



Síntesis de Noticias

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Lunes 21 de noviembre de 2022.

Esta información es proporcionada por la Secretaría de Salud Federal

Medios: Crónica, La Jornada, La Razón, Reforma, Excélsior, El Universal, Milenio, Contra Réplica.

Más de 5 mil participantes en desfile revolucionario en VC/Crónica

La alegría se desbordó con el colorido Desfile Cívico Deportivo que se llevó a cabo en la alcaldía Venustiano Carranza, para conmemorar el CXII Aniversario de la Revolución Mexicana, en el cual participaron 150 carros alegóricos y más de 5,500 trabajadores de la demarcación y asociaciones civiles, que tuvo un saldo blanco. A este evento también asistieron Israel Moreno Rivera, Subsecretario de la Coordinación Metropolitana y Enlace Gubernamental del Gobierno de la Ciudad de México; el ex beisbolista Alfredo “El Zurdo” Ortiz, Iván Lara Manríquez, director de la Asociación Nacional de Deporte LGBTQ +, Gonzalo Saucedo Villalba de la Jurisdicción Sanitaria de la Secretaría de Salud, integrantes del Consejo de la Alcaldía, entre otras personalidades.

Invertirá el gobierno 210 mil mdp en compra bianual de medicamentos/La Jornada

El gobierno federal invertirá alrededor de 210 mil millones de pesos en los siguientes dos años en la compra de más de mil 200 claves de medicamentos y, por primera vez en esta administración, se estima que sólo 10% de los contratos se quedarán desiertos, afirmó Juan Antonio Ferrer, director del el Insabi. Informó que ya se formalizó la terminación del convenio con la Oficina de Naciones Unidas de Servicios para Proyectos (Unops), por lo que la compra bianual (2023-2024) la realiza el Insabi, como se acordó con las secretarías de Hacienda, Función Pública y de Relaciones Exteriores, así como con las dependencias de salud, indicó. El Insabi es responsable del proceso de adquisición de las medicinas, material de curación y equipos para las instituciones públicas de salud, señaló. Para los siguientes dos años estarán disponibles los productos determinados por el comité técnico creado por la Secretaría de Salud y la compra es sectorial.

Advierten de otra ola de covid por mayor movilidad/La Razón

Virologos del país advirtieron que una nueva ola de contagios de Covid ya se inició en el país, tras el repunte de casos en las últimas semanas y la aparición de nuevos sublinajes del virus. En entrevista con La Razón, Alejandro Sánchez Flores, investigador del Consorcio Mexicano de Vigilancia Genómica, detalló que los incrementos son por un rezago de muestreo en el país, sobre todo por el puente que hubo en el Día de Muertos, pero a pesar de ello sí se ha visto un incremento en las enfermedades respiratorias. Respecto de la variante “Perro del Infierno”, el experto señaló que ya se ha detectado en otros países y ya se encuentra en México, aunque lo que se sabe hasta el momento es que es más contagiosa y transmisible y advirtió que no se va a controlar, sino que va a llegar un pico y después se espera un descenso. “Las autoridades ya se olvidaron de traer vacunas y ni pensar en las bivalentes, que son las que protegen contra Ómicron. Esas ayudarían más que estarse vacunando con las mismas”, indicó.

A vacunarse: la neumonía es de las principales causas de muerte/Crónica

Ante la proximidad de la temporada invernal, y con ella, la eventual exposición a constantes cambios bruscos de temperatura, se hace un llamado a todas las personas en general, pero de manera enfática a todos aquellos a quienes pertenecen a grupos Vulnerables como infantes menores de cinco años, adultos mayores de 60 años, así como pacientes con problemas respiratorios acudan a aplicarse todas las vacunas necesarias con base en su edad y en la temporada, a fin de reducir el riesgo de que pudieran enfermar de neumonía. Esta enfermedad respiratoria, es una de las principales causas

de muerte en nuestro país y afecta con mayor prevalencia a grupos vulnerables de la población, aunado al hecho de que durante los últimos más de dos años y medio, con motivo de la emergencia sanitaria provocada por Covid, los problemas respiratorios se incrementaron. Con los fríos del invierno próximo, así como la eventual circulación de alguna de las variantes del virus del SARS-CoV-2, se incrementa el riesgo de que una persona pudiera presentar más de una infección a la vez o coinfección: adquirir una neumonía por estos agentes y al mismo tiempo contagiarse de COVID.

