



2 DE ABRIL

Día Mundial de la
Concientización
sobre el
AUTISMO

AUTISMO

Dra. Zarina Ramos Amezcua

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD **QUÉ ES LA ENFERMEDAD DE LA SALUD KINESIOLOGÍA DE PARKINSON**

Día Mundial de la Salud

Abr. 7

Día del Kinesiólogo

Abr. 13

Día Mundial del Parkinson

Abr. 11

Colaboradores

DIRECTOR GENERAL

Dr. Heberto Arboleya Casanova

COLABORADORES

Dra. Zarina Ramos Amezcua

Dr. Israel Legorreta

Dr. Marco A. Fuentes Domínguez

Lic. Enf. Angélica Rivera Malagón

Lic. Enf. Zureyma Y. Fonseca Vidales

Dr. Juan Heriberto Rodríguez Piña

Dr. Alejandro Sassoé González

Dr. Iván Romero Coutiño

Lic. Jiavsi García Espejo

COORDINADOR

Dr. Iván Romero Coutiño

DISEÑO & EDICIÓN

Lic. Jiavsi García Espejo

- 4** **Autismo**
Dra. Zarina Ramos Amezcua / Área Médica
- 5** **Qué es la Kinesiología**
Dr. Israel Legorreta / Área Médica
- 6** **Cronograma de Sesiones / Día del Niñ@ en México**
Enseñanza / Comunicación Social
- 7** **Cursos / Día Mundial de la Voz**
Cursos / Comunicación Social
- 8** **Ji Hae Park: la música como lenguaje curativo**
Collage
- 9** **Día Mundial de la Salud**
Lic. Enf. Angélica Rivera Malagón / Subdirección de Enfermería
- 10** **Hemofilia**
Lic. Enf. Zureyma Y. Fonseca Vidales / Subdirección de Enfermería
- 11** **Siete razones de la Insatisfacción Sexual**
Medicina de Interés
- 12** **Datos que NO sabías del Autismo**
Medicina Util
- 13** **El peso de la Mochila ¿lo has pensado?**
Infografía
- 14** **Parkinson**
Dr. Juan Heriberto Rodríguez Piña / Área Médica
- 15** **Prevención de enfermedades en Trabajadores de la Salud**
Dr. Alejandro Sassoé González / Seguridad
- 16** **Efemérides / ABRIL**
Efemérides
- 17** **Cartelera de Cine/ Destinos increíbles en Semana Santa**
Entretenimiento

AUTISMO



Dra. Zarina Ramos Amezcua

El autismo, es una afección en la que el medio ambiente, la biología y el aspecto psicológico juegan un rol importante. Se caracteriza por 4 aspectos esenciales: 1. Aparece antes de los 30 meses, 2. El desarrollo de habilidades sociales está muy impedido, 3. El desarrollo del lenguaje es retardado y anormal; y 4. Se muestra insistencia continua de que nada debe cambiar. En ocasiones, el autismo **se encuentra ligado a enfermedades como la fenilcetonuria, la encefalitis, la rubeola materna, la esclerosis tuberosa y el síndrome de X frágil.**

Una de las causas más estudiadas desde el punto de vista psicológico es la **relación diádica madre-hijo**. Klein utiliza el término de esquizofrenia infantil, señalaba que el niño tenía una **incapacidad para simbolizar**. La enfermedad mental o personalidad de los padres, es un factor relevante a considerar en el origen de ésta. Sin embargo la falla en las funciones autónomas del yo infantil (lo biológico) es crucial; La madre en estos casos se encuentra esencialmente deprimida y con caracteres obsesivos, por lo que el vínculo se encuentra alterado, es frío y carente de afecto. Con respecto al factor cognitivo se sabe que **las funciones ejecutivas se encuentran muy por debajo de lo normal**, presentan **incapacidad para formar representaciones normales**.

Existen **dos tipos de autismo**: a) con predominio de factores orgánicos y b) aquel en el que predominan factores psicógenos. El autismo, desde la clasificación **psiquiátrica, pertenece a los trastornos generalizados del desarrollo**. Existen cuatro tipos: trastorno autista, trastorno de Rett, trastorno desintegrativo infantil y trastorno de Asperger.

