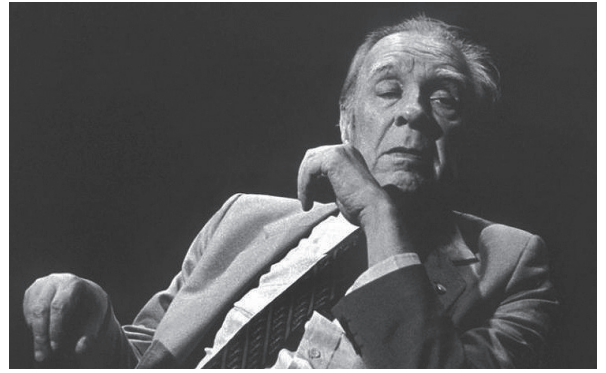




DESTELLO
SINDICAL

AÑO 12 • NÚMERO 72 • ENERO 2024



El oficio de escribir,
en palabras de Borges

EJEMPLAR GRATUITO

2024: NUEVAS METAS Y RETOS



- * FESTEJOS DE FIN DE AÑO SECCIONALES
- * ESTUDIO EXPLICA LA INTOLERANCIA AL EJERCICIO POSTERIOR AL COVID-19
- * GENERA ISSSTE AHORROS POR MÁS DE 300 MILLONES DE PESOS EN PENSIONES

SITISSSTE

Sindicato Independiente de Trabajadores del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado

Colegio Napoleón



Sembrador del Futuro

En Convenio con el
Colegio Napoleón

SITISSSTE =



Precio normal \$4,950
Precio convenio \$2,950

PREPA O SECUNDARIA EN UN SOLO EXAMEN

CURSOS PRESENCIALES Y/O EN LÍNEA

Horarios:

SAB-DOM : 9-14 hrs

L-V : 8-11 / 17-20 hrs

•Capacitación inteligente

•105 horas

•Empezamos de cero

•Material incluido

INICIOS CONTINUOS

OTROS CURSOS:

•COMIPEMS

•INGRESO

UNAM/UAM/ POLI

CONTÁCTANOS:

55-21-90-28-77

55-81-02-81-16

www.colegionapoleon.com.mx



2024: Nuevas metas y retos

Maestro. Carlos Alberto Hernández
Presidente del Comité Ejecutivo Nacional

En el comienzo de este año mis pensamientos son de gratitud por todo lo bueno que recibimos en el año que quedó atrás, con todas las experiencias adquiridas y logros alcanzados. El inicio de este 2024 es la oportunidad para establecer nuevas metas. Es importante hacer un balance sobre lo que hemos construido a lo largo de todo un año, sobre los objetivos alcanzados y lo que aún nos falta por avanzar.

Como presidente del Comité Ejecutivo Nacional del SITISSSTE, sé que hemos vivido situaciones difíciles, pero al mismo tiempo tengo la certeza de que es, precisamente, lo que hemos tenido que enfrentar y superar, lo que

nos da la fuerza para alcanzar nuestras metas. Hoy estamos en mejores condiciones, para que 2024 sea un año de realizaciones, un año en el que avancen los proyectos personales de cada uno de los que formamos esta organización.

Queremos superarnos en número, pero más que otra cosa que cada uno de los agremiados tengan la seguridad y confianza que en todo momento tienen el respaldo del SITISSSTE, continuar con la lucha de adquirir las prestaciones a las que tenemos derecho.

Seguiremos trabajando junto con las autoridades para brindar a los derechohabientes y a sus familias, poniendo el esfuerzo necesario para dar a los mexicanos el servicio de la salud en clínicas u hospitales,

ayudando en trámites de pensiones, préstamos, viviendas, actualizaciones de datos, etc.

Nuestra tarea es continuar luchando para alcanzar las metas, y así contribuir a la construcción de un México más fuerte, por eso les pido que mantengan viva la esperanza en un mejor porvenir, que sigan siendo el principal soporte de los principios y valores que nos unen y que nos identifican como organización.

