



No. 127 | Año: 2023 | Mes: Marzo

**Desde la voz de nuestros
especialistas
Estrés laboral**
Dr. Jonatan Escobar Herrera
P. 04

Cáncer cervicouterino
MAHySP. María de los Ángeles
Francisco Agrícola
P. 14

**Defectos Congénitos, medidas
preventivas**
Lic. María Guadalupe Hernández
Mancilla
P. 18

INFO DIGITAL
Boletín Electrónico
del HRAE Ixtapaluca

EDITORIAL

Compartimos contigo el **boletín electrónico** institucional correspondiente al **mes de marzo**, bienvenida, bienvenido. Encuentra en este número, **Desde la voz de nuestros especialistas - Estrés Laboral**, colaboración que nos señala cómo lidiar con un ambiente laboral tenso y con las emociones adversas que experimentan las personas en esta situación.

En sus páginas también podrás descubrir **Hipertensión, cómo prevenirla**, en el que la autora nos indica el papel fundamental que juega la prevención en la denominada “enfermedad silenciosa”.

Así mismo, como parte de nuestras participaciones especiales, dale un vistazo a **Norma Oficial Mexicana NOM-019-SSA3-2013, Para la práctica de enfermería en el Sistema Nacional de Salud**; espacio en el que descubrirás sobre la regularización en el ejercicio profesional de enfermería en instituciones de salud a nivel nacional. Agradezco a las colaboradoras y los colaboradores que se toman un espacio entre sus actividades para compartir su conocimiento.

Alma Rosa Sánchez Conejo



**HOSPITAL REGIONAL
ALTA ESPECIALIDAD**

IXTAPALUCA

D. R. ©, Año 2023 Vol. 127 Mes: Marzo es una Publicación Mensual editada por el Hospital Regional de Alta Especialidad de Ixtapaluca, ubicado en carretera Federal México – Puebla, km. 34.5, Pueblo de Zoquiapan, Ixtapaluca, Estado de México, C. P. 56530, **Tel. (55) 5972 9800, Ext. 1207**, página web www.hraei.gob.mx/infodigital y correo electrónico comunicacion.hraei@gmail.com, **Responsable de Edición:** Mtro. Sergio Maldonado Salas; Reserva de Derechos de Uso Exclusivo Número: **04-2016-070415540800-203; ISSN: 2448 - 7457; Responsable de actualizaciones:** Unidad de Imagen Institucional del Hospital Regional de Alta Especialidad de Ixtapaluca.

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de la publicación sin previa autorización del Hospital Regional de Alta Especialidad de Ixtapaluca.

DIRECTORIO

Dra. Alma Rosa Sánchez Conejo
Directora General

Mtro. Sergio Maldonado Salas
**Responsable de Edición y de la
Unidad de Imagen Institucional**

Lic. Claudia Itzel Moreno Bautista
Diseño Gráfico / Diseño Editorial

C. Marisol Martínez García
Redacción y Corrección de Estilo

CONTENIDO



Médico

- 04 Desde la voz de nuestros especialistas
Estrés laboral**
Dr. Jonatan Escobar Herrera
- 06 Día Mundial del Riñón
Aprendiendo a vivir con una enfermedad renal**
Dr. Carlos A. Vargas Bravo
MPSS. Amaya Pérez Natalia
- 08 “Esperanza” en el 2023, nuestro primer
trasplante renal de donador cadavérico**
Dr. Carlos A. Vargas Bravo
M.P.S.S. Carlos Arzate Ballesteros



Enfermería

- 10 Hipertensión
¿Cómo prevenirla?**
Lic. Mitzi Jocelyn Hernández Armenta
- 12 Glaucoma**
Lic. Yesica Bocanegra Flores
- 14 Cáncer cervicouterino**
MAHySP. María de los Ángeles Francisco Agrícola

#DatoCurioso

¿Síndrome Hikikomori?



El término apareció en Japón hace dos décadas, aunque tras la pandemia se volvió un fenómeno global actual, es conocido como una **condición** en la que **las personas deciden voluntariamente aislarse** de cualquier contacto social.

Las personas se caracterizan por ser **principalmente hombres jóvenes, rechazar la vida social** y **alejarse** de sus **actividades laborales académicas**, en la mayoría de

los casos se asocia con depresión u otro trastorno. La Revista Iberoamericana de Psiquiatría indica que es raro que las personas que lo sufren pidan ayuda, por lo que **la familia es clave en su tratamiento**.