Clínicamente se pueden ver alteraciones conductuales, disturbios del desarrollo y conductas de apego y habilidades sociales, disturbios en la comunicación y el lenguaje; anormalidades en el juego, conductas estereotipadas y ritualistas, respuesta anormal en la estimulación sensorial, autoestimulación y conducta autolesiva, funcionamiento intelectual deteriorado.

El **tratamiento** consiste en administrar medicamentos, modificar la conducta, orientar y entrenar a los padres y dar psicoterapia.

QUÉ ES LA KINESIOLOGÍA

Dra. Israel Legorreta



Quinesiología (kinesiología, cinesiología): (del griego kinesis, “movimiento”, y logos, “tratado o estudio”) es el término que hace referencia al estudio del movimiento humano para acelerar la recuperación del paciente posterior a la pérdida o la alteración de la función que impide o modifica su capacidad de vivir independientemente, para realizar su trabajo y para gozar de las diversiones.

El proceso de recuperación se retarda por la inactividad y debilidad resultantes que son difíciles de corregir cuando llevan mucho tiempo de evolución, por lo anterior debe hacerse todo lo posible para lograr la recuperación, pues aún en el caso de no conseguirla completamente, al menos pueda lograrse un estado que se acerque bastante a la normalidad, a menos de que se conozca de forma segura que ya no es posible una restitución de la función normal.

Los médicos especialistas en rehabilitación y licenciados en terapias (físicos y ocupacionales) son los profesionales en la salud capacitados para prescribir y aplicar (respectivamente), los ejercicios o movimientos con la finalidad de mantener, optimizar o mejorar la calidad de vida de los pacientes con limitación funcional o con alguna discapacidad temporal o permanente.

Los objetivos que persigue la quinesiología se sustentan en la implementación de ejercicios:

- Estimular, la actividad donde y siempre que sea posible para disminuir los efectos de la inactividad.
- Corregir la ineficacia de los músculos o grupos musculares; lograr la amplitud normal del movimiento de las articulaciones para conseguir un movimiento funcional eficiente.
- Estimular al paciente, para el uso de la capacidad lograda con la práctica de las actividades funcionales normales y acelerar así su rehabilitación.

Actualmente en México, la quinesiología constituye una materia, así como, pilar esencial y fundamental, en el proceso de enseñanza en los cursos de formación de médicos especialistas en medicina de rehabilitación y de licenciados en terapias (física y ocupacional).

CRONOGRAMA DE SESIONES

Dirección de Enseñanza



SESIONES EN EL #AuditorioHRAEI 8:00 a 9:00 y de 16:00 a 17:00 hrs.

- 2** Sesión Cultural: Recursos Humanos "Coaching"
- 9** Sesión del Servicio Clínica de la Mujer
Sesión Vespertina: Servicio de Cardiología
- 16** Sesión del Servicio de Admisión Continua
- 23** Sesión del Servicio de Vinculación y Asuntos Jurídicos
Sesión Vespertina: Servicio de Anestesia
- 30** Sesión del Servicio de Cirugía Cardíaca

SESIONES TENTATIVAS DEL MES DE ABRIL

30 DE ABR. DÍA DEL NIÑO@

#HRAEIfemérides
Redacción

Los padres entregan algún presente a los niños. Aunque no es día de asueto, las escuelas realizan diversas actividades para conmemorar la fecha, tal como festivales o salidas a lugares de esparcimiento. Sin embargo, de acuerdo a un acta exhibida en una notaría pública en Ciudad Victoria, Tamaulipas, el día del niño fue instaurado el 8 de mayo de 1916.

#UnDatoCurioso El Día del Niño oficial, es el 1 de octubre; en cada país se celebra en una fecha diferente.



