

CENTRO NACIONAL DE SIMULACIÓN DE MANTENIMIENTO Y CONSERVACIÓN DE UNIDADES MÉDICAS:

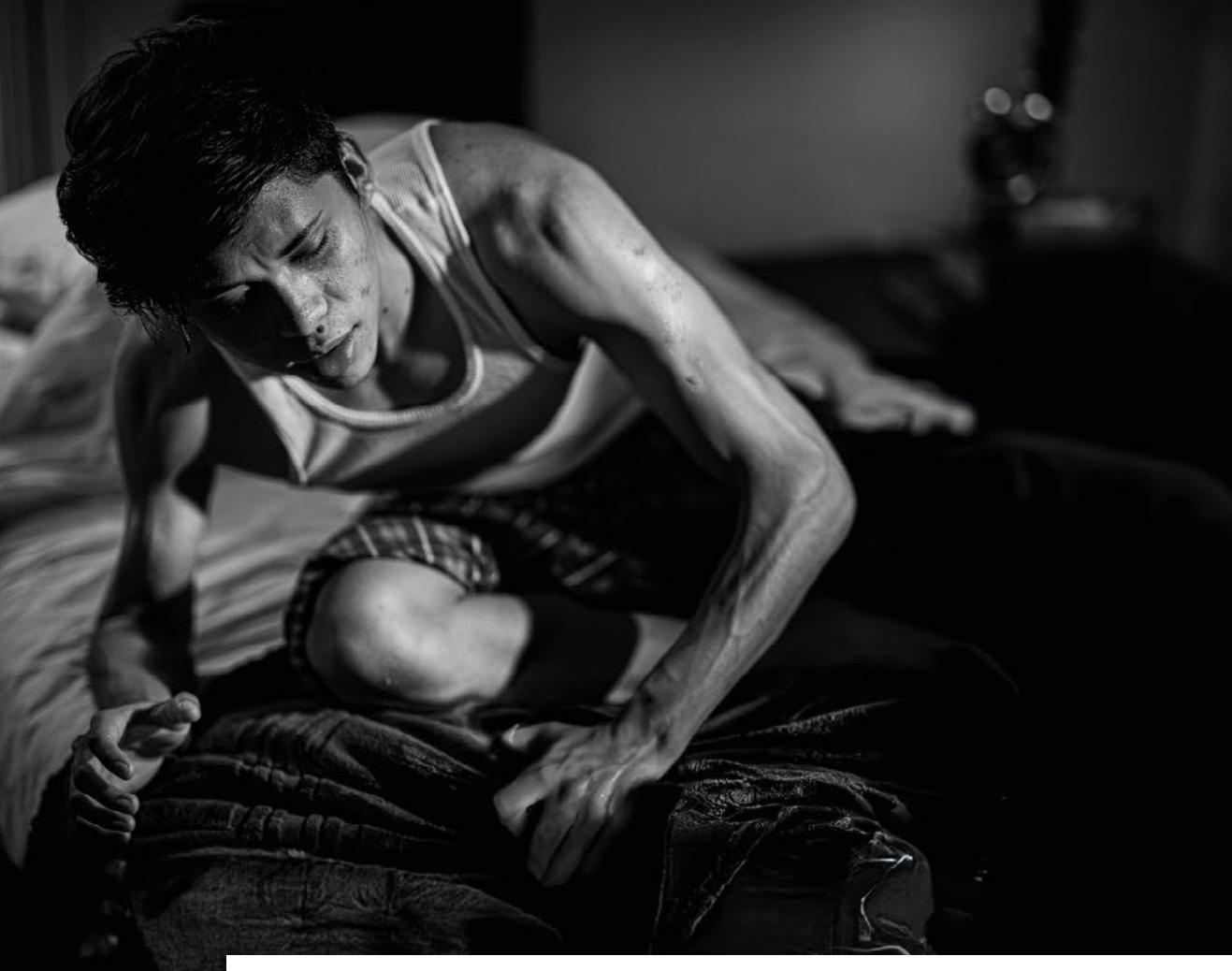
DONDE LA PREPARACIÓN SE CONVIERTA EN SEGURIDAD PARA LA DERECHOHABIENCIA

PROTECCIÓN CIVIL EN EL IMSS:
conciencia colectiva para prepararse
ante los desastres

METANFETAMINAS:
la droga que engancha en minutos
y destruye en silencio

Hospital "XIV de Septiembre",
prosperidad y un futuro alentador
para Chiapas

EL FENTANILO TE MATA



Aléjate de las drogas, elige ser feliz

Llama: Línea de la vida **800 911 2000** Infórmate: lineadelavida.gob.mx



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

- 04
- 05
- 07
- 08
- 11
- 16
- 19
- 40

EDITORIAL

- El IMSS en el Primer Informe

IMSS + seguro + social

- Fotogalería de los eventos más relevantes de agosto

Identidad IMSS

- "El IMSS, más que un lugar de trabajo, es mi segunda familia": Guillermo Enrique Scheufler López
- "Siempre doy lo mejor de mí para que todo funcione bien": Flora Alejandra Grijalva Villalobos

IMSSFórmate

- Subsidio por enfermedad general

Deporte, cultura y entretenimiento

- Corre con causa: 4^a Carrera "Mi Lucha es Rosa"
- Actividades culturales gratuitas
- Cartelera teatral
- Cartelera Cine Linterna Mágica
- El Director General recomienda leer: "El cura Hidalgo y sus amigos" de Paco Ignacio Taibo II

Los consejos de Marco Aurelio

- Tasa de reemplazo

Comunidad IMSS

- Podcast del Instituto Mexicano del Seguro Social
- Hospital Regional de Especialidades "XIV de Septiembre": Un nuevo porvenir para la salud en Chiapas
- Redes Sociales IMSS, de la información al acompañamiento digital
- Centro Nacional de Simulación de Mantenimiento y Conservación de Unidades Médicas: Donde la preparación se convierte en seguridad para la derechohabiencia
- Primer Concurso de Fotografía SNTSS 2025
- La protección civil en el IMSS
- Exposición "1985-2025, 40 años del sismo en el IMSS"
- Lo mejor de Familia IMSS en los estados
- Hospital General Regional No. 2 en Chihuahua: El más grande y completo de su tipo en el IMSS
- IMSS Estado de México Poniente: más de 65 años de historia, servicio y corazón
- Torta de chorizo rojo

Vivo y trabajo saludable

- Metanfetaminas: la droga que engancha en minutos y destruye en silencio
- ¿Cómo hablar de sismos con las niñas y los niños?
- Daltonismo: cuando los colores se confunden
- Trivia

FAMILIA **IMSS**
Historias de **IMSSpiración** **LA REVISTA**

DIRECTORIO

Director General

Zoé Robledo

Secretario General

Jorge Gaviño Ambriz

Directora de Prestaciones Médicas

Alva Alejandra Santos Carrillo

Director de Prestaciones Económicas y Sociales

Mauricio Hernández Ávila

Directora de Incorporación y Recaudación

Luisa Obrador Garrido Cuesta

Directora Jurídica

Norma Gabriela López Castañeda

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

Director de Planeación

para la Transformación Institucional

Arturo Johnatan de Lucio Ortega

Titular de la Unidad de Comunicación Social

Amadeo Díaz Moguel

FAMILIA IMSS

Histórias de IMSSpiración LA REVISTA

El IMSS en el Primer Informe

En 1825, el primer presidente de México, Guadalupe Victoria, inició una tradición y un ejercicio de rendición de cuentas: el Informe Presidencial. Desde entonces, 65 presidentes han presentado cada año frente a la Nación los avances en las políticas y programas del Gobierno. Sin embargo, tuvieron que pasar 200 años para vivir un momento histórico y de trascendencia en nuestro país: que el informe lo hiciera una mujer, la Dra. Claudia Sheinbaum Pardo, científica, humanista, de izquierda y con profundo compromiso social.

El 1 de septiembre de 2025, en su Primer Informe presentó los avances del Plan Social más ambicioso en la historia reciente, mismo que comenzó hace 7 años con la llegada del gobierno de la Cuarta Transformación. Hoy los avances son evidentes: se logró que 13.5 millones de personas abandonaran la situación de pobreza y que el salario mínimo se elevara en 135%.

Desde hace casi un año, el Segundo Piso de la Cuarta Transformación llegó a consolidar las políticas sociales y reforzar los avances en seguridad, educación, empleo y, por supuesto, en salud. En este proyecto de transformación, el IMSS participa de forma estratégica, teniendo un papel fundamental en los avances de estos primeros meses de gobierno de la Presidenta.

Con la estrategia "México te abraza", recibimos a los hermanos migrantes, deportados desde Estados Unidos y mientras se incorporan al mundo laboral, los inscribimos al Seguro Social por tres meses. A través de "Salud Casa por Casa" se realizan consultas domiciliarias para todas las personas adultas mayores y con discapacidad, incluidos nuestros derechohabientes. Mediante "Vive Saludable, Vive Feliz", llevamos atención médica preventiva a todas las escuelas primarias



Zoé Robledo

Director General del IMSS

públicas del país, para que los derechohabientes del futuro estén sanos y tengan estilos de vida saludables. Por medio de la "Estrategia por la Paz y contra las Adicciones", acercamos nuestros servicios a las colonias del país con mayores índices delictivos.

Uno de los compromisos más importantes que el IMSS tiene es la construcción de los Centros de Educación y Cuidado Infantil (CECI). Ya comenzó la construcción de los 7 primeros en Ciudad Juárez. Los CECI permitirán la incorporación de más mujeres mexicanas al mundo laboral.

El crecimiento en infraestructura también ha sido importante para revertir una tendencia neoliberal de baja inversión social. La Dra. Claudia Sheinbaum informó que este año el país tendrá 31 nuevos hospitales, 10 de estos serán del IMSS. Dos ya han sido inaugurados, uno en Ciudad Juárez, Chihuahua, y el otro en Ensenada, Baja California.

Durante los próximos meses inaugurarímos los hospitales de Tuxtla Gutiérrez en Chiapas; el histórico HGZ No. 25 de Zaragoza en Ciudad de México; el Hospital Regional No. 36 de San Alejandro en Puebla; el Hospital de Gineco-Pediatria en Ciudad del Carmen, Campeche; el HGZ en Tula, Hidalgo; el HGZ de Navojoa, en Sonora; el HGZ en Guanajuato y el HGZ "Ramos Bours" de Hermosillo, en Sonora.

Queda claro que en estos primeros 11 meses del Segundo Piso de la Cuarta Transformación, "vamos bien y vamos a ir mejor". Por eso, si quieren saber más de lo que hemos hecho en un año en el Segundo Piso de la Cuarta Transformación, las y los invito a leer la Revista Familia IMSS.

Coordinador de Comunicación Interna: Francisco José Rullán Gutiérrez, Titular de la División de Comunicación Interna; **Guelmi Montserrat Cortez García.** **Coordinación de Comunicación Interna:** Aridai Rodríguez Alemán, César Muñoz Veyra, Citalli Andrea Santiago Velasco, Claudia Rangel Rojas, Geovanna Lisbeth Esquivel Gálvez, Herzain Hibraln Córdoba Carnacho, 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, María Gardini Zamudio, Marisela Casillas Valdivia, Priscila Celaya Chávez, Sarai Barrientos Esquivel y Susana Zárate Ramírez.

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 **derechohabiencia 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 mutile, se cite la fuente y su dirección electrónica. De otra forma, requiere permiso por escrito del IMSS.

Colaboración Especial: Adrian Quino Percil, Bárbara Xóchitl López Castillo, Carlos Javier Guzmán López, Claudia Ivonne Hernández Gómez, Dante Iván Ordúñ Alba, Eddy Gustavo Armenta Vargas, Jahir Oswaldo Camacho Esquer, Jorge Machuca Valenzuela, Mercedes del Pilar Hernández Olguín, Mónica García Rizo, Nora Rodríguez Aceves, Oscar Vladimír López Arteaga, Román Jesús Nava Alegría y Silvia Aracely Macías Medina.

CONOCE LAS ACCIONES INSTITUCIONALES MÁS RELEVANTES DE AGOSTO



Como parte de sus actividades, el director general, Mtro. Zoé Robledo:

- Presentó, en las conferencias de prensa "Las Mañaneras del Pueblo", encabezadas por la Presidenta de México, Dra. Claudia Sheinbaum, los primeros resultados del programa "Vive Saludable, Vive Feliz", así como los avances de la Estrategia "2-30-100" y de la Prueba Piloto del IMSS para Trabajadores de Plataformas Digitales. Además, hizo un reconocimiento público a las asistentes médicas del IMSS.