Fuente: Pictoline
Marisol Martínez García
Unidad de Imagen Institucional



Especiales

- 16 Norma Oficial Mexicana NOM-019-
SSA3-2013
Para la práctica de enfermería en el
Sistema Nacional de Salud**
L.E. Andrea Palacios Ramírez
- 18 Defectos Congénitos, medidas
preventivas**
Lic. María Guadalupe Hernández Mancilla
- 20 Salud bucodental, cuestión de buenos
hábitos**
Dra. Marene Hernández Martínez



@CSHRAEI
facebook.com/CSHRAEI



@HRAEIxtapaluca
<https://twitter.com/>



/hraei.xtapaluca



HRAEIxtapaluca

¡EXCELENCIA MÉDICA AL SERVICIO DE MÉXICO!

Desde la voz de nuestros especialistas

Estrés laboral

Dr. Jonatan Escobar Herrera
Psiquiatría



Saber cómo lidiar con estresores ambientales tales como un ambiente laboral tenso o problemas familiares resulta complicado, ambos son entornos que suelen ser indispensables y de alta prioridad para las personas, si uno de estos resulta perturbador u hostil, puede desencadenar diversas emociones adversas en aquel que experimenta dicha situación.

En la actualidad, resulta común, por ejemplo, que en los empleos se exija demasiado, pues la demanda laboral es alta; los índices de desempleo alcanzan cifras colosales, de tal suerte que el empleo informal representa a más del 50 por ciento de la población económicamente activa, lo anterior se debe a que el país actualmente no cuenta con la infraestructura económica suficiente como para generar suficientes empleos de calidad para su población.

La sobrepoblación que ha impregnado a México, así como la distribución desigual de los recursos resulta en vacantes de empleo de baja calidad que, además, exigen determinadas horas laborales, en ocasiones superior a lo impuesto por la Ley Federal de Trabajo, aunado a un sueldo y remuneración económica por demás baja.

Lo anterior denota cómo las familias mexicanas no pueden sostener un nivel de vida adecuado, lo que orilla a que múltiples miembros de la familia a trabajar y colaborar en el sostén del hogar, esto refleja lo importante que es el empleo estable, soporte principal para el sostén de este núcleo, sin embargo, el empleo genera frustración en aquel que lo ejerce, pues la percepción económica se torna insuficiente, las horas laborales arduas y en ocasiones difíciles, las personas viven bajo estrés constante.

Aquellos empleos estables donde las presentaciones, los derechos sindicales y un sueldo digno resultan atractivos, aunque es muy poco frecuente encontrarlos, aún para las personas con determinada formación académica, quienes también se encuentran

frente a múltiples adversidades a la hora de tratar de conseguir un empleo.

Con lo anterior, intento ejemplificar a groso modo y de manera muy superficial el panorama actual que enfrenta el país en cuanto a la problemática del desempleo nacional y el estrés que genera. Si usted cuenta con un empleo remunerado, aunque no sea el empleo con características del primer mundo, le invito a conservarlo y tratar de mirar el lado positivo de las circunstancias, las adversidades y la frustración presentes en todos los niveles jerárquicos de un equipo de trabajo.

Muy seguramente usted ha tenido algún desacuerdo y diferencia de opinión tanto con sus subordinados como con sus superiores, sin embargo, en una empresa o equipo las afrentas laborales y el estrés, son una constante a la que todos están sometidos, desde el empleado de menor jerarquía, hasta el director empresarial.

Lo curioso de este tema es que las tasas más altas de suicidio y el consumo de estupefacientes y/o drogas se encuentran en las poblaciones de mayor nivel económico, lo que nos lleva a reflexionar cómo, a pesar de poseer un alto poder adquisitivo, la felicidad no va implícita.

Querido lector le invito a abandonar por un breve momento la idea de que el dinero le es insuficiente o su empleo llega a ser una tortura, agradezca por el mismo e intente potenciar sus habilidades y talentos propios, busque mejores oportunidades, el estrés laboral es sumamente recurrente, estoy casi seguro que usted me lee ya lo ha experimentado.

No quiero olvidar mencionar que el crecimiento personal parte de un principio fundamental, el auto-respeto y la aceptación de la realidad, como tal, le invito a visualizar si usted en este momento cuenta con un empleo formal, si es así, es parte de la minoría que en nuestra nación cuenta con dicho privilegio.