PARTICIPA CON NOSOTROS A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES

ÚNETE
APORTA
COMPARTE



CURSOS



PRIMER CURSO VIRTUAL DE
**INSUFICIENCIA CARDIACA
EN ADULTOS Y NIÑOS**
Lo que debo saber

INFORMES E INSCRIPCIONES www.aulamejor.com/hrael

El HOSPITAL REGIONAL DE ALTA ESPECIALIDAD DE IXTAPALUCA les da la más cordial bienvenida al primer curso virtual de "Insuficiencia Cardiaca en Adultos y Niños"

Disponible vía electrónica a partir del 3 de diciembre de 2013



CURSO VIRTUAL

INFORMES: www.aulamejor.com/hrael

HOSPITAL REGIONAL DE ALTA ESPECIALIDAD DE IXTAPALUCA
UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS INVITA.
AL PRIMER CURSO VIRTUAL
"TÓPICOS SELECTOS DE TERAPIA INTENSIVA"
Disponible vía electrónica a partir del 3 de Febrero de 2014

PRIMER CURSO
**MEDICINA BASADA EN
EVIDENCIAS**

INFORMES E INSCRIPCIONES:
Dirección de Enseñanza e Investigación
TEL. 59729800 EXT. 1257
SEDE: AUDITORIO DEL HRAEI
FECHAS y HORARIOS: 7 de mayo de 2014 de 11:00 a 14:00 horas; 8 y 9 de 9:00 a 14:00 horas
Profesor Titular: Dr. Carlos Alva Espinosa
@MAIL: carlosalvaespinosa@yahoo.com.mx

Logos: SALUD, HRAEI, HRAEI CI, HRAEI

#UnDato DÍA MUNDIAL DE LA VOZ *Redacción*

El Día Mundial de la Voz se celebra en todo el mundo el 16 de abril, distintos grupos alrededor del mundo promocionan este día por diversos medios, con el objetivo de crear conciencia sobre la importancia del cuidado de la voz y la detección oportuna de las enfermedades que afectan a las cuerdas vocales. Con motivo del XV Aniversario de la Fundación Mexicana de la Voz y X de la Celebración del Día Mundial de la Voz en México, se llevará a cabo en la Ciudad de México, el

"Masters de la Fonocirugía de las Américas".
El curso contempla la presentación y discusión de los temas más relevantes en los progresos diagnósticos, terapéuticos y rehabilitatorios por parte de los mejores maestros. Se impartirán talleres de videoestroboscopia y técnicas avanzadas del estudio de la vibración cordal; Taller de fonocirugía en el espécimen laríngeo humano y taller de rehabilitación foniátrica.

Para más información: **FB DiaMundialdeLaVozMexico**
clinicadevoz@gmail.com



JI HAE PARK: LA MÚSICA COMO LENGUAJE CURATIVO

Redacción



La violinista Ji Hae Park aspira a “ser un día mensajera de la música, convertirla en un **lenguaje universal**”. Con el objetivo de terminar con las fronteras, toca clásicos, diversos géneros musicales y composiciones de su autoría, al tiempo que muestra su altruismo. La violinista coreana, nacida en Berlín en 1985, vivió su infancia rodeada de música, ya que su madre también es violinista, en entrevistas comentó: “Todos los que iban a casa eran músicos o estudiantes de música, así que para mí fue natural convertirme en violinista. Nací y me desarrollé en Berlín hasta hace dos años, porque mis padres estudiaban allí, además de que mi madre también daba clases de música”.

Su trabajo se caracteriza por la **forma particular de acercarse a la gente a través de la música clásica**; durante sus presentaciones comparte con su público de cómo la música la ayudó a salir de tiempos complicados: “Ninguna medicina podía hacerme salir de mis tiempos difíciles, pero entonces la música me ayudó y me curó el alma”.

La brillante violinista **sufrió de depresión severa** y buscó la solución en la música, ésta tocó su corazón, ayudándola a salir de su padecimiento emocional, ahora en base a la experiencia busca **que su música le hable a otros enfermos y les dé consuelo**; señala que ahora las notas musicales le hacen pensar en sonrisas, felicidad y baile.



