquierdo de la Cruz y la Psic. Ana Luz Álvarez Jiménez.



# DIA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL MATERNA



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

TABASCO

## DIRECCION DE SALUD PSICOSOCIAL



El Día Mundial de la Salud Mental Materna se conmemora con la finalidad de crear conciencia y para visibilizar los diversos trastornos mentales que puedan afectar a las madres, tales como depresión posparto, ansiedad, cuadros de psicosis posparto y trastornos por estrés postraumático. Esta fecha también tiene el objetivo de promover que las mujeres que sufren trastornos mentales en esta etapa de la vida busquen ayuda, reciban tratamiento adecuado y reduzcan el miedo de las madres a exteriorizar su sufrimiento.

El embarazo, el parto, el puerperio y la crianza de los primeros días de vida de un bebé son experiencias físicas, emocionales y vitales muy complejas que ponen a prueba el equilibrio psicológico de cualquier mujer.

En muchos casos ese equilibrio se altera y se producen cambios de vida de un bebé, son experiencias físicas, emocionales y vitales muy complejas que ponen a prueba el equilibrio psicológico de cualquier mujer. En muchos casos ese equilibrio se altera y se producen cambios en el afecto y el ánimo, causando depresión y ansiedad, entre otros trastornos.

La atención de la salud mental de las madres es necesaria para el desarrollo y crecimiento de la o el menor. Muchas mujeres sufren y experimentan emociones negativas frente a los numerosos cambios vitales del embarazo y el posparto.

### **Entre los Síntomas generales de los Trastornos de Salud Mental Materna se incluyen:**

- ◆ Retraimiento de la pareja o la incapacidad de vincularse con el bebé.
- ◆ Cambios de humor repentinos.
- ◆ Incapacidad para concentrarse.
- ◆ Aumento de los niveles de ansiedad que puedan impedir los patrones normales de sueño y alimentación tanto para la madre como para la niña o el niño.
- ◆ Sentimientos de culpa abrumadora, miedo o tristeza.

### **RECOMENDACIONES:**

- Compartir los cuidados del bebé.
- Favorecer el descanso de la madre.
- Promover el ejercicio físico en el embarazo.
- Promover una dieta saludable en la madre.
- Promover la lactancia materna.

### **Fuentes de información:**

[http://www.inprf.gob.mx/ensenanzanew/info\\_cursos/2019/sm\\_materna\\_2019.pdf](http://www.inprf.gob.mx/ensenanzanew/info_cursos/2019/sm_materna_2019.pdf)

<https://www.sociedadmarce.org/dia-mundial-SMM.cfm/ID/6888/MARES/-por-salud-mental-materna-debe-ser-prioridad-.htm>

<https://www.clinicaalemana.cl/especialidades/maternidad-y-familia/salud-mental-materna>

<https://www.ssmc.cl/salud-mental-materna-el-trabajo-de-la-red-ssmc-en-medio-de-la-actual-pandemia/>

# PROGRAMA DE LAVADO DE MANOS. Campaña

Lic. Georgina Guadalupe Avalos Domínguez



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



## HOSPITAL GENERAL PARAISO

El lavado de manos es un programa que se lleva a cabo durante todo el año, sin embargo en el mes de mayo por celebrarse el **Día Internacional de Lavado de Manos** emitido por la OMS, las acciones de difusión y promoción se intensifican. Este 2024 con el slogan “ **SALVA VIDAS, Limpia tus manos**”

Cabe mencionar que entre las actividades que destacan en este mes están :

- Difusión
- Capacitación
- Evaluación
- Retroalimentación



En el Hospital cada lavabo tiene colocada su infografía de la técnica de lavado de manos y en el área de atención a pacientes se tiene a la vista el cartel de los 5 momentos para la higiene de manos.

Se realiza una autoevaluación por parte del gestor de calidad en la plataforma de la Dirección General de Calidad en Salud, donde se evalúa estructura y apego a la técnica, y también la encuesta se contesta por parte del personal. Esto da un resultado que puede ser básico, intermedio o avanzado con recomendaciones, derivado de ello se trabaja un programa anual de lavado de manos

A continuación compartimos evidencia de algunas de las acciones llevadas a cabo durante esta campaña:

## PROGRAMA DE LACTANCIA MATERNA

El Hospital General Paraiso, realiza de manera permanente acciones encaminadas al fomento de la **lactancia materna** exclusiva, cabe mencionar que al frente de este programa están las compañeras :

**L.E. Hermila Zayas Ramos**

**L.E. Laura Cristina Jiménez Palma**

Ambas comprometidas con las acciones que abarca el Programa





**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:**

**mejoracontinuatlabasco@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](http://www.facebook.com/calidadtabasco)

**Correo Electrónico**

[calidadtabasco@hotmail.com](mailto:calidadtabasco@hotmail.com)

**¿QUÉ ES UN GOLPE DE CALOR?**

El golpe de calor es una de las manifestaciones por exposición a altas temperaturas, que pueden causar, entre otras, calambres musculares asociados al ejercicio, desmayos y agotamiento por calor.

**¿CÓMO SABER SI SE TRATA DE UN GOLPE DE CALOR?**

- ▲ Aumento de la temperatura corporal
- ▲ Piel enrojecida, caliente y seca
- ▲ Dolor de cabeza
- ▲ Vértigo
- ▲ Náuseas
- ▲ Pérdida de conciencia
- ▲ Convulsiones
- ▲ Respiración y pulso débil



Quienes tienen mayor riesgo de sufrir un golpe de calor son las personas mayores de 60 años, menores de 5 años y personas con enfermedades crónicas.

**¿CÓMO PREVENIR UN GOLPE DE CALOR?**



- ☑ Beber suficientes líquidos: un adulto sano necesita de 2 a 3 litros de agua por día.
- ☑ Consumir verduras como: espinaca, calabazas, chayote, champiñones, jitomates, etc.
- ☑ Preferir el consumo de frutas como: naranja, toronja, fresas, melón, sandía, mango, etc.
- ☑ Evitar hacer comidas abundantes.
- ☑ Hacer ejercicio físico antes de las 10 am o después de las 7 pm.

Fuente: Secretaría de Salud, Organización Panamericana de la Salud y Gobierno de México.

\*Esta difusión es de carácter público según el artículo 6º de la Ley de Acceso a la Información Pública. Queda prohibido su uso para fines distintos a los de carácter informativo.\*



SERVICIOS DE SALUD  
IMSS-BIENESTAR



SALUD  
SECRETARÍA DE SALUD

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



**y te mantenemos informado**

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