- Acompañó a la Presidenta de México, Dra. Claudia Sheinbaum, y a la gobernadora del Estado de México, Delfina Gómez, a la inauguración de la UMF No. 93 de Cerro Gordo en Ecatepec.
- Reconoció en la primera Ceremonia Institucional por el Día de las Asistentes Médicas el trabajo de más de 33 mil trabajadoras de esta categoría, quienes hacen posible que el Seguro Social funcione en orden.
- Supervisó la Central de Mezclas del CMN "La Raza", en Ciudad de México; el HGSZ No. 54, en Silao, Guanajuato, y el nuevo HGZ en Tula, Hidalgo. Adicionalmente, en San Quintín, Baja California, visitó el HGSZ y firmó el acuerdo para la construcción del primer CECI en San Quintín, Baja California, junto con la gobernadora del estado, Marina del Pilar Ávila Olmeda.
- Se reunió con 14 titulares de OOAD del IMSS, con el objetivo de impulsar la meta de la Estrategia "2-30-100" y trazar un plan de 100 días para hacer más cirugías, agilizar consultas y reducir tiempos de espera en la atención.
- Encabezó la videoconferencia número 600 con directores normativos, titulares de OOAD y UMAE, con el propósito de mejorar la calidad de los servicios del IMSS en todo el país.

Zoé Robledo  @zoerobledo

Con la presidenta @Claudiashein, y la gobernadora @delfinagomez, inauguramos la nueva UMF No. 93 de Cerro Gordo en #Ecatepec de @Tu_IMSS, una obra que devuelve la atención médica a miles derechohabientes tras los daños del sismo de 2017 que provocaron su demolición.

Desde el 13 de julio opera con:
 ☺ 51 consultorios: 34 de Medicina Familiar, 13 de medicina preventiva, Salud en el Trabajo y Estomatología.
 ☺ Laboratorio clínico y servicios de imagenología (rayos X, ultrasonido y electrocardiograma).
 ☺ Farmacia, Módulo #PrevenIMSS y nutrición.
 ☺ Atención Médica continua sábados y domingos en horarios ampliados.
 ☺ Ya ha otorgado más de 40 mil consultas.

★ Hoy informamos que en esta unidad contemplamos la instalación de un tomógrafo para brindar atención moderna, resolutiva y cercana para el pueblo del Oriente del Estado de México.



Escanea el código QR
y conoce más sobre la
UMF No. 93 de Ecatepec



SERVICIOS DE SALUD, DEPORTE Y CULTURA:



1

Se firmó un convenio entre el IMSS y la Secretaría de Humanidades, Tecnología e Innovación, para fortalecer la investigación y la atención de la enfermedad renal crónica en México.

2

Participación del IMSS en la Feria de AFORE 2025, con 22 ventanillas en las que personal institucional apoyó en más de 106 mil trámites que normalmente se realizan en línea o de manera presencial.

3

Implementación de las Clínicas de Taekwondo y Basquetbol 2025 en la que destacados deportistas de estas disciplinas promovieron la activación física en niñas, niños y adolescentes.



4

Inauguración de la temporada 2025-2026 del programa Escenarios IMSS-CULTURA, en la que se presentarán 36 proyectos de danza y 64 de teatro en 25 foros de 14 estados.



5

Reunión entre el IMSS y el Banco Interamericano de Desarrollo (BID), con el fin de fortalecer proyectos para la salud y el bienestar de la derechohabiencia.

6

Instalación del Comité de Gestión por Competencias que fortalecerá las capacidades profesionales y técnicas del personal institucional, a través del desarrollo, evaluación y certificación de sus competencias laborales.



EL IMSS, MÁS QUE UN LUGAR DE TRABAJO, ES MI SEGUNDA *Familia*

Guillermo Enrique Scheufler López es oficial de Soporte Técnico en la Coordinación de Informática del Hospital General Regional (HGR) No. 1 del IMSS en Querétaro, Querétaro, con 15 años de trayectoria institucional. Su labor consiste en atender de forma presencial o remota fallas en equipos de cómputo e impresoras, asegurando que sistemas clave, como vigencias, rayos X o laboratorios funcionen sin interrupciones.

Para él, el IMSS es más que un lugar de trabajo: es su segunda familia. Sus padres laboraron en el mismo Hospital y él nació ahí. Por eso, portar la camiseta institucional es un orgullo y un compromiso.

Guillermo basa su trabajo en la honestidad, el buen trato y la ética, consciente de que su labor impacta directamente en la atención.

"Me gusta atender rápido a los médicos y demás personal para que puedan brindar el mejor servicio. Amar lo que hacemos es clave para atender bien y con calidez".

Fuente: OOAD del IMSS en Querétaro.



Guillermo Enrique Scheufler.



SIEMPRE DOY LO MEJOR DE MÍ PARA QUE TODO *Funcione Bien*

Flora Alejandra Grijalva Villalobos es auxiliar de Soporte Técnico, adscrita al HGR No. 1 en Ciudad Obregón, Sonora, con una antigüedad de 4 años y medio en el Instituto. Su trabajo se centra en resolver situaciones técnicas en computadoras e impresoras y problemas o detalles que surgen día a día en la manipulación de los equipos de cómputo.

Afirma que su labor impacta en el tiempo de atención y administración de todo el Hospital, por ello, aplica valores como empatía, responsabilidad y constancia, con la misión de apoyar a resolver cualquier problemática en el menor tiempo posible. La satisfacción de su trabajo es que todo fluya correctamente.

El compromiso que Flora tiene con el Instituto fue heredado por su madre, pues también fue parte de la Familia IMSS.

"Desde pequeña siempre me vi siendo como mi mamá, quien hizo su carrera institucional en el IMSS, y cuando tuve la oportunidad de ingresar, nunca dudé".

Fuente: OOAD del IMSS en Sonora.



Flora Alejandra Grijalva Villalobos.



SUBSIDIO POR ENFERMEDAD GENERAL

¿Sabes que ser asegurado del IMSS te permite mantener un ingreso en caso de enfermedad general?

Uno de los beneficios más importantes de estar asegurado en el IMSS es que, a pesar de que no puedas laborar por una enfermedad ajena a tu actividad laboral, no te quedes sin ingresos.

Este beneficio se llama **Subsidio por Enfermedad General** para la persona trabajadora que consiste en recibir el 60% de su salario base de cotización, **a partir del cuarto día** de incapacidad que declare el área médica, con una duración máxima de 52 semanas, prorrogables por 26 semanas adicionales si así lo amerita.

El subsidio se paga directamente al trabajador a través de una institución bancaria autorizada por el IMSS o por medio de un convenio de pago indirecto a través del patrón.

Algunas limitantes para recibir el subsidio son que la persona trabajadora enferma no atienda las indicaciones médicas prescritas o no lo cobre en un plazo máximo de un año a partir de la fecha de expedición.

En caso de que tu situación de salud te impida acudir personalmente a realizar el cobro, lo podrás hacer a través de un familiar que deberá presentar una nota médica o de trabajo social que explique tu condición de salud.



¿Cuáles son los requisitos para solicitarlo?

- Tener vigencia ante el IMSS.
- Tener cubiertas al menos cuatro cotizaciones semanales y para trabajadores eventuales seis cotizaciones semanales en los últimos cuatro meses anteriores a la enfermedad.
- Presentar un certificado de incapacidad emitido por un médico del IMSS.



¿Qué documentación requieres?

- Identificación oficial vigente con fotografía.
- Copia del certificado de incapacidad.
 - » Para transferencia bancaria.
- Contar con cuenta CLABE.
 - » Ventanilla bancaria.
- Acudir a la institución bancaria con la que se tenga convenio en los horarios establecidos por esa institución antes de 30 días naturales.

¿Dónde te pueden atender para obtener este documento?

Ventanilla de Control de Prestaciones de la UMF de adscripción, de lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas.



Escanea el código QR para conocer más.

No olvides consultar el curso **IMSSFórmate** para conocer los trámites y servicios que otorga el Instituto, que son la llave para acceder al pleno ejercicio de los beneficios y derechos que te corresponden.

ESCENARIOS IMSS - CULTURA 2025 - 2026

Escanea el código QR
y consulta los eventos,
sedes y fechas



Foto: Ernesto Muniz



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL



CORRE CON CAUSA

4^a CARRERA “MI LUCHA ES ROSA”



Por cuarto año consecutivo, el próximo 19 de octubre, Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Mama, la Fundación IMSS, junto con la Familia IMSS, vestirá de rosa el Paseo de la Reforma, en la Ciudad de México, con la 4^a carrera con causa “Mi Lucha es Rosa”. Esta iniciativa busca difundir la importancia de la detección temprana del cáncer de mama.

El cáncer de mama se caracteriza por la formación de tumores malignos que pueden diseminarse a otras partes del cuerpo¹.

Es la principal causa de muerte por cáncer en mujeres mayores de 60 años en México y, en 2023, su tasa de mortalidad alcanzó el 17.9% por cada 100 mil mujeres mayores de 20 años, con Sonora y Chihuahua encabezando esta estadística, de acuerdo con el INEGI².

Esta situación se agrava porque solo el 65% de las mujeres entre 50 y 59 años realizan autoexploración, mientras que en las mayores de 84 años la cifra desciende a 18.6%.



Por ello, te invitamos a participar en la 4^a carrera con causa “Mi Lucha es Rosa”, el domingo 19 de octubre, junto a cerca de 5 mil corredores. Habrá distancias de 5 y 10 km, así como una caminata de 3 km, en punto de las 7:00 horas, frente al Edificio Central del IMSS. Lo recaudado en las inscripciones se destinará a acciones de prevención y diagnóstico.

Informes e inscripciones: meta.mx

Fuentes: Fundación IMSS

1 Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (2024). Información básica sobre el cáncer de mama.

- ▶ https://www.cdc.gov/breast-cancer/es/about/CDC_AArefVal=https://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/basic_info/what-is-breast-cancer.htm

2 INEGI (2024, 2025). A propósito del Día Mundial de la Lucha contra el Cáncer de Mama / Mortalidad vs cáncer.

- ▶ https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2024/EAP_LuchaCMama2024.pdf
- ▶ https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2025/EAP_DMvsCancer2025.pdf

Escanea el código QR para informes e inscripciones



EL IMSS TAMBIÉN ES CULTURA

CARTELERA DEL 1 AL 31 DE OCTUBRE

#IMSSCultura

ACTIVIDADES CULTURALES GRATUITAS

EXPOSICIONES

- “Mujeres indígenas. Guardianas de la tradición”
Galerías abiertas del HGR No. 1
- “Dr. Carlos Mac Gregor Sánchez Navarro” y de la Unidad Morelos.
1 al 31 de octubre
- “¿Qué, cómo, cuándo y dónde? con Playmobil”
Planta baja de la Sala de Exposiciones del CMN “Siglo XXI”
1 al 31 de octubre
- De lunes a viernes de 9:30 a 17:30 horas
- “Paseo por el limbo”
Primer piso de la Sala de Exposiciones del CMN “Siglo XXI”
Del 29 de septiembre al 10 de octubre
- De lunes a viernes de 9:30 a 17:30 horas

- “El arte de inspirar vidas”
Primer piso de la Sala de Exposiciones del CMN “Siglo XXI”
A partir del 20 de octubre
De lunes a viernes de 9:30 a 17:30 horas

ARTES ESCÉNICAS

Teatro

- “Gato Negro narrando y una Catrina cantando”
Dirección: Noé Bribiesca y Daniel Hagenbeck
Teatro Toluca, Toluca, Estado de México
Viernes 31, 17:00 horas

Música

- “Concierto, el CENART sale a la calle”
Miércoles 8, 12:00 horas
- CSS Contreras, Ciudad de México
Miércoles 15, 12:00 horas
- CSS Tepeyac, Ciudad de México
“Maestro Quezada en concierto”
Jueves 9 y 23, 16:00 horas
Teatro Morelos, Ciudad de México

- “Grupo Arcanos”
Miércoles 15, 18:00 horas
- Teatro Legaria, Ciudad de México
“Exprofeso Sexteto de Jazz, el CENART sale a la calle”
Miércoles 22, 12:00 horas
- CSS Morelos, Ciudad de México

Agradecemos la colaboración de Alas y Raíces de Tlaxcala de la Secretaría de Cultura y del Centro Nacional de las Artes, para la realización de estos eventos.