Ji Hae Park lleva su arte a hospitales, asilos, cárceles y otros lugares a los que regularmente no llega la música; busca ser un instrumento, que pueda llevar consuelo y/ o curación a las personas que escuche sus ejecuciones, el efecto de bienestar en la gente es inmediato, al grado de recibir mensajes en su página de web, al instante de haber finalizado su actuación, reacción que inspira a la coreana a continuar con la noble labor de curar el alma, de los menos afortunados, con algunas notas de esperanza.

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD

Lic. Enf. Angélica Rivera Malagón



Durante la primera Asamblea Mundial de la Salud realizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 1948, se resolvió que se debería patrocinar un Día Mundial de la Salud todos los años. En la siguiente asamblea, se acordó que la fecha de la celebración fuera el 7 de abril, en el marco del aniversario del inicio de la OMS, quedando constituido desde 1950. El Consejo de Salubridad General, órgano de carácter constitucional y autoridad sanitaria en el país, ha sido el encargado

de la convocatoria y organización del evento, en virtud de que aglutina al sector público, organizaciones académicas, de investigación y de la sociedad civil relacionadas con los temas de salud.

Los actos del Día Mundial de la Salud son en lo fundamental, responsabilidades de los gobiernos y su celebración ha encontrado amplio eco a nivel mundial. Cada año, la OMS convoca a todos sus integrantes, a organizar la celebración, la cual se dedica a un tema de salud diferente acorde con su importancia crítica a nivel global. Esta celebración, brinda una oportunidad al ámbito mundial, para centrar la atención en importantes cuestiones de salud pública que afectan a la comunidad internacional y se lanzan programas de promoción a la salud, con un tema específico a fin de destacar un área prioritaria de interés para la OMS.

Este año el tema para la conmemoración es "PEQUEÑAS PICADURAS, GRANDES AMENAZAS", resumiéndose en las enfermedades infecciosas transmitidas por vectores, como por ejemplo insectos y caracoles, que transportan virus, parásitos y bacterias a humanos. Dichas enfermedades representan una alta carga económica y de mortalidad para la sociedades, familias y comunidades, especialmente en los países más pobres, causando, empeoramiento de la pobreza, un impacto negativo en la productividad económica y altos costos, así como sobrecargas de los sistemas de salud de los países.

HEMOFILIA



Lic. Enf. Zureyma Y. Fonseca Vidales

La hemofilia es una enfermedad de origen **genético, recesiva y localizada en el brazo corto del cromosoma X**, en el cual se encuentran los genes que codifican los factores hemostáticos VIII y IX. Esta enfermedad tiene un patrón recesivo y **sólo se manifiesta clínicamente en varones, la mujer es portadora**, aunque en algunos casos extraordinarios la mujer la puede manifestar clínicamente en condiciones muy especiales. La **prevalencia mundial aproximada es de 1 caso por cada 10 000 varones para Hemofilia A y de 1 caso por cada 50 000 para Hemofilia B**; de acuerdo con estas cifras, se calcula que el mundo hay cerca de **400 000 personas con hemofilia**.

Para la población que sufre la enfermedad, representa limitantes en muchos aspectos de su vida, tanto en lo físico, biológico, psicológico, social y sobre todo en lo económico debido a que **el tratamiento tiene costos muy elevados y actualmente no se cuenta con tratamientos que curen la enfermedad**, siendo así que el paciente debe tener manejo continuo toda su vida.

El diagnóstico prenatal de hemofilia se realiza por historia clínica mediante un análisis genealógico y biopsia de vellosidades corionicas entre las 9 y 11 semanas de gestación, o por medio de amniocentesis entre las 12 y 15 semanas.

La prueba de laboratorio que mejor refleja los FVIII y IX es el TTPa. Otra opción son pruebas tales como tromboelastograma y curva de generación de trombina las cuales evalúan otras variables como fibrinólisis, función plaquetaria y generación de trombina. El **cuadro clínico** para una persona que padece hemofilia son los **hematomas profundos, hemartrosis y hemorragias cerebrales graves que pueden llevar a la muerte del paciente**. Por lo tanto los cuidados tienen el principal objetivo de prevenir y tratar las hemorragias.