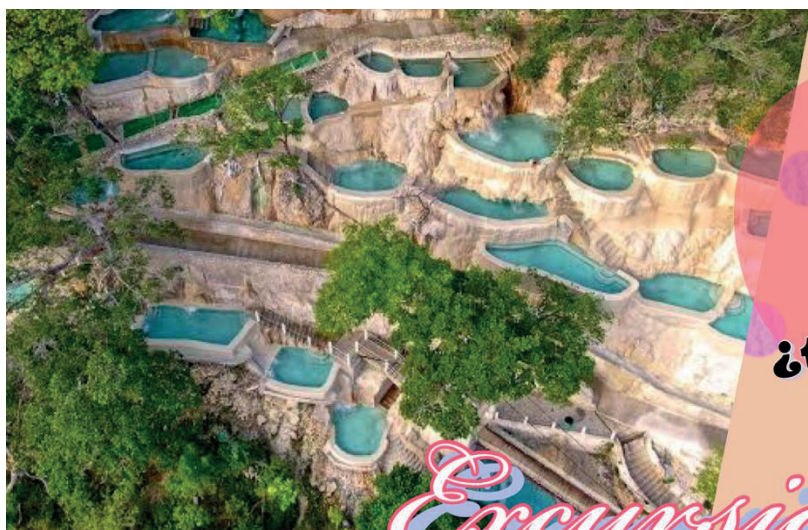
A las mujeres las invito a seguir siendo un factor de unidad, armonía, responsabilidad y liderazgo en sus familias, centros de trabajo y la sociedad. A las y los trabajadores los exhortó a consolidarnos como el motor de bienestar y progreso de nuestras familias, a dar batalla con competitividad y calidad en nuestras labores.

Tenemos todo para que el 2024 sea un año de realizaciones, confiemos en nuestra capacidad y nuestro potencial, en el coraje, el orgullo y el carácter que nos ha permitido superar los más grandes desafíos, confiemos en nosotros y nuestro México, esa es la fuerza vital con la que seguiremos construyendo un SITISSSTE más fuerte, con más oportunidades para todos.

Reciban mis mejores deseos y nuestro mayor compromiso para trabajar y que este 2024 sea el año que queremos, lleno de retos y abundantes éxitos. *



**Se buscan
amistades
viajeras
¿te unes a mi ruta?**



Excursiones

Informes y

reservaciones:

- Pagina e Instagram:

Karen por México

- Perfil de Facebook:

Karen Herrera

- WhatsApp:

5554653079



**Realizamos tours a diferentes
lugares de la República ¿Estas list@
para recorrer kilómetros de hermosos
lugares de Mexico?**

¡HAZ DE TU PASIÓN, TU PROFESIÓN!

PREPARATORIA EN 6 MESES

LICENCIATURA EN:

- ADMINISTRACIÓN
- DERECHO

MAESTRÍA EN:

- DERECHO PROCESAL PENAL
- JUICIOS ORALES



5534292440 / 5575792800



UNIÓN DE COLONIAS POPULARES DE LA CDMX



AV. PLUTARCO ELIAS CALLES S/N
ESQ. EJE 3 OTE. FCO. DEL PASO
METRO LÍNEA 8 COYUYA
METROBUS LÍNEA 2 Y 5 COYUYA



LICENCIATURA

Duración: **Dos años, dos sábados al mes**

Inscripción: **\$1000**

Mensualidades: **\$1500**

MAESTRÍA

Duración: **Año y medio, dos sábados al mes.**

Inscripción de: **\$500.00**

Dos reinscripciones de: **\$500.00 cada una.**

Mensualidad: **\$2,000.00**

Encendido del árbol navideño ISSSTE



Mtro. Carlos Alberto Hernández Nieto, Presidente del Comité Ejecutivo Nacional, representando al SITISSSTE y presente el día de hoy en el encendido del árbol navideño en oficinas centrales del ISSSTE.

Agradecemos la invitación al Dr. Pedro Zenteno Santaella, Director General del ISSSTE, es un honor participar en este tipo de eventos.



Pastorela Navideña



Agradecemos a los participantes de la Pastorela el pasado 13 de diciembre 2023



FESTEJOS DE FIN DE AÑO SECCIONALES



Sección 1, dirección Medica



Sección 45, Zona Sur



Sección 1, dirección Medica



Sección 36, Durango



FESTEJOS DE FIN DE AÑO SECCIONALES



Sección 49, Tecnología de la información



Sección 46, Subdirección de Personal



Sección 31, TURISSSTE
y Sección 9, Zona Poniente

Cofepris alerta sobre la falsificación de medicamentos oncológicos



La agencia reguladora pidió que, en caso de contar con alguno de los medicamentos Endoxan, Darzalex y Vectibix con los números de lote mencionados, se acuda con un profesional de la salud. La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) alertó este jueves 28 de diciembre sobre la falsificación y comercialización ilegal de tres medicamentos oncológicos en México.