Día Mundial del Riñón

Aprendiendo a vivir con una enfermedad renal

Dr. Carlos A. Vargas Bravo
MPSS. Amaya Pérez Natalia

La **enfermedad renal crónica (ERC)** es la **sexta causa de muerte en el mundo**, ya que suele afectar a más de 850 millones de personas a nivel mundial y cada año tiene un crecimiento exponencial.

Un riñón sano es capaz de **eliminar diversas toxinas y desechos del organismo mediante el filtrado de la sangre**, para finalmente desechar todo a través de la orina. **Si este proceso llega a obstruirse o deja de funcionar** nos enfrentaremos a **graves problemas de salud que podrían ser letales**, ya que el presentar una enfermedad a nivel renal, incrementa el riesgo de sufrir eventos vasculares cerebrales o infartos cardíacos debido a la acumulación de toxinas a nivel sistémico, además, llega a ser un gran desafío tanto para el paciente como para su familia, **su impacto incrementa conforme evoluciona la enfermedad, reduciendo la autonomía del paciente** y participar en las actividades diarias, sociales y laborales.

Entre los **tratamientos más utilizados** se encuentran aquellos que **reemplazan la función renal**, como la **diálisis peritoneal** o la **hemodiálisis**, sin embargo, no son una opción curativa.

El trasplante renal, opción a la cual **todos los pacientes con ERC esperan llegar**, ya que permite al paciente recuperar su calidad de vida, siendo el trasplante renal de donador vivo relacionado el más efectuado en nuestro país.

La falta de cultura de donación puede llegar a ser un **obstáculo para disminuir la lista de espera de trasplantes renales** que actualmente en México asciende a más de 15,939 personas según datos del Centro Nacional de Trasplantes (CENATRA).

A pesar de esto, el panorama no es tan malo, ya que **desde el 2006** la **Sociedad Internacional de Nefrología y la Federación Internacional de Fundaciones Renales**, en conjunto con **más organizaciones de la salud**, propusieron conmemorar el **Día Mundial del Riñón el 9 de marzo** de cada año, fecha que tiene la finalidad de **generar conciencia** dentro todos los habitantes del mundo para que sea posible detectar de manera precoz, retrasar y hasta prevenir cualquier padecimiento renal.

¿Cómo lo logramos?

Aquí algunas **recomendaciones para cuidar de nuestros riñones**:

- **Mantener ingesta sana de líquidos**
- **Dieta sana y reducción de alimentos procesados**
- **Mantener peso sano**
- **Realizar actividad física** por lo menos 30 minutos al día
- **Controlar presión arterial y glucosa en sangre**
- **No fumar**
- **Cuidar y regular el consumo excesivo de sal**

En virtud de lo anterior, la Secretaría de Salud, a través de la Comisión Coordinadora de Institutos Nacionales de Salud y Hospitales de Alta Especialidad, en coordinación con el Centro Nacional de Trasplantes, realizaron diversas actividades de difusión conmemorativas al Día Mundial del Riñón, entre las que destaca la transmisión en Facebook Live sobre el importante tema.

Obesidad

Mtra. Sheyla M. Monzalvo Reyes
Nutrición



De acuerdo con la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, la **obesidad** es una **enfermedad crónica**, caracterizada por el **aumento** de la **grasa corporal**, asociada a **mayor riesgo** para la **salud**. Este organismo indica que desde el año 1980 la obesidad ha aumentado más del doble en todo el mundo. La **OMS** ha **declarado** a la **obesidad** y al **sobrepeso** como **epidemia mundial**.

Se **estima** que tanto el **sobrepeso** como la **obesidad** son **responsables** del **44 por ciento** de la carga de **diabetes**, del **23 por ciento** de la carga de **cardiopatías isquémicas**, así como del entre el **7 y el 41 por ciento** de la carga de **algunos cánceres**.

La **clasificación actual** de **obesidad** propuesta por la **OMS** está **basada** en el **índice de masa corporal (IMC)**, el cual, corresponde a la relación entre el peso expresado en kilos y el cuadrado de la altura, expresada en metros.

Las personas cuyo cálculo de IMC sea igual o superior a 30 kg/m² se consideran obesas, todas aquellas personas con IMC entre 25 y 29.9 kg/m², están en riesgo de desarrollar obesidad.