Actualmente existen distintos tratamientos profilácticos para controlar la enfermedad, los concentrados liofilizados inactivados de FVIII y FIX y factores recombinantes humanos de los factores VIII y XI siendo así que, **el mejor tratamiento para prevenir el sangrado por hemofilia es la profilaxis con el factor deficiente en cada caso**.



7 RAZONES DE LA INSATISFACCIÓN SEXUAL

Redacción



La sexualidad es un elemento básico para el mantenimiento de una relación. Si ésta se vuelve monótona, es necesario hacer algo para conservar la llama encendida. Estudios recientes sugieren que la mayoría de la gente no encuentra el tiempo o ganas.

Según el doctor Michael Perring, especialista en medicina y sexología, las motivaciones de una mala vida sexual pueden ser de lo más variadas, y estar relacionadas con el estado físico o mental.

Algunas de las razones de la insatisfacción sexual son:

1 PIES FRÍOS. Un estudio de la Universidad de Groningen (en los Países Bajos) ha probado que el 80% de las mujeres en observación alcanzaba con más facilidad el orgasmo si usa calcetines, a diferencia de las que estaban descalzas.

2 YO PRIMERO. Es enfocarse en lograr el orgasmo sin importar lo que sienta el otro.

3 OLOR. Importante para la libido y la atracción sexual. La Universidad de Gotemburgo publicó que los hombres sin sentido del olfato tenían un número significativamente más bajo de parejas sexuales que la media.

4 DOLOR. Existen trastornos sexuales que influyen en la vida íntima, los cuales pueden generar malestares y dolor por falta de lubricación o infecciones.

5 OBESIDAD. El sobrepeso y la obesidad cambia los niveles de testosterona en el cuerpo, lo que afecta a la libido de hombres y mujeres.

6 CANSANCIO Y ESTRÉS. El ritmo de vida actual provoca que las mujeres sufran de estrés en consecuencia afecta las relaciones íntimas de pareja. Si a esto se le agrega



que él está cansado, las relaciones sexuales se vuelven una rutina, carente de espontaneidad y atractivo.

7 FALTA DE COMUNICACIÓN. Ambos sexos pasan por fases similares de respuesta sexual (excitación, meseta, orgasmo, resolución, y período refractario) se sabe que las mujeres alcanzan éstas más lentamente, por tanto, requieren de mayor estimulación previa al coito, que el hombre, para que éste sea más placentero, beneficie la excitación y concluya en el orgasmo, la pareja debe conocer cuáles son las necesidades, expectativas, deseos, fantasías.

DATOS QUE NO SABÍAS DEL AUTISMO

Redacción



Al menos **uno de cada 150 niños** sufre **autismo**, descubrimientos recientes indican que este trastorno presenta como características principales:

MAL DE GENIOS. El Trinity Collage de Dublín, concluyó que genios como: Einstein, Kant, Newton, Mozart, Beethoven, y Christian Andersen, sufrieron alguna forma de autismo.

CABEZA GRANDE. Niños con este padecimiento tienen más niveles de hormonas implicadas en el crecimiento (factores de crecimiento insulínicos tipos 1 y 2) que aquellos que no la padecen, en consecuencia la circunferencia de la cabeza en los autistas es más grande, según un estudio reciente de la Universidad de Cincinnati (EUA).

LA REPUTACIÓN NO IMPORTA. Investigación del Instituto Tecnológico de California, indicó que a los autistas no les importa lo que los demás piensan de ellos, se comportan igual en presencia de gente o estando solos.

PROCESAN MEJOR. Tienen mayor capacidad de procesar información que el común de los mortales, lo que podría explicar el porcentaje aparentemente mayor que el promedio de personas autistas que trabajan en el sector de la tecnología de la información, afirman investigadores de UK; captan más fácil información que se considera esencial, según un estudio publicado en Journal of Abnormal Psychology.

CARA AUTISTA. El rostro de estos niños es característico, de acuerdo con la revista "Molecular Autism", tienen los ojos y la boca más anchos, la zona alta de la cara más grande de lo habitual y la zona media de la cara (nariz y mejillas), algo más pequeña que la media.