Sufre discriminación mayoría de menores/Reforma

En México, 60% de niños de 3 a 9 años se ha sentido rechazado o tratado de manera discriminatoria por su edad, peso, estatura, Color de piel o religión, según la en la *Consulta Infantil y Juvenil 2021*. En tanto que el 73% de niños entre los de 10 a 13 años dijo haberse sentido discriminado y destacó como motivos la forma de hablar y vestir, la religión y el color de la piel. En el grupo de 14 a 17 años, el 74% ha sido víctima de discriminación y destacó razones como la forma de hablar y vestir, la orientación sexual, el color de piel y el ser mujer. Según el informe “Negación de los derechos: Los efectos de la discriminación sobre la infancia”, el racismo y la discriminación contra niños y adolescentes debido a su origen étnico, idioma o religión están muy extendidos en algunos países. Advirtió que los efectos de la discriminación sobre la infancia afectan negativamente la educación y la salud, además del acceso a registros.

Prevén que meningitis perdure/Excélsior

El médico infectólogo y catedrático de la Universidad de Guanajuato, Alejandro Macías Hernández, pidió tranquilidad a pacientes y familiares afectados por meningitis ya que están siendo atendidos lo más pronto posible y recibiendo el tratamiento adecuado “Los pacientes que sepan que el medicamento es adecuado, el personal de salud está recibiendo a los pacientes lo más pronto posible para iniciar un tratamiento muy temprano, esto ya que avanza es muy difícil de detener clínicamente”. Pidió a la sociedad a ser solidaria con las autoridades y el personal médico ya que resultará agotador y prevén que la emergencia sanitaria persistirá por mayor tiempo. Destacó que el personal de salud va a tener una coordinación difícil, además de la saturación de los hospitales. “No va a ser una situación que puedan manejar una o dos semanas, van a requerirse meses”. El especialista añadió que no sólo las autoridades sanitarias van a tener un trabajo agotador, también los responsables de la procuración de justicia, ante el incremento de denuncias.

El estrés bueno existe/El Universal

Seguramente la mayoría de los jugadores que participarán en la Copa del Mundo de Catar 2022 están nerviosos en algún grado, pero es muy posible que mantendrán altos niveles de motivación y preparación, lo que les ayudará a controlar el estrés que genera participar en una competencia de ese nivel para poder pensar y desempeñarse correctamente, dando lo mejor de sí mismos. Esto es un ejemplo de lo que puede hacer el “estrés positivo”. De acuerdo con información del Instituto Nacional de Psiquiatría “Ramón de la Fuente”, el estrés es un conjunto de respuestas físicas, “emocionales y mentales que ayudan a las personas a estar alertas y reaccionar ante situaciones amenazantes de la vida cotidiana, preparándolas para adaptarse a situaciones como luchar, huir o paralizarse. Cuando ese estrés es negativo, las personas perciben que es muy difícil afrontar situaciones estresantes porque las demandas son excesivas, muy intensas y rebasan sus límites de resistencia y adaptación. Pero vemos estrés positivo cuando enfrentamos situaciones desafiantes, cuyas demandas son altas, pero no rebasan nuestras capacidades; por eso, podemos sentir competencia, confianza, motivación, entusiasmo y bienestar”, indica el documento.