La **etiopatogenia** se considera que es una **enfermedad multifactorial** como: factores genéticos, ambientales, metabólicos y endocrinológicos. **Otra causa** fundamental del **sobrepeso** y la **obesidad** es un **desequilibrio energético** entre calorías consumidas y calorías gastadas, a la ingesta mayor de alimentos ricos en grasa, sal y azúcares, pero pobres en vitaminas, minerales y otros micronutrientes. Una causa es la **disminución** de la **actividad física** (estilo de vida sedentarismo). **Los niños** que presentan **obesidad** tienen una **mayor probabilidad** de **obesidad adulta**, **muerte prematura** y **discapacidad** en **edad adulta**. Además de estos mayores riesgos futuros, los niños obesos presentan mayor dificultad respiratoria, mayor riesgo de fracturas e hipertensión, marcadores tempranos de enfermedad cardiovascular, resistencia a la insulina, diabetes mellitus tipo 2 y efectos psicológicos.

Un **hombre adulto** de **peso normal** presenta un **contenido de grasa** en un **rango del 15 al 20 por ciento** del peso corporal total y **las mujeres** entre el **25 y 30 por ciento** del **peso corporal total**. Entre

los métodos utilizados se encuentran la medición de los pliegues subcutáneos en distintos puntos (bicipital, tricipital, subescapular y suprailíaco), cuya suma se considera un indicador de la grasa subcutánea. De mayor uso en la práctica clínica actual, es la medición de la impedancia bioeléctrica.

Según las **recomendaciones** de las **Guías Clínicas** para la **Obesidad** del **Instituto Nacional de Salud** de los **Estados Unidos (NIH)**, se consideran **puntos de corte de circunferencia** de cintura de 88 cm para las mujeres y de 102 cm, para los hombres.

El **nutriólogo** es el **especialista** dedicado a **trascender el enfoque clínico**, **orientar** la enseñanza, **cuidar la salud** de las personas, **enfaticar** en el **adecuado consumo de alimentos** y como una estrategia para enfrentar a la obesidad. Es importante mencionar la participación del nutriólogo dentro de un equipo de salud multidisciplinario para lograr un impacto positivo en el bienestar de la población de México con un enfoque en etapas tempranas, con la finalidad de evitar la obesidad y sus complicaciones.

Clasificación de IMC según la OMS

Clasificación OMS	IMC (KG/M2)	Riesgo asociado a la salud
Normal	18.5 - 24.9	Promedio
Exceso de peso	Mayor a 25	
Sobrepeso o pre obesidad	25 - 29.9	Aumentado
Obesidad grado I o moderada	30 - 34.9	Aumentado moderado
Obesidad grado II o severa	35 - 39.9	Aumento severo
Obesidad grado III o mórbida	Mayor a 40	Aumento muy severo

Valores de circunferencia abdominal

Grupo	Zona de alerta	Nivel de atención
Hombres	Mayor 94 cm	Mayor 102 cm
Mujeres	Mayor 80 cm	Mayor 88 cm

Hipertensión

¿Cómo prevenirla?

Lic. Mitzi Jocelyn Hernández Armenta
Residente del Posgrado de Enfermería del Adulto en Estado Crítico

La **hipertensión arterial (HTA)** es una **enfermedad crónica** en la que aumenta la presión con la que se bombea la sangre del corazón a las arterias. Sus **síntomas más frecuentes** son el **dolor de cabeza, mareo, zumbido de oídos, alteración en la visión y hemorragia nasal**.

El **diagnóstico de HTA** se realiza con la **toma mediciones de dos días** y que en ambas lecturas la tensión sistólica sea superior o igual a 140 mmHg y la diastólica sea superior o igual a 90 mmHg.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el mundo hay 1,280 millones de adultos de 30 a 79 años con hipertensión, de estos el 46 por ciento desconocen que padecen esta afección.

Medidas para la **prevenir la hipertensión**:

- **Reducir** el **consumo de sal** a menos de cinco gramos diarios (1 cucharadita)
- **Consumir** cinco porciones de **fruta y verduras**
- **Limitar** la ingesta de **alimentos ricos en grasas** (frituras o capeados)
- **Realizar actividad física** de forma regular (30 minutos al día)
- **No consumir tabaco**
- **Reducir** el **consumo de alcohol**
- **Mantener** un **peso adecuado** según un edad y estatura

Otra medida de prevención es que **al pasar de los 40 años** de edad más uno o varios de los siguientes factores de riesgo (sobrepeso, inactividad física, tabaquismo, estrés, otros), tendrá que **llevar una medición de tensión arterial cada mes**. Ante cualquier elevación, tendrá que acudir a una unidad de salud para dar seguimiento.