“La empresa Baxter identificó la distribución en México del producto Endoxan 1 gramo (ciclofosfamida) en presentación 1 vial de 50 mililitros, polvo para solución, con número de lote 2C266E y caducidad en febrero 2025, el cual fue destinado exclusivamente para comercialización en Centroamérica”, detalló en un comunicado.

Por su parte, Janssen-Cilag informó a esta agencia reguladora que los lotes DDP1255 para el producto Darzalex 400 miligramos/20mililitros, así como EEF2466 y HHT5917 para Darzalex 100 mg/5ml, no se encuentran en su listado, por lo que se determinó su falsificación.

Además, Cofepris indica que el lote



MBS2H04 de Darzalex 400 mg/20ml, está destinado solo para el mercado colombiano, mientras que el lote LHS2649 fue desviado de la cadena de suministro original. Finalmente, la empresa Amgen México identificó la comercialización del producto Vectibix (panitumumab) 100mg/5ml, con textos en idioma inglés, del cual no reconoce la importación, distribución ni comercialización.

“Los productos con las características mencionadas representan un riesgo para la salud, debido a que se desconocen sus condiciones de fabricación y almacenamiento, por lo que su seguridad, calidad y eficacia no están garantizadas”, argumenta Cofepris.

Por lo anterior, Cofepris exhortó que, en caso de contar con alguno de los medicamentos Endoxan, Darzalex y Vectibix con los números de lote mencionados, se acuda con un profesional de la salud para que indique el tratamiento a seguir.

De acuerdo con la Secretaría de Salud, en México se diagnostican cada año alrededor de 195,500 casos de cáncer en sus diferentes tipos y 46 por ciento de pacientes fallece por esta causa. Existen dos grandes tipos de cáncer: los tumores sólidos, como los de mama y próstata y, los de la sangre, como leucemia, mieloma múltiple y linfoma. En ambos casos, la detección temprana y la eficacia del tratamiento son determinantes para la sobrevivencia del paciente.

Cifras de 2020 del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) refieren que, en el país, la leucemia representó 50 por ciento de los cánceres infantiles y es una de las principales causas de deceso por cáncer en hombres. Este tipo de cáncer se origina a partir del aumento descontrolado de las células de la sangre o de la médula ósea. *

Avanza Issste en transparencia y agilidad en la prestación de servicios

Al cierre de 2023, el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) avanza en transparencia y agilidad en la prestación de servicios; además, vigila dónde y cómo se erogan los recursos, reportó el director estratégico de Información, Supervisión y Evaluación, Hidalgo Borghio Ruiz Hernández.

Indicó que, por instrucciones del director general, Pedro Zenteno Santaela, se establecieron mesas de trabajo con distintas áreas para la evaluación del control interno institucional, las cuales apoyan en la supervisión de acuerdos, mediciones y avances de programas, siempre alineados a los criterios de las secretarías de Hacienda y Crédito Público y de la Función Pública.

En la construcción del nuevo ISSSTE se verifica la simplificación de trámites de las 21 prestaciones, no sólo del exterior al interior, sino de las propias áreas que funcionan como una sola: administrativa, médica y jurídica. “El objetivo es evitar ir y regresar, sobre todo por los problemas derivados de la edad de la mayoría de los afiliados, donde la movilidad no es tan práctica, y acortar todos estos procesos con una respuesta oportuna y eficaz”. Resaltó que “un trámite no debe ser otro padecimiento, esa fue la instrucción de nuestro titular, sino hacer un Issste menos burocrático, más tecnológico, digital y ágil”.

Uno de los trabajos de estas mesas fueron los procesos de trámite de licencias y pago de subsidios por cuidados médicos a padres que tienen hijos con cáncer. Este programa se implementó desde 2019, conforme al Catálogo Nacional de Regulaciones, Trámites y Servicios de la Comisión Nacional de Mejora Regulatoria (Conamer).

