

Revista Hipocrática

stethos



Una publicación de
UNIVERSIDAD



Año 5 No. 6 Marzo 2026 MX

www.stethos.mx

PRIMAVERA 2026

OFERTA ACADÉMICA

CAMPUS PUEBLA POSGRADOS



INCORPORACIÓN
TODOS LOS JUEVES
16 ABR
MAESTRÍA EN DOCENCIA EN SALUD
2 AÑOS
VIDEO CLASES EN VIVO

ESCOLARIZADO
TODOS LOS VIERNES
17 ABR
MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA Y SALUD MATERNA PERINATAL
2 AÑOS
PRESENCIAL

ESCOLARIZADO
TODOS LOS VIERNES
17 ABR
ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA QUIRÚRGICA
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

CONONCE TU UNIVERSIDAD

1 FIN DE SEMANA AL MES
18 ABR
MAESTRÍA EN COMPETENCIAS GERENCIALES EN ENFERMERÍA
2 AÑOS
VIDEO CLASES EN VIVO

ESCOLARIZADO
2 FINES DE SEMANA AL MES
18 ABR
ESPECIALIDAD EN TERAPIAS DE INFUSIÓN PARA ENFERMERÍA
3 SEMESTRES
UN FIN PRESENCIAL Y UNO EN LÍNEA

ESCOLARIZADO
TODOS LOS VIERNES
24 ABR
ESPECIALIDAD EN CUIDADOS INTENSIVOS NEONATALES
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

1 FIN DE SEMANA AL MES
25 ABR
DOCTORADO EN ALTA DIRECCIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LOS SISTEMAS DE SALUD
2 AÑOS
VIDEO CLASES EN VIVO

INCORPORACIÓN
2 FINES DE SEMANA AL MES
25 ABR
ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA OBSTÉTRICA Y PERINATAL
3 SEMESTRES
UN FIN PRESENCIAL Y UNO EN LÍNEA

INCORPORACIÓN
2 FINES DE SEMANA AL MES
25 ABR
ESPECIALIDAD EN CUIDADOS INTENSIVOS NEONATALES
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

INCORPORACIÓN
2 FINES DE SEMANA AL MES
25 ABR
ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA NEFROLÓGICA
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

TODOS LOS JUEVES
30 ABR
MAESTRÍA EN SEGURIDAD, PREVENCIÓN Y CONTROL DE RIESGOS LABORALES
2 AÑOS
VIDEO CLASES EN VIVO

INCORPORACIÓN
TODOS LOS JUEVES
30 ABR
MAESTRÍA EN AUDITORÍA Y SISTEMAS DE GESTIÓN DE CALIDAD EN SALUD
2 AÑOS
VIDEO CLASES EN VIVO

INCORPORACIÓN
TODOS LOS VIERNES
8 MAY
MAESTRÍA EN ADMINISTRACIÓN DE HOSPITALES
2 AÑOS
PRESENCIAL

INCORPORACIÓN
1 FIN DE SEMANA AL MES
16 MAY
MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA Y SALUD MATERNA PERINATAL
2 AÑOS
VIDEO CLASES EN VIVO

INCORPORACIÓN
2 FINES DE SEMANA AL MES
16 MAY
ESPECIALIDAD EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS EN ENFERMERÍA
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

INCORPORACIÓN
2 FINES DE SEMANA AL MES
16 MAY
ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA EN CUIDADOS INTENSIVOS
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

INCORPORACIÓN
TODOS LOS VIERNES
29 MAY
ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA NEFROLÓGICA
3 SEMESTRES
PRESENCIAL

ESCANEA Y RECIBE MÁS INFORMES POR WHATSAPP



ATENCIÓN EXCLUSIVA POR WHATSAPP

222 682 2655

CONSULTA NUESTRA OFERTA ACADÉMICA EN www.epeac.com

LLAMA PARA INFORMES:

220 420 6999

LUNES A SÁBADO: 8:00 A 18:00
DOMINGOS: 8:00 A 14:00

CAMPUS POSGRADOS

Av. 10 Ote 410
Col. Centro
Puebla, Pue.

- EP de México
- informes.p@epdemexico.edu.mx
- epdemexicocentro
- 222 948 0240

CARTA EDITORIAL



En esta nueva edición de nuestra revista, en EP de México abrimos un espacio para reflexionar, aprender y mirar de frente los grandes temas que hoy influyen en la salud, la educación y la sociedad.

El lector encontrará artículos que conectan la actualidad global con el bienestar, como el impacto del Mundial de fútbol en la salud, análisis sobre hospitales certificados, recomendaciones de nutrición para comer mejor, reflexiones desde la psicología y la inteligencia emocional, así como un recorrido cultural por el arte de Vincent van Gogh y Diego Rivera, dos miradas distintas que transformaron la forma de entender el mundo. También abordamos cómo piensan, aprenden y se desarrollan las nuevas generaciones, protagonistas del presente y del futuro.

Destacamos además, una experiencia que nos llena de orgullo: nuestro 2° Faculty Led Internacional en Gestión Hospitalaria en Madrid, donde alumnos y docentes de EP de México vivieron de primera mano modelos reales de gestión, calidad e innovación en salud, reafirmando nuestra vocación por una formación con visión global.

Hoy, la salud en México enfrenta retos complejos: sistemas de trabajo bajo presión, necesidad de mayor profesionalización, innovación tecnológica y una visión humana centrada en el paciente.

A esto se suma un entorno político internacional cambiante, que exige líderes preparados, críticos y con capacidad de adaptación. En EP de México creemos firmemente que la educación de calidad es la mejor respuesta ante la incertidumbre.

Invitamos a quienes sueñan con transformar la salud, dirigir instituciones, cuidar personas y dejar huella, a formar parte de nuestra comunidad universitaria, presente en los campus de Puebla, Monterrey, Mérida y Guadalajara. Aquí formamos profesionales con conocimiento, ética, liderazgo y visión internacional.

Gracias por leernos y por acompañarnos en este camino donde la educación, la salud y la cultura se encuentran.

Héctor José Domínguez Lozano
Dirección Comercial
Universidad EP de México

DIRECTORIO

RECTOR

Dr. Héctor José León
Domínguez Mendoza
Universidad EP de México

DIRECTOR COMERCIAL

Héctor José Domínguez Lozano

COORDINACIÓN EDITORIAL

Sarah Sofía Fernández Landa

ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

Sarah Sofía Fernández Landa

CORRECCIÓN DE ESTILO

Patricia Díaz Terés

DISEÑADORES

Adán Daniel Hernández Durán
America Fernanda Urrieta Camacho
Erick Daniel Galicia García
Karen Maya Ramos
Octavio Emiliano Zaragoza Pacheco
Sarah Sofía Fernández Landa

COLUMNISTAS

Adrián Ballesteros
Aline Castelán Rodríguez
Lic. Angeles Gómez Alcalá
Ariana Aguilera González
Carla Andrea Domínguez López
Celeste Jacinto
Eduardo Mendoza Romero
Emily Hernández Cabrera
Fátima García Pérez
Mtro. Héctor Ugarte Ramírez
Helena Durán García
Iván Liceaga
Dr. Rigoberto Antonio Cisneros García

Si deseas escribir un artículo, enviarlo a
stethos@epdemexico.edu.mx

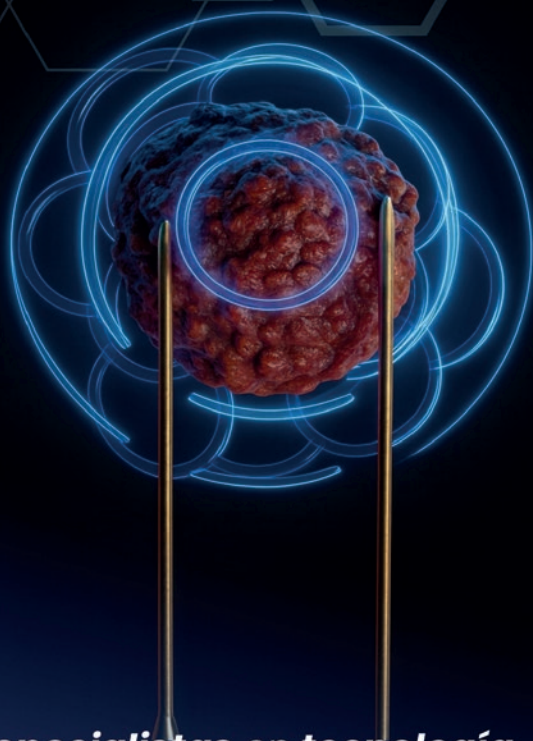
Las opiniones expresadas en esta publicación son responsabilidad absoluta de los autores y no necesariamente reflejan las ideas de la Universidad EP de México. Los productos y servicios anunciados son responsabilidad exclusiva de los anunciantes. Revista **stethos** es de reproducción gratuita. Se prohíbe su venta y cualquier tipo de comercialización.

NANOKNIFE™

Electroporación irreversible

Cirugía a nivel celular

Tratamiento oncológico
de mínima invasión para
pacientes no candidatos
a Whipple.



Somos **especialistas** en **tecnología**
para **combatir** el **cáncer** de **páncreas**

UNIVERSIDAD

EP
de México

3er CONGRESO NACIONAL DE ALTA DIRECCIÓN MÉDICO ADMINISTRATIVA

21 y 22 de Mayo 2026

▶▶ **CONTÁCTANOS**

Y RECIBE TODA LA INFORMACIÓN



PUEBLA

ÍNDICE

8

El fútbol, la salud y los latidos de un país:
Rumbo al Mundial 2026

12

Firma de Convenio entre
**Universidad EP de México y Sistema
de Salud Christus Muguerza**

16

Nutrición Emocional:
**Cuando el hambre no
está en el estómago**

20

6 pilares de un
estilo de vida saludable

24

El sentido de la humanización
**en la salud de los
pacientes oncológicos**

32

La enfermera que curó a Van Gogh:
Arte, salud y humanidad

35

El poder de la inteligencia artificial
en la medicina global

42

Nuevo edificio de
Laboratorios de Simulación Clínica

*Dr. Héctor José León
Domínguez Mendoza*

*Rector de la
Universidad EP de México*

46

¿Cuánto gana una enfermera hoy y cómo se compara?

Una mirada a México, EUA, España, Brasil y Chile

50

Con el poder

de una lágrima

55

Salud mental en alza:

Hacia una “epidemia silenciosa” y el aumento de la demanda de psicólogos en México

58

Hospitales certificados en México:

Un espejo de la calidad de nuestro sistema de salud

66

EP de México cruzando fronteras:

Experiencia académica y cultural en Madrid y Toledo

70

Un vistazo a la

Generación Z

74

Las manos que podan la vida:

Homenaje a Diego Rivera

76

Media Kit Revista Stethos

EL FÚTBOL, LA SALUD Y LOS LATIDOS DE UN *país*:

RUMBO AL MUNDIAL

2026

*Dicen que el fútbol no se juega con los pies,
sino con el **CORAZÓN**...*

Escrito por: Iván Liceaga

Y México lo ha demostrado dos veces en su historia: en 1970 y en 1986, cuando el país se convirtió en el epicentro mundial del deporte más querido del planeta. Ahora, casi cuatro décadas después, México se prepara para hacer historia por tercera vez, compartiendo sede con Estados Unidos y Canadá en el Mundial 2026.

Pero antes de empezar a pintar las calles de verde, blanco y rojo, vale la pena mirar atrás, recordar lo que vivimos... y prepararnos (física y emocionalmente) para lo que viene. Porque sí, el fútbol también tiene efectos médicos comprobados: sube la presión arterial, dispara la adrenalina y multiplica el estrés. Si los médicos hicieran rondas en los estadios, ¡no faltarían diagnósticos de "taquicardia por penales"!





MÉXICO 1970: EL MUNDIAL QUE ENAMORÓ AL MUNDO

El Mundial de 1970 fue el primero transmitido a color y uno de los más recordados por la calidad del juego.

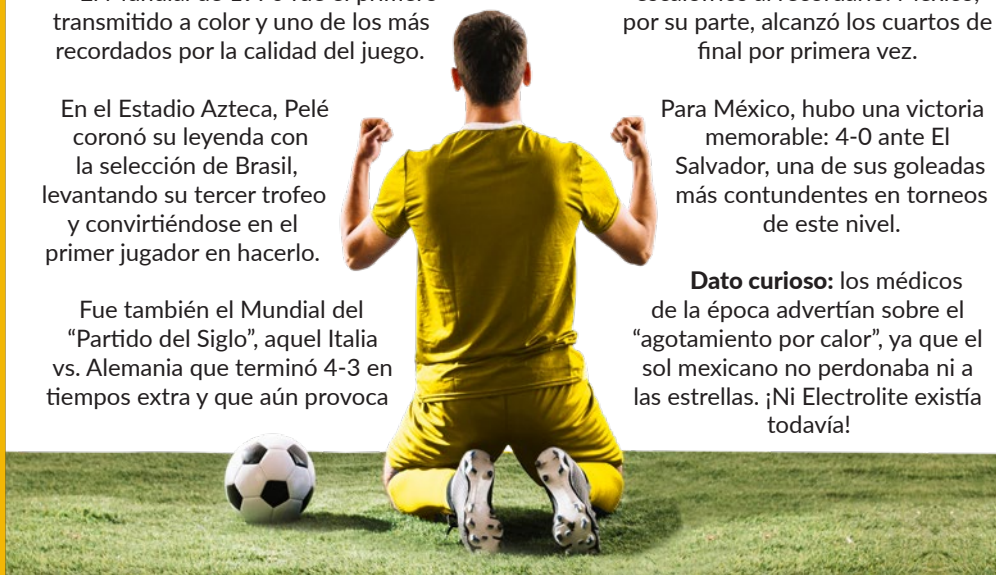
En el Estadio Azteca, Pelé coronó su leyenda con la selección de Brasil, levantando su tercer trofeo y convirtiéndose en el primer jugador en hacerlo.

Fue también el Mundial del "Partido del Siglo", aquel Italia vs. Alemania que terminó 4-3 en tiempos extra y que aún provoca

escalofríos al recordarlo. México, por su parte, alcanzó los cuartos de final por primera vez.

Para México, hubo una victoria memorable: 4-0 ante El Salvador, una de sus goleadas más contundentes en torneos de este nivel.

Dato curioso: los médicos de la época advertían sobre el "agotamiento por calor", ya que el sol mexicano no perdonaba ni a las estrellas. ¡Ni Electrolite existía todavía!



MÉXICO 1986: EL MUNDIAL DE MARADONA Y LOS MILAGROS

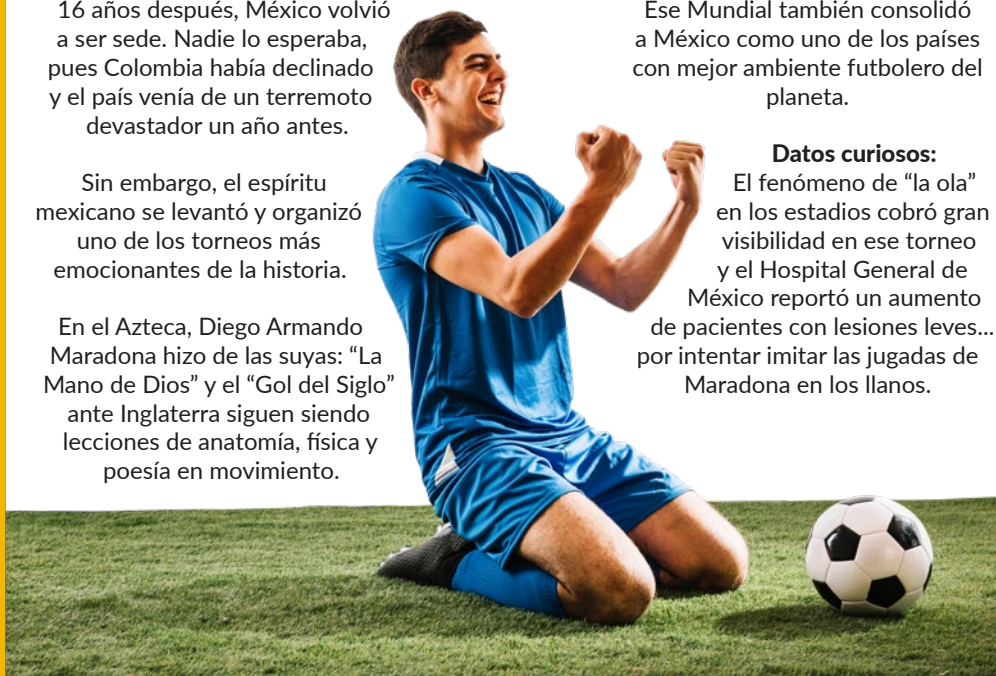
16 años después, México volvió a ser sede. Nadie lo esperaba, pues Colombia había declinado y el país venía de un terremoto devastador un año antes.

Sin embargo, el espíritu mexicano se levantó y organizó uno de los torneos más emocionantes de la historia.

En el Azteca, Diego Armando Maradona hizo de las suyas: "La Mano de Dios" y el "Gol del Siglo" ante Inglaterra siguen siendo lecciones de anatomía, física y poesía en movimiento.

Ese Mundial también consolidó a México como uno de los países con mejor ambiente futbolero del planeta.

Datos curiosos: El fenómeno de "la ola" en los estadios cobró gran visibilidad en ese torneo y el Hospital General de México reportó un aumento de pacientes con lesiones leves... por intentar imitar las jugadas de Maradona en los llanos.



MÉXICO 2026:

TRES PAÍSES UN SOLO CORAZÓN

Por primera vez en la historia, el Mundial se jugará en tres países. México, EUA y Canadá compartirán la sede, con partidos en Guadalajara, Monterrey y la Ciudad de México. El Estadio Azteca será el único en el mundo en haber albergado tres Copas del Mundo, un récord que ya está en los libros.

En el 2026 veremos un torneo más grande: 48 selecciones y 104 partidos. ¡Habrà fútbol hasta para curar el insomnio! Y para los profesionales de la salud, será un reto también: la OMS ya advierte sobre el aumento de deshidratación, estrés, insomnio y pérdida de voz durante grandes eventos deportivos.

Quizás las enfermeras y médicos deberían ser parte oficial del equipo técnico: cuidando la salud del público y de los jugadores.

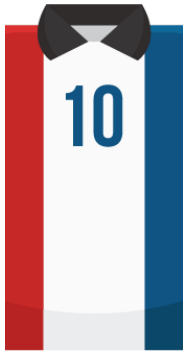
LOS 5 GRANDES JUGADORES

A SEGUIR EN EL MUNDIAL 2026

Cada Mundial tiene sus héroes, sus leyendas en formación y sus historias que nos recuerdan por qué el fútbol es mucho más que un juego.

En esta edición, que se celebrará en México, Estados Unidos y Canadá, hay cinco nombres que brillan con fuerza y que sin duda robarán reflectores, emociones... y corazones.





KYLIAN MBAPPÉ *Francia*

“El heredero natural de Pelé y Zidane”

A sus 27 años, Mbappé ya tiene una Copa del Mundo y busca la segunda.

Su velocidad es de otro planeta: alcanza los 38 km/h, más rápido que muchos velocistas olímpicos.

5 datos curiosos:

1. Habla tres idiomas: francés, inglés y español.
2. Dona gran parte de sus ganancias de partidos benéficos a hospitales infantiles.
3. Es embajador de la fundación “Premiers de Cordée” que ayuda a niños hospitalizados.
4. Rechazó una oferta millonaria del Real Madrid en su adolescencia por terminar sus estudios.
5. Es el primer jugador en anotar un hat-trick en una final de Mundial desde 1966.

LIONEL MESSI *Argentina*

“El eterno capitán”

Aunque muchos creen que Qatar 2022 fue su despedida, Messi podría dar una última función.

A sus 38 años, sigue siendo el cerebro del juego y un referente mundial de disciplina.