PREMATUROS. Los bebés prematuros y los que nacen con bajo peso tienen una predisposición 5 veces mayor a desarrollar autismo que aquellos que nacen con un peso normal, según la revista Pediatrics y basado en datos obtenidos durante 21 años.

VENTAJAS EN LA PREHISTORIA. Algunos de los genes que contribuyen al autismo

podrían haber sido seleccionados en el pasado porque proporcionaban mayores habilidades en inteligencia espacial, concentración y memoria, cualidades que favorecían a quienes padecían autismo a la hora de cazar y recolectar.

NEURONAS ESPEJO. El autismo repercute en las habilidades sociales, así que les resulta casi imposible mostrar empatía al comunicarse con otra persona. De acuerdo con el Biological Psychiatry, se debe a fallos del sistema de neuronas espejo (encargadas de comprender y anticipar los deseos y las acciones de los demás), NO se bloquean pero se desarrollan con extrema lentitud.



EL PESO DE LA MOCHILA ¿LO HAS PENSADO?

Redacción



SOBREPESO EN MOCHILAS: RIESGOS Y PREVENCIÓN

Lesiones asociadas al mal uso



Cifosis (desviación de la columna en forma de joroba en la zona dorsal). Se evita usando las cintas largas, para que el peso se cargue en la zona lumbar



Escoliosis (desviación lateral de la columna en forma de "S"). Se evita distribuyendo el peso sobre los dos hombros

Recomendaciones



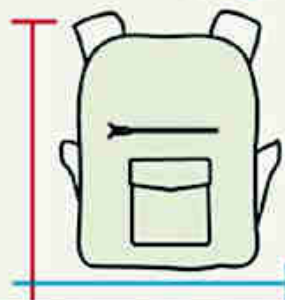
Las **cintas ajustables** deben ser anchas y acolchadas

Conviene que tenga cintas a la altura de la cintura

Se recomienda ajustarla a la **anatomía** del chico y si es posible elegir una que cuente con algún tipo de armazón

Peso y tamaño

El **alto** no debe ser mayor a los hombros del chico cuando está sentado



El **ancho** no debe ser mayor a los hombros del chico



El **peso** de la mochila no debe exceder el 10% del peso del chico que la usa

El Centro de Kinesiología y Medicina Integrativa subrayaron que: Ningún niño debe cargar más del 5% de su peso en la mochila. Y si usa carrito, no cargar más del 10%.

PARKINSON

Dr. Juan Heriberto Rodríguez Piña

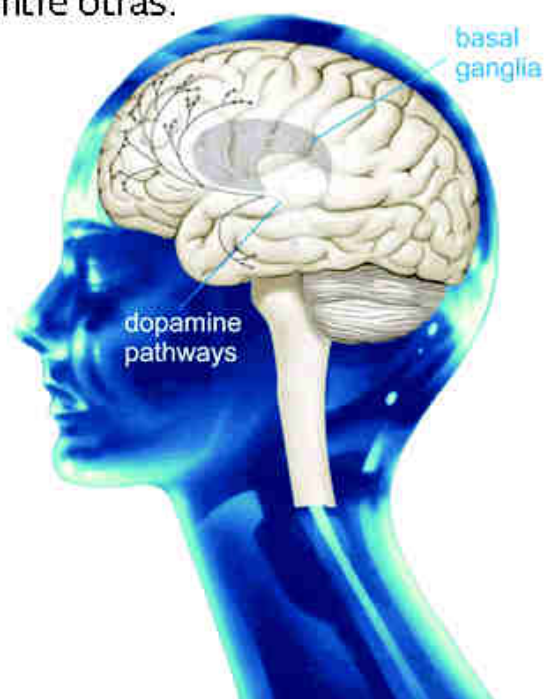


El Parkinson es una **enfermedad neurodegenerativa** de enorme repercusión tanto para el paciente, sus cuidadores-familiares, e incluso para el sistema de salud de cualquier economía del mundo. **De causa desconocida, afecta al 1% de las personas mayores de 60 años y 2% de más de 70 años.** Con el envejecimiento de la población, se anticipa un incremento sustancial durante los próximos 25 a 50 años, quizá con mucho cuatro veces más de los encontrados en la población actual.