“La dirección a mi cargo integró funciones como la atención al derechohabiente, donde aumentaron 40 por ciento las resoluciones de los dictámenes, es decir, cuando se niega una atención o se aplica una mala praxis, los pacientes están en su derecho de emitir una queja y nosotros debemos atenderla.”

Informó que, en el último año, aumentó 50 por ciento la participación de



avales ciudadanos para mejorar la atención: al 11 de diciembre suman 362, quienes participan en 308 unidades médicas de 31 representaciones estatales, cuatro regionales y 15 hospitales de tercer nivel. Supervisan infraestructura, capacidad resolutoria de las unidades médicas y atención del personal, incluyendo tiempos de espera; pueden observar, reportar y denunciar cualquier situación que vaya en contra de la calidad en el servicio.

Uno de los avances de la Dirección Estratégica de Información, Supervisión y Evaluación, es elaborar por segundo año consecutivo el Informe Financiero y Actuarial, que realizaba un despacho externo. A casi 64 años de creación, el ISSSTE no envejece, sino todo lo contrario: adquiere experiencia y una visión moderna que pone en el centro el bienestar de la derechohabiente. “Un nuevo Issste lo construimos todas y todos”. *



Así es el reciclaje de paneles solares: ‘Hacemos algo llamado minería urbana’

A medida que los países intentan dejar de lado los combustibles fósiles en la lucha contra el cambio climático por fuentes de energía renovables, surgen nuevos desafíos en materia de contaminación, como desechos los paneles solares que llegan al fin de su vida útil para su reciclaje.

Antes una novedad, la instalación de células fotovoltaicas se ha masificado en Estados Unidos, especialmente en su abrasador oeste, donde California está a la cabeza de la industria. Sin embargo, con una expectativa de uso de unos 30 años, la primera generación de paneles está cerca del retiro, lo que comenzó a levantar incógnitas sobre cómo evitar masivos cementerios solares.

“Lo que está a punto de ocurrir es un tsunami de paneles solares que regresarán a la cadena de abastecimiento”, dice Adam Saghei, director ejecutivo de We Recycle Solar, una de las primeras empresas dedicadas a reciclar y reaprovechar estas enormes y pesadas placas.

El desarrollo de la tecnología también ha generado nuevos y más eficaces modelos que, además de incentivos fiscales, estimulan a los consumidores, residenciales y empresariales, a actuali-

zar sus paneles enviando los antiguos al limbo solar.

“Uno de los desafíos con cualquier industria es que no hay mucha planificación para una economía circular. (La solar) es una forma sostenible de energía, por lo que hace falta un plan para la jubilación de estos bienes”.

De hecho, la reutilización de paneles es otro factor importante que abre espacio para empresas como We Recycle Solar, explica Saghei. Entre 1 y 5 por ciento de las células tienen defectos de fábrica o sufren alguna rotura en la instalación. Aún operativos, los paneles pueden ser reutilizados y vendidos en otros mercados, sostiene el director ejecutivo.

“Estos factores influyen en (la creación) de una empresa como la nuestra que necesita llenar este vacío para tomar estos bienes, desmantelarlos y obtener materias primas u obtener algunos de los bienes reutilizables para enviar a mercados desatendidos”, explica Saghei.

El resto, que alcanzó su techo de funcionamiento, pasa por una revisión para entrar en la compleja maquinaria que fue diseñada específicamente para reciclar diversos tipos de láminas.