10 líneas de acción para prevenir las afecciones laborales más frecuentes/La Jornada

En el programa Entornos Laborales Seguros y Saludables y (ELSSA) es voluntaria y gratuita para las a ml empresas. Entre sus varias ventajas se encuentra que el IMSS colabora con asesoría y capacitación para que los centros de trabajo cumplan con la norma en materia de prevención de riesgos de trabajo, incluida la relativa a los factores de daño psicosocial que pueden enfrentar los empleados. Además de atender los ordenamientos legales, los empleadores se benefician con mayor certeza de las buenas condiciones físicas y de salud de sus trabajadores, lo que a su vez se refleja en más productividad y menores costos explicó Rebeca Velasco Reyna, titular de la Coordinación de Salud en el Trabajo del Seguro Social.

La importancia de facilitar la activación física y la alimentación saludable/La Jornada

E IMSS invita a las empresas a promover espacios para ejercicio y comedores que ofrezcan menús sanos a sus empleados. La importancia de facilitar la activación física y la alimentación saludable ara que las personas cambien su estilo de vida, su entorno también debe cambiar. Las recomendaciones y la voluntad son insuficientes si se carece de las condiciones para llevarlas a cabo. Es así de claro y esa es la apuesta del IMSS en el programa Entornos Laborales Seguros y Saludables (ELSSA). Constantemente se envían a la población mensajes sobre la importancia de realizar actividad física y evitar el

sedentarismo, pero quienes tienen un trabajo diario que les demanda permanecer sentados frente a una computadora o los teléfonos, ¿cómo pueden cumplirlo? Eso no es posible, advierte Héctor Robles Peiro, titular de la Unidad de Prestaciones Sociales del Seguro Social, por lo que la propuesta de la Secretaría de Salud es impulsar que en los centros de trabajo se promueva y permita a los empleados tomar algún tiempo para moverse, levantarse estirar las piernas y caminar.

IMSS lleva a cabo jornada intensiva de vasectomía/El Universal, Reforma, Excélsior, Crónica

El IMSS realiza jornadas intensivas de vasectomía para la población general, del 14 de noviembre al 2 de diciembre, en sus unidades médicas. Con motivo del *Mes de la Salud Integral del Hombre y el Día Mundial de la Vasectomía*, que se conmemora el 30 de noviembre, el instituto afirmó que este método de planificación familiar definitivo tiene una efectividad de 99.7%, no conlleva ningún riesgo e, incluso, hace más placentera la relación sexual, al evitar a la pareja preocupaciones por un posible embarazo no planificado.

Sin disfunción eréctil y sin cáncer de próstata/Crónica

La doctora Ley Alfonso, reconoció que uno de los principales temores que tienen los hombres al procedimiento de la vasectomía y por lo que no se acceden a realizársela, es porque existe la falsa creencia de que les va a ocasionar disfunción eréctil, no poder complacer sexualmente a su pareja o desarrollar cáncer de próstata, sin embargo, cada uno de estos tabús han sido desmentidos, lo que facilita que los hombres se acerquen a los servicios de Planificación Familiar y a los MAPS del Instituto. La recomendación es solicitar la vasectomía cuando esté totalmente convencido en limitar su edad fértil o incluso aquellos que no desean tenerlos. También se brinda consejería para continuar el uso del condón y prevenir infecciones de transmisión sexual, enfatizó.

Preocupa uso desmedido de antibióticos/Milenio

En los últimos años pandémicos se ha detectado a escala global una tendencia en aumento sobre resistencia a los antibióticos, una problemática que causa al menos 700 mil muertes al año en el mundo y, de acuerdo con datos de la OMS, en 2050 la cifra aumentará a 10 millones. En la *Semana Mundial de la Concientización sobre el Uso de los Antimicrobianos*, expertos de la UNAM, en alianza con Reckitt, fomentan espacios de reflexión para que en conjunto puedan aplicarse intervenciones multisectoriales sobre este tema. Los Investigadores y expertos de la UNAM urgieron a informar desde sectores especializados en la industria a toda la cadena de uso, desde el personal de salud hasta los usuarios finales, con el objetivo de que se desacelere el uso excesivo e indebido de medicamentos antimicrobianos como los antibióticos, los antivirales y los antifúngicos. El doctor Samuel Ponce de León, coordinador del Programa Universitario de Investigación en Salud y de la Red del Plan Universitario Contra la Resistencia Antimicrobiana, advirtió que más de la mitad de los antibióticos que se recetan, distribuyen o venden lo hacen de manera inadecuada.