Fue descrita por el Dr. James Parkinson en 1817 y ha sido la primera enfermedad neurológica donde se determinó la alteración patológica específica, es decir, que se encuentra una **falla bioquímica en el sistema dopaminérgico** (dopamina) con repercusión tanto a **vías motoras cerebrales, principalmente a la denominada nigroestriatal, como a vías no motoras.**

Lo anterior nos sitúa ante un enfermedad con **varias caras clínicas**, es decir va más allá a que el paciente tenga las **manifestaciones motoras** por muchos conocidas como inexpressión facial, rigidez, lentitud en sus movimientos, temblor de reposo distal, cambios posturales (encorvamiento), cambios en su caminar sin braceo, o dificultades para girar, si no que también presenta **trastornos no motores** como pérdida del olfato, demencia, depresión, psicosis, ansiedad, fatiga, sudoración, estreñimiento, disfunción sexual, trastornos del sueño, entre otras.

Los datos relacionados a la **historia natural de la enfermedad son considerablemente inconsistentes**, por lo que se desconoce con certeza cuanto tiempo se encuentra presente la enfermedad antes de que aparezcan tanto los síntomas motores como no motores. **Tampoco existen marcadores serológicos** (en sangre), estudios de imagen, genéticos que puedan predecir con exactitud que personas pueden desarrollarla. **El diagnóstico es principalmente clínico**, pero se llega a apoyar de **estudios paraclínicos y de imagen para diferenciarlos de otras entidades** que generen cuadros semejantes como tumores, infartos, infecciones, fármacos, de ahí la importancia de acudir con el especialista para hacer diagnóstico diferencial y establecer tratamiento específico.



PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES EN TRABAJADORES DE LA SALUD



Redacción

La salud y el trabajo son procesos complejos y vinculados, es un hecho conocido que el trabajo es un factor determinante de los procesos de salud enfermedad que afectan a los trabajadores, sin importar cualquiera que sea la rama de actividad a los que estos se dediquen. El lugar de trabajo en hospitales, no escapa a esta **problemática y es motivo de reflexión**.

El análisis de las condiciones de trabajo en los hospitales **es técnicamente complejo y poco estudiado en las políticas de gestión de los servicios hospitalarios**. Existen diversos factores de riesgo que se presentan en los distintos procesos laborales de un hospital y se clasifican en: A) **Factores vinculados al Microclima** (Exposición a calor), B) **Factores contaminantes** (radiaciones ionizantes, citostáticos, gases anestésicos, antisépticos, Virus VIH, Virus de Hepatitis B y C, etc.), C) **Factores vinculados a la fatiga física** (lumbalgia por movilización de pacientes, posturas de pie prolongadas, tenosinovitis en miembros superiores) y D) **Factores vinculados con la organización de trabajo y periodos de descanso** (Síndrome de Burnout, mobbing, estrés, etc).

Estos factores constituyen un sistema complejo, por las interacciones entre ellos, y el efecto global de todos los elementos puede ser superior a la suma de esos elementos constitutivos. Por ello es necesario implementar un **programa de salud ocupacional**, que tenga en cuenta todos éstos factores determinantes del proceso salud-enfermedad de los trabajadores de la salud, con la finalidad de **evitar al mínimo las consecuencias de la exposición constante a los diversos agentes mencionados**.



Finalmente sólo a través de **condiciones y medio ambiente de trabajo saludables** se puede alcanzar el **objetivo de servicios de salud con calidad para el usuario**; las acciones destinadas a promover y proteger la salud de los trabajadores de hospitales, **favorecen recursos humanos creativos y por tanto productivos en sus tareas**. La eficiencia se construye necesariamente a través de la **promoción de la salud del colectivo de trabajadores en toda su integridad**.