5 datos curiosos:

1. De niño fue diagnosticado con déficit de hormona de crecimiento.
2. Su primera camiseta fue la del Newell's Old Boys, su club de infancia.
3. Mantiene una dieta estricta rica en pescado, frutas y aceite de oliva.
4. Tiene tatuado el nombre de su madre en el hombro izquierdo.
5. Es el futbolista con más Balones de Oro en la historia (8).



ERLING HAALAND *Noruega*

“El vikingo del gol”

No solo es una máquina dentro del área, también fuera del campo tiene una rutina digna de estudio médico.

5 datos curiosos:

1. Mide 1.94 m y pesa 88 kg de puro músculo.

2. Duerme con gafas especiales que bloquean la luz azul para mejorar el descanso.
3. Come hígado, corazón y leche de vacas locales por recomendación de su nutriólogo.
4. Su padre también fue futbolista profesional (jugó en el Manchester City).
5. Es considerado el jugador con mejor proporción de goles por minuto en Europa.

VINICIUS JR. *Brasil*

“El heredero del joga bonito”

Su sonrisa y su ritmo contagian, pero detrás hay una historia de esfuerzo.

5 datos curiosos:

1. Nació en una favela de Río de Janeiro y su talento lo llevó al Real

Madrid a los 18 años.

2. Es uno de los futbolistas más activos en campañas contra el racismo.
3. Tiene una fundación que apoya la educación de niños en comunidades vulnerables.
4. Ama el baile: cada gol lo celebra con un paso distinto.
5. Es el brasileño más joven en marcar en una final de Champions League.



PEDRI GONZÁLEZ *España*

“El niño prodigio del fútbol europeo”

A sus 22 años, su talento recuerda a Iniesta y Xavi, y su humildad lo hace aún más grande.

5 datos curiosos:

1. Debutó profesionalmente a los

16 años con Las Palmas.

2. Usa las mismas espinilleras desde su debut profesional, por superstición.
3. Su ídolo de infancia fue Andrés Iniesta.
4. Juega con una precisión de pase superior al 90 %.
5. En su casa de Tenerife aún guarda su primer balón firmado por su familia.



FIRMA DE CONVENIO ENTRE UNIVERSIDAD EP DE MÉXICO *y el sistema de salud* **CHRISTUS MUGUERZA**

Escrito por: Lic. Angeles Gómez Alcalá

El pasado primero de diciembre del año 2025 al mediodía nuestra institución Universidad EP de México, tuvo el honor y privilegio de recibir a representantes del Sistema de Salud Christus Muguerza, un sistema de salud integral que brinda atención médica con altos estándares de calidad a distintas comunidades, ofreciendo servicios que van desde la prevención, hasta tratamientos complejos como oncología, cardiología, medicina crítica y trasplantes de órganos.



Nuestro rector, el Dr. Héctor José León Domínguez Mendoza, tuvo el gusto de recibir al director general de Hospitales Christus Muguerza Puebla (Betania y UPAEP), el Lic. José Arturo Ugalde Elías; ambos tuvieron un amistoso diálogo y un recorrido por la Universidad EP de México previo a la celebración de la firma oficial del convenio entre ambas instituciones.

Asimismo, para la importante ocasión contamos con la notable y solemne presencia de los directivos de nuestra respetable Universidad; el director comercial nacional de la Universidad EP de México, el Mtro. Héctor José Domínguez Lozano y la directora administrativa, la Mtra. Janet Domínguez Lozano.

Ambos en compañía de la coordinadora nacional de marketing y admisión, la Lic. María de los Angeles Gómez Alcalá y del coordinador de Campus Posgrados, el Lic. Héctor Moctezuma Ángeles, reafirmaron la importancia de la vinculación entre ambas entidades y la valiosa colaboración que también existe, siendo el inicio de una próspera fraternidad institucional que traerá éxito a ambas instituciones.

Como acompañantes del director general el Lic. José Arturo Ugalde Elías, tuvimos la dicha de contar con la presencia de la gerente de Recursos Humanos de Hospitales C.M. Puebla (Betania y UPAEP), Angélica Lucía Jaramillo Jiménez, la gerente en Enfermería Betania, Anayvanesa Villegas Ramírez, la gerente de Enfermería UPAEP, Alejandra Pérez Tenorio, la jefa de Enseñanza Betania, Elvira Santiago Martínez y la jefa de Enseñanza UPAEP, Mónica García Rodríguez; todas ellas pudieron enriquecer la reunión con sus valiosos puntos de vista e invaluable experiencia desde sus áreas de competencia, dando una primera muestra de lo significativo que será contar con un diálogo constante entre las instituciones de las que forman parte y nuestra Universidad, EP de México.

El Sistema Educativo EP de México festeja la firma de nuestro nuevo convenio y refrenda su compromiso con alumnos y colaboradores por la búsqueda de excelencia, permaneciendo como referente Nacional a partir de educación de calidad, procesos eficientes y una gestión que permite otorgar a toda su comunidad una institución de primer nivel y en constante expansión; reafirmando su posición como líder latinoamericano de educación en salud.





POR MÁS Y MEJORES EMPRESAS

Conoce nuestros servicios y beneficios

para **integrarte**, **permanecer** y
trascender en el ámbito empresarial.



**REPRESENTATIVIDAD Y
FORTALEZA EMPRESARIAL**



EVENTOS Y NETWORKING



CAMPUS COPARMEX

CAPACITACIÓN ABIERTA , INCOMPANY Y PROGRAMAS
ESPECIALES



BANCO DE TALENTO

COLOCANDO PERFILES PROFESIONALES Y PREPARADOS
PARA FORTALECER Y TRAER EL TALENTO A TU EQUIPO



C O N T Á C T A N O S

AFILIACIÓN



CAMPUS COPARMEX



BANCO DE TALENTO





TU CAMINO CONTRA EL
CÁNCER MERECE MÁS
QUE TRATAMIENTO:
MERECE COMPAÑÍA,
EMPATÍA Y CUIDADO. EN
ONCO BOUTIQUE LO
ENCUENTRAS TODO EN
UN SOLO LUGAR

AVALADOS POR:



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Productos

- Pelucas oncológicas
- Turbantes
- Sujeción postoperatoria
- Prótesis mamarias externas
- Brasieres postmastectomía
- Mangas para linfedema
- Ropa oncológica
- Trajes de baño
- Cremas reparadoras y cuidado de la piel
- Desodorantes libres de aluminio y parabenos
- Tintes sin amoníaco
- Shampoo orgánico
- Higiene buco-dental

Servicios

- Asesoría para la correcta elección de brasier y prótesis mamaria externa
- Clínica de linfedema
- Fisioterapia oncológica
- Protocolo de rapado oncológico, vive tu rapado con privacidad
- Microblading
- Nutrición oncológica
- Psicooncología



**PUEBLA
COAPA
BOSQUES DE LAS LOMAS**



2224708221



www.rosariooncoboutique.com.mx



RosarioOncoBoutique



@rosariooncoboutiquemx



NUTRICIÓN

emocional

cuando el hambre no está en el

ESTÓMAGO

Escrito por: Carla Andrea Domínguez Guillén

Por años hemos creído que comemos solo por hambre física, esa sensación que aparece cuando el estómago “ruge” o han pasado muchas horas desde la última comida. Sin embargo, cada vez más investigaciones demuestran que muchas de nuestras decisiones alimenticias no nacen en el estómago, sino en el cerebro y en las emociones.

Comer para calmar el estrés, la tristeza o la ansiedad es más común de lo que parece. Lo que en psicología se conoce como alimentación emocional puede ser, en dosis pequeñas, una forma natural de consuelo. Pero cuando se vuelve un hábito, puede generar culpa, sobrepeso, ansiedad y un círculo difícil de romper.

¿Qué es la Nutrición EMOCIONAL?

La nutrición emocional busca comprender la relación entre lo que sentimos y lo que comemos. No se trata de una dieta o un menú, sino de una forma de autoconocimiento. Propone reconocer los detonantes emocionales que nos llevan a comer —sin hambre real— y aprender a responder de manera más consciente.

A diferencia de los planes nutricionales tradicionales, la nutrición emocional integra aspectos psicológicos, biológicos y sociales: el entorno familiar, la cultura, la historia personal con la comida y, por supuesto, las emociones que acompañan cada bocado.



El papel DEL CEREBRO Y LAS HORMONAS

Cuando estamos estresados, el cuerpo libera cortisol, una hormona que puede aumentar el apetito y hacernos desear alimentos ricos en azúcar y grasa. A corto plazo, estos alimentos activan el sistema de recompensa del cerebro y generan una sensación de alivio. Pero, al pasar el efecto, la emoción que originó el impulso sigue ahí.

Por el contrario, una alimentación equilibrada en omega-3, triptófano, magnesio y vitaminas del complejo B favorece la producción de serotonina y dopamina, neurotransmisores que regulan el estado de ánimo. En otras palabras: lo que comemos puede nutrir también nuestras emociones.

El hambre Emocional



El hambre Física



VS.

Reconocer cuál de estas dos está actuando es el primer paso hacia una relación más sana con la comida.

Los alimentos que **ENGAÑAN AL** Cerebro

Cuando comemos por ansiedad, tristeza o cansancio, el cuerpo tiende a pedir alimentos que brindan placer inmediato, pero cuyo efecto emocional y metabólico es de corta duración. En México, muchos de estos alimentos forman parte del día a día, por lo que es importante identificarlos:

Alimentos

Ultraprocesados

Activan el sistema de recompensa del cerebro, pero después generan un bajón emocional.



Comidas

fritas o grasosas

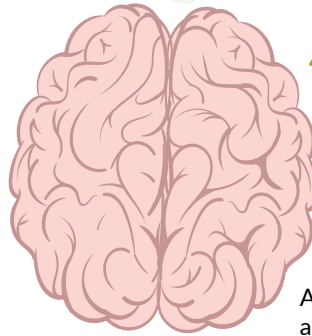
Producen saciedad rápida, pero elevan triglicéridos y pueden alterar el sueño.



Bebidas

con cafeína o azúcar

Incrementan la ansiedad y dificultan el descanso nocturno.



CONSUMO DE Alcohol

en estados emocionales bajos

Aunque parece relajante, el alcohol deprime el sistema nervioso y puede empeorar la tristeza o el estrés.



Los horarios más **PELIGROSOS PARA EL** Comer emocional

Los estudios del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP, 2023) muestran que los momentos de mayor vulnerabilidad emocional ocurren:

Entre 5:00 p.m. y 9:00 p.m., cuando aumenta el cansancio laboral y se busca "premiarse" con comida.

Durante la madrugada, en personas con estrés o insomnio, donde el refrigerador se convierte en refugio emocional.



Por eso, planificar cenas ligeras y ricas en triptófano (como plátano, yogur natural, nueces o avena) puede ayudar a evitar episodios de hambre emocional nocturna.

¿Qué propone la Nutrición emocional?

1. Escuchar al cuerpo antes de comer, preguntarte:

¿Tengo hambre

Física o Emocional?



2. Identificar las emociones más frecuentes como estrés, soledad, enojo y cómo se reflejan en la alimentación.



3. Practicar la alimentación consciente (mindful eating) en: comer sin distracciones, observando sabor, textura y sensación de saciedad.



4. Evitar las restricciones extremas, ya que pueden provocar ansiedad y atracones.



5. Buscar acompañamiento profesional: un nutriólogo con enfoque emocional o un psicólogo especializado puede guiar este proceso con herramientas prácticas.



COMER TAMBIÉN ES UN Acto emocional

La comida forma parte de nuestras celebraciones, recuerdos y afectos. No se trata de eliminar la emoción de la mesa, sino de reconciliarla con el cuerpo y la mente.

La nutrición emocional invita a reconocer que alimentarse también es un acto de amor propio, una oportunidad diaria de cuidar el cuerpo, la mente y la historia que cada uno lleva consigo.



1. American Psychological Association (2023). Stress and Eating Habits: Emotional Eating and Its Implications.
2. Alvarado, P. & Rentería, L. (2021). Relación entre emociones y conducta alimentaria en población mexicana. Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios, 12(2), 45-52.
3. Mindful Eating México (2022). Guía práctica de alimentación consciente.
4. Harvard Health Publishing (2023). Food and Mood: How Diet Affects Mental Wellbeing.
5. Instituto Nacional de Salud Pública (2023). Patrones de alimentación y emociones en población urbana mexicana.

HOSPITAL PUEBLA

Somos el

TOP

5

a nivel

Nacional




Nuestro talento humano hace la diferencia

6 PILARES DE UN ESTILO DE VIDA saludable

Adoptar un estilo de vida saludable implica mucho más que evitar enfermedades: significa cultivar hábitos que promuevan el bienestar físico, mental y social. Esto identifica seis pilares básicos para la salud: una alimentación balanceada, actividad física regular con base en recomendaciones basadas en evidencia científica verificable, manejo efectivo del estrés, abstinencia de sustancias nocivas, hábitos de sueño adecuados y relaciones sociales enriquecedoras. Cada uno de estos aspectos contribuye a prevenir enfermedades crónicas y a mejorar el bienestar general (OMS, 2025).

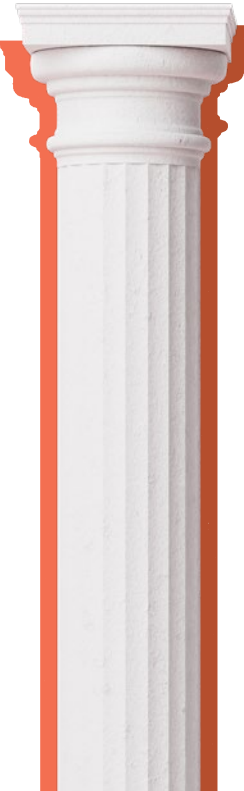
Escrito por: Dr. Rigoberto Antonio Cisneros García

1 ALIMENTACIÓN SALUDABLE



La dieta balanceada es esencial para prevenir enfermedades crónicas. Se recomienda incrementar alimentos de origen vegetal: frutas, verduras, legumbres, frutos secos y cereales integrales (OMS, 2025). Estos aportan fibra, vitaminas y compuestos protectores. Se aconseja consumir al menos 5 porciones diarias (unos 400 gr) de frutas y verduras. También es crucial limitar ingredientes nocivos: el azúcar libre debe aportar <10 % de las calorías (idealmente <5 %) y las grasas saturadas <10 %. Las grasas no saturadas (aceite de oliva, aguacate, pescados grasos, frutos secos) deben sustituir a las saturadas (mantequilla, tocino, quesos grasos). Igualmente, reducir el consumo de sal (a <5 gr diarios) ayuda a controlar la presión arterial. En conjunto, seguir un patrón de dieta adaptada conforme las necesidades de cada persona optimiza la salud y es más sostenible (AESAN, 2025).

2 ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR



El ejercicio sistemático ofrece beneficios integrales. La OMS indica que adultos saludables deben realizar mínimo 150 minutos semanales de actividad aeróbica moderada (PAHO, 2025). Además, dos o más veces por semana se deben incluir ejercicios de fortalecimiento muscular (pesas, resistencia, ejercicios de peso corporal) (PAHO, 2025). La actividad física mejora la salud cardiovascular, reduce la presión arterial, mejora la glucemia y fortalece músculos y huesos (OMS, 2025). También combate el sedentarismo, uno de los principales riesgos de mortalidad. Para niños y adolescentes, se recomienda al menos 60 minutos diarios de actividad moderada a vigorosa. En la práctica, se puede caminar, andar en bicicleta, nadar o bailar. Incluir ejercicio en la rutina diaria y escoger actividades que gusten facilita la adherencia. Incluso pequeñas pausas activas durante el día suman beneficios.

3 CONTROL DEL ESTRÉS

El estrés crónico afecta la salud mental y física; así, aprender a manejarlo es clave. Técnicas de relajación como el yoga o la meditación ayudan a reducir la tensión psicofísica. Por ejemplo, el yoga combina posturas y respiración para inducir relajación y aliviar ansiedad. Otras estrategias eficaces son escribir un diario para liberar emociones reprimidas, practicar respiraciones profundas y escuchar música tranquilizante (que disminuye la respuesta al estrés). También es importante poner límites personales y aprender a “decir no” cuando sea necesario para evitar sobrecarga (MAYO, 2025). El apoyo social contribuye: compartir tiempo con amigos o familiares proporciona distracción, consuelo y apoyo emocional. Si el estrés es intenso o constante, la terapia psicológica o el acompañamiento profesional deben considerarse, ya que pueden brindar herramientas para afrontar dificultades. En resumen, fomentar hábitos de autocuidado (descanso adecuado, actividades agradables y conexión social) ayuda a manejar el estrés diario.

4 SUSPENDER SUSTANCIAS DAÑINAS

Abstenerse de sustancias adictivas es fundamental. El tabaco es la causa prevenible más importante de enfermedad: mata a la mitad de sus fumadores y provoca más de 7 millones de muertes al año (incluyendo los que solo respiran humo ajeno). No existe nivel de exposición seguro al humo de tabaco (incluso el vapor de cigarrillos electrónicos conlleva riesgos). El alcohol, por su parte, es un carcinógeno probado: contribuye a distintos cánceres (mama, hígado, colon, esófago, etc.) y a enfermedades cardiovasculares (OMS, 2025). Según la OMS, no hay consumo de alcohol libre de riesgos; incluso ingestas bajas pueden causar daño. En total, el abuso de alcohol se relaciona con millones de muertes anuales y diversos trastornos de salud. Por ello, la recomendación es eliminar o reducir al mínimo el consumo de tabaco, alcohol u otras drogas (ilícitas o medicamentosas sin indicación) para proteger la salud. Asimismo, es prudente moderar la cafeína y otras sustancias estimulantes según la sensibilidad individual. Dejar estos hábitos nocivos disminuye el riesgo de cáncer, cardiopatía, enfermedades hepáticas y depresión, mejorando sustancialmente la calidad de vida.

1. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2022). Recomendaciones dietéticas saludables y sostenibles. Ministerio de Ciencia e Innovación. https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/RECOMENDACIONES_DIETETICAS.pdf

2. Centers for Disease Control and Prevention. (2025, 9 de junio). Manejo del estrés. <https://www.cdc.gov/mental-health/es/living-with/manejo-del-estres.html>

3. Foro Económico Mundial. (2023, 8 de septiembre). Los científicos han descubierto la clave de una vida sana y feliz: nuestras relaciones. World Economic Forum. <https://es.weforum.org/stories/2023/09/los-cientificos-han-descubierto-la-clave-de-una-vida-sana-y-feliz-nuestras-relaciones>

4. Mayo Clinic. (2025a, 1 de febrero). Consejos para dormir: seis pasos para dormir mejor. Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/sleep/art-20048379>

5. Mayo Clinic. (2025b, 1 de febrero). ¿Cuántas horas de sueño son suficientes para una buena salud? Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/adult-health/expert-answers/how-many-hours-of-sleep-are-enough/faq-20057898>

5 MEJORAR HÁBITOS DE SUEÑO

Dormir bien es tan vital como comer o ejercitarse. Los adultos necesitan 7–9 horas de sueño ininterrumpido por noche. Un sueño reparador refuerza el sistema inmune, la memoria y el estado de ánimo, y previene obesidad, hipertensión, infartos y deterioro cognitivo. Para lograrlo, conviene fijar horarios constantes para acostarse y despertarse todos los días. Mantener una rutina relajante antes de dormir (ambiente oscuro y fresco, evitar pantallas y luces brillantes) mejora la calidad del descanso. Hacer ejercicio regularmente (aunque no se recomienda justo antes de acostarse), tomar sol por las mañanas y evitar comidas pesadas, cafeína o nicotina al final del día son estrategias que facilitan conciliar el sueño. Si aparecen trastornos del sueño frecuentes (insomnio, apneas, etc.), se debe consultar al médico. En conjunto, priorizar el sueño y cuidar su higiene permite que el cuerpo se repare y funcione óptimamente.