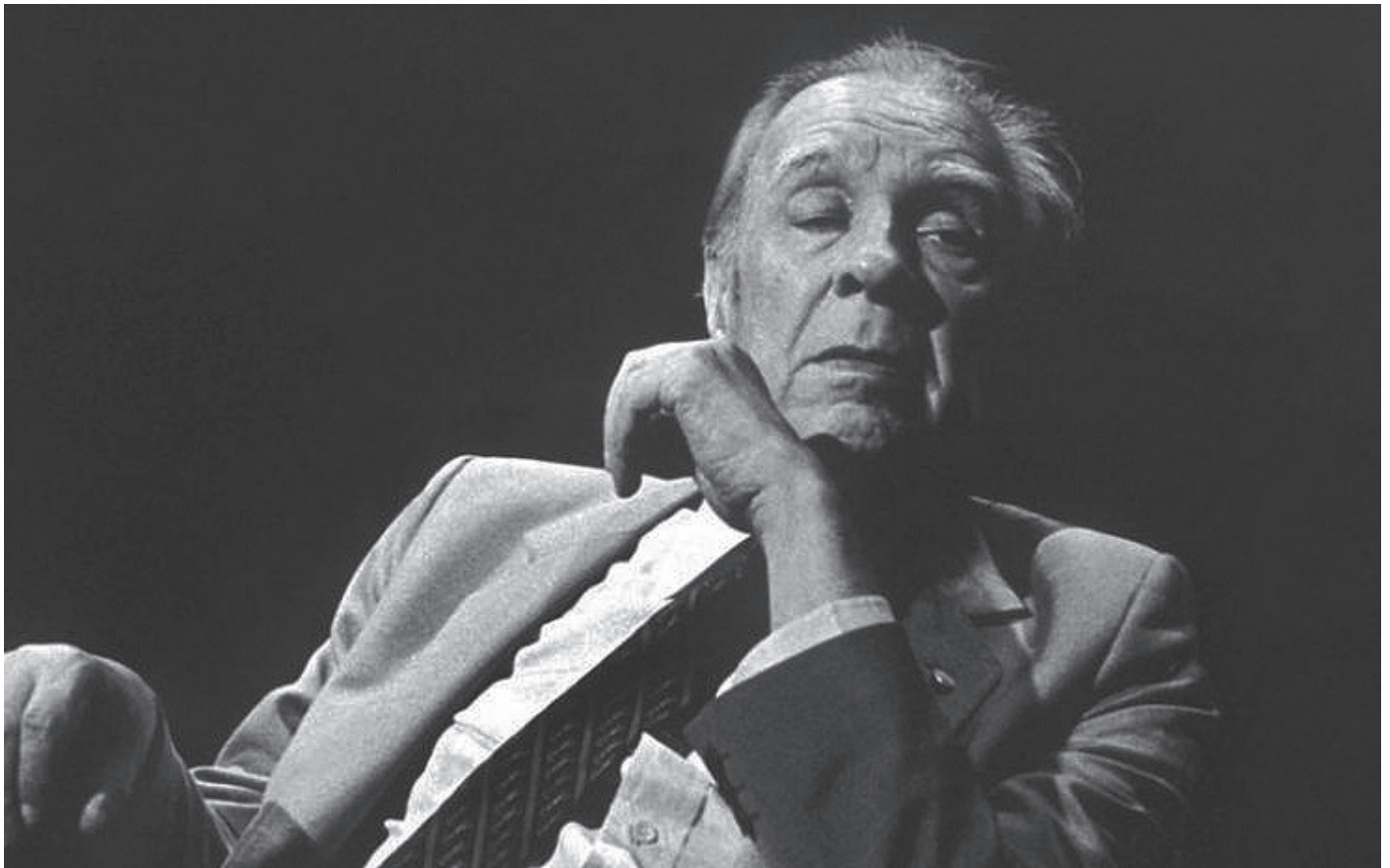
Brazos robóticos y correas separan

los componentes y los distribuyen en recipientes con el fin de comercializarlos para otros fines como trampas de arena, campos de golf o el propio sector industrial. “Hacemos algo llamado ‘minería urbana’”, explica Saghei señalando grandes volúmenes de vidrio y menores cantidad de plata, cobre, aluminio y silicona.

La fábrica tiene una capacidad para procesar 7,500 módulos por día, y muy poco se desperdicia, afirma su director ejecutivo. “Dependiendo del modelo y la marca de los paneles podemos alcanzar una tasa de recuperación de hasta 99 por ciento”. Saghei estima que en el marco de las metas climáticas de Estados Unidos, unos 500 millones de paneles han sido instalados en el país.

Con Estados Unidos entre los países que mantienen entre sus metas climáticas el paulatino abandono de los combustibles fósiles, la instalación de paneles solares debe continuar en ascenso en las próximas décadas.