EFEMÉRIDES ABRIL

Redacción



- 2** DÍA MUNDIAL DEL AUTISMO
- 3** 1854 Inauguración de la Escuela Nacional de Medicina
- 4-8** Primera Semana Nacional de la Salud Bucal
- 6** DÍA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
- 7** Se establece la OMS, dando lugar años más tarde a la celebración del DÍA MUNDIAL DE LA SALUD
- 8** 563 a d C. Nacimiento de Siddhartha Gautama, Buda
30 d d C Fecha en que se ubica la muerte de Jesucristo
- 10** DÍA DEL INVESTIGADOR CIENTÍFICO
- 11** DÍA MUNDIAL DEL PARKINSON
- 13** DÍA DEL KINESIÓLOGO
Inicio de la Semana Santa
- 15** 1452 Nace Leonardo da Vinci
- 16** DÍA MUNDIAL DE LA VOZ
- 17** DÍA MUNDIAL DE LA HEMOFILIA
1695 Muere en la Cd. de México, Sor Juana Inés de la Cruz
- 18** DÍA EUROPEO DE LOS DERECHOS DE LOS PACIENTES
1945 Fallece de John Ambrose Fleming, inventor británico
- 19** 1882 Fallece Charles Darwin
1971 Último caso de Viruela en América, en Brasil
- 21-28** Semana Internacional de la Inmunización
- 22** DÍA INTERNACIONAL DE LA MADRE TIERRA
- 23** 1564 Nace de William Shakespeare
Día Mundial del Libro y del Derecho de Autor (UNESCO)
- 24** DÍA MUNDIAL DE LA FIBROSIS QUÍSTICA
2003 Se completa la secuencia del genoma humano
- 25** DÍA MUNDIAL DEL PALUDISMO
- 28** DÍA MUNDIAL DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
- 29** Día de los Animales Domésticos
- 30** Celebración del día del niño, en México

ENTRETENIMIENTO



Redacción

CINE



LOS INSÓLITOS PECES GATO

Género: Drama
Director: Claudia Sainte-Luce
Estreno 4 de Abril



HIJO DE DIOS

Género: Drama
Director: Christopher Spencer
Estreno 11 de Abril



RÍO 2

Género: Animación
Director: Carlos Saldanha
Estreno 11 de Abril



EL SORPRENDENTE HOMBRE ARÁÑA: LA AMENAZA DE ELECTRO

Género: Comic
Director: Marc Webb
Estreno 18 de Abril

DESTINOS INCREIBLES EN SEMANA SANTA

Conoce y vive todo el color y la tradición de la **SEMANA MAYOR**, en alguno de estos destinos.

IZTAPALAPA

Delegación, ubicada al oriente de la Ciudad de México, desde hace 170 años se realiza la representación más famosa -a nivel continental- de la Pasión y Muerte de Jesucristo. Este original Vía Crucis tiene como marco las calles y plazas de esta demarcación política, así como el imponente Cerro de la Estrella.

TAXCO

Durante estas fechas se viste de morado para celebrar la Semana Mayor con numerosas actividades como: misas solemnes, una representación del Vía Crucis y una increíble procesión en la que gente que "a su juicio, se ha portado mal", se desprenderá de las culpas cargando pesados bultos de ramas sobre sus espaldas, éstos simbolizan su fe y la intención de ser perdonados por los pecados cometidos.



SAN LUIS POTOSÍ

Es uno de los sitios más emotivos, para vivir la Semana Santa. Se llevan a cabo numerosas actividades para celebrar la Semana Mayor; la más sobresaliente es la "Procesión del Silencio", realizada el Viernes Santo, se caracteriza por cientos de personas vestidas de gala a la usanza sevillana, la oscuridad alumbrada por la tenue luz de las velas y el ritmo de los tambores.

QUERÉTARO

Escenario de importantes eventos históricos, en el marco de la Semana Santa, sus principales espacios religiosos como el templo y ex Convento de la Cruz, el ex convento de San Francisco y el templo y ex convento de San Agustín, así como en la majestuosa Santa Rosa Viterbo, por mencionar tan sólo algunos, forman parte de los escenarios del Vía Crucis.