6 RELACIONES INTERPERSONALES

El bienestar social influye directamente en la salud. Tener vínculos fuertes (familia, amistades, colegas, comunidades) está asociado a mayor longevidad y mejor salud física y mental. En cambio, el aislamiento y la soledad aumentan el riesgo de depresión, enfermedades cardiovasculares y mortalidad prematura. Estudios muestran que las personas con redes sociales amplias tienden a recuperarse mejor del estrés y a adoptar hábitos más saludables (como dejar de fumar o beber). Por ello, se recomienda dedicar tiempo a cultivar relaciones positivas: comunicarse con seres queridos, compartir actividades placenteras y participar en grupos sociales o comunitarios. Brindar y recibir apoyo emocional fortalece la autoestima y la resiliencia ante adversidades. En definitiva, el apoyo mutuo y la conexión social son componentes protectores claves del estilo de vida saludable.

6. National Institute of Mental Health. (2024, diciembre). El cuidado de su salud mental. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/espanol/el-cuidado-de-su-salud-mental>

7. National Institutes of Health. (2021, mayo). Buenos hábitos de sueño para una buena salud. NIH Noticias en Español. <https://salud.nih.gov/recursos-de-salud/nih-noticias-de-salud/buenos-habitos-de-sueno-para-una-buena-salud>

8. Organización Mundial de la Salud. (2018, 31 de agosto). Alimentación sana. World Health Organization. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

9. Organización Mundial de la Salud. (2024, 26 de junio). Actividad física. World Health Organization. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

10. Organización Mundial de la Salud. (2024, 25 de junio). Alcohol. World Health Organization. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>

11. Organización Mundial de la Salud. (2025, 25 de junio). Tabaco. World Health Organization. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

12. Organización Panamericana de la Salud. (2012, 9 de mayo). Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud. <https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>

PRIMAVERA 2026

OFERTA ACADÉMICA

CAMPUS SUR MÉRIDA

www.epmerida.com



INCORPORACIÓN

DOS SÁBADOS AL MES

11 ABR

DIPLOMADO EN ENFERMERÍA NEONATAL

5 MESES

VIDEO CLASES EN VIVO

DOS SÁBADOS AL MES

18 ABR

MAESTRÍA EN ADMINISTRACIÓN DE HOSPITALES

2 AÑOS

PRESENCIAL Y VIDEO CLASES EN VIVO

UNO PRESENCIAL Y UNO EN LÍNEA

INCORPORACIÓN

DOS FINES DE SEMANA AL MES

18 ABR

ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA OBSTÉTRICA Y PERINATAL

18 MESES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

DOS FINES DE SEMANA AL MES

18 ABR

ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA QUIRÚRGICA

18 MESES

PRESENCIAL

UN DOMINGO AL MES

19 ABR

DIPLOMADO EN ODONTOPEDIATRÍA

10 MESES

PRESENCIAL Y VIDEO CLASES EN VIVO

INCORPORACIÓN

UN SÁBADO AL MES

25 ABR

DIPLOMADO EN ENFERMERÍA CARDIOLÓGICA

10 MESES

VIDEO CLASES EN VIVO

NUEVO PROGRAMA

DOS SÁBADOS AL MES

25 ABR

MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA Y SALUD MATERNA PERINATAL

2 AÑOS

PRESENCIAL Y VIDEO CLASES EN VIVO

UNO PRESENCIAL Y UNO EN LÍNEA

INCORPORACIÓN

DOS FINES DE SEMANA AL MES

2 MAY

ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA NEFROLÓGICA

18 MESES

PRESENCIAL

¡CONOCE TU CAMPUS!

MÉRIDA TE ESPERA

ESCANEA

Y RECIBE MÁS INFORMES POR WHATSAPP

221 593 8932

CAMPUS MÉRIDA

Calle 42 x 33 #300
Col. Montes de Amé
Mérida, Yucatán



LLAMA PARA INFORMES

222 980 0240

LUNES A SÁBADO: 8:00 A 18:00
DOMINGO: 8:00 A 14:00

EP DE MÉXICO CAMPUS SUR
 epdemexicocentro
 ep_de_mexico



EL SENTIDO DE LA *Humanización* EN LA SALUD DE LOS PACIENTES ONCOLÓGICOS

Escrito por: Ariana Aguilera González

El cáncer no solo representa un desafío clínico; constituye también una experiencia profundamente humana en la que convergen aspectos físicos, emocionales, sociales y espirituales. Los pacientes oncológicos se enfrentan a incertidumbre, miedo, dolor, cambios corporales, pérdidas y, con frecuencia, a una redefinición de su proyecto de vida. En este contexto, el sistema de salud tiene el deber de ofrecer no solo tratamientos eficaces, sino también una atención humanizada que reconozca la dignidad, la subjetividad y la individualidad de cada persona. La humanización en salud implica comprender al paciente como un ser integral y no únicamente como un cuerpo enfermo o un diagnóstico.

Es importante considerar el sentido y la importancia de la humanización en la atención de pacientes oncológicos: sus fundamentos, sus dimensiones esenciales, los beneficios para pacientes y profesionales, así como los desafíos actuales para consolidarla como un pilar en la práctica clínica. Pequeños gestos, como el contacto visual, una escucha activa, el uso del nombre del paciente en lugar de la enfermedad, o una explicación clara y sin prisas, pueden transformar radicalmente la experiencia asistencial.

1 CONCEPTO DE LA **HUMANIZACIÓN** EN SALUD

La humanización en salud se refiere a un enfoque de atención centrado en la persona, que integra atributos como respeto, empatía, comunicación clara, acompañamiento emocional, participación en las decisiones y reconocimiento del sufrimiento humano.

Supone superar la visión biomédica limitada al cuerpo y abrir paso a una perspectiva holística en la que se consideran también los aspectos psicológicos, sociales y existenciales que influyen en la experiencia de enfermedad. Este enfoque se apoya en los principios de la bioética—autonomía, beneficencia, no

maleficencia y justicia, y también en valores humanos fundamentales: la compasión, el respeto por la dignidad, la solidaridad y el reconocimiento del otro como sujeto, no como objeto de intervención técnica.

En oncología, donde las intervenciones suelen ser agresivas y los tratamientos prolongados, la humanización adquiere un papel especialmente relevante. El paciente transita por un proceso que incluye diagnóstico, tratamientos, remisión o recaída, y a veces fases paliativas, todo lo cual requiere un acompañamiento sensible y respetuoso.



2 DIMENSIONES DE LA HUMANIZACIÓN EN LOS PACIENTES ONCOLÓGICOS

COMUNICACIÓN EFECTIVA Y EMPÁTICA

La comunicación es el pilar principal de la humanización. En oncología, implica informar sobre diagnósticos y tratamientos de manera clara y honesta, evitando tecnicismos innecesarios y comprobando que el paciente entienda la información.

También exige sensibilidad: saber escuchar, preguntar por las emociones, validar el miedo o la incertidumbre y evitar actitudes despersonalizadas.

Una comunicación empática ayuda a:

- Para disminuir la ansiedad del paciente.
- Reducir malentendidos respecto al tratamiento.
- Donde se fortalezca el vínculo terapéutico.
- Que se facilite la toma de decisiones compartida.

Los pacientes oncológicos suelen recordar no tanto los detalles del tratamiento como el modo en que fueron tratados por el personal de salud.

ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO

El diagnóstico de cáncer desencadena un impacto emocional profundo. Muchos pacientes enfrentan procesos de duelo, temor a la muerte, incertidumbre por el futuro o alteraciones en su autoimagen, y significa también una amenaza desde el punto de vista de su economía por los altos costos en el tratamiento y estudios complementarios.

La humanización reconoce esta dimensión y promueve un apoyo psicológico oportuno que puede brindarse mediante psicólogos clínicos, tanatólogos, trabajadores sociales o grupos de apoyo.

La atención emocional no debe ser vista como un complemento opcional, sino como parte integral del tratamiento oncológico. Un paciente emocionalmente acompañado:

- Se adhiere mejor al tratamiento.
- Maneja con mayor fortaleza los efectos secundarios.
- Experimenta mejor calidad de vida.



RESPECTO POR LA DIGNIDAD Y LA AUTONOMÍA

Todo paciente tiene derecho a conocer su situación, expresar sus preferencias y participar en las decisiones. Algunos desean tratamientos agresivos; otros prefieren enfoques paliativos orientados al confort. La humanización garantiza que esas decisiones no sean ignoradas.

El respeto a la dignidad implica:

- Tratar al paciente como persona, no como un expediente.
- Proteger su privacidad.
- Valorar su historia de vida y sus creencias.
- Evitar tratos mecanizados o bruscos.

La autonomía incluye consentimiento informado real, no solo firmado, sino comprendido.



ATENCIÓN INTEGRAL Y MULTIDISCIPLINARIA

La humanización implica reconocer que el cáncer afecta todas las esferas de la vida.

La atención integral combina medicina, enfermería, psicología, nutrición, rehabilitación física, trabajo social, cuidados paliativos y apoyo espiritual cuando el paciente lo desee.

Un equipo integrado que enriquezca el abordaje.



ENTORNOS HOSPITALARIOS HUMANIZADOS

Espacios limpios, iluminados, silenciosos y respetuosos de la privacidad disminuyen el estrés y favorecen una experiencia más digna. La humanización incluye:

- Evitar esperas prolongadas.
- Facilitar el acompañamiento familiar.
- Reducir procedimientos innecesarios dolorosos o invasivos.

Proveer servicios de apoyo: orientación, trabajo social, espacios de descanso.

3 **BENEFICIOS DE LA HUMANIZACIÓN PARA LOS PACIENTES ONCOLÓGICOS**

MEJORA DEL BIENESTAR EMOCIONAL Y PSICOLÓGICO

Los pacientes tratados con humanidad desarrollan mayor resiliencia ante el proceso oncológico.

Se ha observado una disminución en niveles de ansiedad, depresión y percepción del dolor.

La humanización también fortalece la esperanza realista, ayudando al paciente a encontrar sentido incluso en circunstancias adversas.

MAYOR ADHERENCIA TERAPÉUTICA

La confianza y el vínculo con el equipo de salud se traducen en mayor cumplimiento del tratamiento.

El paciente se siente parte activa, no un receptor pasivo, lo que disminuye abandonos y mejora los resultados clínicos.

MEJOR CALIDAD DE VIDA

La calidad de vida es un indicador clave en oncología.

La humanización influye en ella al promover bienestar emocional, apoyo social, manejo adecuado de síntomas y acompañamiento espiritual para quienes lo deseen.

REDUCCIÓN DEL ESTRÉS

Aunque no elimina el dolor físico, la atención humanizada disminuye el desconsuelo total, entendido como una combinación de dolor, miedo, frustración y soledad.

El paciente "siente" que no está solo, que su experiencia es reconocida y que su voz importa.



4 **IMPACTO EN EL PERSONAL DE SALUD**

Cuando el vínculo con los pacientes es respetuoso y empático:

- Se reduce el desgaste emocional y el burnout.
- Aumenta la satisfacción laboral.
- Mejora el trabajo en equipo.
- Se promueve un ambiente más compasivo en toda la institución.

Los profesionales que se sienten valorados y apoyados tienen mayor disposición a brindar una atención de calidad.

5 **DESAFÍOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA HUMANIZACIÓN EN ONCOLÓGIA**

A pesar de su importancia, la humanización enfrenta múltiples barreras:

SOBRECARGA LABORAL Y FALTA DE TIEMPO

Los sistemas de salud frecuentemente exigen que los profesionales atiendan muchos pacientes en poco tiempo, lo que limita la comunicación empática, la escucha activa y el acompañamiento emocional.

FORMACIÓN INSUFICIENTE

La educación médica tradicional se enfoca en lo biológico y en las habilidades técnicas. Falta entrenamiento en comunicación, manejo emocional, trabajo interdisciplinario y ética clínica.

CULTURA CENTRADA EN LA PRODUCTIVIDAD

La presión por resultados cuantitativos puede opacar la importancia de lo cualitativo. Las instituciones deben equilibrar la eficiencia con la dignidad del paciente.

FALTA DE COMPRENSIÓN DEL SUFRIMIENTO

Algunos profesionales, temiendo involucrarse emocionalmente, tienden a distanciarse de los pacientes oncológicos. Es necesario promover espacios de reflexión, autocuidado y apoyo psicológico.



6 PERSPECTIVA ÉTICA Y FILOSÓFICA

La humanización tiene un fundamento ético profundo: se basa en la idea de que toda persona tiene un valor intrínseco independientemente de su estado de salud. El paciente no es solo un cuerpo enfermo; es una biografía, una historia en curso, un ser que soporta y que merece ser acompañado con respeto.

Filosóficamente, la humanización se vincula con el concepto de alteridad: la capacidad de reconocer al otro en su vulnerabilidad. En oncología, donde la enfermedad confronta a pacientes y profesionales con la fragilidad humana, la humanización se convierte en un imperativo moral.

La humanización en la atención a pacientes oncológicos no es un complemento, sino una necesidad ética, clínica y humana. Proporciona mayor bienestar emocional, fortalece la adherencia al tratamiento, mejora la calidad de vida y reduce la angustia.

Además, contribuye a un clima laboral más sano y a un ejercicio profesional más significativo.

Para lograrlo, es necesario un cambio profundo en la cultura sanitaria: formación en habilidades humanísticas, integración multidisciplinaria, espacios amigables, políticas institucionales centradas en la dignidad y estrategias que permitan a los profesionales cuidar también de sí mismos.

La humanización, en última instancia, recuerda que la medicina no trata enfermedades, sino personas. Y en el ámbito oncológico, donde la vida se vive con mayor intensidad y vulnerabilidad, este enfoque se vuelve el corazón mismo del cuidado.

PRIMAVERA 2026

OFERTA ACADÉMICA



¡CONOCE TU
UNIVERSIDAD!



CAMPUS PUEBLA
EDUCACIÓN CONTINUA



INCORPORACIÓN

1 SÁBADO AL MES

11
ABR

DIPLOMADO EN
**MEDICINA
ESTÉTICA**

12 MESES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

1 SÁBADO AL MES

18
ABR

DIPLOMADO EN
**ESTÉTICA
Y COSMETOLOGÍA
PARA ENFERMERÍA**

11 MESES

PRESENCIAL

NUEVO PROGRAMA

1 DOMINGO AL MES

12
ABR

DIPLOMADO EN
**BARITRÍA
Y MODELAMIENTO
CORPORAL**

9 MESES

MIXTO

PRESENCIAL

Y VIDEO CLASES EN VIVO

NUEVO PROGRAMA

2 DOMINGOS AL MES

12
ABR

DIPLOMADO EN
**ADMINISTRACIÓN
PÚBLICA
EN SISTEMAS
DE SALUD**

6 MESES

VIDEO CLASES

EN VIVO



CONSULTA LOS PROGRAMAS ACADÉMICOS EN: www.epeac.com

ALGUNOS DE NUESTROS PROGRAMAS TIENEN
OPCIÓN A **CERTIFICACIÓN DE RED SEP - CONOCER**

CAMPUS EDUCACIÓN CONTINUA

¡SÍGUENOS!

- EP de México
- epdemexicocentro
- @ep_de_mexico

LLAMA PARA INFORMES:

222 948 0240

LUNES A SÁBADO: 8:00 A 18:00
DOMINGOS: 8:00 A 14:00



Calle 6 Nte. No. 1610
Col. San Francisco,
Puebla, Pue.



222 294 98 24
222 946 75 36

Dame
Fifty

Sana sana, atención humana. Estancias cómodas y confianza cercana



50 Doctors Angelópolis
Angelópolis, Puebla
Anillo Perif. Ecológico 3505,
Tlaxcalancingo, 72821
San Andrés Cholula, Pue.



50 Doctors San Manuel
San Manuel, Puebla
Blvd. 14 Sur 4302,
Jardines de San Manuel, 72570
Heroica Puebla de Zaragoza, Pue.



50 Doctors Zapopan
Guadalajara
Av. General Ramón Corona 2401,
San Juan de Ocotán, 45019
Zapopan, Jal.



Hospital Materno Infantil
La Paz, Puebla
Teziutlán Sur & Avenida 3 Poniente,
La Paz, 72160 Heroica Puebla de
Zaragoza, Pue.

Apertura
PROXIMAMENTE



Más información: 221 151 0733
@fiftydoctors | @maternoinfantil50doctors



LA ENFERMERA QUE CURÓ A VAN GOGH: *arte, salud y humanidad*

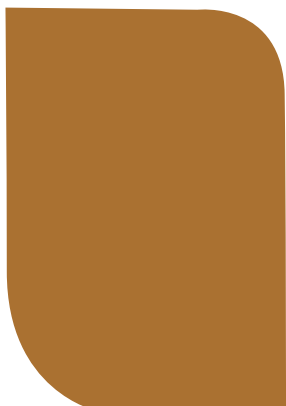
Escrito por: Aline Castelán Rodríguez

Vincent van Gogh fue un pintor neerlandés del siglo XIX, considerado uno de los artistas más influyentes de la historia del arte. Aunque en vida vendió muy pocos cuadros, su estilo lleno de emoción, color y movimiento transformó la pintura moderna. Detrás de sus obras, sin embargo, también existió una profunda lucha interior con la salud mental.

Uno de los episodios más conocidos de su vida ocurrió en diciembre de 1888, en la ciudad francesa de Arlés. Tras una fuerte crisis emocional, Van Gogh se cortó parte de la oreja izquierda y la envolvió en un paño, entregándola —según se cuenta— a una joven de un burdel cercano. Fue encontrado al día siguiente con graves heridas y trasladado a un hospital, donde recibió atención médica y cuidados.

En este punto entra en escena el motivo de nuestra pintura: una enfermera atenta, serena y humana, cosiendo la oreja de Van Gogh. Aunque no se sabe con certeza quién lo atendió, lo más probable es que algún profesional de la salud haya estado allí para detener la hemorragia, limpiar la herida y, sobre todo, ofrecer consuelo a un hombre que sufría intensamente.

Nuestra universidad decidió representar este momento porque simboliza la unión entre el arte y la salud, entre la fragilidad humana y la vocación de cuidado. La enfermera que atiende a Van Gogh no solo cura una herida física: representa el compromiso, la empatía y la entrega que caracteriza a quienes eligen dedicar su vida a sanar a otros.





CINCO APRENDIZAJES *de la vida de Van Gogh* **PARA NUESTRA VIDA PERSONAL Y PROFESIONAL**

1 *La pasión puede transformar el dolor en belleza. Aun en sus momentos más difíciles, Van Gogh convirtió el sufrimiento en arte.*

2 *Persistir aunque no haya reconocimiento inmediato. Su grandeza fue valorada después de su muerte; nos enseña a seguir trabajando con fe en lo que hacemos.*

3 *Cuidar la salud mental es esencial. El talento no basta sin bienestar emocional; pedir ayuda es un acto de valentía, no de debilidad.*

4 *La empatía sana tanto como la medicina. Un gesto amable puede ser tan poderoso como un tratamiento.*

5 *Cada herida tiene una historia*



UNIVERSIDAD

EP
de México

¡NUEVO ESTUDIO DE PODCAST UNIVERSITARIO!

¡ALUMNOS, PROFESORES Y EXALUMNOS!

VEN A GRABAR TUS TEMAS DE INTERÉS

- ✓ ENTREVISTAS
- ✓ DEBATES
- ✓ ACTUALIDAD

ON AIR

¡RESERVA TU LUGAR Y PARTICIPA!

¡VIVE LA EXPERIENCIA PODCAST!