“Una vez que (la industria) madure, la instalación anual y el retiro estarán más o menos al mismo nivel, pero al menos durante los próximos 10 años, veremos más instalaciones que retiros “ *



El oficio de escribir, en palabras de Borges

Lo que Jorge Luis Borges dijo sobre el arte de escribir ofrece una ventana extraordinaria a la relación entre el escritor y su oficio

Jorge Luis Borges (1899-1986) sabía tanto que podía hablar de matemáticas, teología o mitología nórdica e ir al grano. Y su prosa, sin ornamentos, era hermosa; emociona como nos emocionamos al encontrarnos frente a una verdad desnuda. De un modo austero y preciso, así escribió sobre la memoria, la eternidad, la posmodernidad y tantas otras cuestiones.

Su narrativa alteraba el orden de las cosas. No consignaba el espacio y el tiempo en su lugar habitual, sino que los usaba libremente para construir mundos alternativos. Lo hizo en *Ficciones* (1944) y en *El Aleph* (1949), dos recopilaciones en las que los cuentos solo están conectados entre sí por la fantasía. Y no de un modo gratuito, sino con el fin de crear un simbolismo que sirve para explorar problemas filosóficos.

Por supuesto, para hacer todo eso es necesaria una vasta cultura. Borges la tenía. Hijo de dos literatos, en la casa porteña donde nació los libros eran un

objeto omnipresente y su refugio imaginario. Por eso, de mayor le gustaría decir que, a pesar de haber recorrido el mundo, seguía teniendo la sensación de no haber abandonado jamás la biblioteca de su infancia.

A los cuatro años ya sabía leer y escribir, y a los once había traducido *El príncipe feliz* (1888), de Oscar Wilde. Desde luego, no era un niño al uso. Hasta que su familia se mudó a Ginebra (Suiza) y pudo ingresar en el Liceo Jean Calvin, siempre se sintió fuera de lugar.

En su ciudad natal lo estaba. Sensible y de buenos modales, debía vivir inmerso en la normalidad de un colegio corriente. Incluso su modo de expresarse era distinto al de sus compañeros. Ellos usaban el castellano popular bonaerense, el lunfardo, exento de cultismos y expresiones elevadas. Más dado a hablar de literatura inglesa que de fútbol, la conversación de Jorge Luis fue objeto de burla. Paradójicamente, con los años redescubrió Buenos Aires

y la acabó mitificando, construyendo en su literatura una relación entusiasta con su ciudad.

No por nada, fue allí donde descubrió su vocación. Lo dijo él mismo, al afirmar que el día que descubrió la biblioteca de su padre fue el momento capital en su vida. A partir de ahí, arrancó una obsesión que duró hasta su muerte. Su caso ofrece un ejemplo sensacional de la relación entre el escritor y la palabra. Para adentrarnos en ella, lo mejor es releer lo que él mismo dijo sobre su oficio.

CITAS DE JORGE LUIS BORGES SOBRE LA ESCRITURA

1. "El escritor debe volverse anacrónico, es decir, contra el tiempo. A diferencia, infiero, del periodista o del cronista de la historia".
2. "La literatura no es otra cosa que un sueño dirigido".
3. "Escribir es un modo de soñar, y uno tiene que tratar de soñar sinceramente. Uno sabe que todo es falso, pero, sin

embargo, es cierto para uno. Es decir, cuando yo escribo estoy soñando, sé que estoy soñando, pero trato de soñar sinceramente”.

4. “No tengo ningún mensaje. Cuando escribo, escribo porque tengo que hacerlo. No creo que un escritor deba meterse demasiado con su propia obra. Debe dejar que la obra se escriba”.

5. “Con el transcurso del tiempo, uno siente que sus ideas, buenas o malas, deben ser expresadas sencillamente, porque si uno tiene una idea debe procurar que esa idea, o ese sentimiento, o ese estado de ánimo, sea inteligible”.

6. “Yo escribo con mucha torpeza, con mucha dificultad. Generalmente las frases que parecen muy sencillas y muy espontáneas me han sido dadas después de muchos borradores, después de muchas tachaduras”.

7. “De todos los instrumentos del hombre, el más asombroso es, sin duda, el libro. Los demás son extensiones de su cuerpo. El microscopio, el telescopio, son extensiones de su vista; el teléfono es extensión de la voz; luego tenemos el arado y la espada, extensiones del brazo. Pero el libro es otra cosa: el libro es una extensión de la memoria y la imaginación”.