Avanza vacunación contra influenza/La Razón, Contra Réplica

La Secretaría de Salud de la CDMX dio a conocer que a la fecha se han aplicado un millón 434 mil 985 dosis de la vacuna contra la influenza, lo que representa un avance del 58.4% en mes y medio desde que arrancó la campaña. La población objetivo para esta vacuna, dijo, son los menores de seis a 59 meses de edad, adultos mayores de 60 años y más, embarazadas, personal de salud y capitalinos de 5 a 59 años con comorbilidades como enfermedades cardíacas o pulmonares congénitas crónicas y otros padecimientos que se acompañen del consumo prolongado de fármacos. Para evitar contagiarse, la Secretaría de Salud recomendó continuar con el lavado frecuente de manos, toser y estornudar de etiqueta, evitar el saludo de mano o beso, mantener ventilados los espacios comunes, abrigarse y no exponerse a cambios bruscos de temperatura, usar cubrebocas y bufanda y no fumar en lugares cerrados, cerca de niñas y niños, adultos mayores o enfermos.

Crecen casos de influenza/El Herald de México

se reportan más pacientes en este año que en los cinco anteriores, principalmente en Nuevo León, Querétaro, Colima y Zacatecas. El regreso a las actividades sociales y económicas, así como el abandono del cubrebocas, ocasionará un aumento de contagios de influenza en la temporada invernal 2022-2023, de acuerdo con la Secretaría de Salud. El organismo tiene el reporte de 1,795 casos al 18 de noviembre, principalmente en Nuevo León, Querétaro, Ciudad de México, Colima y Zacatecas, de los cuales 25 personas han fallecido. Una de las indicaciones de esta enfermedad es el resguardo, señaló Jazmín García Machorro, investigadora de la Escuela Superior de Medicina del IPN.

¿Son necesarios los suplementos dietéticos?/El Universal

Las consideraciones de muchas personas con respecto a la salud y el bienestar cambiaron a raíz de la pandemia de Covid. De ahí, el incremento en la incorporación de suplementos dietéticos a su alimentación diaria con la finalidad de cuidar el sistema inmunológico. Los Institutos Nacionales de Salud (NIH) de Estados Unidos definen a los suplementos dietéticos como "sustancias que se pueden utilizar para agregar nutrientes a la dieta o para reducir el riesgo de desarrollar problemas de salud, como osteoporosis o artritis y que se puede comprar sin necesidad de una receta médica". Estas sustancias se pueden conseguir en forma de píldoras, cápsulas, polvos, tabletas gel, extractos o líquidos, y pueden aportar vitaminas, minerales, fibra, aminoácidos, hierbas u otras plantas, o enzimas que podrían faltar en la alimentación diaria. Según los expertos, la búsqueda es para combatir problemas de sueño, ansiedad, estrés y mejorar el estado de ánimo. Y se espera que la demanda continúe en constante crecimiento. Además, se prevé que el consumidor buscará productos personalizados, con formulaciones "hechas a la medida" de acuerdo a necesidades específicas de salud.

A vacunarse: la neumonía es de las principales causas de muerte/Crónica

Ante la proximidad de la temporada invernal, y con ella, la eventual exposición a constantes cambios bruscos de temperatura, se hace un llamado a todas las personas en general, pero de manera enfática a todos aquellos a quienes pertenecen a grupos vulnerables como infantes menores de cinco años, adultos mayores de 60 años, así como pacientes con problemas respiratorios acudan a aplicarse todas las vacunas necesarias con base en su edad y en la temporada, a fin de reducir el riesgo de que pudieran enfermar de neumonía (...) Al respecto, la doctora María de los Ángeles Gutiérrez, Gerente Médica de Vacunas para Pfizer México, hizo un llamado a la población en general a cuidar su salud pulmonar previniendo las co-infecciones de virus respiratorios propios de la temporada.