Referencias:

World. Hipertensión [Internet]. Who.int. World Health Organization: WHO; 2021 [citado 3 de febrero 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Secretaría de Salud. Tú puedes hacer mucho para prevenir la hipertensión [Internet]. gob.mx. 2022 [citado el 3 de febrero 2023]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/articulos/tu-puedes-hacer-mucho-para-prevenir-la-hipertension?idiom=es>

Secretaría de Salud. En México, más de 30 millones de personas padecen hipertensión arterial: Secretaría de Salud [Internet]. gob.mx. 2022 [citado 3 de febrero 2023]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/articulos/en-mexico-mas-de-30-millones-de-personas-padecen-hipertension-arterial-secretaria-de-salud?idiom=es>

Promoción, Prevención, Diagnóstico y Tratamiento de la Hipertensión Arterial en el Primer Nivel de Atención [internet]. Disponible en: <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/GPC-IMSS-076-21/ER.pdf>

Glaucoma

Lic. Yesica Bocanegra Flores
Enfermería

El 12 de marzo es el **Día Mundial del Glaucoma** fecha elegida por la Asociación Mundial del Glaucoma (WGA, por sus siglas en inglés) y la Asociación Mundial de Pacientes con Glaucoma (WGPA, por sus siglas en inglés). Con esta conmemoración, se pretende **sensibilizar a la sociedad** de tomar medidas para **prevenir esta grave enfermedad visual**.

Una enfermedad silenciosa

El **glaucoma** es una **enfermedad neurodegenerativa** provocada por el **daño en el nervio óptico** y el **aumento de la presión intraocular**, lo que repercute en que el campo de visión disminuye progresivamente. Esta pérdida **puede darse de forma muy rápida o lenta** según el tipo de glaucoma, un tratamiento oportuno o adecuado tiene como resultado final e inevitable la ceguera.

Típos de glaucoma:

- Glaucoma de ángulo cerrado
- Glaucoma congénito
- Glaucoma secundario
- Glaucoma pigmentario
- Glaucoma pseudoexfoliativo
- Glaucoma traumático
- Glaucoma neovascular

El glaucoma **puede afectar sin importar la edad de la persona**. A continuación, se enuncian algunos **factores de riesgo** que predisponen a este padecimiento.

- Tener familia con glaucoma
- Ser de raza latina o de raza negra
- Ser mayor de 40 años
- Largos tratamientos con corticoides

- Diabetes
- Enfermedades cardiovasculares y problemas circulatorios
- Hipertensión o hipotensión arterial
- Hipotiroidismo
- Traumas oculares

Se recomienda realizar una revisión oftalmológica anual en un centro especializado y con la tecnología apropiada para poder tener un diagnóstico correcto.

Síntomas y signos

El **glaucoma en ocasiones no muestra ningún síntoma**, por lo cual se le conoce como **“el ladrón silencioso de la visión”**. En algunos casos puede presentar manifestaciones muy sutiles como:

- Visión nublada o con halos alrededor de las luces
- Dolor de cabeza
- Sensibilidad a la luz o fotofobia
- Agrandamiento de un ojo con respecto al otro
- Disminución del campo visual
- Visión disminuida
- Dolor ocular

Diagnosticar glaucoma

Lo **realiza un médico oftalmólogo** con la tecnología apropiada para llevar a cabo un **diagnóstico, tratamiento y seguimiento personalizado**. Una de las formas para determinar esta enfermedad es con exámenes de tamizaje o con una valoración oftalmológica completa, con la **ayuda de medios diagnósticos adicionales y exámenes mínimos requeridos**, tales como:

- Tonometría o medida de la presión intraocular
- Oftalmoscopia o exploración del nervio óptico y el fondo de ojo
- Campimetría o exploración del campo visual
- Gonioscopia o visualización del ángulo de la cámara anterior del ojo
- El tratamiento del glaucoma consiste en reducir la presión del ojo (presión intraocular)
- Gotas oftálmicas recetadas
- Medicamentos orales
- Tratamiento con láser o cirugía

La pérdida de visión causada por el glaucoma es irreversible, pero tener un diagnóstico oportuno es fundamental para lograr un tratamiento exitoso.