8. “Cuando yo era joven siempre estaba buscando nuevas metáforas. Luego comprendí que las metáforas realmente



eficaces eran siempre las mismas. Es decir, comparar el tiempo con un río, la muerte al sueño, la vida al sueño. Esas son las grandes metáforas de la literatura, porque corresponden a algo esencial. Si usted inventa metáforas, suelen resultar sorprendentes durante una fracción de segundo, pero no despiertan una emoción profunda”.

9. “He tratado de conocer todo lo posible, pero, desde luego, ya que el mundo es un hecho infinito, lo que un individuo puede conocer es una partícula. Yo pienso que a veces la literatura es como una biblioteca infinita, y de

esa biblioteca cada individuo solo puede leer unas páginas. Quizá en esas páginas esté lo esencial”.

10. “Dos personas me han hecho la misma pregunta: ¿para qué sirve la poesía? Y yo les he dicho: bueno, ¿para qué sirve la muerte?, ¿para qué sirve el sabor del café?, ¿para qué sirve el universo?, ¿para qué sirvo yo?, ¿para qué servimos? Qué cosa más rara que se pregunte eso, ¿no?”.

11. “En general, un escritor, creo yo, no comienza con una idea abstracta. Comienza con una imagen que –circunstancia– viene a él”.*



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS

Recomendaciones para la temporada de FRÍO

- Estar alerta del pronóstico del tiempo
- Vestir ropa gruesa, cubriendo todo el cuerpo y usar calzado cerrado
- Al salir, cubre cabeza, boca y nariz
- Beber abundantes líquidos
- Consumir frutas y verduras ricas en vitamina A y C
- Vacunarse contra la influenza
- Revisar que no haya filtraciones de aire en la casa
- Si no hay ventilación adecuada dentro de la casa, no encender estufas o anafres de gas o carbón

#LaPrevenciónEsNuestraFuerza

Es la época del año en que las temperaturas son más bajas; hay frentes fríos, heladas y caída de aguanieve



Coloquio de invierno, 1992



Gabriel García Márquez y Carlos Fuentes



Carlos Fuentes e Ifigenia Martínez



José Sarukhán, Enrique González Pedrero, Víctor Flores Olea y Jaime Labastida.



Leopoldo Zea y Fernando del Paso



Gabriel García Márquez y Carlos Monsiváis



Enrique González Pedrero y Pablo González Casanova

Este estudio explica la intolerancia al ejercicio posterior al covid-19

La intolerancia al ejercicio, o la incapacidad de realizar actividad física al nivel esperado o deseado, es uno de los muchos síntomas asociados con el covid-19 prolongado. En un nuevo estudio, los investigadores de la Universidad de Yale, Estados Unidos, ayudan a explicar qué está provocando específicamente este síntoma, y ofrecen información para los pacientes mientras generan nuevas direcciones para futuras investigaciones.

El estudio fue publicado esta semana en la revista *ERJ Open Research* se indica que cuando un paciente informa dificultad para respirar o intolerancia al ejercicio, los médicos generalmente realizan pruebas, como tomografías computarizadas, ecocardiogramas o pruebas de función pulmonar, para determinar si el síntoma está siendo causado por limitaciones en los pulmones o el corazón, ya que, por lo general, es uno o el otro. En algunos casos, sin embargo, ni la función pulmonar ni la cardíaca parecen verse afectadas.

Ha surgido evidencia de que los pacientes con covid-19 prolongado que experimentan estos síntomas tienden a caer en la última categoría, y las pruebas estándar no identifican limitaciones cardíacas o pulmonares. Para estos pacientes, el siguiente paso suele ser una prueba de ejercicio cardiopulmonar en la que el paciente monta una bicicleta estática o corre en una cinta mientras los sensores rastrean la actividad fisiológica hasta el punto en que la persona siente que debe detener el ejercicio. Sin embargo, todavía hay pacientes en los que este tipo de pruebas no revela ninguna causa de intolerancia al ejercicio.

Yale es uno de los pocos lugares en Estados Unidos donde está disponible una versión más avanzada de esta evaluación. Esta es la prueba de ejercicio cardiopulmonar invasivo o iCPET. Para la prueba, se insertan catéteres sensores de presión en la arteria pulmonar, un vaso sanguíneo principal de los pulmones y en una arteria de la muñeca. Mientras los pacientes hacen ejercicio, los médicos realizan un seguimiento de varias medidas para observar qué tan



bien están funcionando el corazón, los pulmones, los vasos sanguíneos y los músculos.