CINE EN TEATROS

“El violín de Francisco Vargas” 1 al 31 de octubre de 2025

- | | | |
|---|---|---|
| Teatro IMSS Durango
Miércoles 1, 16:00 horas | Teatro IMSS Querétaro
Lunes 20, 8:00 horas | Teatro IMSS Tlaxcala
Lunes 27, 16:00 horas |
| Teatro IMSS Tepic
Lunes 6 y 20, 10:00 horas | Teatro IMSS San Luis Potosí
Lunes 20, 16:00 horas | Teatro IMSS Ciudad Mante
Martes 28, 16:00 horas |
| Teatro IMSS León
Miércoles 8, 13:00 horas | Teatro IMSS Cuauhtémoc
Martes 21, 18:00 horas | Teatro IMSS Zacatecas
Miércoles 29, 18:00 horas |
| Teatro IMSS Aguascalientes
Jueves 9, 12:00 horas | Miércoles 22, 18:00 horas | Teatro IMSS Guadalajara
Viernes 31, 10:00 horas |
| Teatro IMSS Saltillo
Miércoles 15, 19:00 horas | Teatro IMSS Morelia
Miércoles 22, 10:00 horas | CINE LINTERNA MÁGICA |
| Teatro IMSS Monclova
Jueves 16, 16:00 horas | Auditorio IMSS CSS Acapulco
Jueves 23, 15:00 horas | Proyección especial:
“El violín de Francisco Vargas” |
| Miércoles 29, 16:00 horas | Teatro IMSS Mazatlán
Domingo 26, 16:00 horas | Jueves 30, 10:30 horas |

Programación sujeta a cambios, sin previo aviso.

EL IMSS TAMBÍEN ES CULTURA

CARTELERA DEL 1 AL 31 DE OCTUBRE

TEATROS METROPOLITANOS

TEATRO TEPEYAC

"CARMEN MONTEJO"

"Razones para decirte adiós"

Jueves 2, 9 y 16 de octubre, 20:00 horas
Sábado 4 y 18 de octubre, 18:30 horas

"Benditos 50's"

Viernes 3 de octubre, 18:00 y 20:30 horas

"Cenicienta, la magia del amor"

Sábado 4 de octubre, 14:00 horas

"El Mago de Oz"

Sábado 4 de octubre, 16:00 horas

Domingo 12 de octubre, 12:00 horas

Sábado 18 de octubre, 14:00 horas

"Drácula, ballet de terror"

Sábado 4, 11, 18 y 25 de octubre, 20:30 horas

Jueves 30 de octubre, 20:30 horas

Viernes 31 de octubre, 20:30 horas

"Dinosaurios al rescate"

Domingo 5 de octubre, 12:00 horas

"Caperucita Roja y el Lobo ¿feroz?"

Domingo 5 de octubre, 14:00 horas

"La Sirenita, el musical"

Domingo 5, 12 y 19 de octubre, 16:30 horas

"Treintonas, cuarentonas ¡y chingonas!"

Domingo 5, 12, 19 y 26 de octubre, 18:30 horas

Viernes 10 y 17 de octubre, 20:30 horas

"Calaveritas mexicanas"

Sábado 11, 18 y 25 de octubre, 16:30 horas

Domingo 12, 19 y 26 de octubre, 14:30 horas

Sábado 25 de octubre, 14:30 horas

Domingo 26 de octubre, 16:30 horas

Jueves 30 de octubre, 18:00 horas

"El Diario de Ana Frank"

Sábado 11 y 25 de octubre, 18:30 horas

"Raíces + Muerte"

Jueves 23 de octubre, 20:00 horas

"Beatles & Oldies but Goodies, con los grupos Morsa y Kamelot"

Viernes 24 de octubre, 18:30 y 20:30 horas

"Thriller. Tributo a Michael Jackson. Especial Día de Muertos"

Viernes 31 de octubre, 16:00 y 18:00 horas

TEATRO XOLA

"JULIO PRIETO"

"Las Crónicas del Diablo: la Revolución Mexicana"

Miércoles 1, 8, 15, 22 y 29 de octubre, 20:30 horas

"Somos nosotros"

Sábado 4 y 11 de octubre, 18:00 y 20:30 horas

"Acaba con tus relaciones tóxicas". Conferencia con Silvia Olmedo

Martes 7 de octubre, 20:00 horas

TEATRO CUAUHTÉMOC

"La Gaby Mendoza"

Viernes 24 de octubre, 20:30 horas

"Thriller: El show más escalofriante con Estefan Jackson"

Sábado 25 de octubre, 14:00 y 18:00 horas

TEATRO HIDALGO

"IGNACIO RETES"

"Tímido y furioso"

Sábado 4, 11, 18 y 25 de octubre, 17:30 y 20:30 horas

Domingo 5, 12, 19 y 26 de octubre, 18:00 horas

*Las funciones se darán conforme al aforo.

FIDTEATROS no es responsable por cambios y cancelaciones en la programación.

#IMSSCultura

EL IMSS TAMBIÉN ES CULTURA

CARTELERA DEL 2 AL 30 DE OCTUBRE

#IMSSCultura

CINE LINTERNA MÁGICA

Jueves 2 de octubre

HIM: El elegido

Sinopsis: Cameron Cade es un prometedor quarterback, quien recibe la oportunidad de entrenar en el aislado complejo propiedad de Isaiah White, leyenda del fútbol americano. En vísperas del campeonato anual, Cameron sufre un traumatismo cerebral que podría poner fin a su prometedora carrera.

Jueves 9 de octubre

Tron: Ares

Sinopsis: Tercera entrega de la saga "Tron". Cuenta la historia de Ares, un programa altamente sofisticado que es enviado desde el mundo digital al mundo real en una misión peligrosa, marcando el primer encuentro de la humanidad con seres de inteligencia artificial.

Jueves 16 de octubre

Teléfono negro 2

Sinopsis: Secuela de "Black Phone". El Raptor quiere vengarse de Finn desde la tumba y escoge como objetivo a Gwen, su hermana adolescente de 15 años, quien, con mucho carácter, empieza a recibir llamadas de un teléfono negro en sus sueños, acompañadas de inquietantes visiones de algo o alguien acechando a tres chicos en el campamento de invierno de Alpine Lake.

Jueves 23 de octubre

Mortal Kombat II

Sinopsis: Los campeones favoritos de los fans, ahora acompañados por el propio Johnny Cage, se enfrentan cara a cara en la definitiva y sangrienta batalla a muerte para vencer al oscuro régimen de Shao Kahn, que amenaza la existencia del Reino de la Tierra y a sus defensores.

Jueves 30 de octubre

Chainsaw Man – La película: Arco de Reze

Sinopsis: Denji trabaja como cazador de demonios para la Yakuza, con el fin de saldar la deuda que heredó de sus padres, pero la Yakuza lo traicionó y asesinó. Justo antes de perder la vida, Pochita, el perro demonio de Denji, hizo un trato con él para salvar su vida. Así se fusionaron para crear el imparable Chainsaw Man.

Zoopocalipsis

Sinopsis: Cuando un meteorito cae sobre el zoológico de Colepepper, un virus transforma a todos los animales en zombis. Gracie, una joven loba, y Dan, un puma salvaje recién llegado, tratarán de idear un plan para que los animales vuelvan a la normalidad.



Consulta la cartelera aquí.

<https://www.cinelinternamagica.com.mx/>



EL DIRECTOR GENERAL RECOMIENDA LEER:

"El cura Hidalgo y sus amigos"
de Paco Ignacio Taibo II

Por: Zoé Robledo

Hace 215 años, en la madrugada del 15 de septiembre de 1810 en el pueblo de Dolores, Guanajuato, el Padre de la Independencia, el cura Miguel Hidalgo, se levantó en armas en contra del gobierno de la Nueva España. La guerra por la libertad de los habitantes en la tierra que hoy es nuestro país duraría hasta el 27 de septiembre de 1821, cuando el Ejército Trigarante entró triunfante a la Ciudad de México, marcando así el inicio de la vida independiente de nuestra Nación.

Esta es la primera transformación histórica de nuestro país que hoy forma parte de nuestra identidad nacional.

Como buenos mexicanos, las Fiestas Patrias se celebran. Las familias se reúnen: comen juntas, portan con orgullo vestimentas de diversas regiones del país, muchos acuden al Zócalo, y este año acompañarán a la primera mujer presidenta en encabezar el Grito de Independencia.

Una forma más de celebrar a nuestro país y su independencia es leer sobre su historia. Por eso, la obra que recomiendo leer este mes es "El cura Hidalgo y sus amigos" del historiador Paco Ignacio Taibo II.

Taibo nos dice al principio del libro, "este no es un libro de historia", son más bien, pequeñas historias que componen una gran historia. Por eso, en este libro podemos hacer un viaje al pasado para tocarlo y entenderlo. Ahí encontraremos anécdotas, rumores en torno a la gesta heroica y, sobre todo, la humanización de las mujeres y hombres que lucharon por una nación independiente.

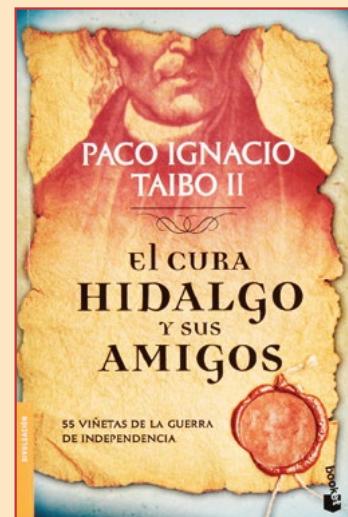
El autor hace uso de fuentes historiográficas para conocer la vida de aquellos personajes que tuvieron una participación destacada

en la independencia, pero por alguna razón fueron borrados de la historia. Son 53 pequeñas narraciones.

En este libro podremos conocer más sobre Hidalgo y sus gustos por las lecturas de Molière, Voltaire y Rousseau; de su afición por las cartas y su capacidad para entender otros idiomas. Sabremos más de la vida de la llamada Madre de la Patria, Josefa Ortiz y su participación llena de valentía en la conspiración que dio origen a la independencia. También conoceremos sobre la vida de Bárbara Rojas, alias "La Griega", originaria de Oaxaca y simpatizante de la causa por una tierra de libertad.

Dentro del abanico de narraciones, las que destacan son las historias de las mujeres durante el levantamiento de 1810. La persona lectora podrá conocer más sobre Leona Vicario, famosa por enfrentar al ideólogo conservador Lucas Alamán; la historia de una madre, salvando la vida de su hijo y, a su vez, apoyando la causa independentista. O conocerá sobre las "Amotinadas de Miahuatlán", un grupo de mujeres que liberó a sus esposos, quienes eran soldados.

Lo más importante es que el libro recupera y reivindica la participación de las mujeres en la historia, un papel del que prácticamente habían sido borradas.



Paco Ignacio Taibo II

Ustedes se preguntarán, ¿qué tiene que ver "El cura Hidalgo y sus amigos" de Paco Ignacio Taibo II con el Seguro Social? En el Instituto celebramos todo el mes patrio, pues nos hace sentir orgullosos ser parte de una Nación libre e independiente. Y creemos fielmente que el Seguro Social es uno de los logros sociales de ese México por el que lucharon los héroes y las heroínas de la Patria. Por eso, todo este mes, nuestros edificios se iluminarán con los colores de la bandera: verde, blanco y rojo.

¡Viva México, viva el IMSS!

TASA DE REEMPLAZO

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

La tasa de reemplazo es un indicador que mide la porción del salario promedio que un trabajador recibe como pensión al momento de su jubilación. Se calcula dividiendo la pensión mensual (monto que se recibe al pensionarse) entre el salario mensual promedio (promedio de los salarios percibidos durante la vida laboral) por 100.

$$\text{Tasa de reemplazo} = \frac{\text{Pensión mensual}}{\text{Salario Base de Cotización}} * 100$$

El monto de la pensión depende de varios factores, como las aportaciones hechas a lo largo de la vida laboral, el rendimiento de las inversiones de los fondos, la edad al momento del retiro, la expectativa de vida, entre otros. El ahorro acumulado determina la pensión, lo que puede llevar a tasas de reemplazo altas si las contribuciones y rendimientos son óptimos.