Referencias:

Organización Mundial de la Salud. Ceguera y discapacidad visual (who.int)

Raisman G., Shortland. Stem cell success in treating glaucoma. UK Stem cell foundation 2015. Sobre nosotros - UK Stem Cell Foundation (ukscf.org)

Glaucoma, enfermedad silenciosa Fabiola Méndez/edición: Damián Mendoza

<https://unamglobal.unam.mx/glaucoma-enfermedad-silenciosa/>

Glaucoma en Colombia | ACG Círculo de apoyo a pacientes con Glaucoma



Cáncer cervicouterino

MAHySP. María de los Ángeles Francisco Agrícola
Clínica de la Mujer



A pesar de los esfuerzos en la lucha contra **el cáncer cervicouterino** aún nos queda un camino largo por recorrer, donde **la herramienta indispensable es la prevención**, por ello es necesario continuar con la promoción de la salud ya que una sociedad informada será más consciente de su realidad, por ende, de la calidad de vida que desea tener.

El **cáncer cervicouterino se origina** en **las células que revisten el cuello del útero**, compuesto por dos partes y cubierto con dos tipos diferentes de células. El endocérnix es la abertura del cuello uterino que lleva hasta el útero y está cubierto de células glandulares. El exocérnix es la parte externa del cuello uterino que se observa durante un examen con espéculo (Papanicolau) y que está cubierto de células escamosas.

El cuello uterino o zona de transformación cambia a medida que la persona envejece, así como con los nacimientos por parto. **La mayoría de los cánceres se originan** en las **células de la zona de transformación**.

Factores de riesgo

- **Ser sexualmente activo** a una **edad temprana** (especialmente los menores de 18 años)
- **Tener muchas parejas sexuales**
- **Tener una pareja** que se **considera de alto riesgo** (alguien con infección por VPH o que tiene muchas parejas sexuales)
- **Ser fumadora activa o pasiva**
- **Sistema inmunológico comprometido**

Prevención

- **Papanicolau** por lo menos cada año
- **Colposcopia**
- **Vacunación contra el VPH**

Referencias:

Gabrielli S, Maggioni E, Fieschi L. Prevención del cáncer de cuello uterino en Senegal: informe de un proyecto de cooperación internacional. Acta Biomed. 18 de julio 2018; 89.

Zhou P, Chen D, Shi L. Mortalidad por cáncer de cuello uterino en mujeres más jóvenes. J Gen Intern Med. Febrero de 2020; 35.

American Cancer Society. Consultada el día 19 marzo 2023. Disponible en: www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-cuello-uterino/referencias.html

Norma Oficial Mexicana NOM-019-SSA3-2013

Para la práctica de enfermería en el Sistema Nacional de Salud

L.E. Andrea Palacios Ramírez
Alumna del Posgrado en Enfermería Oncológica ENEO-UNAM

La **enfermería en México** es una **disciplina fundamental para cualquier equipo de salud**, esta profesión ha contribuido a mejorar la prestación de los servicios a través de su valiosa aportación en los procesos de mantenimiento y recuperación de la salud del individuo, la familia o la comunidad en las diferentes etapas de la vida. (1)

El actual desarrollo del **Sistema Nacional de Salud** en su **extensión y cobertura exige recursos humanos cada vez más eficientemente preparados**, desde el punto de vista profesional y humano, para enfrentar los desafíos de este proceso y así realizar una efectiva contribución a la elevación de los niveles de salud de la población. (2)

En este sentido la **Comisión Permanente de Enfermería** ha participado en la **elaboración de la Norma Oficial Mexicana NOM-019-SSA3-2013**, "Para la práctica de enfermería en el Sistema Nacional de Salud", con el objetivo de **regularizar el ejercicio profesional de enfermería en las instituciones de salud a nivel nacional**, la cual, señala los atributos y responsabilidades mínimas que deben cumplir los profesionales de enfermería en un

margen de obligatoriedad y conforme a las disposiciones jurídicas:

- **Conocer** y **aplicar**, cuando corresponda, las **Normas Oficiales Mexicanas** que competen en el **área de la salud**
- **Actualizar** y **aplicar** en nuestra práctica **conocimientos científicos, técnicos, éticos y humanísticos**
- **Cumplir** con las **normas institucionales y de orden técnico en materia laboral** a fin de contribuir a la **seguridad del usuario**, la del **equipo de salud**, así como, para la conservación del medio ambiente