Envía tu contenido a
aldo.gc@epdemexico.edu.mx

EL PODER DE LA *Inteligencia Artificial* EN LA MEDICINA GLOBAL

*Escrito por: Mtro. Héctor Ugarte Ramírez
Presidente de la Comisión de Salud COPARMEX Puebla,
Fundador de Onco Boutique y Co-Fundador de Aliado IA*

1 LA NUEVA ONTOLOGÍA DE LA MEDICINA ULTRADIGITAL

La medicina contemporánea atraviesa su transformación más radical desde la introducción del método científico y la teoría germinal de la enfermedad. Nos encontramos en el umbral de una “era algorítmica” donde la inteligencia artificial (IA) deja de ser una herramienta auxiliar para convertirse en el tejido conectivo que orquesta la atención clínica, la investigación biomédica y la administración sanitaria. Este informe exhaustivo disecciona la anatomía de esta revolución, analizando cómo la convergencia de la capacidad de cómputo exaescala, la proliferación de datos masivos (Big Data) y el refinamiento de arquitecturas de aprendizaje profundo (Deep Learning) están redefiniendo los límites de lo posible en el cuidado de la salud humana.

El análisis que sigue no se limita a una revisión de tecnologías emergentes; busca desentrañar las dinámicas económicas, políticas y sociales que subyacen a esta transición. A nivel global, observamos una carrera armamentista

tecnológica donde las potencias del Norte Global invierten billones en medicina de precisión y gemelos digitales, mientras que las economías emergentes, con un foco particular en México, navegan la compleja dicotomía entre la obsolescencia institucional y focos vibrantes de innovación HealthTech. Hacia el año 2026, la narrativa ha cambiado. Ya no se discute la viabilidad técnica de la IA en medicina, sino su escalabilidad, su ética y su capacidad para generar valor tangible en sistemas de salud financieramente estresados. Este documento examina con granularidad cómo instituciones mexicanas como el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) intentan dar un salto cuántico hacia la digitalización mediante la Cédula Digital de Salud, y cómo el sector privado, liderado por conglomerados hospitalarios y startups ágiles, está llenando los vacíos de infraestructura con soluciones de vanguardia. Desde la biología computacional que acelera el descubrimiento de fármacos hasta la automatización administrativa que combate el agotamiento médico, se presenta una visión holística y crítica del futuro sanitario.



2 PANORAMA MACROECONÓMICO GLOBAL :

DINÁMICAS DE MERCADO Y RECONFIGURACIÓN FINANCIERA

VALORACIÓN DE MERCADO Y TRAYECTORIAS DE CRECIMIENTO EXPONENCIAL

La economía política de la salud global está siendo reescrita por la inteligencia artificial. Los modelos financieros tradicionales, basados en el volumen de servicios prestados (fee-for-service), están cediendo paso a modelos basados en valor, donde la IA actúa como el principal motor de eficiencia y resultados clínicos.

Según los datos de mercado más recientes para el ciclo 2024-2025, el tamaño del mercado global de IA en salud se valoró en aproximadamente 26.57 mil millones de USD en 2024.

Sin embargo, las proyecciones hacia la próxima década indican una expansión sin precedentes: se estima que el mercado alcanzará los 505.59 mil millones de USD para 2033, impulsado por una Tasa de Crecimiento Anual Compuesta (CAGR) del 38.81 % entre 2025 y 2033. La economía política de la salud global está siendo reescrita por la inteligencia artificial.

DISPARIDADES REGIONALES Y EL DOMINIO DEL NORTE GLOBAL

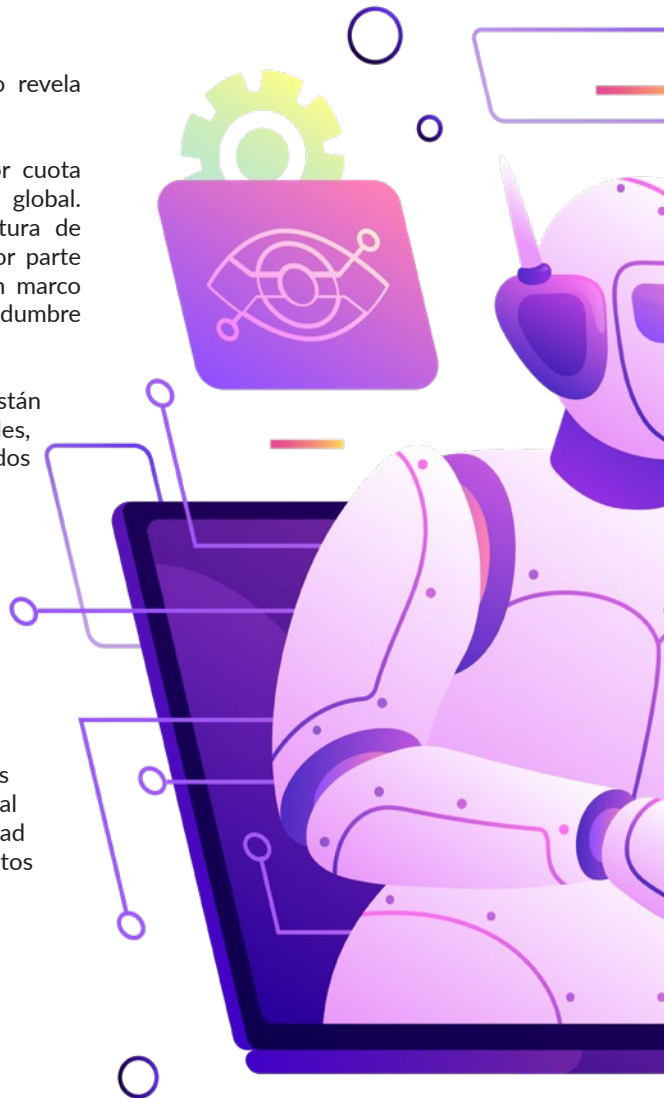
La distribución geográfica de este crecimiento revela profundas asimetrías.

En 2024, América del Norte ostentó la mayor cuota de ingresos, superando el 54 % del mercado global. Este dominio se sustenta en una infraestructura de datos madura, una inversión masiva en I+D por parte de gigantes tecnológicos y farmacéuticos, y un marco regulatorio que, aunque complejo, ofrece certidumbre jurídica.

Sin embargo, el Reino Unido y Europa están emergiendo como competidores formidables, impulsados por sistemas de salud centralizados como el NHS (National Health Service).

El NHS ha adoptado una postura agresiva en la exploración de tecnologías de IA para optimizar operaciones y atención al paciente, respaldado por iniciativas gubernamentales explícitas lanzadas en abril de 2025 para fomentar el uso de IA en hospitales.

Esta centralización de datos en sistemas públicos europeos ofrece una ventaja competitiva frente al fragmentado sistema estadounidense: la capacidad de entrenar algoritmos en conjuntos de datos poblacionales masivos y diversos.



3 FRONTERAS TECNOLÓGICAS: LA ARQUITECTURA DE LA MEDICINA DEL FUTURO

La evolución tecnológica para el periodo 2025-2030 se caracteriza por el abandono de las “soluciones puntuales” (point solutions)—herramientas aisladas para tareas específicas—en favor de arquitecturas modulares e interconectadas. La visión es crear “fundiciones de datos clínicos” (clinical-data foundries) donde múltiples agentes de IA colaboren sobre una capa de datos unificada.

INTELIGENCIA ARTIFICIAL GENERATIVA Y DOCUMENTACIÓN CLÍNICA AMBIENTAL

La aplicación de IA con el impacto más inmediato en la calidad de vida del personal médico es la documentación clínica ambiental. El agotamiento médico, exacerbado por la carga administrativa de los Expedientes Clínicos Electrónicos (ECE), es una crisis global. Para 2025, tecnologías de “escucha ambiental” desarrolladas por empresas como Abridge, Nuance y Sully.ai han madurado lo suficiente para desplegarse masivamente.

Estas herramientas utilizan Procesamiento de Lenguaje Natural (NLP) avanzado para “escuchar” la consulta médico-paciente en tiempo real, discriminando voces, filtrando ruido irrelevante y extrayendo información clínica pertinente. El sistema genera automáticamente notas estructuradas (SOAP), órdenes de laboratorio y recetas, listas para la validación del médico.

GEMELOS DIGITALES (DIGITAL TWINS) Y SIMULACIÓN FISIOLÓGICA

El concepto de “Gemelo Digital”—una réplica virtual dinámica de un sistema físico—se está trasladando de la ingeniería industrial a la biología humana, permitiendo la medicina in silico. Para el periodo 2025-2030, la capacidad de modelar órganos y sistemas fisiológicos completos revolucionará la planificación terapéutica.

- Planificación quirúrgica avanzada: instituciones como el Boston Children’s Hospital utilizan gemelos digitales del corazón para simular procedimientos quirúrgicos complejos en cardiopatías congénitas. Los cirujanos pueden ensayar intervenciones en el modelo virtual, evaluando hemodinámica, flujos sanguíneos y presiones valvulares antes de operar al paciente real, reduciendo riesgos y tiempos de quirófano.
- Oncología predictiva: investigadores están desarrollando modelos que actúan como gemelos digitales metabólicos. Un ejemplo destacado es el uso de IA para predecir la evolución de niveles de lactato deshidrogenasa (LDH) en pacientes con cáncer de pulmón de células no pequeñas, permitiendo anticipar la respuesta a la inmunoterapia semanas antes de que sea clínicamente evidente.
- Gestión de enfermedades crónicas: en Singapur, se están utilizando gemelos digitales para replicar flujos metabólicos en pacientes con diabetes tipo 2, con el objetivo de predecir y prevenir la progresión hacia la enfermedad renal crónica, una de las complicaciones más costosas y debilitantes.



4 EL CONTEXTO MEXICANO: TRANSFORMACIÓN DIGITAL INSTITUCIONAL Y POLÍTICAS PÚBLICAS

México presenta un escenario de contrastes agudos: una infraestructura pública masiva pero fragmentada, yuxtapuesta con iniciativas de modernización ambiciosas impulsadas por la nueva administración federal y el poder legislativo.

LA CÉDULA DIGITAL DE SALUD Y LA VISIÓN DEL IMSS-BIENESTAR

Bajo la transición hacia el modelo centralizado del IMSS-Bienestar, el gobierno mexicano ha lanzado la Cédula Digital de Salud, posiblemente la iniciativa de salud digital más trascendental en la historia reciente del país.

Esta herramienta no es un simple repositorio; es la piedra angular para una futura infraestructura de IA en salud pública.

La Cédula Digital permite a más de 54 millones de asegurados acceder a un historial clínico integrado de los últimos 36 meses, abarcando consultas, recetas, estudios de laboratorio y signos vitales históricos.

Técnicamente, el sistema incorpora inteligencia artificial y biometría para el enrolamiento y validación de identidad, abordando un problema crítico: el robo de identidad y el fraude en la dispensación de medicamentos.

La visión estratégica, articulada por Zoé Robledo, director del IMSS, es transformar al instituto en la “gran agencia de tecnología del sector salud”.

El objetivo es transitar de una medicina reactiva a una preventiva, utilizando el análisis masivo de datos para la toma de decisiones gerenciales y epidemiológicas.

La Secretaría de Salud ha enfatizado que las herramientas gerenciales basadas en IA son prioritarias para optimizar procesos y gestionar riesgos en un contexto de recursos limitados.

El reconocimiento internacional de esta iniciativa, galardonada por IT Masters Mag en 2025, valida el esfuerzo técnico detrás de su implementación.

EL IMPERATIVO LEGISLATIVO: INTEROPERABILIDAD Y EXPEDIENTE CLÍNICO ELECTRÓNICO (ECE)

El “talón de Aquiles” histórico de la salud digital en México ha sido la falta de interoperabilidad.

Los datos de un paciente están dispersos en silos (IMSS, ISSSTE, PEMEX, privados) que no se comunican. Sin embargo, el periodo 2024-2025 ha sido testigo de una actividad legislativa frenética para remediar esto. Iniciativas presentadas por legisladores como el diputado Éctor Jaime Ramírez Barba proponen adiciones cruciales a la Ley General de Salud en materia de Expediente Clínico Electrónico.

Estas reformas buscan establecer por ley la obligatoriedad de estándares de interoperabilidad, otorgando a la Secretaría de Salud un plazo perentorio (ej. 180 días tras la publicación del decreto) para actualizar la normatividad operativa.



5 EL ECOSISTEMA DE INNOVACIÓN PRIVADA: STARTUPS Y CONGLOMERADOS HOSPITALARIOS

Mientras el sector público construye los cimientos, el sector privado mexicano está construyendo los rascacielos tecnológicos. México se ha consolidado como un hub regional de HealthTech, con un crecimiento explosivo en el número de empresas digitales de salud.

EL AUGE DE LAS STARTUPS HEALTHTECH: DE LA TELEMEDICINA A LA IA DIAGNÓSTICA

El ecosistema HealthTech en México creció más de un 300 % en un solo año según el Radar HealthTech, demostrando una vitalidad excepcional. La IA es el diferenciador clave para estas empresas, que buscan resolver ineficiencias estructurales del mercado.

- **Eden (anteriormente Eva):** esta empresa ejemplifica la evolución del sector. Iniciando con dispositivos para la detección de cáncer de mama, pivotó hacia EdenMed, una plataforma integral de radiología (PACS) en la nube. Su tecnología democratiza el acceso a diagnósticos de alta calidad, permitiendo a clínicas pequeñas y hospitales digitalizar imágenes y utilizar IA para asistir a radiólogos en la interpretación. Su adopción masiva está transformando la teleradiología en el país.
- **Sofía:** redefiniendo el modelo de aseguradora de salud, Sofía integra un “chatbot” de IA como primer punto de contacto. Lejos de ser un simple contestador, este agente utiliza aprendizaje automático para realizar un triaje efectivo, orientar a los pacientes y derivarlos al especialista adecuado. Reportes indican miles de interacciones exitosas, validando el modelo de “seguro inteligente”.
- **Plenna:** en el sector FemTech, Plenna utiliza tecnología para ofrecer atención integral a la mujer. La integración de datos clínicos y de estilo de vida permite personalizar la atención ginecológica, apuntando hacia modelos predictivos para la salud reproductiva y hormonal.
- **Medizona y Cloud Health:** estas plataformas están cerrando la brecha de acceso en zonas rurales y urbanas, ofreciendo telemedicina y gestión clínica en la nube. Su impacto radica en la optimización de recursos y la disponibilidad de especialistas en áreas desatendidas.

6 DOMINIOS CLÍNICOS TRANSFORMADOS: CASOS DE USO Y EVIDENCIA

La implementación de la IA en México y el mundo ya está generando resultados clínicos tangibles en diversas especialidades.

RADIOLOGÍA Y DIAGNÓSTICO POR IMAGEN: LA VANGUARDIA DE LA ADOPCIÓN

La radiología es el campo más maduro para la IA. Algoritmos de visión por computadora están siendo utilizados rutinariamente para analizar radiografías de tórax, resonancias magnéticas y tomografías.

En México, plataformas como EdenMed permiten a los radiólogos aumentar su productividad y precisión. Estudios globales indican que la IA puede detectar nódulos pulmonares y fracturas sutiles con una sensibilidad igual o superior a la de radiólogos generales, actuando como un “segundo par de ojos” infatigable.

TRIAJE INTELIGENTE Y MEDICINA DE URGENCIAS

La saturación de las salas de urgencias es un problema crónico.

- Modelos de IA predictiva, como los probados en el Hospital San Bernardo en Argentina (un contexto comparable al mexicano) y el sistema ShockMatrix en Francia, están cambiando la gestión del flujo de pacientes.
- **ShockMatrix:** utiliza aprendizaje automático sobre miles de casos de trauma para predecir el riesgo de shock hemorrágico basándose en datos iniciales, reduciendo los casos de shock no detectados hasta en un 33 % cuando se combina con juicio clínico humano.
- **Gestión de flujos:** algoritmos predictivos analizan históricos de admisión para anticipar picos de demanda, permitiendo a los hospitales ajustar los turnos de personal y la disponibilidad de camas proactivamente.

7 DESAFÍOS CRÍTICOS, RIESGOS Y ÉTICA

La transición hacia la salud digital no está exenta de peligros existenciales. México enfrenta desafíos únicos en ciberseguridad, regulación y ética.

CIBERSEGURIDAD: EL SECTOR SALUD BAJO ASEDIRIO

La digitalización expande la superficie de ataque para los cibercriminales.

El sector salud en México es uno de los objetivos predilectos para ataques de ransomware. En el último año reportado, se registraron más de 237,000 intentos de ataque de este tipo contra instituciones mexicanas.

La amenaza no es solo financiera; un ataque exitoso puede paralizar quirófanos y sistemas de soporte vital. Además, la proliferación de la “Red Fantasma” de videos maliciosos en plataformas como YouTube representa un vector de desinformación y malware dirigido a profesionales y pacientes.

La protección de la infraestructura crítica de salud es, por tanto, un asunto de seguridad nacional.

REGULACIÓN DE SOFTWARE COMO DISPOSITIVO MÉDICO (SAMd)

La COFEPRIS ha dado pasos significativos para regular el Software como Dispositivo Médico (SaMD).

La Norma Oficial Mexicana NOM-241-SSA1-2021 establece las bases para las Buenas Prácticas de Fabricación de estos dispositivos.

El marco regulatorio clasifica los dispositivos en tres clases de riesgo (I, II, III), determinando los requisitos de evidencia clínica necesarios para su aprobación.

Un requisito crucial es la designación de un Titular del Registro en México (Mexico Registration Holder) para empresas extranjeras, asegurando que exista una entidad legalmente responsable en territorio nacional.

Sin embargo, el desafío persiste en la capacidad técnica del regulador para auditar algoritmos de “caja negra” que aprenden y cambian continuamente (continuous learning algorithms).



ÉTICA, SESGO Y SOBERANÍA DE DATOS

El debate ético en México se centra en la responsabilidad civil y el sesgo algorítmico.

- **Responsabilidad:** ¿quién responde si una IA diagnóstica falla? Juristas y académicos debaten la necesidad de evolucionar desde la responsabilidad profesional tradicional hacia modelos de responsabilidad objetiva o incluso la creación de una “personalidad electrónica” para ciertos agentes autónomos, aunque el consenso actual favorece mantener la responsabilidad en el humano que supervisa la herramienta.
- **Sesgo y datos indígenas:** existe un riesgo real de que los algoritmos entrenados con datos de poblaciones caucásicas (EUA, Europa) tengan un rendimiento deficiente en la población mestiza e indígena de México.

Organizaciones internacionales y locales enfatizan la necesidad de proteger la soberanía de datos indígenas, asegurando que estas comunidades participen en el desarrollo de la IA y no sean meros sujetos de extracción de datos.

El INAI y la IAPP han emitido recomendaciones para la gestión de riesgos algorítmicos y la protección de datos personales en el diseño de sistemas de IA.

PROSPECTIVA ESTRATÉGICA HACIA UN DESARROLLO SANITARIO INTEGRADO

Mirando más allá del horizonte inmediato, el futuro de la salud en México y el mundo se perfila hacia una integración total de sistemas biológicos y digitales.

Para la década de 2030, se espera la consolidación de sistemas médicos de IA totalmente autónomos en tareas específicas y la generalización de la medicina personalizada basada en perfiles genómicos y fenotípicos completos. La IA dejará de ser una novedad para convertirse en el estándar de atención (standard of care).

Hacia la década de 2040, la convergencia de la computación cuántica con la IA permitirá la simulación molecular a niveles de detalle hoy imposibles, abriendo la puerta a la investigación médica cuántica y la medicina regenerativa avanzada.

Finalmente, para 2050 y más allá, la visión es la de “sistemas de salud predictivos” y ecosistemas de salud integrados, donde la longevidad y la optimización del bienestar son gestionadas de manera proactiva y automatizada, difuminando las líneas entre el cuidado clínico episódico y la vida diaria.

Conclusión

La inteligencia artificial representa la oportunidad más significativa para que México cierre sus brechas históricas de acceso y calidad en salud.

La tecnología para democratizar la excelencia médica ya existe.

El éxito de esta transformación no dependerá de la capacidad de cómputo, sino de la voluntad política para forzar la interoperabilidad, la visión empresarial para invertir en innovación local y la sabiduría ética para garantizar que estos avances beneficien a toda la población y no solo a unos pocos privilegiados.