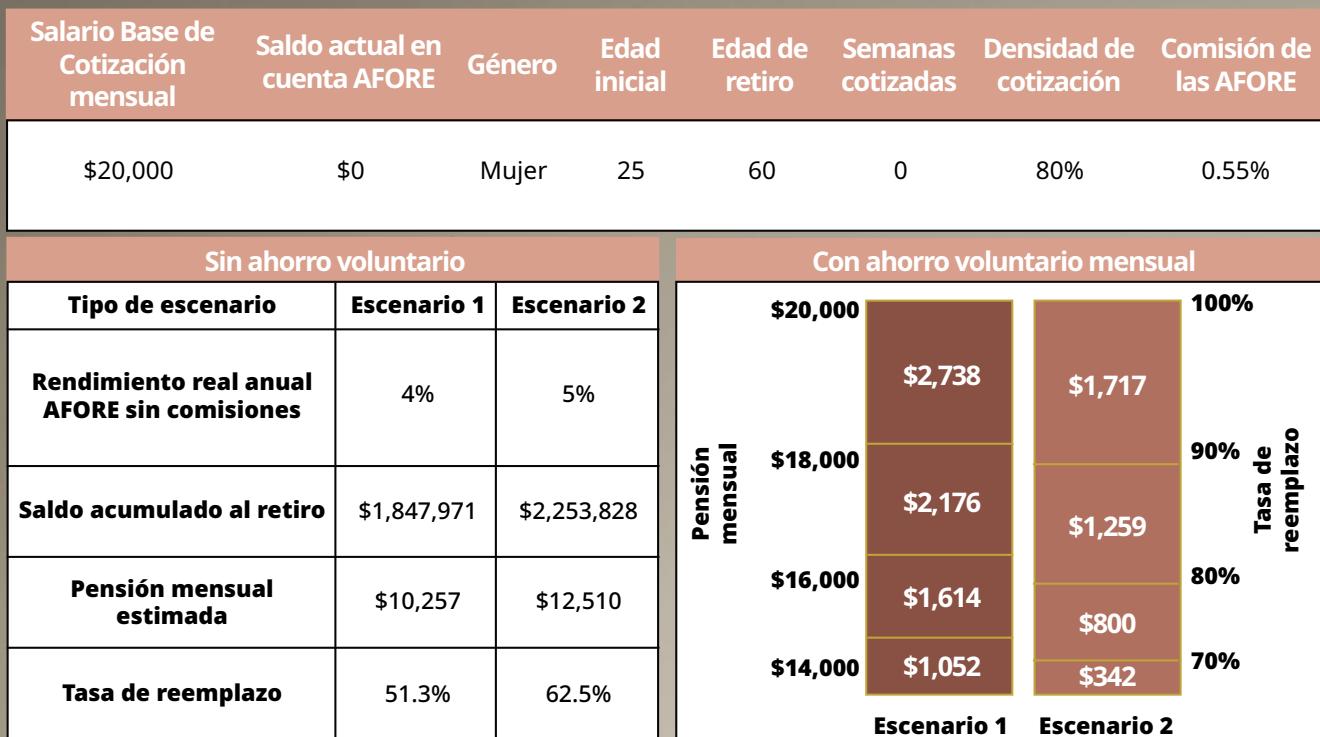
Para lograr una tasa de reemplazo alta y tener una pensión suficiente, se sugieren las siguientes acciones:

- **Incrementar las aportaciones** al ahorro para el retiro. Además, mientras más joven se empiecen a hacer aportaciones, mayor será el rendimiento.
- **Fomentar el ahorro voluntario.**
- **Revisar los rendimientos** que genera el fondo de ahorro a lo largo de los años, estos son importantes para el crecimiento de la pensión. Por ello, se recomienda revisar los rendimientos de las AFORAS para elegir la mejor disponible en el mercado.
- **Revisar las comisiones de las AFORAS** o de otros esquemas de ahorro para el retiro.



Un ejemplo de cómo afecta el rendimiento de las AFORE y las aportaciones voluntarias a la tasa de reemplazo puede visualizarse en la siguiente infografía.

Infografía 1. Ejemplo de cálculo de pensión mensual (pesos)



Fuente: Datos estimados mediante la calculadora de la CONSAR (2025). Nota: La densidad de cotización es el porcentaje de tiempo que una persona ha realizado aportaciones al ahorro para el retiro durante su vida laboral. Se calcula como el tiempo total cotizado dividido entre el tiempo total trabajado.

En este ejemplo, se supone el caso de una mujer que inicia su vida laboral a los 25 años y mantiene un salario mensual de \$20,000 durante los 35 años de su carrera profesional. En el escenario 1, se supone la elección de una AFORE que paga rendimientos por debajo del promedio histórico (4%), mientras que en el escenario 2 la AFORE elegida paga rendimientos por encima de este promedio (5%). El principal resultado es que en el escenario 2 los mayores rendimientos elevan la pensión mensual estimada a \$12,510, es decir, 22% más respecto al escenario 1.

En ambos escenarios, para elevar la tasa de reemplazo es necesario realizar aportaciones voluntarias, se puede observar que para tener una tasa de reemplazo del 100% en el escenario 1 se requiere de la aportación de \$2,738 mensuales, mientras que en el escenario 2 la aportación es de \$1,717.



El objetivo de este ejemplo es demostrar la importancia de las aportaciones voluntarias, así como escoger una AFORE con mayores rendimientos.

La tasa de reemplazo es un indicador fundamental para evaluar la suficiencia de las pensiones. Es necesario implementar una combinación de estrategias que aumenten las aportaciones, mejoren los rendimientos y fomenten un retiro activo y responsable.



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





EPISODIO 63



Incorporación de trabajadores de plataformas digitales al IMSS

El Lic. Eduardo Alcaraz, titular de la Unidad de Incorporación al Seguro Social, y el Mtro. Omar Estefan Fuentes, director general de Previsión Social de la STPS, explican los detalles de este importante paso para la seguridad social de quienes laboran en plataformas digitales.

Escanea este código desde Spotify
para escucharnos



¡No te pierdas ningún EPISODIO!

Te compartimos los más recientes

EPISODIO 64



Alimentación para sanar en los hospitales del IMSS

Conoce la labor del personal de cocina y nutrición en los hospitales del IMSS y descubre cómo su trabajo es esencial para la recuperación y el bienestar de las y los pacientes.

¿Ya nos sigues?

Estamos en:





HOSPITAL REGIONAL DE ESPECIALIDADES "XIV DE SEPTIEMBRE"

Un nuevo porvenir para la salud en Chiapas

En Chiapas se abre un horizonte de esperanza con el Hospital General Regional de Especialidades (HGR) "XIV de Septiembre" en Tuxtla Gutiérrez. Este hospital simboliza un futuro con seguridad social justa y con humanismo, acercando servicios médicos de alta especialidad a la derechohabiencia, con infraestructura moderna, equipos de última generación y espacios diseñados para brindar atención digna, segura e incluyente.

El Hospital cuenta con 216 camas y 43 especialidades médicas, lo que permitirá atender a más de 290 mil derechohabientes de la región. Su alta capacidad de especialización lo convierte en hospital de referencia para los Hospitales Generales de Zona (HGZ) No. 1 de Tapachula y No. 2 de Tuxtla Gutiérrez.

Servicios de alta especialidad

Gracias a este HGR, por primera vez en el sureste del país, el IMSS ofrecerá:

- Terapia intensiva neonatal.
- Sala de Hemodinamia.
- Cirugías de corazón en niñas, niños y adultos.



Además de cirugía bariátrica, neurocirugía, trasplantes y otros procedimientos de alta complejidad que fortalecen la atención médica en la región, al reducir los traslados a la Ciudad de México.

El HGR "XIV de Septiembre" dispone, también, de salas ambulatorias para endoscopía alta y baja, broncoscopía, endourología y litotricia extracorpórea; así como un área de medicina física y rehabilitación que incluye estimulación temprana y rehabilitación cardíaca, pulmonar y auditiva.

Humanismo y cercanía

El Hospital destaca por su área de parto amigable, única en el país. Son 12 espacios diseñados para una atención obstétrica humanizada, con salas de expulsión, quirófano y un área de acompañamiento para que las mujeres vivan el nacimiento de sus hijas y sus hijos en un entorno seguro y con apoyo familiar.

Como parte de su compromiso social, la Unidad de Rehabilitación inició operaciones en diciembre de 2024. A la fecha, ha otorgado más de:

- 9,700 terapias.
- 1,100 consultas de primera vez.
- 1,100 consultas de especialidades.

Sustentabilidad y cultura

Ubicado junto a una reserva ecológica, el Hospital fue diseñado bajo criterios de sustentabilidad:

- Planta de tratamiento de aguas residuales.
- Manejo de Residuos Peligrosos Biológico-Infecciosos (RPBI).
- Celdas solares y planta de energía eléctrica propia.

Asimismo, mantiene vivo el legado cultural del IMSS al resguardar el mural "**La Matria**", obra del maestro chiapaneco Manuel Zuaznavar Pastrana, que representa la interconexión de todo lo creado en el universo.

Fuerza laboral para un nuevo inicio

Para su operación inicial se cuenta con 625 trabajadores que brindan servicios a la población usuaria.

Un compromiso cumplido

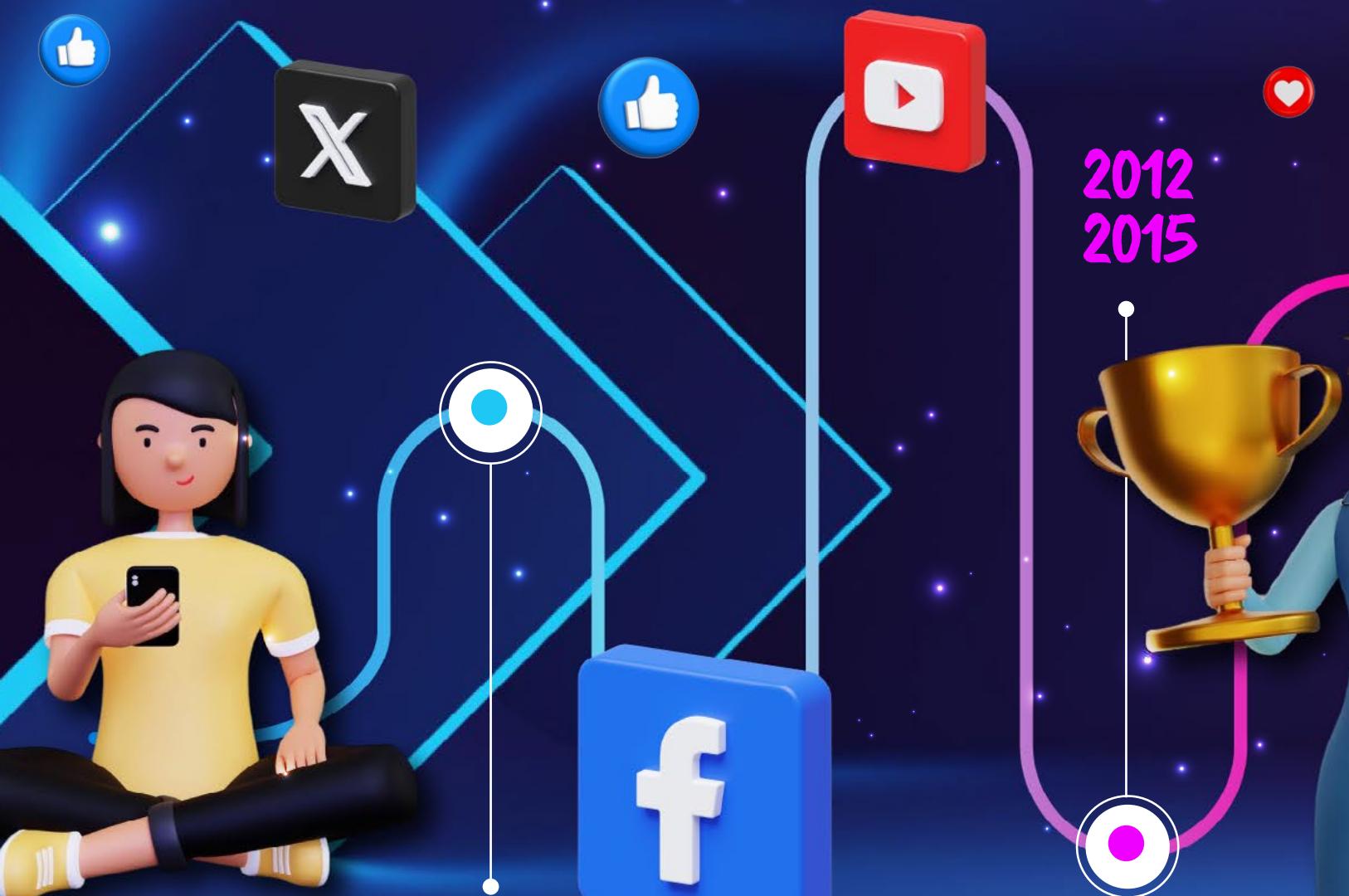
Con el Hospital General Regional de Especialidades (HGR) "XIV de Septiembre" se materializa la encomienda de la Presidenta de México, Dra. Claudia Sheinbaum Pardo, y del director general del IMSS, Mtro. Zoé Robledo, de acercar la salud a cada rincón de Chiapas.