Con lo anterior, se debe **analizar la ética del personal de enfermería especialista, asumiendo las obligaciones que competen a la profesión**, tales como: aplicar modelos tendientes a incrementar la calidad del cuidado, promover la utilización de modelos y técnicas innovadoras, contribuir a la investigación de nuestra práctica y la aplicación de hallazgos, incluyendo relaciones o colaboraciones interdisciplinarias o multidisciplinarias. (3)

Referencias:

1. Norma Oficial Mexicana NOM-019-SSA3-2013, Para la práctica de enfermería en el Sistema Nacional de Salud. Disponible en: https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5312523#:-:text=La%20enfermer%C3%ADa%20es%20una%20disciplina,importancia%20del%20papel%20que%20desempe%C3%B1a

2. Organización Panamericana de la Salud. Regulación de la Enfermería en América Latina [Internet]. Washington, D.C.: OPS; 2011 [citado el 4 feb 2023]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=6405:2012-regulacion-enfermeria-america-latina&Itemid=0&lang=es

3. Secretaría de Salud. Código de Ética para las Enfermeras y Enfermeros en México [Internet]. México: 2001 [citado el 4 feb 2023]. Disponible en: http://www.cpe.salud.gob.mx/site3/publicaciones/docs/codigo_etica.pdf

Defectos Congénitos, medidas preventivas

Lic. María Guadalupe Hernández Mancilla
Estudiante del Posgrado de Enfermería del Neonato



La Organización Mundial de la Salud (OMS) define los **defectos congénitos** como las **anomalía estructurales** o **funcionales**, incluidos trastornos metabólicos que están presentes desde el momento del mismo nacimiento.(1) DW Smith en 1996, “propone la palabra dismorfología para describir las anormalidades congénitas corporales por defectos al nacimiento que afectan la morfología del individuo”. (2)

La OMS calcula que, en **2004**, aproximadamente **260 mil fallecimientos en el mundo** (alrededor de un 7 por ciento de todas las muertes de los recién nacidos) fueron **causados** por **defectos congénitos**. Las afecciones más frecuentes son causadas por defectos del corazón, del tubo neural y el síndrome de Down.(1)

Por la **alta incidencia** de estos **defectos** la **Organización Panamericana de la Salud** y la **Organización Mundial de la Salud** en el año 2015, destinaron el día **3 de marzo**, para conmemorar la presencia de estos.(3)

Hoy en día, **aun se desconoce el origen de los defectos congénitos** en un 50 por ciento de los casos; sin embargo, son esporádicos y no obedecen un patrón hereditario; existen diversos factores que ocasionan este tipo de alteraciones, un 15 por ciento por exposición prenatal a factores ambientales durante la embriogénesis; un 10 por ciento tienen una etiología genética y el 25 por ciento son de origen multifactorial (interacción genética y ambiental).1

Dentro de los **factores de riesgo** encontrados existen los **socioeconómicos** y **demográficos**, **94 por ciento** de los defectos congénitos **graves** se encuentran en **países de ingresos bajos**; factores genéticos, debido a que la consanguinidad aumenta la prevalencia de defectos congénitos graves; infecciones maternas como la sífilis o la rubéola; estado nutricional, las carencias de yodo y folato, el sobrepeso y enfermedades como la diabetes mellitus predisponen también múltiples defectos, entre ellos, el más relevante el del tubo neural.(4)

Los defectos congénitos **se clasifican** en **mayores** y **menores**, de acuerdo con la repercusión anatómica y/o funcional a que den lugar. Los **defectos congénitos mayores se caracterizan** por la relación del **tiempo morfogénico** en que se producen y comprenden: malformación, disrupción y deformación. Los **defectos congénitos menores** presentan una **alteración cosmética** que no

compromete la forma y función del sitio anatómico. (5)

Teniendo en cuenta lo anterior, podemos mencionar que una adecuada atención disminuirá de manera significativa la morbilidad infantil, ya que los defectos congénitos son la principal causa. Se han establecido **medidas preventivas**, las cuales, se pueden **dividir en tres niveles**:

Primer nivel, busca **impedir** que se **produzca alguna enfermedad**, así como **propiciar el adecuado desarrollo embrionario y fetal**, mediante el consumo de ácido fólico y la restricción del consumo de tabaco, alcohol y sustancias nocivas.

Segundo nivel, dentro de este, la **enfermedad ya se produjo**, pero **se intenta que no se agrave el problema**, mediante un diagnóstico precoz adecuado, se instaura un tratamiento eficaz y se brinda orientación a la familia sobre la enfermedad.

