

DE HABER CONSTRUIDO CLÍNICA

Celebra ISSSTE 30 aniversario

Contemplan la realización de eventos culturales durante toda esta semana

PEDRO SÁNCHEZ TALAMÁS
EL MEXICANO

ENSENADA.- La delegación del ISSSTE en Baja California conmemora a partir de hoy y hasta el sábado 25 de agosto, el trigésimo aniversario de la clínica hospital Ensenada, con una serie de actividades culturales y académicas dirigidas a derechohabientes y público en general, informó vía telefónica el delegado del instituto en Baja California, Guillermo Peñúñuri Yépez.

El funcionario federal destacó que esta clínica hospital abrió sus puertas a principios de los años ochenta (1983) y actualmente brinda atención a más de 36 mil derechohabientes amparados y registrados en dicha unidad médica, que atiende a población radicada en todo el municipio, incluyendo el Valle de San Quintín e Isla de Cedros.

Explicó que estas actividades conmemorativas se llevarán a cabo el próximo lunes 19 de agosto, en las instalaciones del auditorio de la clínica, en punto de las 9:00 horas.

Allí dará la apertura oficial a las diversas actividades relacionadas a la conmemoración del 30 aniversario de la clínica, entre las que destacan conferencias y actividades culturales de convivencia familiar para trabajadores, derechohabientes y público en general.

Durante el primer día de las conmemoraciones se tratarán aspectos



FOTO: / EL MEXICANO

ENSENADA.- A partir de hoy, el ISSSTE inicia una serie de actividades con motivo de su trigésimo aniversario; concluirán el sábado 25.

sobre la historia de la creación y primeros años de la clínica en Ensenada; posteriormente para el martes 20 de agosto, las conferencias serán relacionadas al papel de la enfermería: cuidados del paciente hospitalizado, lavado de manos, relación de la enfermería con la familia

del paciente, y la vigilancia y control de las enfermedades nosocomiales.

Para el día miércoles la temática se enfocará a la cultura del vino y su arraigo en esta zona del estado de Baja California; mientras que para el día jueves 22 se contempla ofrecer conferencias relacio-

nadas con la nutrición. Es por ello, dijo, que los tópicos serán el "impacto del paciente obeso", "leyendo las etiquetas", "nutrición del paciente hospitalizado", y "las enfermedades crónico-degenerativas como la nueva pandemia del mundo actual".

El delegado del ISSSTE, informó que para el jueves por la tarde, se realizará una caminata con toda la "familia ISSSTE" (trabajadores y ex trabajadores del instituto con sus familiares) a lo largo del malecón.

El viernes 23 de agosto se atenderán los temas "cómo afrontar la muerte de un familiar", "madres trabajadoras", "técnicas de lactancia materna" y "violencia intrafamiliar", entre otros.

Finalmente, las conmemoraciones concluirán el sábado en las instalaciones de la clínica, con una convivencia familiar y actividades culturales.

Peñúñuri Yépez destacó que esta unidad médica se destaca por ser una clínica con servicios de primer nivel de atención (medicina preventiva y curativa), sin embargo, en la cual se ofrecen servicios de segundo nivel (medicina y consultas de especialidad), además que en Ensenada es la zona del Estado, en la que se reciben, atienden y refieren pacientes (a unidades de alta especialidad como al Hospital Regional de Culiacán, Sinaloa y Centro Médico Nacional 20 de Noviembre) de los puntos más alejados de la entidad.

EL ALIMENTO MÁS IMPORTANTE

Vital, mandar hijos a escuela desayunados

ENSENADA.- Hoy de regreso a clases, el IMSS hace un llamado a los padres de familia para que manden a sus hijos a la escuela desayunados.

El desayuno es el alimento más importante del día, ya que aporta la energía necesaria para el buen funcionamiento del organismo y es fundamental para los niños en edad escolar al mejorar su capacidad de atención en clase, facilita la comprensión de la lectura y beneficia su rendimiento académico en general.

La titular de Programas de Nutrición de la Coordinación de Atención



FOTO: / EL MEXICANO

ENSENADA.- La energía que aporta el desayuno es el principal combustible del cerebro, lo que garantiza la capacidad de atención de los niños en las primeras horas de clase.

Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Elia Domínguez Sánchez, destacó que los menores deben tomar un desayuno completo con leche o sus derivados (calcio), fruta (fibra y vitaminas), así como cereales (hidratos de carbono y proteínas) para evitar que baje su nivel de azúcar en la sangre, tengan mal humor o se duerman en clase.

Explicó, que la energía que aportan estos alimentos en el desayuno es el principal combustible del cerebro, lo que garantiza la capacidad de atención de los niños en las primeras horas de clase que, en consecuencia, coadyuva en la obtención de mejores resultados en sus evaluaciones.

La especialista en nutrición indicó que este primer alimento del día aporta una cuarta parte de la energía total que requiere el cuerpo para mantener un buen estado, permite controlar el peso de los menores con un menú equilibrado que favorece su crecimiento y desarrollo.

Consideró que los padres de familia tienen la responsabilidad de fomentar el desayuno como un hábito, aunque algunas veces los niños digan que no tienen hambre se les debe ofrecer leche, fruta y cereales en las primeras dos horas después de despertar.

nextel.
evolution

Tu mundo. Ahora.

A grandes esfuerzos, grandes recompensas.

Ahorra el 59% con la nueva tarifa preferencial de Roaming en telefonía desde EE.UU.*

Con los Planes Con Todo Evolution desde \$399**

Internet de cuarta generación

Radio Evolution ilimitado

Más minutos de telefonía

Telefonía de Nextel a Nextel ilimitada***

Mensajes ilimitados de Nextel a Nextel

Más datos para navegar

haz que suceda



*Es MR Planes disponibles en ciudades con cobertura de la red Nextel Evolution, conócelas en nextel.com.mx. Precios con IVA incluido. **La tarifa promocional del minuto de telefonía en Roaming desde EE.UU. para cualquier plan tarifario Nextel Evolution en versión Control es de \$5.55 IVA del 11% incluido. Tarifa promocional vigente hasta el 31 de diciembre de 2013. ***La tarifa de \$399 corresponde a la renta mensual del Plan Control Con Todo Evolution 75. El costo de Guardián Nextel (póliza de servicio) no está incluido en la Renta Mensual. Los servicios ilimitados de equipos Nextel a Nextel podrán usarse dentro de la red Nextel (territorio nacional) de lo contrario se sujetarán a cargos adicionales (Roaming Internacional). ****3,000 minutos de telefonía de Nextel a Nextel incluidos en el Plan de Renta mensual. Los minutos excedentes de telefonía entre equipos Nextel no generarán costo adicional.