Fuente: OOAD del IMSS en Chiapas.



REDES SOCIALES IMSS

de la información al acompañamiento digital



El IMSS abre sus primeras cuentas en Facebook y Twitter, con la misión de difundir campañas y comunicados oficiales.

Se fortalecen estos espacios como canales de atención básica: orientación sobre trámites, citas y prevención en salud.

Llegan YouTube e Instagram, con videos, transmisiones en vivo y mensajes visuales que acercan los servicios a nuevas audiencias.

2015
2018



Se suma TikTok, con mensajes creativos y virales que promueven la prevención entre la población más joven. Hoy, las redes del IMSS son espacios de diálogo directo, donde la salud pública se comunica de forma clara, cercana y accesible.



2020
2021



2020
2021



Durante la pandemia, las redes sociales del Instituto se convierten en un puente esencial de confianza: informan, aclaran dudas y acompañan en tiempo real a millones de derechohabientes.



CENTRO NACIONAL DE SIMULACIÓN DE MANTENIMIENTO Y CONSERVACIÓN DE UNIDADES MÉDICAS

Donde la preparación se convierte en seguridad para la derechohabiencia.

La operación segura y continua de hospitales y clínicas del IMSS depende de contar con personal experto en conservación y mantenimiento de equipos médicos, electromecánicos e infraestructura hospitalaria. Por ello, se creó el Centro Nacional de Simulación para Mantenimiento y Conservación de Unidades Médicas, un espacio donde trabajadoras y trabajadores fortalecen sus competencias técnicas para garantizar instalaciones seguras, equipos confiables y la protección de pacientes y personal de salud.



PROPÓSITO

Fortalecer las competencias del personal de Conservación y Servicios Generales del IMSS, responsable del mantenimiento de equipo médico, electromecánico, infraestructura hospitalaria y brigadas de Protección Civil.



UBICACIÓN

Calzada Ticomán No. 639, Col. La Laguna Ticomán, alcaldía Gustavo A. Madero, Ciudad de México (OOAD CDMX Norte).



PERSONAL BENEFICIADO

Cerca de **50 mil trabajadoras y trabajadores** a nivel nacional.



CATEGORÍAS Y PROCEDENCIA

Personal de todas las categorías de **conservación y servicios generales** del IMSS en el país.

ÁREAS DE MANTENIMIENTO QUE CUBRE LA CAPACITACIÓN



- Casas de máquinas.
- Servicios generales.
- Mantenimiento de equipos médicos.
- Mantenimiento electromecánico.
- Infraestructura hospitalaria.
- Brigadas de Protección Civil.



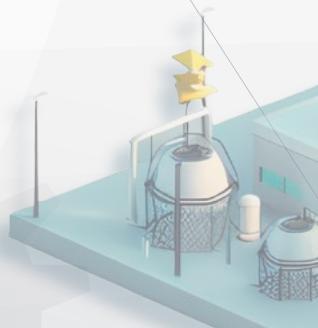
APRENDIZAJE EN AMBIENTES SEGUROS Y CONTROLADOS

- Teórico: principios básicos y normativos.
- Práctico: entrenamiento con equipos reales y similares a los de las Unidades Médicas.



IMPORTANCIA DE INCLUIR LA PROTECCIÓN CIVIL

- Es clave para prevenir accidentes y desastres por el manejo de sustancias e insumos en Unidades Médicas.
- Fortalece la respuesta de brigadas institucionales ante emergencias.



TIPO DE EQUIPOS O TECNOLOGÍAS PARA REPLICAR FALLAS REALES

- Calderas.
- Plantas de emergencia.
- Producción y distribución de vapor.
- Aire acondicionado y calefacción.
- Equipos eléctricos.
- Gases medicinales.

MÓDULOS O ÁREAS ESPECIALIZADAS EN LA CAPACITACIÓN

- Taller Técnico Electromecánico.
- Taller Técnico de Cuarto de Máquinas y Gases Medicinales.
- Taller de Refrigeración y Aire Acondicionado.
- Taller de Equipo Médico.
- Taller de Protección Civil.
- Taller de Señalética.
- Taller de Plomería.
- Taller de Limpieza.

RIESGOS O FALLAS QUE SE PUEDEN SIMULAR

- Fallas de funcionamiento.
- Contingencias hospitalarias.
- Mantenimiento preventivo y correctivo.
- Respuesta ante emergencias.

IMPACTO DE LA CAPACITACIÓN EN PACIENTES Y PERSONAL MÉDICO

- Mayor seguridad hospitalaria.
- Reducción de tiempos de inoperatividad clínica.
- Menores costos externos por reparaciones.
- Continuidad en la operación y mejor atención a pacientes.

Este Centro Nacional de Simulación de Mantenimiento y Conservación de Unidades Médicas no solo impulsa la mejora continua, también consolida al IMSS como referente nacional en formación técnica especializada. Su impacto se refleja en hospitales más seguros y en un personal mejor preparado para responder a cualquier contingencia.

Fuente: OOAD del IMSS en CDMX Norte.



TESTIMONIOS DE ÉXITO

Los testimonios del personal capacitado y de quienes imparten la formación muestran que, al recrear escenarios reales en un entorno seguro, se fortalece la confianza, el compromiso y el orgullo de pertenecer al IMSS.

“Que el Instituto nos brinde estas capacitaciones es de suma importancia para realizar bien nuestras labores, y así estar al cien ante la institución y el derechohabiente. Al llegar a mi centro de trabajo, haré los procesos correctamente y compartiré el conocimiento con mis compañeros”.

Rocío Abigail Viedma Bazán.

Ayudante de Limpieza e Higiene.

Unidad Medicina Familiar (UMF) No. 20.



“El Instituto pone mucho enfoque en capacitarlos. Esto nos ayuda a desempeñar adecuadamente nuestras labores y así dar un buen trato al derechohabiente. Contar con instalaciones de este tipo complementan al equipo de trabajo y nos motivan a superarnos día a día”.

Gabriel Enrique Rodríguez Zúñiga.

Instructor-capacitador.

UMAE Hospital de Traumatología, Ortopedia y Rehabilitación “Victorio de la Fuente Narváez”.



“Como instructora, me siento muy comprometida de formar parte de este Centro de Capacitación. Es formar las semillas de nuevos trabajadores que son los herederos del Instituto. Son compañeros que en futuras generaciones seguirán brindando la Seguridad Social que México requiere”.

María de Lourdes Flores Flores de Dios.

Jefa de Limpieza e Higiene e instructora.

Banco Central de Sangre, CMN “La Raza”.



“El corazón de cualquier Hospital o Unidad de Medicina Familiar es el cuarto de máquinas, por eso los invitamos a capacitarse en nuestro Centro Nacional de Simulación de Mantenimiento y Conservación de Unidades Médicas”.

Mtro. José Jenaro Olguín Avilés.

Titular de la Jefatura de Servicios Administrativos.

OOAD CDMX Norte.



1er Concurso Nacional de Fotografía SNTSS 2025

En el marco del **Día Mundial de la Fotografía**, que se conmemora el **19 de agosto**, el SNTSS organizó un concurso de fotografía para demostrar el **orgullo de pertenecer al IMSS**.

Te presentamos algunas fotos.



"EL ORGULLO DE PERTENEZER AL IMSS"

BOSQUEJOS HISTÓRICOS DEL IMSS **LA PROTECCIÓN CIVIL EN EL IMSS**

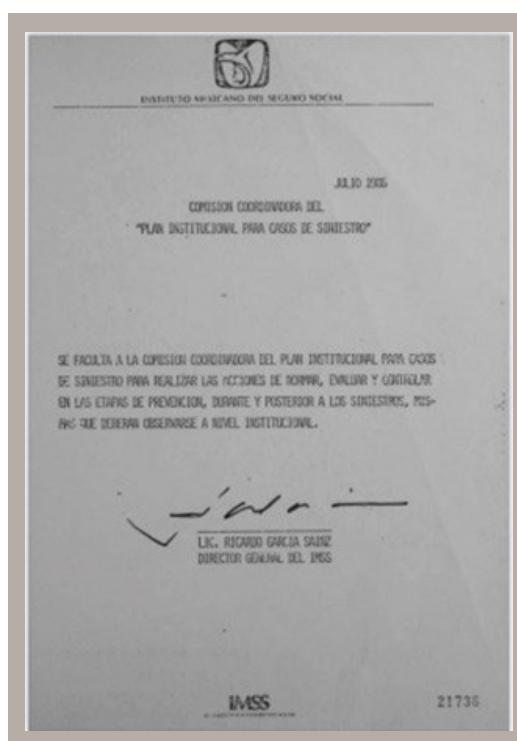
Por: Marco Antonio Orozco Zuarth,
titular de la División de Administración de Documentos

El amanecer del 19 de septiembre de 1985 quedó marcado en la memoria de México. A las 7:19 de la mañana, un sismo de magnitud 8.1 cimbró la capital del país, derribando edificios, hospitales y viviendas. El Gobierno Federal y el de la Ciudad reaccionaron tarde, paralizados por la magnitud de la tragedia. En contraste, la ciudadanía se volcó a las calles: miles de manos anónimas, sin maquinaria ni equipo, se sumaron a remover escombros, rescatar sobrevivientes y dar refugio a quienes lo habían perdido todo.



Entre las ruinas del Centro Médico Nacional del IMSS, médicos y enfermeras trabajaron sin descanso, atendiendo a heridos en pasillos y patios improvisados, al tiempo que se unían a la dolorosa labor de recuperar cuerpos sepultados. Ese día nació una conciencia colectiva sobre la urgencia de prepararse para los desastres.

El IMSS, marcado por la experiencia, emprendió un camino institucional de fortalecimiento. En 1986 elaboró su Plan Institucional para Casos de Siniestros, y en 1988 formalizó un Comité para atender emergencias. Un año después, su reglamento sentó las bases de actuación. En 1993 se creó el Plan de Atención Integral a la Salud en Desastres, con criterios unificados para garantizar continuidad médica en momentos críticos.



La cooperación internacional también se hizo presente. En 1996, durante la Conferencia Internacional sobre Mitigación de Desastres en Instalaciones de Salud, México y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) firmaron el acuerdo para Hospitales Seguros. En 1997, el IMSS consolidó su participación mediante un convenio técnico. Con el tiempo, surgieron nuevas estructuras: en 2004 se estableció el Área de Protección Civil y en 2006 el Programa de Respuesta Institucional Inmediata ante Desastres (RIIAD), que integró equipamiento para actuar de manera regional en todo el país.

La protección infantil se convirtió en otro frente de acción. Desde 2001, con normas para detección de incendios, hasta la creación de los Estándares de Seguridad en Guarderías en 2009, el IMSS impulsó políticas de prevención. Con las reformas de 2013 se exigieron simulacros periódicos y rutas alternativas de evacuación; en 2017 se fortalecieron los protocolos tras auditorías internas; en 2022 se incluyeron evaluaciones de riesgos externos, y en 2024 se incorporaron sistemas de videovigilancia para reforzar la seguridad. Estos estándares hoy guían también la apertura de los nuevos Centros de Educación y Cuidado Infantil (CECI).

En 2022 se creó la Coordinación Técnica de Protección Civil y en 2023 los Órganos de Operación Administrativa Desconcentrada y las Unidades Médicas de Alta Especialidad adquirieron la responsabilidad sustantiva de tener una estructura formal de protección civil para promover y vigilar la cultura de la autoprotección.

Esa suma de esfuerzos refleja una convicción compartida: la seguridad no es tarea de unos cuantos, sino de todos. Por eso en el IMSS, la protección civil la hacemos todas y todos, desde el personal médico, de enfermería y administrativo hasta las familias que confían en la Institución, construyendo una cultura de prevención y resiliencia.

Lo que comenzó con la tragedia de 1985 se transformó en una cultura de prevención y resiliencia. El IMSS, forjado en la emergencia, no solo aprendió de la catástrofe, sino que también convirtió el dolor en un motor de cambio, buscando que nunca más la improvisación sea la única respuesta ante el desastre.