Tercer nivel, este se lleva a cabo cuando **no se cumplen las anteriores**, ya que se enfoca en **aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida**, evitando barreras arquitectónicas, así como en un futuro mejorar la calidad de vida. (4, 5)

En cuanto al **tratamiento** sobre los **defectos congénitos estructurales**, este puede ser **correctivo**, mediante **tratamientos quirúrgicos** y **tratamientos precoces** con la **finalidad de disminuir el daño**. Finalmente, la prevención, siempre será la principal herramienta para disminuir los defectos congénitos.(5)

Referencias:

- 1 De la salud AM. Defectos congénitos [Internet]. Who.int. [citado el 9 de febrero de 2023]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/4849/A63_10-sp.pdf
2. Mexicana R, Arturo J, Fierro A, Tastekin A. Trabajo de revisión [Internet]. Medigraphic.com. [citado el 9 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/peediat/sp-2008/sp082e.pdf>
3. Mar 3. Día Mundial de los Defectos Congénitos: OPS pide asegurar la prevención y el tratamiento oportuno de las anomalías congénitas en las Américas [Internet]. Paho.org. [citado el 9 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/3-3-2022-dia-mundial-defectos-congenitos-ops-pide-asegurar-prevencion-tratamiento-oportuno>
4. Anomalías congénitas [Internet]. Who.int. [citado el 9 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/congenital-anomalies>
5. Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva. Norma Oficial Mexicana NOM-034-SSA2-2013, Para la prevención y control de los defectos al nacimiento [Internet]. gob.mx. [citado el 9 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud%7Ccnegsr/documentos/norma-oficial-mexicana-nom-034-ssa2-2013-para-la-prevencion-y-control-de-los-defectos-al-nacimiento-118923>

Salud bucodental, cuestión de buenos hábitos

Dra. Marene Hernández Martínez
Prótesis Maxilofacial y Estomatología Oncológica

Para contar con un **buen estado de salud general** y **calidad de vida** es indispensable **tener** una **adecuada salud bucal**. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud bucal se define como la ausencia de dolor, cáncer de boca, infecciones, enfermedad periodontal, caries, pérdida de dientes y aquellos trastornos que limitan de capacidad de morder, masticar, sonreír y hablar, que al tiempo repercuten en su bienestar psicosocial del individuo.

Según la **Fundación de la Asociación Dental Mexicana**, la **caries dental** es la **enfermedad número uno** presente en el 95 por ciento de los **niños** que estudian en el **nivel primaria**, de la cual pueden derivar afecciones graves como los abscesos dentales. En el **número dos** tenemos se encuentra la **enfermedad de las encías**, particularmente presente en **adultos jóvenes**, esta enfermedad es la **principal causa de pérdida de dientes**, de esta derivan complicaciones como trastornos de la articulación temporomandibular, lo que limita funciones importantes como comer y morder de manera adecuada.

Por otra parte, una de las **enfermedades más agresivas** que se presentan **en la boca** es el **cáncer** y está asociada principalmente al **consumo excesivo de tabaco y alcohol**, aunado a factores de irritación mecánica como lo son las **fracturas dentales o prótesis desajustadas**, así mismo, algunos virus juegan un papel importante en el desarrollo de esta enfermedad.

Es por ello que la **prevención**, los **buenos hábitos higiénicos y dietéticos**, así como las **visitas regulares con el odontólogo** son la piedra angular del **combate a estas enfermedades**. Un diagnóstico y tratamiento oportuno contribuyen a salvar vidas.





17 Marzo

Día mundial del **Sueño**

El Boletín Electrónico, **Info Digital** del Hospital Regional de Alta Especialidad de Ixtapaluca, es una **publicación mensual** a cargo la **Unidad de Imagen Institucional**

Unidad de Imagen Insitucional

Carretera Federal, México-Puebla
Km. 34.5 Pueblo de Zoquiapan, Municipio de
Ixtapaluca, Estado de México,

C. P. 56530

Tel. 55 5972 9800 Ext. 1207

www.hraei.gob.mx



**HOSPITAL REGIONAL
ALTA ESPECIALIDAD**

IXTAPALUCA

La información publicada en el Boletín, redacción y contenido, es responsabilidad exclusiva de sus autores y no representa necesariamente la opinión del HRAEI.