La Cédula Digital y el auge del ecosistema HealthTech son los primeros pasos firmes en esta larga marcha hacia la medicina del futuro.



Nuevo edificio de

LABORATORIOS *de simulación clínica*

Escrito por: Lic. Angeles Gómez Alcalá

La Universidad EP de México reafirma su liderazgo educativo con la apertura de su Edificio de Laboratorios de Simulación Clínica, un espacio de vanguardia diseñado para transformar la enseñanza en el área de la salud.





Este moderno complejo no solo responde a las exigencias del presente, sino que también se anticipa a los retos del futuro, ofreciendo a los estudiantes una formación integral, segura y con los más altos estándares de calidad.

El edificio cuenta con áreas especializadas que recrean escenarios hospitalarios y clínicos, con simuladores de alta fidelidad y equipamiento real, permitiendo que los futuros profesionales desarrollen competencias técnicas y habilidades de toma de decisiones en un entorno controlado.

Gracias a la implementación de tecnología de última generación, los estudiantes pueden practicar procedimientos en sus distintas disciplinas, así como interactuar con simuladores de pacientes que responden, acercándolos a experiencias reales sin poner en riesgo la seguridad de los pacientes.

Este edificio representa un hito para la educación en salud, consolidando a la Universidad EP de México como integradora de innovación académica con infraestructura de clase mundial. La metodología de aprendizaje basada en simulación garantiza que los egresados estén mejor preparados para enfrentar situaciones clínicas reales, elevando la calidad de la atención que brindarán en hospitales y centros de salud.



Con más de 23 años de experiencia formando profesionales, la Universidad EP de México celebra este logro como un paso firme hacia la excelencia académica, contribuyendo al desarrollo de la comunidad y al fortalecimiento del sector salud en Puebla y en el país.

El Edificio de Laboratorios de Simulación Clínica no solo es un espacio físico, sino el reflejo del compromiso institucional por formar líderes en salud capaces de transformar vidas.

VISÍTANOS

y convéncete de nuestra
calidad educativa

12 Oriente 411, Col. Centro.
Puebla, Pue. C.P. 72000

UNIVERSIDAD



Marzo es para cuidarnos **TODAS**



Compra en línea
con descuentos
exclusivos.

Conoce nuestros
servicios dedicados a tu
cuidado integral.



Escríbenos vía Whatsapp
222 505 2754

BETANIA: 11 ORIENTE #1826, COL. AZCÁRATE
UPAEP: 5 PONIENTE #715, COL. CENTRO

 @christus.upaep  @christus.betania  @christus.puebla

PRIMAVERA 2026

OFERTA ACADÉMICA

¡CONOCE TU
UNIVERSIDAD!



CAMPUS NORTE MONTERREY

EP
de México



1 FIN DE SEMANA
AL MES

11
ABR

DIPLOMADO EN
**ESTRATEGIAS
MULTIDISCIPLINARIAS
EN SALUD MATERNA
Y PERINATAL**

4 MESES

VIDEO CLASES
EN VIVO

INCORPORACIÓN

3 DOMINGOS AL MES

12
ABR

ESPECIALIDAD EN
**CUIDADOS
INTENSIVOS
NEONATALES**

3 SEMESTRES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

TODOS LOS VIERNES

24
ABR

ESPECIALIDAD EN
**ENFERMERÍA
QUIRÚRGICA**

3 SEMESTRES

3 VIERNES PRESENCIAL
1 VIERNES EN LÍNEA

NUEVO PROGRAMA

1 SÁBADO AL MES

11
ABR

DIPLOMADO EN
**ENFERMERÍA
QUIRÚRGICA
INTEGRAL**

10 MESES

PRESENCIAL

NUEVO PROGRAMA

2 SÁBADOS AL MES

11
ABR

DIPLOMADO EN
**NEFROLOGÍA
Y SISTEMAS
DE PURIFICACIÓN
DE AGUA PARA
HEMODIÁLISIS**

6 MESES

VIDEO CLASES
EN VIVO

NUEVO PROGRAMA

UN FIN DE SEMANA
AL MES

18
ABR

DIPLOMADO INTEGRAL EN
**URGENCIAS
Y EMERGENCIAS
EN ENFERMERÍA**

10 MESES

PRESENCIAL

1 SÁBADO AL MES

18
ABR

DIPLOMADO EN
**MEDICINA
ESTÉTICA**

12 MESES

PRESENCIAL

ESCANEA Y RECIBE
MÁS INFORMES



CONSULTA LOS PROGRAMAS ACADÉMICOS EN:
epmty.com

ALGUNOS DE NUESTROS PROGRAMAS TIENEN
OPCIÓN A **CERTIFICACIÓN DE RED SEP - CONOCER**



Centro Cuauhtémoc
Miguel Hidalgo y Costilla
330 Piso 7, oficinas 710
y 717 Centro, Monterrey,
Nuevo León

LLAMA PARA INFORMES:

222 980 0240

Lunes a Sábado: 8:00 a 18:00
Domingos: 8:00 a 14:00



EPdeMexicoMTY



epdemexicoCentro



814 264 6826

¿Cuánto gana una ENFERMERA hoy y cómo se compara? UNA MIRADA A México, EUA, España, Brasil y Chile.

Escrito por: Eduardo Mendoza Romero



La enfermería es una profesión esencial para los sistemas de salud. Sin embargo, los salarios varían ampliamente entre países y muchas veces no reflejan el valor técnico, humano y profesional que esta actividad demanda. En este artículo revisamos cuánto gana una enfermera en cinco países: México, Estados Unidos, España, Brasil y Chile. Hacemos una estimación de cuántos días necesitaría trabajar para adquirir un bien tecnológico estándar (un smartphone de gama alta) y resaltamos por qué en México la remuneración para enfermeras especializadas debería incrementarse.

SALARIOS ESTIMADOS POR PAÍS

Las enfermeras técnicas perciben en promedio \$7,090 MXN mensuales, mientras que las especialistas alrededor de \$18,700 MXN (primer trimestre de 2025).



España:

Los salarios de enfermería varían por región y, aun con amplia experiencia, en algunos casos el sueldo base apenas supera los **900 euros**. *EIHuffPost*.

Estados Unidos:
Para enfermeras registradas (Registered Nurses, RN) el salario medio anual es aproximadamente **US \$98,430** (datos 2024-25). *Nurseslabs*.



Brasil:

El salario mensual de enfermería suele ubicarse entre **R\$4,000 y R\$6,000**, y puede superar **R\$5,500** en puestos especializados. *CampusCybercafe*.



México:

Las enfermeras técnicas perciben en promedio **\$7,090 MXN** mensuales y las especialistas alrededor de **\$18,700 MXN** (primer trimestre de 2025). *Economía*.



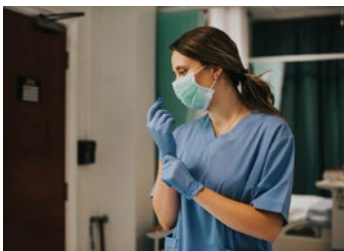
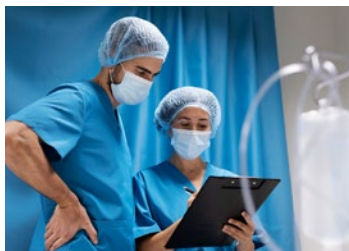
Chile:

Para enfermeras en Chile un dato reciente da un salario anual promedio (bruto) de **CLP 24,811,100**. *TalentUp*.

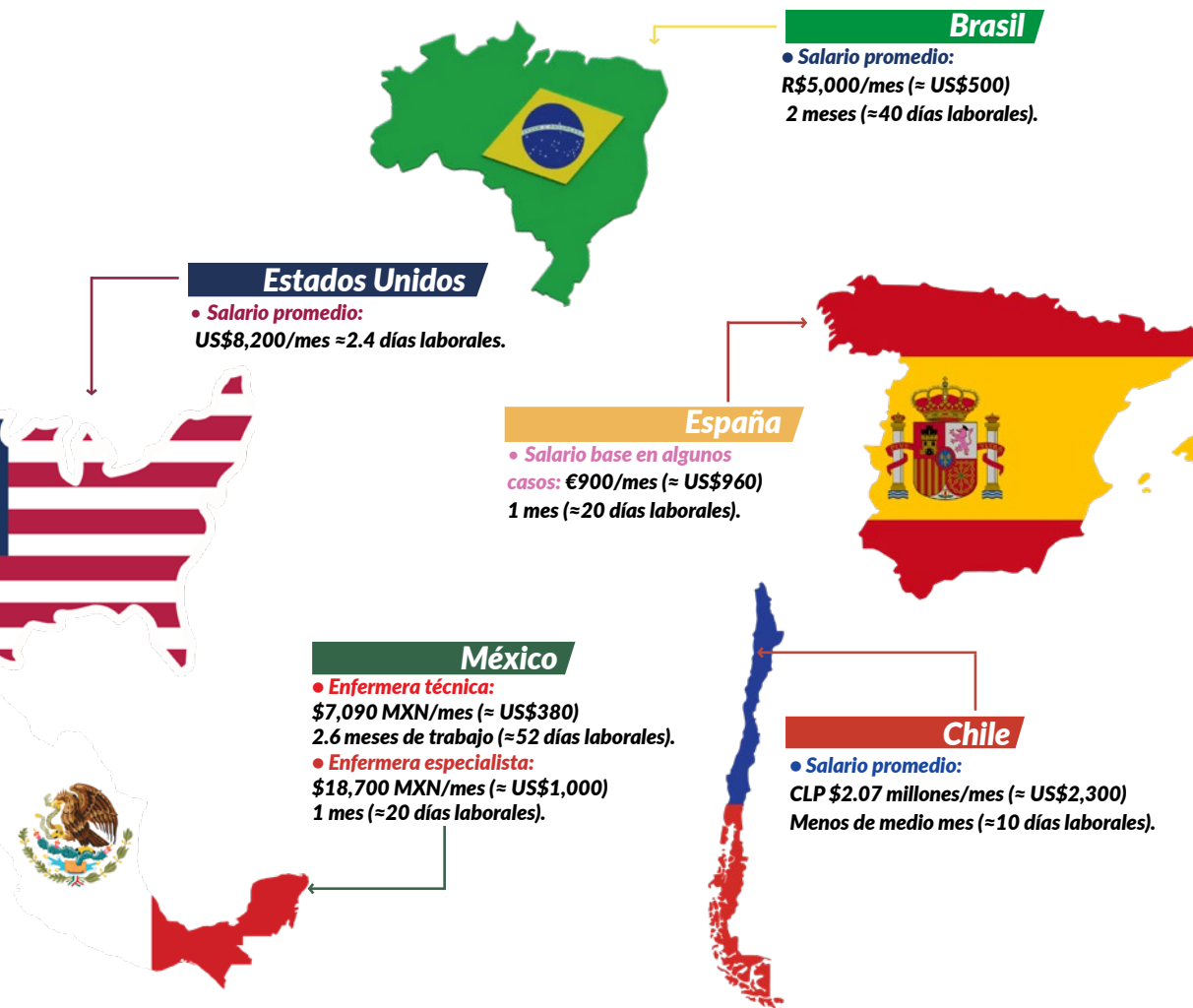


Estimación: ¿cuántos días de trabajo para comprarse un smartphone de gama alta?

Como punto de referencia, se considera un smartphone de alta gama con un valor cercano a 1,000 dólares estadounidenses, a partir del cual se calcula cuántos días de trabajo serían necesarios para su compra, utilizando salarios estimados y suponiendo un mes de 20 días laborables.



Estas estimaciones ilustran la disparidad en el poder de compra y en la carga laboral requerida para adquirir un bien estándar.



Diferencias relevantes entre los países

Remuneración y especialización: en EUA las enfermeras especializadas y con experiencia pueden ganar significativamente más que el promedio, lo cual refleja reconocimiento por su formación y responsabilidades. En México la diferencia entre enfermera general y especialista existe, pero remuneración debería de crecer.

Condiciones laborales y reconocimiento profesional: en países con mejores salarios, la enfermería tiende a tener mayor reconocimiento, mejores oportunidades de formación continua y mejores condiciones de trabajo. En México (y también en Brasil o Chile) encontramos que los salarios más bajos y mayor carga de trabajo dificultan que la especialización se traduzca en una mejora sustancial en calidad de vida.

Variación regional y sectorial: en Brasil, la diferencia salarial según región (Sur vs. Norte) es marcada. En España también hay amplias diferencias entre comunidades autónomas. En México hay variaciones importantes por entidad federativa, en ciudades grandes como CDMX, Guadalajara y Monterrey.

Especialidad como factor de mejora: en los cinco países, especializarse (por ejemplo en cuidados intensivos, enfermería quirúrgica, nefrología y neonatos/pediatría) mejora las oportunidades, pero en algunos países el salto salarial no es proporcional al esfuerzo y responsabilidad que implica.



¿Por qué en México debería ganar más la enfermera especializada?

- 1. Mayor responsabilidad y formación:** una enfermera especialista asume funciones más complejas (manejo de pacientes críticos, supervisión, procedimientos técnicos) que justifican una mejor remuneración.
- 2. Retención de talento y calidad asistencial:** un salario más digno incentiva que las profesionales permanezcan en el hospital, que se sigan formando y que brinden una atención de calidad, lo cual beneficia al sistema de salud.
- 3. Reconocimiento profesional:** para profesionalizar la enfermería como carrera clave se debe equiparar la formación, la responsabilidad y la remuneración. Esto fortalece el sistema de salud mexicano y la dignidad del trabajo.



En México, el personal de enfermería percibe salarios bajos frente a otros países; aunque la especialización mejora el ingreso, el poder adquisitivo sigue siendo limitado, por lo que es necesario aumentar sus salarios, especialmente los de especialistas.

GUADALAJARA

1er

UNIVERSIDAD

EP
de México

®

CONGRESO

NACIONAL DE JEFAS Y ESPECIALISTAS EN ENFERMERÍA AVANZADA

20 y 21 de Agosto 2026

- Conferencias magistrales
- Talleres
- Mesa redonda
- Paneles con expertos
- Cena en: **TLAQUEPAQUE, JALISCO**
- Eventos culturales: **TOUR DESTILERÍAS EN TEQUILA, JALISCO**

Información e Inscripciones

- 📞 221 270 8538
- 🌐 www.epgdl.com
- 📍 Universidad EP de México
Calle Madero 437 Col. Centro
Guadalajara, Jalisco



**ESCANEA
Y PREGUNTA
POR INFORMES**



con el **PODER** de una *lágrima*

Solamente los valientes se atreven a acariciar sus heridas y escribir la mitad de la historia que han de vivir

Escrito por: Fátima García Pérez

Hablar del ser humano es mencionar sus pensamientos y emociones reflejadas en sus comportamientos, siendo estos últimos susceptibles de ser influenciados por ideas, personas, la sociedad e incluso el tiempo. Y el tiempo cambia, todo cambia, incluso la forma de ver la vida. Una forma de ver la vida es ¿qué hacer con las propias emociones? ¿Qué hago si estoy contento? Celebro. ¿Qué hago si estoy enojado? Grito. Pero ¿qué hago si estoy triste? Actualmente ya existe un “permiso” para llorar, y aún así, muchas personas todavía no se lo permiten, se sienten cohibidas, les da vergüenza, o simplemente lo ven como algo tan personal que nadie más debe enterarse. Sin embargo, el llanto es, como dice Charles Dickens en su novela *Grandes Esperanzas* (1861): Dios sabe que jamás debemos avergonzarnos de nuestras lágrimas, pues son lluvia sobre el polvo cegador de la tierra, que cubre nuestros corazones endurecidos. Me sentí mejor después de llorar que antes: más arrepentido, más consciente de mi ingratitud, más compasivo.

Lo que me lleva a pensar en la importancia de las lágrimas, del llanto como respuesta a diferentes emociones, pero sobre todo a aquellas que nos son difíciles de aceptar y confrontar, y a la posibilidad de sentirnos liberados o al menos, con una menor carga emocional.

En el 2021, a mis siete años, cuando vi la película *Shrek*, al personaje principal se le presenta la oportunidad de ser feliz, a cambio de una lágrima, y entonces, se le aparece un hada madrina dispuesta a cumplir cualquier deseo; sin embargo, por mucho que lo anhelare, se dio cuenta que eso no le garantizaba la felicidad, pero sí le permitió valorar lo que ya tenía.

El escritor estadounidense Lemony Snicket en “Una serie de eventos desafortunados” publicada en 1999 afirmó que: “A no ser que hayas sido muy afortunado, sabes que una buena y larga sesión de llanto puede hacer que te sientas mejor, incluso aunque tus circunstancias no hayan cambiado en lo absoluto”.

Y ENTONCES,

¿la felicidad de verdad estará al alcance de una lágrima?

Después de haber visto tantas veces esa película en la cual la princesa no tenía un príncipe encantador que le resolviera la vida y en donde ella, siendo de la realeza, tuvo que aprender a cuidarse por sí misma, pude entender qué era la felicidad y qué no lo era, la respuesta fue que, sin importar si tenemos un castillo o alguien que nos rescate, esa sensación de plenitud, es solo cuestión de perspectiva, es decir, quienes fuimos y quienes somos ahora mismo definen nuestro propio concepto de lo que es la felicidad.

A lo largo de mi camino, conforme crecí, y tras ver cientos de lágrimas, me pude percatar de que cada una esconde una herida que la hace única, y por lo mismo no existe una palabra mágica que la pueda sanar en ninguno de los casos, porque todos vivimos y sufrimos ante situaciones similares, pero las vivimos de manera distinta.

Actualmente estamos en el 2025, y el mundo aún está lleno de personas con miedo a mostrarse vulnerables, ocultando sus emociones, y se ocultan tras un gafete, una bata, un portafolio o cualquier cosa a su alcance para cubrir sus heridas. Nos programaron con la información de que llorar es sinónimo de debilidad y dejamos de lado la valentía, sin comprender que quien llora tiene una mayor oportunidad de sanar, y quien se contiene se ahoga en un sufrimiento sin final.

Si pudiera detenerme a contemplar las miradas que he encontrado a lo largo del tiempo, vería en la mayoría de ellas un rastro de tristeza; en otras, una mezcla de rabia y resentimiento por lo que nunca fue. Algunas dejan entrever la indiferencia de quien ha aprendido a no sentir demasiado, sin embargo, unas pocas conservan esa nobleza serena de quienes se han permitido sanar a través del llanto, encontrando consuelo en lugar de juicio.

Entre tantas historias, descubrí que cada persona carga su propio dolor; no siempre se gana como en una telenovela, aquí no hay cámaras, pero muchos ojos miran; no hay guiones, pero

muchas bocas opinan.

Hay personas que sufren en silencio, y todos oímos solo lo que nos conviene.