Exposición: 1985-2025

40 años del Sismo en la CDMX



CMN en el sismo de 1985.¹



Homenaje al rescate en CMN "Siglo XXI"



Personal IMSS atiende damnificados.²



Nuevos estándares de construcción para unidades médicas más seguras.³



En 2001, se crea la Coordinación de Administración de Riesgos Institucionales.⁴



Nuevo Centro Virtual de Operaciones en Emergencias y Desastres en 2010.⁶



Instalación de las Unidades Internas de Protección Civil en 2013.⁷



En 2022, se crea la Coordinación Técnica de Protección Civil.⁸



En 2023, se implementa la estructura nacional de Protección Civil en los OOAD y UMAE.

¹ Colección de Comunicación Social.

² Colección del Centro Único de Información y Archivo Histórico «Ignacio García Téllez».

³ col.: Coordinación Técnica de Protección Civil.

⁴ col.: Dirección de Finanzas.

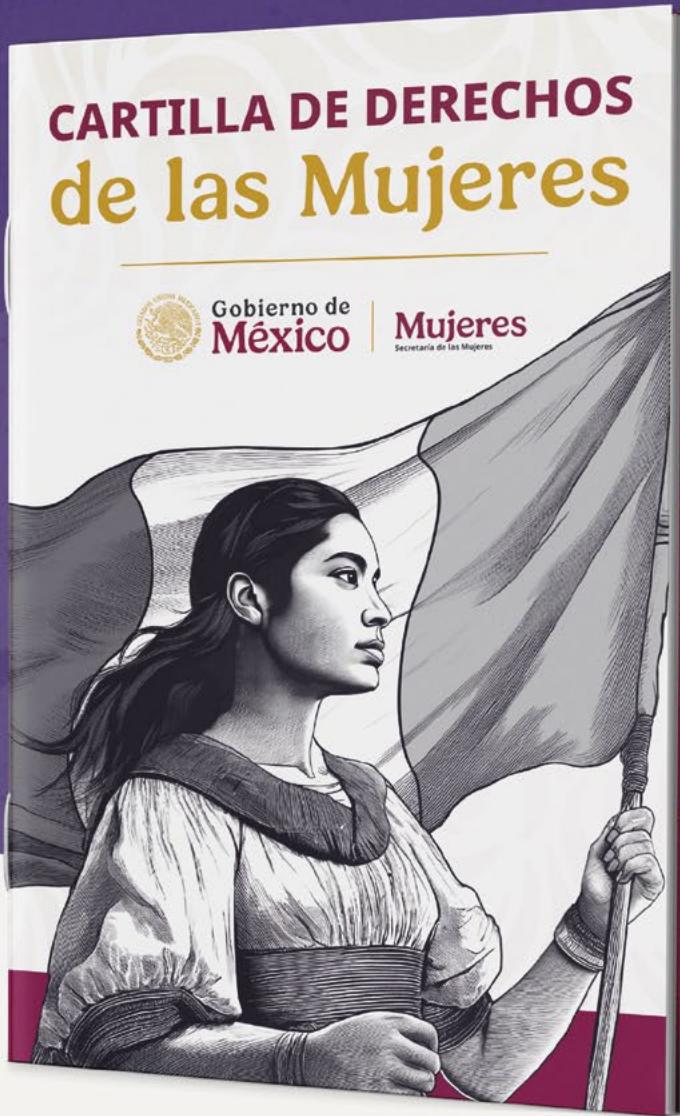
⁵ col.: Coordinación Técnica de Protección Civil.

⁶ col.: Dirección de Prestaciones Médicas.

⁷ col.: Coordinación Técnica de Protección Civil.

⁸ Foto cortesía por: Mtro. Annar Rubio Moreno, Coordinador de Conservación y Servicios Generales.

⁹ col.: Coordinación Técnica de Protección Civil.



*“Tenemos derecho
a vivir en paz y sin violencia”*

Claudia Sheinbaum Pardo
PRESIDENTA DE MÉXICO

www.cartilladerechosdelasmujeres.gob.mx



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

LO MEJOR DE

FAMILIA

Historias de IMSSpiración

IMSS
SUPLEMENTOS
EN LOS ESTADOS

ESTADO DE MÉXICO PONIENTE



HGR No. 251 realiza su primera neurocirugía con técnica de paciente despierto

El Hospital General Regional (HGR) No. 251, en Metepec, realizó su primera craneotomía con técnica de paciente despierto. Mario "N", diagnosticado con un tumor cerebral en el hemisferio izquierdo, estuvo consciente y lúcido durante la cirugía, lo que permitió a los especialistas monitorear en tiempo real sus funciones neurológicas.

Con este logro, el Estado de México Poniente marca un parteaguas en la utilización de dicho procedimiento, que resalta la capacidad técnica del personal médico y el compromiso de la institución por brindar bienestar e innovación a los derechohabientes.

GUANAJUATO



Campeón de 7 años supera neuroblastoma, gracias al IMSS

Miguel "N", con solo 7 años, logró vencer un neuroblastoma (padecimiento oncológico) que le fue diagnosticado en 2019, al presentar dolor al respirar, cansancio y debilidad, por lo que durante 5 años recibió tratamiento por especialistas de la Unidad Médica de Alta Especialidad (UMAE) Hospital de Gineco Pediatría No. 48 del CMN del Bajío del IMSS, en León.

Se requirieron dos cirugías para eliminar el tumor y quimioterapias. La Dra. Norma Eryca Alatoma, jefa del Departamento Clínico de Hematología y Oncología, reconoció que la UMAE No. 48 cuenta con lo necesario para tratar este tipo de enfermedades y brindar una excelente atención a estos pacientes.



HIDALGO



Paciente que, durante su embarazo sufrió EVC, recupera movilidad

Con gran éxito fue atendida Gretha «N», quien durante su embarazo sufrió un Evento Vascular Cerebral (EVC), causado por el virus del herpes simple, lo que afectó su movilidad, y puso en riesgo su vida y la de su bebé.

Especialistas en medicina interna, gastroenterología, rehabilitación, cirugía general y enfermería del HGZ No. 36 en Pachuca, lograron en solo dos meses una gran recuperación. La paciente volvió a caminar con la ayuda de un bastón, ya puede moverse y cuidar de su bebé.

“Solo pienso en estar al máximo para mi bebé. Estoy de vuelta gracias al personal del IMSS. Su paciencia y dedicación me han sacado adelante”, expresó Gretha con alegría.

NAYARIT



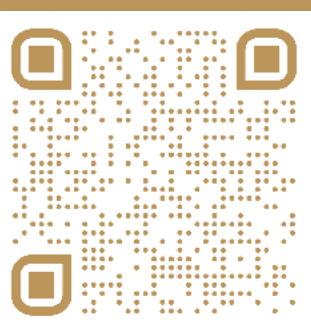
Joven de 14 años es salvado por el IMSS, tras sufrir traumatismo craneoencefálico

Debido a un accidente de tránsito, un adolescente de 14 años sufrió traumatismo craneoencefálico severo, para estabilizarlo de inicio fue atendido en el HGZ No. 10, en Santiago Ixcuintla, y posteriormente trasladado al HGZ No. 1, en Tepic, en donde salvaron su vida.

Durante la operación, el neurocirujano realizó aseo quirúrgico, extrajo esquirlas óseas del cerebro del joven y lo canalizó a la Unidad de Cuidados Intensivos, lo que dio como resultado una favorable evolución en su recuperación.



La señora Irma González, mamá de Sergio, dijo sentirse agradecida con todo el personal médico y de enfermería del IMSS, por haber salvado la vida de su hijo y brindarle la mejor atención en todo momento.



Entérate de más historias y logros en los Suplementos Familia IMSS en los Estados.

Escanea el código QR

FAMILIA [IMSS]
Historias de IMSSpiración
SUPLEMENTOS
EN LOS ESTADOS

Fuente: OOAD del IMSS en Chiapas, Morelos, Oaxaca y Querétaro.



HOSPITAL GENERAL REGIONAL No. 2 CIUDAD JUÁREZ, CHIHUAHUA

EL MÁS GRANDE Y COMPLETO DE SU TIPO EN EL IMSS

Antecedentes:

El Hospital General Regional (HGR) No. 2, en Ciudad Juárez, Chihuahua, fue inaugurado el 21 de diciembre de 2024 por la Presidenta de México, Dra. Claudia Sheinbaum; el director general del Instituto, Mtro. Zoé Robledo, y la gobernadora del estado, María Eugenia Campos Galván. Es el hospital de Segundo Nivel de Atención más grande y completo del IMSS en el país.

Originalmente, estaba proyectado como un hospital de especialidades de la Secretaría de Salud estatal; sin embargo, su construcción quedó inconclusa hasta que, en 2019, el IMSS asumió la responsabilidad de concluirla, equipar y ponerla en operación. Para transparentar el proceso, en noviembre de 2022 se instaló el primer Comité Ciudadano de Seguimiento y Apoyo a la Construcción, modelo creado para supervisar y dar seguimiento a la obra.

Infraestructura:

- 264 camas censables.
- 8 quirófanos centrales.
- 52 consultorios.
- 1 tomógrafo.
- 1 mastógrafo.
- 1 resonador.
- 1 angiógrafo.
- 8 peines de laboratorio.
- 1 Clínica de Mama.
- 1 Unidad de Quemados.



Ofrecemos especialidades como:

- » Cardiología.
- » Cirugía general.
- » Cirugía plástica.
- » Coloproctología.
- » Medicina física.
- » Neurocirugía.
- » Oncología.
- » Ortopedia.
- » Rehabilitación.
- » Urología.



Actualmente, el director del Hospital es el **Dr. Horacio Rafael Tinoco Vázquez.**

Equipo humano:

2,254 trabajadoras y trabajadores.



Desde su apertura ha brindado:

- » 50,000 consultas de especialidades.
- » 15,656 atenciones de urgencias.
- » 2,000 intervenciones quirúrgicas.
- » 429,972 estudios de laboratorio.
- » 12,797 estudios radiodiagnóstico.
- » 23,500 sesiones de hemodiálisis.
- » 200 sesiones de termoterapia.
- » 60 sesiones de electroterapia.
- » 20 terapias de lenguaje.
- » 2,800 sesiones de ultrasonido.
- » 5 pacientes atendidos en la Unidad de Quemados.



66

En voz del personal:

Jaquelinna Iveth Loya Álvarez, enfermera.

"Para mí, la mayor satisfacción de trabajar en esta institución es brindar un trato digno y humano a cada derechohabiiente que llega al HGR No. 2, donde contamos con un equipo comprometido, un ambiente profesional y la misión de servir con calidad y calidez".



Luis Alberto Ramos, enfermero.

"Me siento orgulloso de pertenecer al HGR No. 2, que me ha brindado la oportunidad de desarrollarme en el área de Urgencias y de integrarme a un equipo calificado, comprometido y humano, que me motiva cada día a dar lo mejor de mí y a contribuir al cuidado de la salud de los derechohabientes".



En voz de la derechohabiencia:

Mayra Julissa Luján Venegas, paciente.

"He recibido una atención excelente en el HGR No. 2. El personal siempre me recibe con una sonrisa, me trata con respeto y me hace sentir cómoda. Es un privilegio contar con un hospital moderno, bien organizado y con profesionales que realmente se preocupan por nosotros".



Concepción Marín García, paciente.

"Como paciente oncológica, mi experiencia en el HGR No. 2 ha sido positiva desde el primer momento. He contado con un médico excelente, profesional y humano, que me brinda la atención y el seguimiento que necesito. Me da tranquilidad saber que estoy en buenas manos".



Datos relevantes:

- » Dispone del Servicio de Hemodiálisis más grande del estado.
- » Cuenta con una unidad de Quemados y una Sala de Hemodinamia, únicos en el sector público de Chihuahua.
- » Sus subespecialidades en neurocirugía, cirugía de columna, urología, cirugía plástica y angiología reducirán de manera significativa la necesidad de enviar pacientes a unidades médicas de Tercer Nivel.

IMSS ESTADO DE MÉXICO PONIENTE:

MÁS DE 65 AÑOS DE HISTORIA, SERVICIO Y CORAZÓN



IMPORTANCIA DEL IMSS EN ESTADO DE MÉXICO PONIENTE

Los servicios del Seguro Social (IMSS) en el Estado de México iniciaron el 26 de abril de 1948, por decreto presidencial de Miguel Alemán, en los municipios de Cuautitlán, Villa Nicolás Romero, Naucalpan y Tlalnepantla.