Aumentan decesos y bajan los nacimientos/La Jornada

El crecimiento de la población en la capital del país se redujo en las primeras dos décadas del presente siglo debido a un sostenido incremento en el número de defunciones y una baja en la cantidad de nacimientos, indica un estudio del Consejo de Evaluación de la Ciudad de México (Evalúa-CDMX). El organismo destaca que en el año 2000 se registraron 181 mil 910 alumbramientos y para 2020 sólo 65 mil 703; por el contrario, se reporta un aumento de 133 por ciento en las defunciones, al pasar de 46 mil 29 a 107 mil 292 en el mismo periodo. El documento Desigualdades entre mujeres y hombres en dimensiones del bienestar, destaca que el crecimiento natural de la población de la ciudad, es decir, la diferencia entre el número de nacimientos y decesos, tiene una tasa media de -6.3 %.

Dormir bien para vivir mejor/El Universal

Un descanso de calidad es esencial para ser productivo y funcionar al 100%. La posición en la que duermes es importante. El sueño reparador es esencial para tener calidad de vida, porque en la fase del sueño R.E.M. (rapid eye movement), se da la restauración vital de nuestro cerebro, que reorganiza aquellos sistemas involucrados en el mantenimiento de la atención y de la memoria. El sueño reparador nos lleva a tener un descanso profundo y continuado, pero múltiples factores pueden afectarlo, como el estrés laboral, las deudas, los pagos de tarjetas de crédito, hasta enfermedades propias o de la familia. Para tener una mejor calidad de sueño, la Sleep Foundation recomienda mejorar la higiene del sueño, que tiene que ver con las condiciones que se tienen al dormir, como un buen colchón, que las sábanas y las almohadas sean cómodas, así como tener un horario de sueño constante, tener exposición de la luz natural durante el día, y evitar el consumo de alcohol antes de acostarse, así como eliminar el ruido y las interrupciones de la luz. Todos estos son factores que pueden promover la alineación inadecuada del ritmo circadiano. "En general, hay bastante evidencia respecto a que dormir de costado es probablemente lo mejor", comenta el especialista. Lo mismo aplica para las mujeres embarazadas. Somers recomienda que duerman de costado, porque eso elimina la presión sobre los órganos internos y promueve un flujo sanguíneo sano. "Cuando una mujer está en el tercer trimestre del embarazo y duerme boca arriba, el útero comprime la vena cava inferior. Se comprime el sistema arterial".

Hay que seguir usando mascarillas en la escuela/Crónica

El científico plantea una idea y no está tranquilo hasta demostrar si es correcta o no y con el resultado acepta o rechaza la hipótesis. Un ejemplo de esto ha sido el uso de cubrebocas para evitar la propagación y contagio del SARS-CoV-2. Hubo quienes decidieron que no servían para nada. Algunos de ellos, personajes públicos que sin datos decidieron no utilizarlos. Hubo quienes tenían evidencias razonables para pensar que sí servían y decidieron utilizarlos, pero no sin dejar de aprovechar la oportunidad de retar el concepto mediante investigación. La frecuencia de COVID en las escuelas públicas de los diferentes distritos antes de marzo de 2022 fue muy similar. A partir de marzo cambió y se demuestra que la frecuencia

de COVID en las escuelas de los dos distritos que mantuvieron el uso obligatorio de mascarilla fue menor. En el período estudiado, en las escuelas de los distritos que eliminaron el uso de mascarillas se registraron 44.9 casos más de COVID por cada mil estudiantes, lo que corresponde a 11,901 casos adicionales. Este trabajo aprovechó una situación social ajena a los investigadores (...) Esta información es muy valiosa para las políticas públicas en salud y para estar preparados cuando venga la siguiente pandemia. El estudio sugiere que en lugares en que se concentran personas en aulas o auditorios, sigue siendo conveniente utilizar mascarillas.