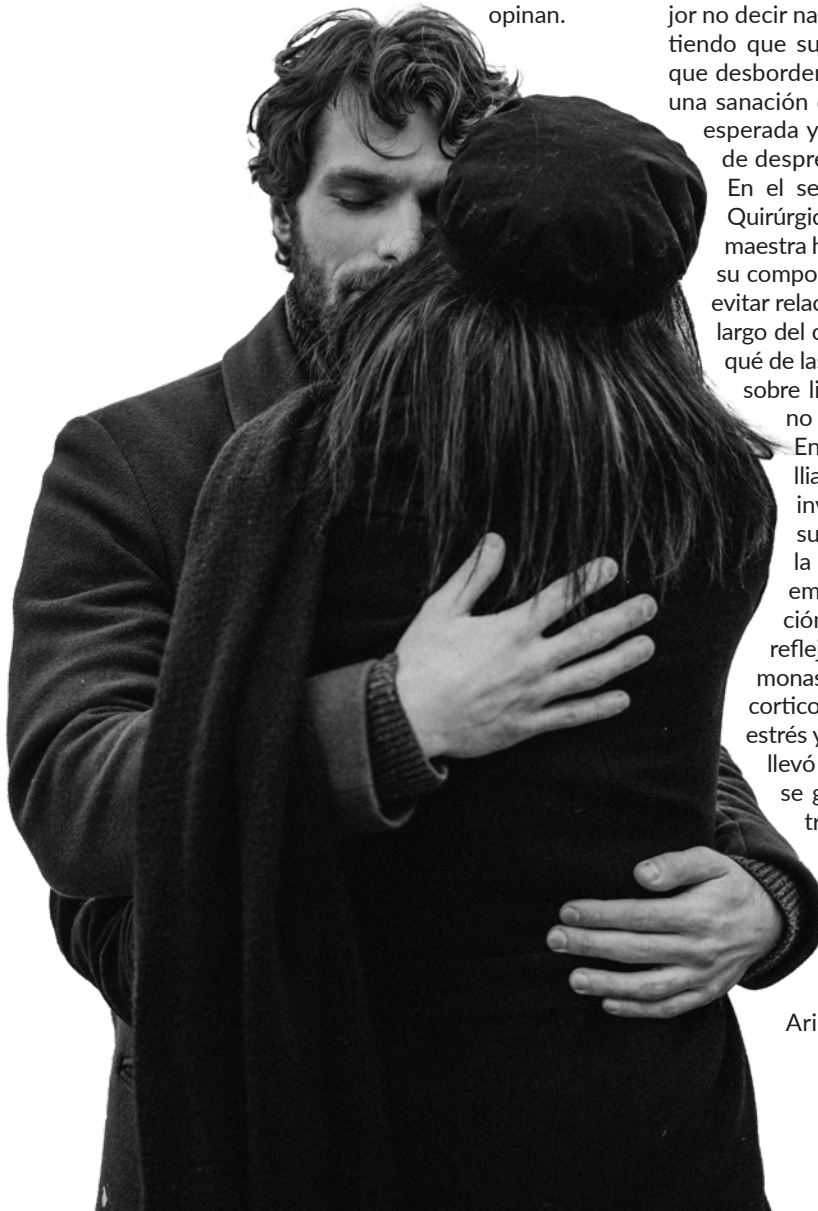
En general todos contamos un pasado, pero no todos tienen esperanzas de un futuro, porque al señalar juzgamos, y oímos, pero no escuchamos. Nuestra historia es algo que empezó como una hoja en blanco y ocupando lugar en nuestra vida por las decisiones de los demás y por las nuestras, pero depende de nosotros cómo ha de terminar.


Hay demasiadas niñeces marcadas por la ausencia de quien no pudo y quien no decidió estar, adolescencias estancadas por esos sueños que a muchos no se les permitió cumplir, y una adultez obligada, todos ellos con una necesidad en particular, el permitirles ser humanos y dejarles sentir. No es necesario decir algo, solo un momento silencioso basta para ayudar a alguien sentirse acompañado, hay ocasiones en las cuales las palabras no son necesarias, porque, cómo le dices a una madre que comprendes algo que no has vivido, cómo convences a un adulto mayor que comprendes las pérdidas que no padeciste, cómo alivias el dolor de un niño por las ausencias que vive hasta lo más profundo de su ser, en esos momentos es mejor no decir nada, pero si acompañarlos permitiendo que sus lágrimas se hagan presentes, que desborden sus sentimientos y den paso a una sanación que probablemente ha sido tan esperada y que a veces con un solo gesto de desprecio podemos frenar.

En el segundo semestre de Enfermería Quirúrgica en EP de México escuché a una maestra hablar sobre los tipos de lágrimas, su composición y sus afecciones. No pude evitar relacionarlo con eso que he visto a lo largo del camino y poder pensar en el porqué de las enfermedades amargas. Hemos sobre limitado nuestra humanidad para no sentir frente a los demás.

En Minnesota, el psiquiatra William H. Frey II (1981) realizó una investigación sobre las lágrimas y su relación con las emociones, en la cual descubrió que las lágrimas emocionales tienen una composición química diferente a las lágrimas reflejas, mismas que contienen hormonas como la prolactina y la adrenocorticotropina, que ayudan a reducir el estrés y promover la relajación, lo que lo llevó a descubrir que las lágrimas que se generan cuando vemos películas tristes producen más proteínas que las que se producen cuando cortamos cebolla, a esto podemos asociar que las emociones que se generan en ambas situaciones son distintas.

Por otro lado, en el año 350 a.C Aristóteles escribió en su obra De





*reconoce cada parte
de ti, cada emoción,
cada sentimiento y
descubre cuán lejos
has llegado*

Anima que las lágrimas son un mecanismo natural que ayuda a los humanos a expresar emociones y mantener la salud. Él creía que llorar era una forma de sanar, y nos acerca más a nuestra humanidad.

En 2023, un artículo publicado por Noelia Freire en la revista National Geographic España, expresa que es necesario llorar ante situaciones de pena o tristeza, esto sugiere que llorar es el primer mecanismo de comunicación en momentos en que no somos capaces de expresar lo que sentimos, asimismo se describen las lágrimas basales las cuales tienen como función principal mantener humectados y limpios los ojos. Las lágrimas de reflejo están presentes cuando existe irritación ocular al estar en contacto con sumo de cítricos, cebolla o algún

químico. Las lágrimas emocionales contienen un mayor contenido de proteínas, abordan el mismo concepto de que llorar actúa como un motor de regulación, descenso del estrés y produce una sensación de bienestar posterior al llanto, por lo que podemos concluir que ciertamente llorar es la herramienta más antigua para poder sanar.

Supe que quería ser enfermera desde de que acudí al preescolar y me empeñé en conservar mi esencia a pesar de las experiencias difíciles que he vivido hasta este momento de mi vida, es algo que me ha representado un gran esfuerzo, me ha costado lágrimas por mantener la esencia de mi ser y debo decir que, aunque en algún momento me sentí vulnerable, me convertí en alguien más valiente que se permite sanar las veces que le sean necesarias y entiendo lo difícil que es el proceso de ser humana y ser profesional, porque a nadie nos enseñan cómo lidiar con los fantasmas que acechan para verte fallar.

El único consejo que queda por dar es llora. No vendrá un hada madrina a solucionar tu presente ni a borrar tu pasado, pero cada lagrima ayudará a sanar aquello que durante mucho no hemos podido. Lloro cuando lo sientas, no cuando te lo pidan y si una vez terminado lo quieres volver a hacer adelante, permítete ser más humano, que nuestro corazón no es de metal, reconoce cada parte de ti, cada emoción, cada sentimiento y descubre cuán lejos has llegado a pesar de todo lo que hemos arrastrado hasta el día en que uno decide sanar. Si bien esas cargas no se van, empiezan a pesar menos, sé quien elige escribir su propio futuro porque máquina del tiempo no hay. Aprende a escuchar, pues habrá quien haya sufrido más o menos que tú, pero la intensidad de cómo se siente ese dolor no es ni será la misma, mira que aún hay muchas historias que no cuentan con un final y en el libro de la vida tú eres tu propio artista.



Que este año venga lleno de salud...

y estamos aquí para acompañarte.

Conoce los servicios que tenemos para ti.



Análisis Clínicos



Densitometría



Papanicolaou
(base líquida)



Ultrasonido



Electrocardiograma



Mastografía



Rayos X Digital



Gasometría



Colposcopia



Tomografía



Medicina General



Ecocardiograma



Espirometría



Servicio a Domicilio

linfolab



Análisis clínicos e imagenología

Call Center: (222) 243 60 36 • www.linfo labmexico.com.mx

*La disponibilidad de los servicios en sucursales puede cambiar sin previo aviso.



PRIMAVERA 2026

DIPLOMADOS 100% EN LÍNEA
PLATAFORMA ABIERTA LAS 24 HRS
CUOTA ÚNICA A MESES SIN INTERESES



INCORPORACIÓN 30 MAR

DIPLOMADO EN ENFERMERÍA NEFROLÓGICA

4 MESES

INCORPORACIÓN 31 MAR

DIPLOMADO EN URGENCIAS Y EMERGENCIAS PARA ENFERMERÍA

4 MESES Y MEDIO

INCORPORACIÓN 1 ABR

DIPLOMADO EN SALUD PÚBLICA Y EPIDEMIOLOGÍA

5 MESES

INCORPORACIÓN 2 ABR

DIPLOMADO EN SEGURIDAD, HIGIENE Y MEDICINA DEL TRABAJO

4 MESES

INCORPORACIÓN 3 ABR

DIPLOMADO EN ERGONOMÍA LABORAL

4 MESES

INCORPORACIÓN 6 ABR

DIPLOMADO EN METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN EN SALUD

4 MESES

INCORPORACIÓN 7 ABR

DIPLOMADO EN INHALOTERAPIA Y REHABILITACIÓN PULMONAR

4 MESES

INCORPORACIÓN 8 ABR

DIPLOMADO EN CUIDADOS CRÍTICOS EN ENFERMERÍA

4 MESES

INCORPORACIÓN 9 ABR

DIPLOMADO EN DOCENCIA Y EDUCACIÓN MÉDICA

4 MESES

INCORPORACIÓN 10 ABR

DIPLOMADO EN ENFERMERÍA QUIRÚRGICA

4 MESES

INCORPORACIÓN 13 ABR

DIPLOMADO EN TERAPIA INTENSIVA RESPIRATORIA

4 MESES Y MEDIO

INCORPORACIÓN 14 ABR

DIPLOMADO EN GESTIÓN ADMINISTRATIVA Y CALIDAD EN ENFERMERÍA

4 MESES

INCORPORACIÓN 15 ABR

DIPLOMADO EN EXPERTISE EN CALIDAD DE LOS PROCESOS DE LA ATENCIÓN A LA SALUD

4 MESES

INCORPORACIÓN 16 ABR

DIPLOMADO EN TERAPIA Y MANEJO DEL DOLOR

4 MESES



INCLUYE KIT DE BIENVENIDA HASTA TU HOGAR

¡ESCANEA Y CONOCE TU UNIVERSIDAD!



ESCANEA Y RECIBE MÁS INFORMES POR WHATSAPP



ATENCIÓN POR WHATSAPP 222 132 9278

Consulta los programas académicos en: www.epdemexico.lat

LLAMA PARA INFORMES:

☎ 222 948 0240

HORARIOS DE ATENCIÓN:

Lunes a Viernes de 8:00-18:00
Domingos: 8:00-14:00

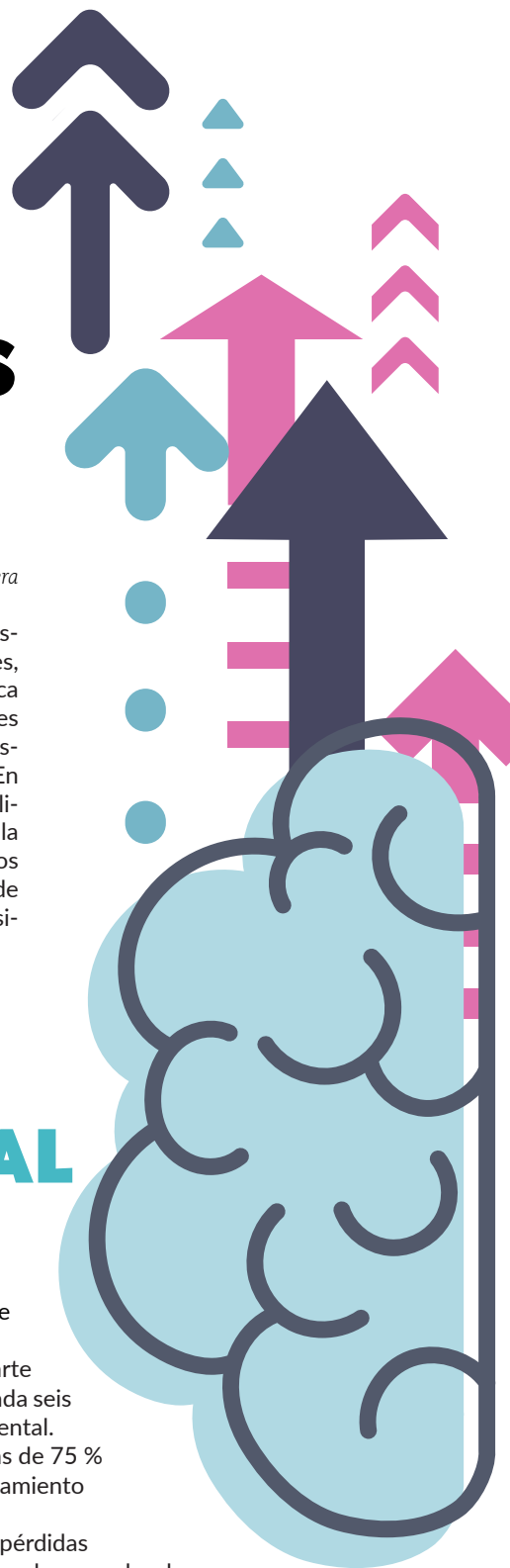
Salud Mental en alza: hacia una "EPIDEMIA SILENCIOSA" y el aumento de la demanda DE PSICÓLOGOS EN México

Escrito por: Emily Hernández Cabrera

La salud mental, que incluye la depresión, la tristeza persistente, los trastornos de ansiedad y otros retos emocionales, se está transformando en una de las crisis de salud pública más relevantes de nuestro tiempo. A nivel global millones de personas viven con trastornos mentales mientras el respaldo de servicios y profesionales resulta insuficiente. En México, aunque el problema cobra cada vez mayor visibilidad, los recursos siguen siendo muchos menos de los que la realidad exige. Este panorama sugiere que en los próximos años podría ocurrir una especie de "epidemia silenciosa" de salud mental, lo que llevará a una mayor demanda de psicólogos, terapeutas y otros profesionales en nuestro país.

El estado *global* de la SALUD MENTAL

- Según la World Health Organization (OMS), alrededor de 970 millones de personas en el mundo vivían con un trastorno mental en 2019.
- La depresión es una de las condiciones más comunes: se estima que el 5.7 % de los adultos sufre depresión.
- Los trastornos de salud mental representan una gran parte de la carga global de enfermedad: por ejemplo, uno de cada seis años vividos con discapacidad se debe a una afección mental.
- A pesar de ello, en los países de ingreso medio-bajo, más de 75 % de las personas con trastornos mentales no reciben tratamiento adecuado.
- Los costos económicos son enormes: se estima que las pérdidas por productividad debidas a depresión y ansiedad pueden alcanzar el orden de US\$ 1 trillón al año.

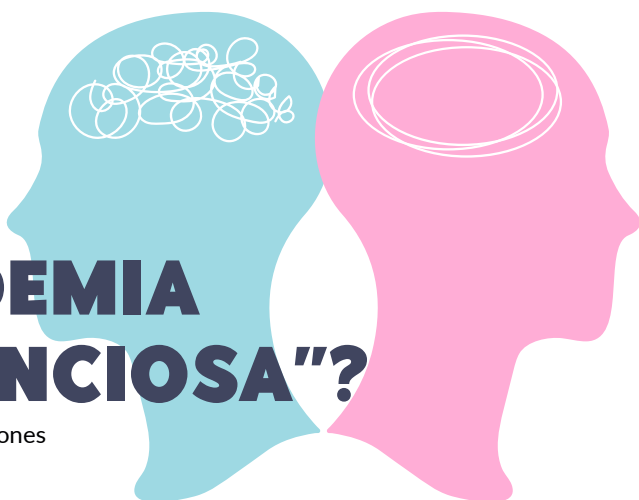




La SITUACIÓN en *México*

- Un estudio reciente en México estima que existen en el sector público aproximadamente 1.1 psiquiatras por cada 100 000 habitantes y 6.9 psicólogos por cada 1 000 000 habitantes, con una distribución muy desigual entre estados.
- En México se estima que “20 % de los mexicanos sufren de depresión”.
- A pesar de esta carga, los recursos para atención en salud mental siguen siendo escasos y la infraestructura comunitaria limitada.

¿Por qué *hablar* de una “EPIDEMIA SILENCIOSA”?

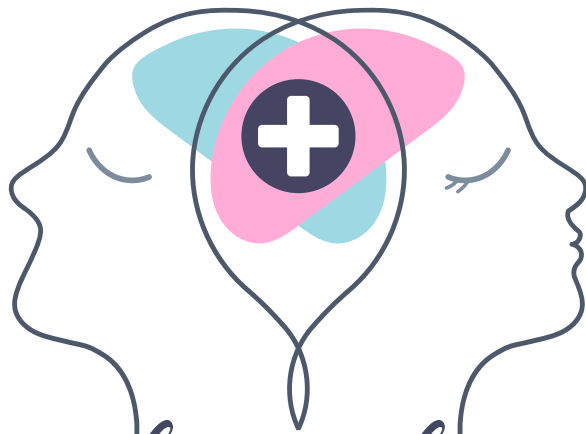


- Por su prevalencia creciente: con millones de personas afectadas y porcentajes que continúan al alza.
- Porque los factores de riesgo están presentes: aislamiento social, estrés laboral, cambios económicos, pandemia, innovación tecnológica y redes sociales que exigen mayor adaptación emocional.
- Porque la brecha entre quienes necesitan atención y quienes la reciben se amplía: pocos profesionales, pocas unidades de atención, tanto en México como en muchos países.
- Porque los efectos acumulativos: la salud mental deteriorada impacta la productividad, las relaciones, la salud física y la calidad de vida.

Por todos estos motivos, el término “epidemia silenciosa” encaja: aunque no se trate de una enfermedad infecciosa, su difusión, impacto y subatención la convierten en una amenaza para sistemas de salud, bienestar social y economía.

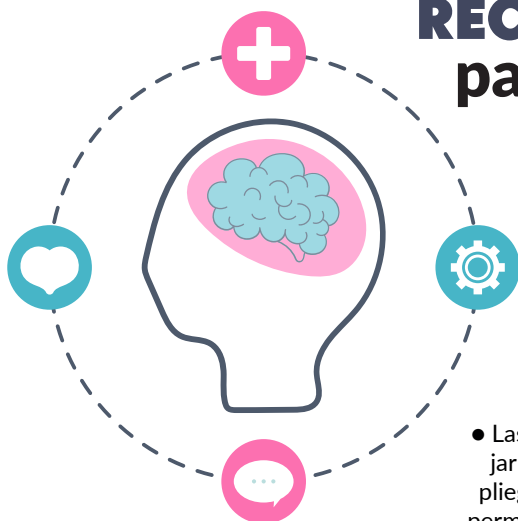


¿Qué **IMPLICARÁ** esto para



la *demanda* de **PSICÓLOGOS** en *México*?

El incremento en la prevalencia de los trastornos mentales en México tendrá un impacto directo en la demanda de profesionales de la psicología. Las instituciones de salud requerirán un mayor número de psicólogos capacitados para la atención clínica, terapéutica y comunitaria, lo que abrirá nuevas oportunidades tanto académicas como laborales. Asimismo, los programas de prevención y promoción de la salud mental adquirirán un papel central, impulsando la necesidad de especialistas enfocados no solo en el tratamiento del trastorno, sino también en la detección temprana y el acompañamiento comunitario. En este contexto, la especialización profesional se vuelve un factor clave, con una creciente demanda de psicólogos formados en áreas como trauma, adolescencia, salud laboral y entornos comunitarios. De manera paralela, las políticas públicas deberán adaptarse para fortalecer la presencia de estos profesionales en el sistema de salud, promoviendo además la colaboración entre los sectores público y privado para reducir la brecha de atención en salud mental.



RECOMENDACIONES para el *sector* *educativo* **Y PROFESIONAL**

- Las universidades deberían incrementar su oferta de formación en psicología clínica, psicología de salud mental y salud comunitaria, pues el mercado lo está señalando.
- Las instituciones de salud pública deben trabajar en fortalecer plantillas de psicólogos y despliegue comunitario, con incentivos para su permanencia, sobre todo en zonas con baja cobertura.
- Los profesionales en psicología deben contemplar la especialización, pues el escenario futuro requerirá perfiles que manejen complejidad, interdisciplinariedad y trabajo en equipos multidisciplinares de salud mental.
- Se debe fomentar la concientización social para reducir el estigma y así incentivar la demanda de servicios, lo cual a su vez generará más empleo para psicólogos y mayor inversión en salud mental.