El 20 de agosto de 1960 comenzó formalmente la labor de la Delegación Estado de México en Toluca. En 1997, debido al crecimiento poblacional y territorial, se dividió en dos delegaciones regionales, hoy conocidas como Órganos de Operación Administrativa Desconcentrada (OOAD) Regional Oriente y Poniente.

El OOAD Estado de México Poniente del IMSS tiene su sede en Toluca, capital del Estado de México.

- Otorga servicios médicos a **2 millones 951 mil 742** derechohabientes, con una infraestructura médica de Régimen Ordinario, conformada por:

- 42 Unidades de Medicina Familiar (UMF).
- 2 Hospitales Generales Regionales (HGR).
- 3 Hospitales Generales de Zona (HGZ).
- 1 Hospital de Gineco Obstetricia (HGO).
- 1 Unidad Médica de Atención Ambulatoria (UMAA).
- 1 Unidad Médica de Alta Especialidad (UMAE) Hospital de Traumatología y Ortopedia (HTO).



Titular de la Oficina de Representación
Doctor Tonatiuh Ortiz Castillo

- Actualmente, la Familia IMSS Estado de México Poniente está integrada por **16 mil 682** trabajadoras y trabajadores:



15,162 Base.
1,489 Confianza.
31 Mando.



Conoce el
Catálogo Nacional de
DESCUENTOS
y con solo presentar tu credencial obtén
grandes beneficios



Escanea el código QR
y conócelos

- Tan solo en un **día típico otorga, entre otros servicios:**

20,700 consultas.
41,333 análisis clínicos.
2,849 estudios de radiodiagnóstico.
120 intervenciones quirúrgicas.
360 sesiones de inhaloterapia.
26 partos.
103 sesiones de hemodiálisis.



DATOS RELEVANTES:

El IMSS en Estado de México Poniente cuenta con un complejo arquitectónico de gran valor, diseñado por el reconocido arquitecto Teodoro González de León. Este espacio alberga la sede del OOAD, una subdelegación, un hospital, una unidad médica, canchas deportivas, una alberca semiolímpica y un emblemático teatro que ha recibido eventos de talla internacional.

La Unidad Deportiva "Cuauhtémoc", ícono de la región, integra oficinas administrativas, un Centro de Seguridad Social, un Centro de Artesanías, canchas deportivas, una alberca olímpica al aire libre y un teatro. En su exterior destaca la imponente estatua de Cuauhtémoc y el mural en relieve "La Tira de la Peregrinación", símbolos de identidad y cultura.

Dr. Jorge Arturo Núñez, corazón y excelencia médica al servicio de la niñez

Con una vocación inquebrantable y un compromiso profundo con la salud infantil, el Dr. Jorge Arturo Núñez Hernández, subdirector del Hospital General Regional (HGR) No. 220 del IMSS en Toluca, ha dedicado su vida a cuidar, prevenir y mejorar la calidad de vida de sus pacientes.

Médico cirujano, formado en la Universidad Veracruzana y especialista en Pediatría y Endocrinología Pediátrica en el Centro Médico Nacional (CMN) "La Raza", complementó su trayectoria con estudios en gestión y dirección de instituciones de salud, siempre buscando unir el conocimiento con la calidez humana.

Su incansable labor y liderazgo en estrategias preventivas e integrales para la atención pediátrica le valieron la Presea Estado de México 2024 "Gustavo Baz Prada", en la categoría de Medicina y Fomento a la Salud, uno de los máximos reconocimientos que otorga la entidad.

El Dr. Núñez Hernández es un orgullo para el IMSS y un ejemplo vivo de que la excelencia profesional, cuando se acompaña de empatía y servicio, transforma vidas y deja huella.



¿DÓNDE SE UBICA?

El Estado de México es la entidad más poblada del país y destaca por su diversidad geográfica, que abarca desde montañas y bosques hasta extensas zonas urbanas.

Se localiza en la región centro de la República Mexicana. Colinda al norte con los estados de Querétaro e Hidalgo; al sur con Guerrero y Morelos; al este con Puebla y Tlaxcala; y al oeste con Guerrero y Michoacán, así como con el Distrito Federal, al que rodea al norte, oriente y occidente.

Se divide en 125 municipios, su capital es Toluca de Lerdo.

De acuerdo con el INEGI en 2020, en el Estado de México había 16,992,418 habitantes.



¿A DÓNDE IR?

Su cercanía con la capital del país lo convierte en un territorio estratégico, donde conviven tradiciones ancestrales, riqueza cultural y un importante desarrollo económico.

- **Valle de Bravo**, Pueblo Mágico con un imponente lago artificial ideal para deportes acuáticos, es reconocido por su arquitectura colonial, sus pintorescas calles empedradas y por ser uno de los santuarios de la Mariposa Monarca.
- **Metepec**, colorido y tradicional Pueblo Mágico, destaca por su riqueza histórica, su arte popular —particularmente el famoso “Árbol de la Vida”—, su arquitectura colonial y su variada gastronomía.
- **Malinalco**, destino ideal para los amantes de la historia prehispánica y el misticismo, alberga en su zona arqueológica un templo monolítico tallado directamente en la montaña.
- **Ixtapan de la Sal**, de clima cálido durante todo el año, es un atractivo destino familiar conocido por sus aguas termales y sus reconocidos balnearios.



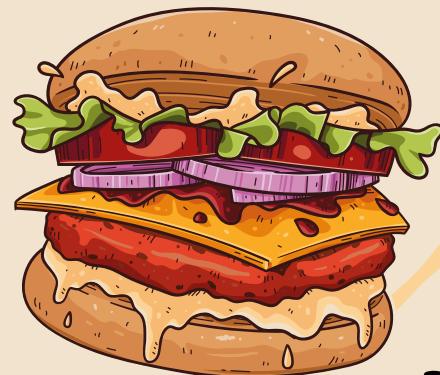
ATLETAS MEXICANOS HECHOS EN LA UNIDAD CUAUHTÉMOC DEL IMSS

- **Felipe “El Tibio” Muñoz**, oro en 200 metros pecho en México 1968, único nadador mexicano con una medalla olímpica dorada, dirigente deportivo y miembro del Comité Olímpico Internacional.
- **Fernando Platas**, orgullo mexiquense y uno de los clavadistas más reconocidos del país, participó en cuatro Juegos Olímpicos y obtuvo medalla de plata en trampolín de 3 metros en Sídney 2000, además de múltiples preseas en Juegos Panamericanos y Mundiales.
- **María José Alcalá**, pionera de los clavados femeninos en México, con participación en cuatro ediciones olímpicas. En 2021 hizo historia al convertirse en la primera mujer presidenta del Comité Olímpico Mexicano.

El IMSS, a través del OOAD Estado de México Poniente, reafirma su misión de servir con calidez y vocación a la población.

Torta de chorizo rojo

(1 porción)



Ingredientes:

- 1 pieza de pan (telera o bolillo).
- 100 g de chorizo rojo.
- 2 cucharadas de crema ácida.
- 60 g de jitomate.
- 40 g de queso panela.
- 3 rajas de chile.

Preparación:

- 1 Desmenuza el chorizo y caliéntalo en una sartén.
- 2 Parte el pan a la mitad y colócalo en un comal para calentarlo.
- 3 Unta la crema en una de las mitades y deja que se siga tostando hasta alcanzar el punto deseado.
- 4 Agrega el chorizo en la base del pan.
- 5 Incorpora el jitomate, el queso y las rajas de chile al gusto.
- 6 Coloca la otra mitad del pan encima para cerrar la torta y ¡listo!
- 7 Acompáñala con una ensalada fresca para un platillo completo.

Información nutrimental por porción:

*jEs ideal para disfrutar como
comida rápida y nutritiva!*

Calorías
632

Proteínas
33.7 g

Grasas
44.5 g

Carbohidratos
24.5 g



Metanfetaminas: LA DROGA

que engancha en minutos y destruye en silencio



En la lista de las drogas más peligrosas y adictivas, las metanfetaminas ocupan un lugar alarmante. Conocidas como "cristal", "hielo" o "vidrio", estas sustancias sintéticas actúan con rapidez; unas pocas dosis pueden iniciar un ciclo de dependencia difícil de romper, con un alto costo para la salud y la vida.

¿Qué es el "cristal" y por qué es tan adictivo?

Las metanfetaminas son drogas estimulantes, derivadas de las anfetaminas, modificadas para aumentar su potencia y duración. Su forma más común son pequeños cristales brillantes que suelen fumarse, aunque también pueden inhalarse, inyectarse o ingerirse en pastillas.

Cuando se fuma, el efecto llega en segundos: euforia intensa, energía desbordante, disminución del apetito y una falsa sensación de confianza. Sin embargo, también pueden aparecer comportamientos erráticos, paranoia, alucinaciones y agresividad.

La rapidez con que genera adicción es uno de sus mayores peligros. En comparación con el alcohol o el tabaco, el cristal puede provocar dependencia en muy pocas ocasiones de uso, sobre todo si se fuma o inyecta. Esto ocurre porque provoca una liberación masiva de dopamina, el neurotransmisor del placer. Con el tiempo, el cerebro deja de producirla de forma natural, lo que obliga a consumir más para sentir el mismo efecto (tolerancia) y provoca síntomas intensos al dejarla (abstinencia).



Daños que dejan huella

El consumo habitual de metanfetaminas es un ataque directo al cuerpo, la mente y la vida social:

- **FÍSICOS:** daños cardíacos, pulmonares y cerebrales, deterioro dental grave, lesiones en la piel, pérdida extrema de peso y mayor riesgo de VIH o hepatitis al inyectarse.
- **MENTALES:** ansiedad, depresión, psicosis persistente y deterioro cognitivo irreversible.
- **SOCIALES:** aislamiento, violencia, conflictos familiares, abandono escolar y pérdida del empleo.

En México, el consumo creció más de 400% en la última década, afectando principalmente a hombres de entre 15 y 25 años. Factores como pobreza, violencia, trabajos extenuantes y baja autoestima aumentan la vulnerabilidad.



Señales que NO debes ignorar

- Pérdida de peso rápida y pupilas dilatadas.
- Sudoración excesiva y lesiones en la piel.
- Cambios bruscos de humor, paranoia o alucinaciones.
- Aislamiento, mentiras constantes y objetos sospechosos como pipas, papel aluminio quemado o jeringas.



El IMSS frente a este reto

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) aborda el problema desde tres frentes:

- **PREVENCIÓN:** programas como PREVENIMSS, pláticas en escuelas, guarderías y centros de trabajo, y estrategias de Promoción de la Salud para fortalecer factores protectores en todas las edades.
- **DETECCIÓN TEMPRANA:** personal capacitado con la Guía de Intervención mhGAP (Mental Health Gap Action Programme) de la OMS para identificar señales de consumo y brindar intervenciones motivacionales.
- **ATENCIÓN MÉDICA:** en casos de intoxicación, estabilización de signos vitales, control de síntomas agudos y desintoxicación, con canalización posterior a atención psicológica, psiquiátrica y programas de rehabilitación.

Recomendaciones del IMSS

- Habla con claridad sobre los riesgos de esta droga.
- Refuerza la comunicación y el acompañamiento familiar.
- Detecta cambios físicos y de conducta.
- Busca ayuda profesional en tu Unidad de Medicina Familiar.
- Participa en actividades preventivas en tu comunidad.

El cristal no es una moda ni una experiencia pasajera: es una sustancia altamente adictiva y dañina. La información es una herramienta clave para proteger a quienes más quieras.

El IMSS está preparado para ayudarte a dar el primer paso hacia la recuperación.

Fuente: Dirección de Prestaciones Médicas del IMSS.