HOSPITALES *certificados*

EN MÉXICO:

*Un espejo de la calidad
de nuestro sistema de*

Salud

Escrito por: Celeste Jacinto

En México, la **certificación de hospitales** otorgada por el **Consejo de Salubridad General (CSG)** es el máximo reconocimiento a la calidad, seguridad del paciente y cumplimiento de estándares internacionales. Sin embargo, el número de hospitales que han alcanzado esta distinción sigue siendo limitado, revelando tanto avances significativos como desafíos estructurales.

De los más de **4 000 hospitales públicos y privados** que existen en México, **menos del 10 %** cuentan con **certificación vigente del CSG**. Esto equivale a **menos de 300 hospitales certificados**, según el padrón oficial del CSG actualizado a mayo de 2024.

Estos hospitales representan a las instituciones que han pasado por un riguroso proceso de auditorías, autoevaluaciones y cumplimiento de más de 1 000 indicadores que abarcan desde infraestructura y protocolos quirúrgicos, hasta liderazgo clínico y capacitación del personal.



- Garantiza atención **segura y de calidad**.
- **Reduce riesgos** en procedimientos clínicos.
- **Promueve la mejora continua** mediante la evaluación constante.
- **Aumenta la confianza** del paciente en el sistema de salud.

Para los **profesionales de salud**, la certificación implica trabajar en entornos con **mejores protocolos, capacitación constante y liderazgo profesional**. Además, incrementa las oportunidades laborales y la reputación institucional.

HOSPITALES *certificados* por estado

Estado	Hospitales certificados		Ejemplos destacados
Ciudad de México	Públicos 12	Privados 10	Médica Sur, Centro Médico ABC, Hospital Ángeles Pedregal, IMSS UMAE Gineco 4, Hospital Juárez de México
Jalisco	4	6	Hospital Civil de Guadalajara, San Javier, Puerta de Hierro, IMSS UMF 34
Nuevo León	3	5	Christus Muguerza Alta Especialidad, Hospital Zambrano Hellion, Hospital Universitario UANL
Puebla	3	3	Hospital Puebla, Hospital Ángeles Puebla, Hospital Regional ISSSTE Puebla
Yucatán	2	2	Star Médica Mérida, Clínica de Mérida, Hospital General Agustín O'Horán

Fuente: Consejo de Salubridad General (CSG), Padrón de Establecimientos Certificados, mayo 2024.

- **CDMX lidera** la lista nacional, concentrando más del 20 % de todos los hospitales certificados del país. Esto se debe a su alta densidad hospitalaria y la fuerte presencia del sector privado.
- **Jalisco y Nuevo León** destacan en el norte y occidente por su inversión en hospitales de alta tecnología.
- **Puebla** muestra un equilibrio entre instituciones públicas y privadas certificadas, reflejo del crecimiento académico y médico de la región.
- **Yucatán**, aunque con menos unidades, ha mejorado su infraestructura hospitalaria, impulsada por el turismo médico y la demanda internacional de servicios de salud.

RETOS *actuales del sistema hospitalario* *Mexicano*

- 1. Desigualdad regional:**
La mayoría de los hospitales certificados están en grandes ciudades; los estados del sur y sureste permanecen con bajos niveles de certificación.
- 2. Burocracia y costos:**
Obtener y mantener la certificación implica altos costos de auditoría y cumplimiento normativo, lo que frena a hospitales públicos.
- 3. Déficit de personal especializado:**
Se necesitan más enfermeras certificadas, gestores hospitalarios y especialistas en calidad, capaces de liderar los procesos de acreditación.
- 4. Actualización tecnológica:**
Muchos hospitales carecen de infraestructura digital y sistemas electrónicos de salud que garanticen trazabilidad y seguridad.

Los **10** HOSPITALES *certificados*

1 **Médica Sur (CDMX)**



2 **Centro Médico ABC (CDMX)**



3 **H. Zambrano Hellion (Monterrey)**



más **RECONOCIDOS** en *México*

4

H. Ángeles Pedregal
(CDMX)



H. San Javier
(Guadalajara)

5

6

H. Universitario UANL
(Monterrey)



H. Puerta de Hierro
(Zapopan)

7

8

Hospital Puebla
(Puebla)



H. Juárez de México
(CDMX)

9

10

**H. Star
Médica Mérida**
(Yucatán)



10 *Tips* *técnicos*

PARA LOGRAR LA *certificación*

de un hospital ante el **CONSEJO DE SALUBRIDAD GENERAL**



1.

Conoce y domina los estándares del *Modelo de Seguridad del Paciente*

El proceso de certificación inicia con el conocimiento de los estándares del CSG, que regulan las principales áreas clínicas, administrativas y de apoyo del hospital. El Manual de Estándares para hospitales 2023 es la guía base para su cumplimiento, disponible en www.csg.gob.mx

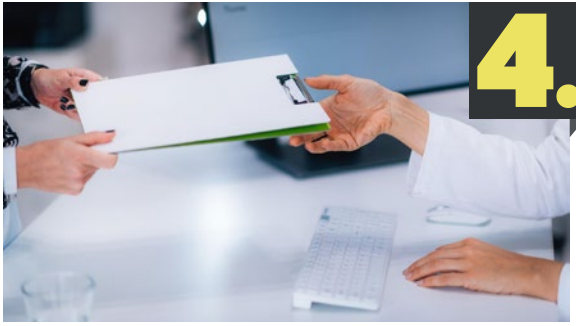
2. Crea un Comité de *Calidad y Seguridad del Paciente*

Forma un comité multidisciplinario con representación de médicos, enfermería, farmacia, administración y mantenimiento. Este comité debe liderar el cumplimiento, la autoevaluación y la mejora continua de los procesos hospitalarios.



3. *Implementa la cultura de seguridad del paciente*

La certificación exige una cultura de seguridad del paciente respaldada por **capacitación continua** y **acciones medibles** que contribuyan a la redacción de eventos adversos.



4.

Desarrolla e integra Evidencia Documental

El CSG evalúa pruebas tangibles: políticas, manuales de procedimientos, registros de auditorías, listas de verificación, bitácoras de mantenimiento, hojas de control de medicamentos, entre otros. Todo documento debe tener versión, fecha de actualización y responsable.

5. Evalúa tus indicadores

Clinicos y Administrativos

Mide indicadores como:

- Tasa de infecciones nosocomiales.
- Tasa de reingresos.
- Mortalidad hospitalaria ajustada.
- Satisfacción del paciente.
- Rotación de enfermería y médicos.



Estos datos muestran que el hospital **monitorea su desempeño y toma decisiones basadas en evidencia.**



6.

Asegura Infraestructura y equipamiento funcional

La certificación revisa que las instalaciones cumplan con NOM-016-SSA3-2012 (infraestructura de hospitales). Se inspeccionan áreas críticas: quirófanos, urgencias, central

de esterilización, farmacia y residuales biológicos. Realiza auditorías internas cada seis meses para detectar fallas antes de la visita de CSG.

7. Digitaliza tus procesos

El CSG valora la trazabilidad electrónica. Implementa sistemas hospitalarios (HIS) para registro clínico, gestión de inventarios y control de medicamentos. Los hospitales con historias clínicas electrónicas integradas tienen mayor probabilidad de obtener la certificación en el primer intento.





8. **Capacita y evalúa** *Periódicamente al personal*

La certificación no se logra sin el personal. Asegura que 100 % de enfermeras y médicos cuenten con constancias de actualización. Promueve diplomados en calidad, liderazgo, seguridad del paciente o gestión hospitalaria.

9. **Realiza un autodiagnóstico con el formato oficial del CSG**

Antes de solicitar la visita de certificación, el hospital debe llenar el Instrumento de Autoevaluación del CSG. Este diagnóstico te permitirá conocer tu nivel de cumplimiento (porcentual y por estándar) y planificar mejoras antes de la visita oficial.



10. **Compromete a la** *Alta Dirección*

La clave está en el liderazgo institucional. Un hospital certificado demuestra que la dirección general impulsa la cultura de calidad, invierte en infraestructura y promueve la mejora continua. Sin liderazgo y compromiso desde la cima, ningún proceso de certificación es sostenible.

1. Consejo de Salubridad General (2024). Listado de establecimientos certificados. Gov.mx/CSG
2. IMSS (2024). Unidades certificadas por calidad y seguridad del paciente. imss.gob.mx
3. FUNSALUD (2024). Ranking de hospitales privados en México. funsalud.org.mx
4. Médica Sur (2024). Certificación del CSG. hospital.medicasur.com.mx
5. La Crónica de Hoy (2024). Unidades médicas del IMSS certificadas. cronica.com.mx

PRIMAVERA 2026

OFERTA ACADÉMICA



CAMPUS GUADALAJARA



¡ESCANEA
EL CÓDIGO
Y CONOCE TU
UNIVERSIDAD!

INCORPORACIÓN

UN SÁBADO AL MES

**11
ABR**

DIPLOMADO EN
**MEDICINA
ESTÉTICA**

11 MESES

PRESENCIAL

NUEVO PROGRAMA

UN DOMINGO AL MES

**19
ABR**

DIPLOMADO EN
**PODOLOGÍA
EN HERIDAS
Y PIE DIABÉTICO**

9 MESES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

DOS FINES DE SEMANA
AL MES

**25
ABR**

ESPECIALIDAD EN
**ENFERMERÍA
QUIRÚRGICA**

3 SEMESTRES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

DOS FINES DE SEMANA
AL MES

**25
ABR**

ESPECIALIDAD EN
**ENFERMERÍA
OBSTÉTRICA
Y PERINATAL**

3 SEMESTRES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

DOS DOMINGOS AL MES

**26
ABR**

DIPLOMADO EN
**URGENCIAS
MÉDICO
QUIRÚRGICAS**

6 MESES

PRESENCIAL

INCORPORACIÓN

UN FIN DE SEMANA AL MES

**8
MAY**

MAESTRÍA EN
ADMINISTRACIÓN DE HOSPITALES

2 AÑOS

VIDEO CLASES **EN VIVO**

ESCANEA



221 270 8538

Y RECIBE MÁS INFORMES
POR WHATSAPP

CONSULTA LOS PROGRAMAS ACADÉMICOS EN:
www.epgdl.com

¡SIGUENOS!

EP DE MÉXICO
CAMPUS GUADALAJARA
 epdemexicocentro
 @ep_de_mexico

LLAMA PARA INFORMES:

222 948 0240

LUNES A SÁBADO: 8:00 A 18:00
DOMINGOS: 8:00 A 14:00

CAMPUS GUADALAJARA

Calle Madero
No. 437 Col. Centro
Guadalajara, Jal.



EP DE MÉXICO

cruzando fronteras

Experiencia académica y cultural en Madrid y Toledo

Escrito por: Eduardo Mendoza Romero

Por segunda ocasión, la Universidad EP de México reafirmó su compromiso con la formación internacional de alto nivel al llevar a cabo el 2º Faculty Led en Gestión Hospitalaria en Madrid, España, una experiencia académica y cultural que dejó huella en alumnos y docentes.



El programa se desarrolló en el

Hospital
UNIVERSITARIO DE
Torrejón

Perteneciente a Grupo Ribera, uno de los corporativos público-privados de salud más importantes del mundo, con presencia en 10 países y reconocido por su innovación, eficiencia y modelos avanzados de gestión hospitalaria.

Durante esta estancia académica, los participantes tuvieron la oportunidad de conocer modelos reales de certificación y calidad, estrategias actuales de gestión hospitalaria y, de manera muy especial, el uso de la inteligencia artificial aplicada a



procesos hospitalarios, ya implementada y funcionando en escenarios reales. El aprendizaje se fortaleció con recorridos guiados por las distintas áreas del hospital, acompañados por jefes de área y directivos, quienes compartieron su experiencia, visión y buenas prácticas directamente desde el campo operativo.



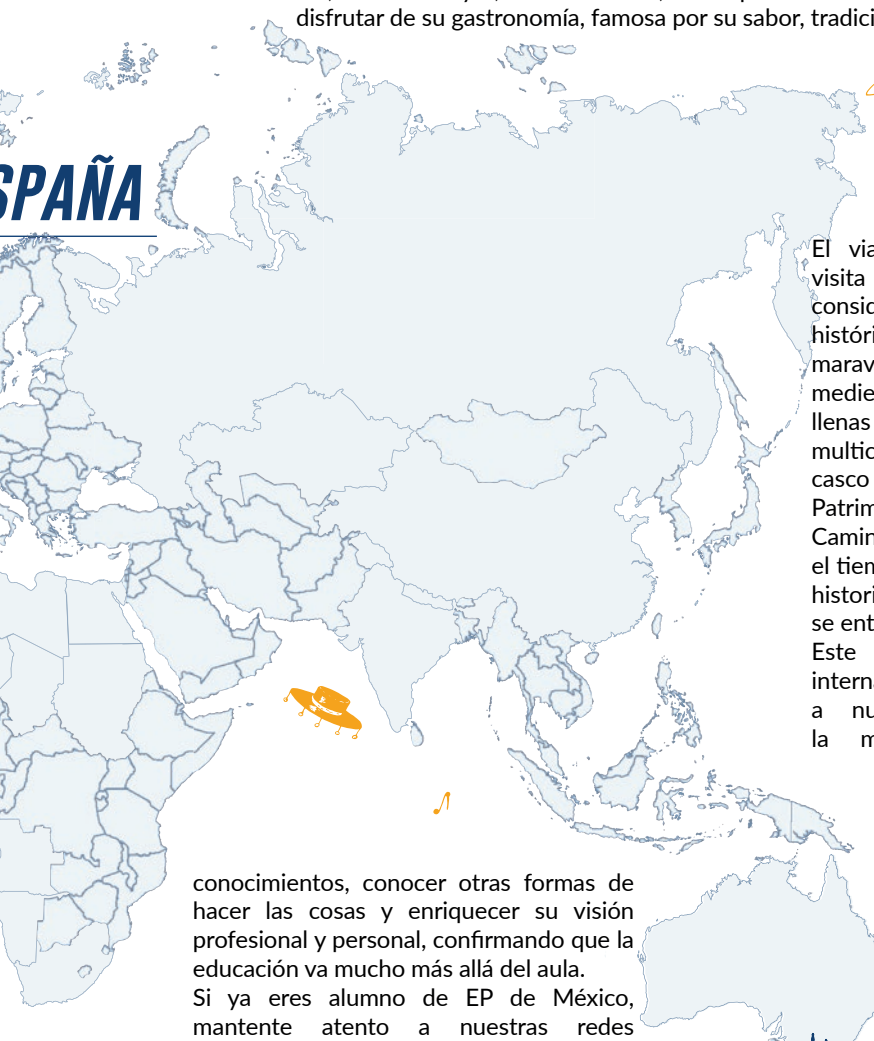
A este importante encuentro asistieron

ALUMNOS Y MAESTROS DE LOS CAMPUS

Puebla, Mérida y Guadalajara

Pertencientes a la Maestría en Administración de Hospitales y a diversas especialidades de enfermería, consolidando un espacio de intercambio académico, profesional y humano entre comunidades EP de México.

Más allá del aula y el hospital, la experiencia se enriqueció con un valioso componente cultural. Los asistentes pudieron descubrir Madrid, una ciudad vibrante y llena de historia, recorriendo lugares emblemáticos como la Puerta del Sol, la Plaza Mayor, el Palacio Real, el Parque del Retiro y la Gran Vía, además de disfrutar de su gastronomía, famosa por su sabor, tradición y diversidad.



El viaje incluyó también una visita a la ciudad de Toledo, considerada una de las joyas históricas de España. Toledo es maravillosa por su arquitectura medieval, sus calles empedradas llenas de historia, su legado multicultural y su impresionante casco histórico, declarado Patrimonio de la Humanidad. Caminar por Toledo es viajar en el tiempo y comprender cómo la historia, la cultura y la identidad se entrelazan de forma única.

Este tipo de experiencias internacionales permiten a nuestra comunidad abrir la mente, adquirir nuevos

conocimientos, conocer otras formas de hacer las cosas y enriquecer su visión profesional y personal, confirmando que la educación va mucho más allá del aula.

Si ya eres alumno de EP de México, mantente atento a nuestras redes sociales para conocer los próximos viajes académicos internacionales. Vivir una experiencia como esta no solo cambia tu formación, también transforma tu manera de ver el mundo.





Cruzando fronteras



ADQUIERE MAYORES COMPETENCIAS

CERTIFÍCATE

EN LOS ESTÁNDAR DE SEP-RED CONOCER
CE-0057-ECE356-18

A TRAVÉS DE NUESTRO CENTRO CIENTÍFICO CERTIFICADOR EN
COMPETENCIAS DE LA SALUD (OCCCS)

ELEVA TUS HABILIDADES AL SIGUIENTE NIVEL CON:
ESTÁNDARES DE COMPETENCIA

ÁREA DE ESTÉTICA

» EC1313

APLICACIÓN DE
TÉCNICAS PARA EL MEJORAMIENTO
DE LA APARIENCIA CUTÁNEA FACIAL
MEDIANTE DERMAPEN

» EC1343

MANEJO INTEGRAL DE
TRATAMIENTOS ESTÉTICOS FACIALES

» EC1467

MANEJO INTEGRAL DE
TRATAMIENTOS ESTÉTICOS CAPILARES
Y VELLO FACIAL

» EC1468

MANEJO INTEGRAL DE
TRATAMIENTOS ESTÉTICOS
CORPORALES

\$3,500.00
Cada certificación

ÁREA DE LA SALUD

» EC0616

PRESTACIÓN DE SERVICIOS
AUXILIARES DE ENFERMERÍA EN CUIDADOS
BÁSICOS Y ORIENTACIÓN A PERSONAS
EN UNIDADES DE ATENCIÓN MÉDICA

» EC1317

REALIZAR LA
ORIENTACIÓN PERINATAL A LA MUJER
EMBARAZADA Y SU ACOMPAÑANTE
EN FORMA PRESENCIAL GRUPAL

» EC1315.01

AUXILIAR EN LA
PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LAS
LESIONES DE LA PIEL DE LA PERSONA
CON DEPENDENCIA AL CUIDADO

» EC1200.01

REALIZACIÓN DE
ESTUDIOS DE ESPIROMETRÍA

ÁREA ORGANIZACIONAL Y CAPACITACIÓN

» EC0492

IMPLEMENTACIÓN DE LA
METODOLOGÍA PARA LA GESTIÓN DE PERFILES
Y MAPAS DE RIESGO EN SEGURIDAD Y SALUD
EN EL TRABAJO EN LA ORGANIZACIÓN

» EC0301

DISEÑO DE CURSOS
DE FORMACIÓN DEL CAPITAL HUMANO
DE MANERA PRESENCIAL GRUPAL, SUS
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y
MANUALES DEL CURSO

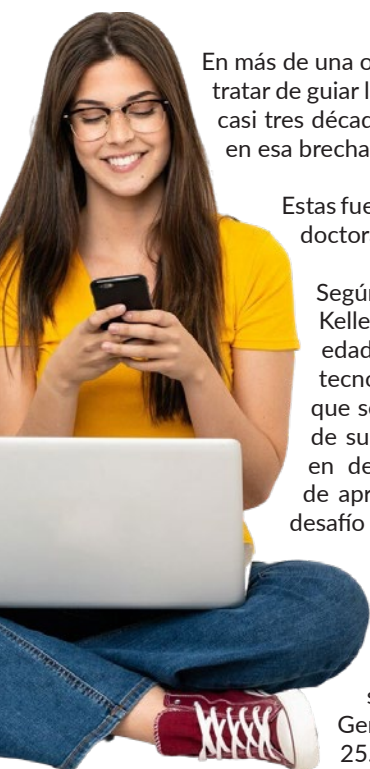
» EC0217.01

IMPARTICIÓN DE CURSOS
DE FORMACIÓN DEL CAPITAL HUMANO
DE MANERA PRESENCIAL GRUPAL



Un vistazo a la **GENERACIÓN Z**

Neurplasticidad, microlearning y bienestar emocional
Tesis Doctoral por Adrián Ballesteros
Noviembre 2025



En más de una ocasión me pregunté ¿qué me falta para ser un mejor papá, comprender, tratar de guiar las emociones y los pensamientos de Adrián, mi hijo de 21 años? Le llevo casi tres décadas, lo que me orilló a los siguientes cuestionamientos ¿Qué ha pasado en esa brecha de tiempo? ¿Qué cambió y qué sigue igual?

Estas fueron algunas de las razones que me adentraron a mi tema de investigación doctoral sobre el comportamiento de la Generación Z.

Según el Center for Generational Kinetics (CGK, 2016, 2020 y Kotler & Keller 2022) los Centennials o Generación Z, nacidos a partir de 2000, cuyas edades actualmente oscilan entre 15 y 25 años, crecieron en plena revolución tecnológica, en el contexto de Internet y de las redes sociales. Son individuos que se vinculan de forma natural con el mundo virtual y lo consideran parte de su comunidad. Son creativos, autodidactas, multipantallas y multitareas, en definitiva, son 100 % nativos digitales. Muchas de sus experiencias de aprendizaje previas, fueron obtenidas de Internet, lo cual representa un desafío para la sociedad tradicional.

De acuerdo con Aviña (2023) es importante señalar la clasificación generacional que existe en México, en el que se encuentran y se distribuye de acuerdo con el Censo Poblacional y Vivienda del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2020), la sociedad mexicana, de total de 126, 014, 024 millones de personas, la Generación Z (15 a 25 años) asciende a 32,259,590 mexicanos; esto es un 25.6 %. “Lo que significa que uno de cada cuatro mexicanos pertenece a la Generación Z”.

CONEXIONES NEURONALES QUE HAN EVOLUCIONADO.

En una ocasión le pedí a Adrián que me escuchara, porque le estaba pidiendo un favor, él estaba jugando un video juego, tenía audífonos y veía su smartphone. Yo le ordené que se desconectara para atender mi llamado y él, con voz firme, comentó que me estaba escuchando y poniendo atención. Fue un nuevo descubrimiento para mí.

La Generación Z posee nuevas y diferentes conexiones neuronales. El doctor Ricardo Allegri, investigador principal del CONICET y jefe de Neurología Cognitiva del Instituto de Investigaciones Neurológicas FLENI, desde 2023 habla de una oxigenación tecnológica y una neuroplasticidad dinámica. Sostiene que, las nuevas generaciones ya no procesan los datos con la memoria lineal o estática que teníamos las generaciones anteriores. La aparición de las nuevas tecnologías determina la evolución.



Hoy ese procesamiento de información se da en paralelo y en diferentes niveles. Por eso las nuevas generaciones pueden mantener y realizar varias acciones a la vez. Según Coolhunting Group (2017) esta generación utiliza el teléfono para generar casi todos los aspectos de su vida.

Las redes sociales más utilizadas son Instagram, Tik Tok, Snapchat y YouTube. Tienen deseo de transformarse en un fenómeno viral en internet.

Toledo (2020) señala que el primer paso para comprender a esta generación consiste en tener la disposición de entenderla y ver el mundo desde su perspectiva, reconociendo, además, que los cambios en diversas áreas de influencia, incluida la educación, están ocurriendo a una velocidad acelerada y sin precedentes históricos.

De acuerdo con Gómez et, al. (2025) la Generación Z es capaz de crear su propia realidad apoyándose en herramientas de inteligencia artificial tratando de equilibrar trabajo y placer.

Este nuevo paradigma del trabajo y las características de los Centennials han sido analizados por Stillman y Stillman (2017), quienes coinciden en que esta generación busca un sentido en su labor, considerándola una extensión de sus pasiones e intereses.

En otra ocasión platicaba con Adrián y después de unos instantes perdía su atención, por lo que yo trataba de regresarlo a la plática con frases como “te estoy hablando” o “escúchame”, en ese momento descubrí otra característica fundamental en la Generación Z, a la cual me di a la tarea de investigar:

MICROLEARNING

De acuerdo a Ruiz (2023), el concepto de microlearning (o microaprendizaje) tiene la característica de generar periodos de atención focalizados y breves, por lo que las unidades de atención suelen durar entre 45 segundos y siete minutos como máximo para ser efectivas en la Generación Z. Por lo que comprendí la importancia de buscar estrategias didácticas, pedagógicas y tecnológicas para mantener el interés y la atención de las nuevas generaciones.

Por último, me gustaría compartir que la Generación Z en su etapa de madurez física, intelectual y emocional se vincula con la pandemia (2019-2021), lo que pone de manifiesto la importancia de la vida sobre cualquier otro aspecto del ser humano.

Además, es importante señalar que después de la pandemia hubo un auge a nivel global sobre hipertexto en redes sociales vinculado al bienestar físico, mental, emocional, psicológico, social, etc., como resultado de la priorización del valor de la vida como principio universal de actuación: “Para la Generación Z: Sin vida no hay nada”.





Gómez dentro de su investigación *Descubriendo la esencia de la Generación Z: Un viaje visual hacia la ruptura paradigmática*, propone algunas frases de refuerzo positivo marcadas en esta generación:

“Vibra alto” nos invita a mantener una actitud positiva y a buscar un estado de ánimo elevado. Estaría relacionado con la búsqueda de bienestar emocional detectado en la Generación Z y con tendencias como el mindfulness y expresiones presentes en RR. SS. como TikTok e Instagram.

“Con todo sino pa´ que” (Con todo, sino, para qué), expresa intensidad, pasión y la idea de que vale la pena esforzarse plenamente en todo lo que se hace. Refleja la mentalidad de la Generación Z de perseguir experiencias plenas y auténticas, alineándose con sus valores de vivir con propósito.

El Center for Generational Kinetics, (CGK, 2016, 2020 y Kotler & Keller 2012 citados en Salamanca 2022) en su publicación de junio 2025, realizó un estudio a más de 1000 trabajadores pertenecientes a la Generación Z para tratar de entender su comportamiento organizacional, académico y laboral. El resultado del estudio arrojó que prefieren la salud y el bienestar emocional, incluso por encima de aspectos motivacionales o económicos.

¿QUÉ PUEDO SUGERIR PARA ENTENDER Y MEJORAR EL TRATO CON LA GZ?

- Escuchar de manera atenta y abierta, evitando interrupciones, juicios inmediatos o la desvalorización de su forma de pensar y de los referentes culturales que utilizan.
- Evitar concluir que no están atentos únicamente porque realizan varias actividades de forma simultánea y valorar su nivel de atención a partir de la comprensión y los resultados obtenidos, más que desde criterios tradicionales como el contacto visual constante o el silencio prolongado.
- Fragmentar las explicaciones extensas en segmentos cortos y comprensibles, acompañándolos de mensajes precisos, ejemplos concretos y objetivos claramente definidos.
- Valorar el sentido y el propósito por encima del control, vinculando actividades con intereses personales, impacto social o crecimiento individual.
- Priorizar el bienestar emocional como su eje central, validando emociones antes de intentar corregir conductas, pasando de una lógica de formación unidireccional hacia una construcción compartida, y aceptando que esta generación también aporta aprendizajes valiosos a las generaciones precedentes.

REFERENCIAS

- Allegrí, R., Román, F. & Barceló, E. (2023). La Neuropsicología en Latinoamérica: hacia una época de redes y colaboraciones. *Journal of Applied Cognitive Neuroscience*, 4(1), e00344755. <https://doi.org/10.17981/JACN.4.1.2023.1>

- Aviña, I. (2023). La generación Z en el ámbito educativo superior; sus retos. Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores. 10.46377/dilemas.v11i1.3765.

- Denise Villa, PhD (2025). Center for Generational Kinetics. <https://genhq.com/about/>

- COOLHUNTING GROUP. (2017). Las 6 generaciones en la era digital. Coolhunting Group. <https://bit.ly/3cMxdvS>

- Gómez Cuesta, Laura; Cordero Verdugo, R. Rebeca; Marina Sanz, Elisabet y Silva Esquinas, Antonio (2025). Descubriendo la esencia de la Generación Z: Un viaje visual hacia la ruptura paradigmática [Discovering the essence of Generation Z: a visual journey towards

paradigm shift]. *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información*, 30, 1-26. <https://doi.org/10.35742/rcci.2025.30.e330>

- Ruiz, R. (2023). El microaprendizaje. Centro de Investigación y Desarrollo. Editorial: Ciencialatina.org

- Salamanca, I. y Sagredo, E. (2022). Diversidad generacional y patrón de uso de Tecnologías de Información y Comunicación. Dialnet

- Stillman, D. y Stillman, J. (2017). Gen-Z @ work: How the next generation is transforming the workplace. HarperCollins.

- Toledo, V. (2020). Generación Z: el fin del mundo tal y como lo conocemos. Universidad de Navarra-Instituto de Ciencias para la Familia. https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/59091/1/2019_2020%20TOLEDO%20VITA%2c%20V1ctoria.pdf

UNIVERSIDAD

EP

de México

®



1er CONGRESO NACIONAL DE JEFAS Y ESPECIALISTAS EN ENFERMERÍA AVANZADA

22 y 23 de Octubre 2026

- Conferencias magistrales
- Talleres
- Mesa redonda
- Paneles con expertos
- Cena de gala maya
- Eventos culturales: Valladolid y Chichen Itza



Información e Inscripciones

☎ 221 593 8932

🌐 www.epmerida.com

📍 Universidad EP de México
Calle 33x42 No. 300.
Col. Montes de Amé. Mérida, Yucatán.

ENFERMERÍA



Las manos que

PODAN la vida

Homenaje a Diego Rivera

Escrito por: Helena Durán García

En el Museo de Arte de San Diego se conserva una obra poco conocida pero profundamente conmovedora de Diego Rivera: *The Hands of Dr. Moore* (Las manos del Dr. Moore), pintada en 1940. Rivera, célebre por sus murales monumentales y su mirada social, creó aquí una pieza íntima y simbólica que retrata no un rostro, sino unas manos.

Estas manos pertenecen al Dr. Clarence Moore, un cirujano de Los Ángeles cuya esposa encargó el retrato al artista mexicano. En lugar de una representación convencional, Rivera eligió un enfoque único: dos manos que realizan una incisión de la que surge un árbol de la vida, símbolo de crecimiento, curación y renovación. En la parte inferior puede leerse una inscripción escrita por el propio Rivera:

La obra combina elementos anatómicos, botánicos y espirituales, integrando la ciencia médica con la esencia creadora del arte. En esta fusión, Rivera expresa que curar y crear son actos profundamente humanos, y que la labor del médico es, en cierto modo, la de un artista que moldea y preserva la vida.

En la Universidad EP de México hemos recreado esta pintura como homenaje a esa poderosa unión entre el arte y la salud. Así como las manos del Dr. Moore “podan el árbol de la vida”, nuestros profesionales de la salud dedican sus manos, su mente y su corazón a cuidar, sanar y renovar la esperanza.

“Estas son las manos del Dr. Clarence Moore, de Los Ángeles, California. Podan el árbol de la vida para que se renueve y no muera. Diego Rivera las pintó en 1940.”





1. El conocimiento debe compartirse. Rivera pintó para el pueblo; del mismo modo, la salud y la educación deben llegar a todos.

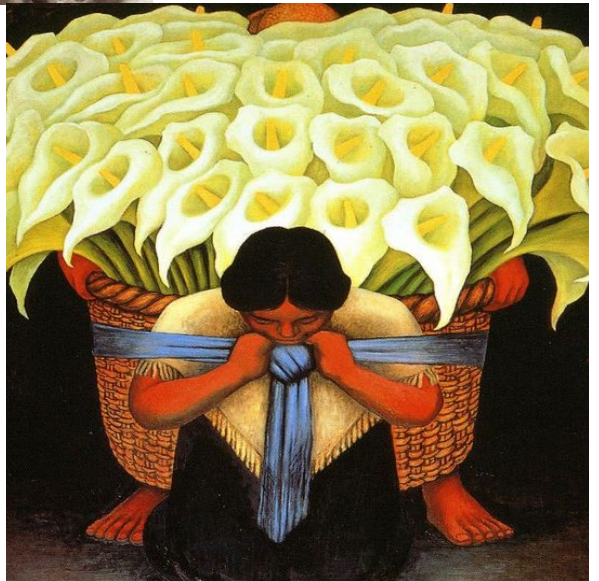
2. La técnica y la disciplina son formas de arte. Así como Rivera dominó el muralismo, los profesionales de la salud perfeccionan cada procedimiento con rigor y pasión.

3. Honrar nuestras raíces nos fortalece. Rivera llevó la identidad mexicana al mundo; nosotros llevamos nuestros valores y humanidad a cada paciente.

4. Servir también es crear. Curar es una forma de arte que transforma la realidad de otros.

5. De cada herida puede brotar vida. Rivera lo representó en su pintura; nosotros lo vemos a diario en quienes sanan y renacen gracias al cuidado profesional.

Esta reinterpretación también nos invita a reflexionar sobre el poder simbólico de las manos:



**Las que
curan,
enseñan,
crean y
acompañan.**

En cada enfermero, médico o terapeuta, existe ese mismo impulso de Rivera por preservar la vida y dignificar la condición humana.



Revista Hipocrática

stethos

Anúnciate
CON NOSOTROS

perfil del **LECTOR**



Pacientes ABC

Familiares en Hospitales Privados

Laboratorios

35 a 55 años

ABC+

Médicos

Enfermeras

Químicos

Fisioterapeutas

Dentistas

Administradores

Nutriólogos

FRECUENCIA



4 publicaciones al año

TIRAJE POR PUBLICACIÓN



5,000 ejemplares entregados en hospitales

DISTRIBUCIÓN ELECTRÓNICA



Envío de PDF a 15,000 alumnos

DISTRIBUCIÓN IMPRESA



Puebla

Guadalajara

Mérida

Monterrey

CDMX

COSTOS y especificaciones



Anuncio de $\frac{1}{2}$ PÁGINA

\$5,000.00

Tamaño:

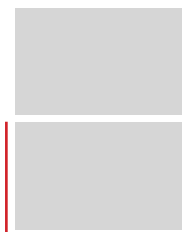
17 cm base
13.75 cm de altura

Margen interior:

1 cm

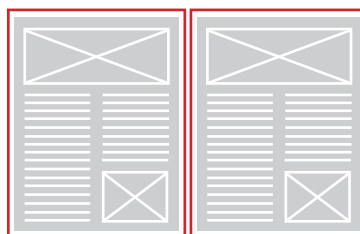
Rebase:

5mm



Publireportaje de 2 PÁGINAS

\$11,000.00



Tamaño:

17 cm base
27.5 cm de altura

Margen interior:

1 cm

Rebase:

5mm

Anuncio de 1 PÁGINA

\$9,000.00

Tamaño:

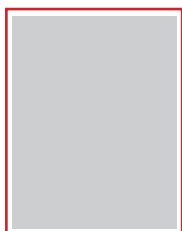
17 cm base
27.5 cm de altura

Margen interior:

1 cm

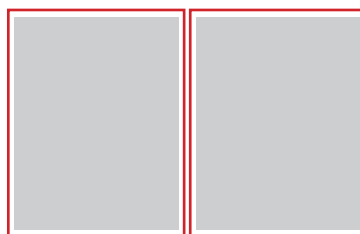
Rebase:

5mm



Anuncio de 2 PÁGINAS

\$15,000.00



Tamaño:

17 cm base
27.5 cm de altura

Margen interior:

1 cm

Rebase:

5mm

Publireportaje de 1 PÁGINA

\$6,000.00

Tamaño:

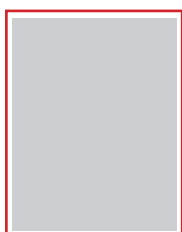
17 cm base
27.5 cm de altura

Margen interior:

1 cm

Rebase:

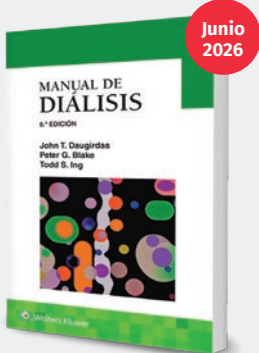
5mm



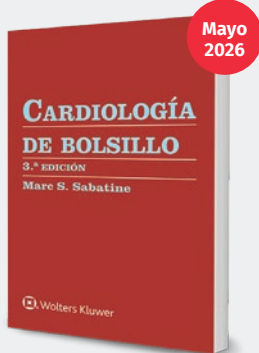
Requisitos generales

Formato	Color	Programas
- JPG	CMYK	- Photoshop
- PDF	Resolución	- Illustrator
- EPS	300 dpi	- Archivo con tipografías en curvas o anexas fuentes

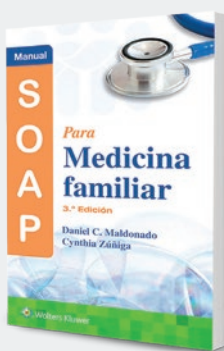
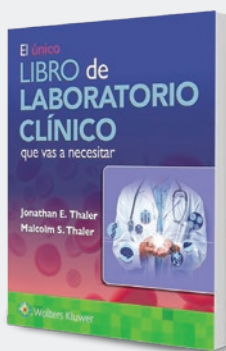
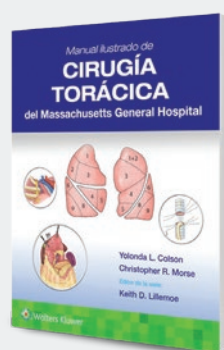
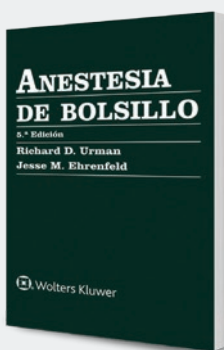
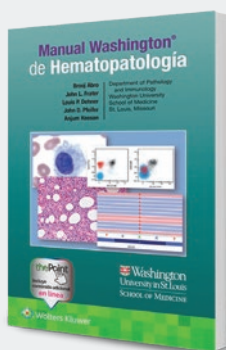
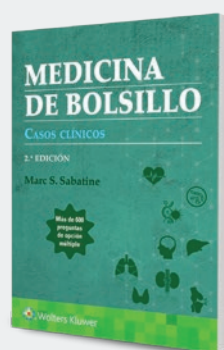
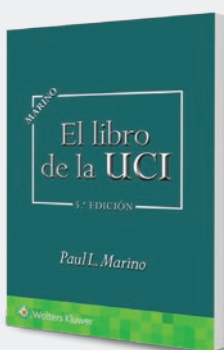
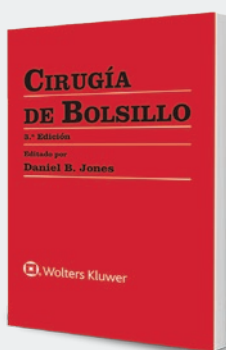
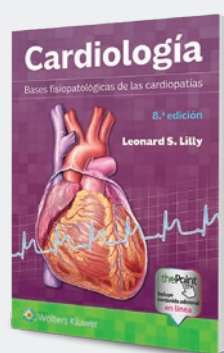
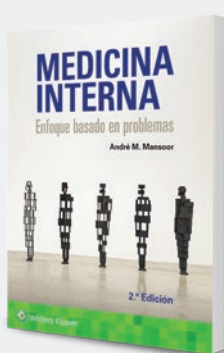
Mantente al día y explora las últimas actualizaciones en nuestras distintas especialidades.



Junio 2026



Mayo 2026



Explora todo nuestro contenido

bit.ly/RecursosMedicina



Lippincott®



cope

Revista Hipocrática

DESCARGA GRATIS LA VERSIÓN DIGITAL EN LA PÁGINA