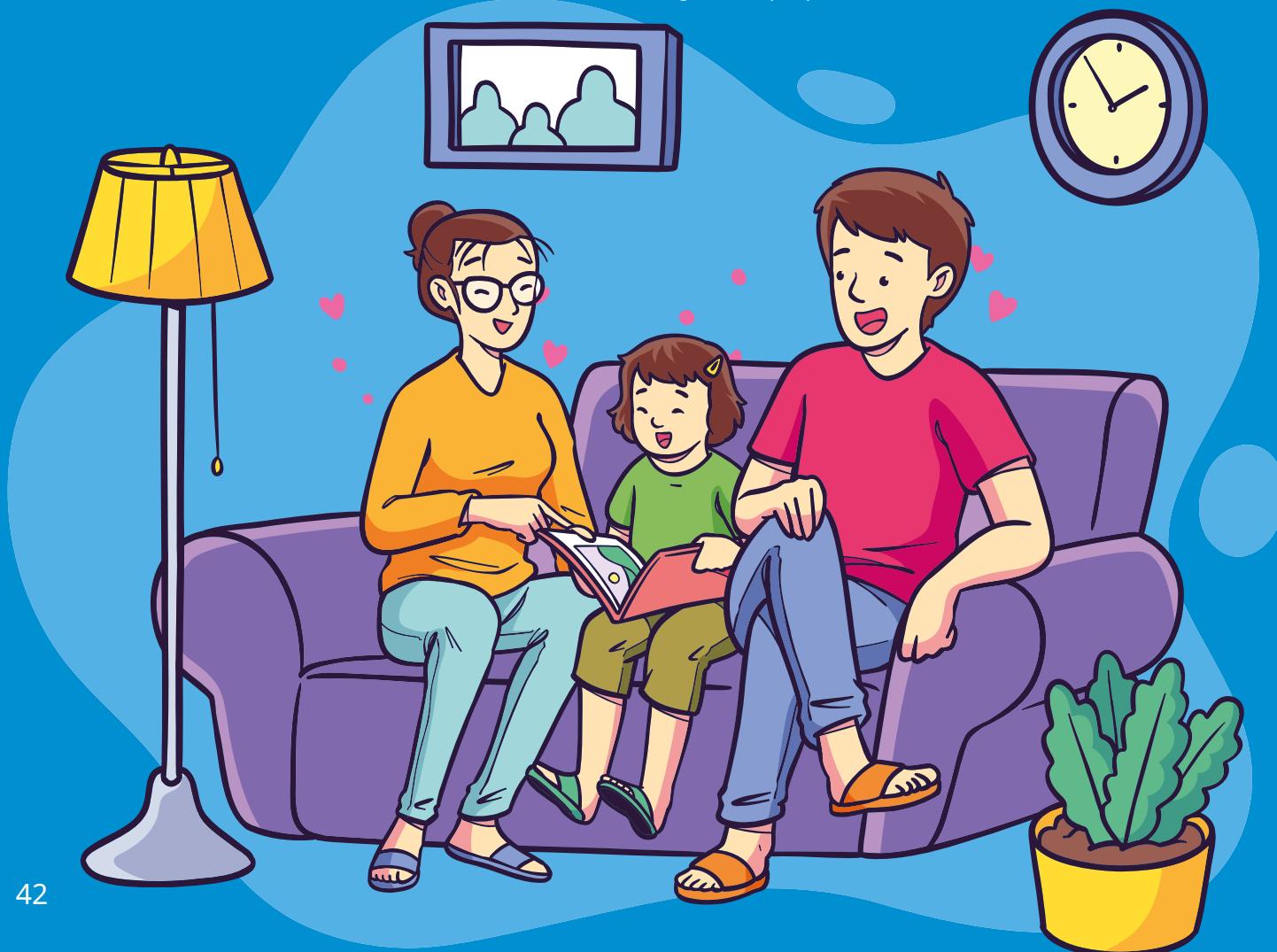
¿Cómo hablar de SISMOS con las niñas y los niños?

Hablar de sismos con tus hijas e hijos es de suma importancia para brindarles elementos que les permitan mantener una actitud serena ante un movimiento telúrico, una información clara y sencilla puede marcar la diferencia.

Comprender lo que pasa debajo de nuestros pies, nos permite concebir los sismos como un fenómeno natural que no podemos evitar, pero ante el cual podemos diseñar medidas de seguridad para mantenernos a salvo.



Por ello, es importante que expliques de manera sencilla qué son los sismos y qué los produce. Puedes compartir tu experiencia, escuchar sus inquietudes, validar en todo momento sus sentimientos y enseñarles las medidas de seguridad que podrían llevar a cabo.



A continuación, te explicamos de manera sencilla qué es un sismo para que puedas compartir esta información con tus hijas e hijos:

"Al igual que tú, nuestro planeta tiene vida y esto lo puedes ver a través de los árboles, los volcanes, los mares y las montañas.

La geosfera, mejor conocida como la Tierra, está compuesta por tres capas: corteza, manto y núcleo. La corteza es la capa más fina, por lo que se considera la piel de nuestro planeta y en ella viven las hormigas, los escarabajos y las lombrices. Esta primera capa se apoya en otra más sólida llamada litósfera, cuyo significado es "esfera de piedra"; es muy dura y rígida y está fraccionada en grandes pedazos, como si fueran sus huesos, pero se conocen como placas tectónicas... ¡son las que se mueven cuando tiembla!

¿Cómo lo hacen? Las placas flotan sobre una superficie viscosa llamada astenosfera que se encuentra a grandes temperaturas y debido al intenso calor del núcleo, la capa viscosa está en constante movimiento, esto hace que las placas tectónicas se muevan todo el tiempo, pero en ocasiones, estos movimientos son muy bruscos y producen terremotos, maremotos o provocan la formación de montañas".

Es importante que tus hijas o hijos comprendan que los sismos son parte de la naturaleza y que no es posible evitarlos. Sin embargo, sí podemos prevenir algunas situaciones, por ello te compartimos las siguientes sugerencias que te permitirán hablar con ellas y ellos dejando a un lado los tabúes:



¡Habla con claridad!

Explica de forma sencilla lo que es un sismo, cómo ocurren, sus consecuencias y cómo podría actuar.

Explíca lo que debe hacer durante un sismo.

Dile cómo puede protegerse en su casa o escuela y muéstrale los puntos seguros. Reitera lo importante que es mantener la calma y seguir las medidas de seguridad.

Escucha y valida sus sentimientos.

Reconoce sus emociones, sé empático y dile que está bien sentirse así. Incluso puedes compartir lo que tú sientes.

Diseñen juntos un plan de emergencia.

Una vez que hayas explicado lo que son los sismos y cómo puede protegerse inventen su propio Plan Familiar de Protección Civil. Utiliza actividades lúdicas para localizar los puntos de menor riesgo o incluso realizar simulacros en casa.



Recuerda que los sismos pueden ser una experiencia muy traumática o tranquila para una niña o un niño. Todo dependerá de la actitud que tengas antes, durante y después de un temblor.



Daltonismo: cuando los colores se confunden

El daltonismo es un defecto visual de origen genético en el que se confunden ciertos colores, especialmente el rojo con el verde, o en menor medida el azul con el amarillo. Esta condición se debe a una alteración en los conos de la retina –células responsables de captar la luz y los colores– que no funcionan correctamente o están ausentes.

Las personas con daltonismo pueden percibir los colores de manera tenue, tener dificultad para diferenciar tonos similares o no distinguir ciertos colores en absoluto. Aunque muchas personas lo viven sin saberlo, detectarlo a tiempo permite mejorar el entorno escolar, familiar y social de quien lo padece.

En el Instituto Mexicano del Seguro Social existen protocolos para detectar, orientar y acompañar desde edades tempranas.

¿A quién afecta con mayor frecuencia?

En México, se estima que alrededor del 8 % de los hombres presentan daltonismo congénito, mientras que en las mujeres la cifra es menor al 1 %. Esta diferencia se debe a que el gen responsable se encuentra en el cromosoma X, lo que hace más probable su manifestación en varones.

El daltonismo congénito no es prevenible, ya que tiene origen hereditario. Sin embargo, sí es posible detectarlo a tiempo y manejarlo adecuadamente, lo que mejora la calidad de vida de quienes lo presentan.

Aunque la mayoría de los casos son hereditarios, algunas enfermedades pueden afectar la percepción de los colores:

- ⦿ Alzheimer.
- ⦿ Diabetes.
- ⦿ Glaucoma.
- ⦿ Leucemia.
- ⦿ Degeneración macular.
- ⦿ Párkinson.
- ⦿ Anemia falciforme.
- ⦿ Cataratas.

Estos casos, conocidos como “daltonismo adquirido”, deben atenderse dentro del tratamiento de la enfermedad que los provoca.

¿Cómo lo detecta el IMSS?

El IMSS aplica pruebas especializadas como el Test de Ishihara, que consiste en láminas con puntos de colores que forman números visibles solo para personas con visión normal del color. En casos que requieren mayor precisión, como para ciertas actividades profesionales, también se utilizan anomaloscopio y el Test de Farnsworth.

El IMSS y la Secretaría de Educación Pública, a través de la estrategia "Vive Saludable, Vive Feliz", promueven exámenes de agudeza visual que pueden incluir la detección de alteraciones en la percepción del color. Además, las familias pueden observar signos como:

- 🕒 Confusión frecuente entre colores como verde y marrón.
- 🕒 Dificultad para aprender colores básicos.
- 🕒 Frustración al pintar, colorear o usar materiales visuales.

¿Qué apoyo ofrece el IMSS?

Aunque no existe un tratamiento curativo, el IMSS orienta a los pacientes y sus familias para incorporar herramientas útiles, como:

- 🕒 Lentes o filtros especializados, que ayudan a mejorar la percepción de colores.
- 🕒 Sugerencias escolares para utilizar materiales adaptados.
- 🕒 Aplicaciones móviles que asisten en la identificación cromática en la vida diaria.

El IMSS proporciona orientación genética especializada a las familias con hijos diagnosticados con daltonismo. Esta asesoría permite entender el origen de la condición y valorar riesgos en futuros embarazos.

El daltonismo no se puede prevenir, pero sí se puede detectar, comprender y manejar. El Instituto cuenta con pruebas diagnósticas, asesoría especializada y acompañamiento para que las personas con esta condición se desarrollen de forma plena.

La detección oportuna puede marcar una diferencia significativa en el desarrollo académico, social y emocional de niñas, niños y adolescentes. Ante cualquier duda, es recomendable acudir a tu Unidad de Medicina Familiar más cercana para una evaluación especializada.

Fuente: Dirección de Prestaciones Médicas del IMSS.





¡PARTICIPA CON NOSOTROS!

La vocación de servicio de la Familia IMSS se ha puesto a prueba en sismos, huracanes y pandemias, demostrando su grandeza. De cada desafío hemos aprendido a: reforzar la prevención, construir hospitales más seguros y resilientes, y crear metodologías que reflejan nuestro compromiso de cuidar a la población.

¡CONTESTA LA SIGUIENTE TRIVIA!

1.

¿Cómo son conocidas las metanfetaminas?

2.

¿Cuál es el hospital de Segundo Nivel de Atención del IMSS más grande del país?

3.

¿Qué objetivo tiene el Centro Nacional de Simulación de Mantenimiento y Conservación de Unidades Médicas?



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

RESPUESTAS A LA TRIVIA ANTERIOR

Felicitamos a **Rodrigo Josué Martínez García**, de la Jefatura de Servicios de Afiliación y Cobranza del OOAD Estado de México Poniente.

1. ¿Qué es el alcoholismo?

Es una enfermedad crónica caracterizada por el abuso en el consumo de bebidas alcohólicas y la dependencia a esta sustancia, que afecta la salud física, mental y el entorno de quien lo padece.

2. ¿Cuál es el objetivo del proyecto "Silla-Cama de Acompañamiento"?

Brindar un descanso digno a cuidadores primarios de pacientes hospitalizados en unidades de Segundo y Tercer Nivel del IMSS en todo el país.

3. ¿Quiénes fueron la primera persona empleadora y el primer trabajador registrado ante el IMSS?

La primera empleadora fue Concepción Fuentes Martínez y el primer empleado afiliado fue Abel Morales Rodríguez.



TE INVITAMOS A APRENDER CON NOSOTROS

- **BID:** Banco Interamericano de Desarrollo.
- **AMIIMSS:** Modelo de Atención Materna Integral del IMSS.
- **OPS:** Organización Panamericana de la Salud.
- **PSP:** Persona Servidora Pública.
- **RIIAD:** Programa de Respuesta Institucional Inmediata ante Desastres.
- **SECIHTI:** Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación.

EN 2020, ÉRAMOS

3.6
PERSONAS
POR VIVIENDA



DURANTE OCTUBRE Y NOVIEMBRE, PARTICIPA EN LA
ENCUESTA INTERCENSAL 2025

 INEGI



ENCUESTA
INTERCENSAL
2025

TODOS CAMBIAMOS
**VOLVAMOS A
CONOCERNOS**



www.intercensal2025.mx



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

¿Listo para ser el primero
en saberlo todo?



ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
ESCANEA
Y ÚNETE

A large QR code with a green border. In the center of the QR code is a small green square containing the white silhouette of a person talking on a phone, which is the logo for WhatsApp. A thick black circle is drawn around the QR code, and four red L-shaped brackets point from the corners of the circle towards the four cardinal points (top-left, top-right, bottom-left, bottom-right).

Y ÚNETE