En el nuevo estudio, se evaluó a 55 pacientes para detectar intolerancia al ejercicio posterior al covid-19, incluidos 41 que no mostraron evidencia de limitaciones cardíacas o pulmonares después de las pruebas iniciales. Luego se sometieron a iCPET. “Descubrimos que a pesar de que el corazón bombeaba sangre oxigenada para la que los pulmones proporcionaban cantidades adecuadas de oxígeno, la extracción de oxígeno por los tejidos del cuerpo se veía comprometida en pacientes que tenían síntomas de intolerancia al ejercicio después del covid-19”, dijo Peter Kahn, autor principal del estudio.

La investigación, que sigue a un estudio anterior del grupo arrojó conocimientos moleculares sobre los orígenes de la intolerancia al ejercicio, también ofrece a los pacientes información sobre sus síntomas. “La mayoría de los pacientes solo quieren saber que está sucediendo algo real”, afirmó Phillip Joseph, coautor del estudio. “Creo que es una razón muy válida para someterse a una prueba”.

Basado en su experiencia, Joseph cree que tener esta información es suficiente para muchos pacientes con covid prolongado. La mayoría, dijo, no

eligen seguir las pocas opciones de tratamiento disponibles actualmente para la intolerancia al ejercicio. Hasta la fecha, esas opciones incluyen vitaminas en dosis altas y piridostigmina, un medicamento para la debilidad muscular, los cuales están aprobados para otros usos pero aún no se han probado en ensayos clínicos para la intolerancia al ejercicio posterior al covid-19.

Otro beneficio de esta investigación, dijo Kahn, es disipar mitos potencialmente dañinos que han surgido en torno a la intolerancia al ejercicio posterior al covid-19. A algunos pacientes se les ha dicho que sus síntomas son el resultado de una falta de condición física. También se atribuye al deterioro debido a la falta de actividad física, y que el reacondicionamiento por sí solo abordaría la intolerancia.

“Nuestros hallazgos contradicen esa hipótesis. Sin embargo, respaldan la idea de que existe una clara anomalía fisiológica que sustenta los síntomas experimentados por nuestros pacientes”, dijo Kahn. Si bien iCPET reveló que la extracción deficiente de oxígeno era una ocurrencia común entre los pacientes postcovid en el estudio, la prueba es invasiva, requiere mucho tiempo y no se ofrece en la mayoría de los centros médicos. *



Concluye ISSSTE 2023 con reservas superiores a 130 mil millones de pesos

El Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) concluye 2023 con una reserva financiera y actuarial de 130 mil 356 millones de pesos (mdp), lo que representa un rendimiento efectivo de 7.09 por ciento con respecto a lo alcanzado en diciembre de 2022, que fue de 121 mil 720 mdp, informó el director de Incorporación, Recaudación e Inversiones, Alberto Torres Barriga.

“El instituto cierra el año con finanzas sanas y así se mantienen. Hay solidez para atender todos aquellos compromisos que se tengan y cumplir con los 21 seguros, servicios y prestaciones que brinda a 13.7 millones de derechohabientes. Cumpliendo las instrucciones del director general, Pedro Zenteno Santaella, hemos hecho esfuerzos considerables en materia financiera.”

En lo referente a inversiones, “cuando llegamos aquí, con el doctor Zenteno, se habían generado 116 mil mdp, a la fecha traemos más de 130 mil, hemos generado 15 mil mdp de intereses. Con esos resultados, hemos tenido reuniones donde la Secretaría



de Hacienda y Crédito Público (SHCP) y el Banco de México (Banxico) nos han calificado de excelentes, por la manera en que se han generado y hemos rebasado la meta; seguiremos con esa política”, subrayó.

De igual manera, puntualizó que con la implementación de diversas acciones que permiten asegurar el incremento sostenido de la recaudación por concepto de cuotas y aportaciones, para el primer semestre del ejercicio

2023 el total de ingresos percibidos por estas contribuciones ascendió a 32 mil 734 mdp, cifra que supera en dos mil mdp al mismo periodo de 2022, es decir, se incrementó 6.51 por ciento.

Estos datos muestran que se mantuvo el crecimiento consolidado de este rubro. Se lleva un estrecho acompañamiento a las y los servidores públicos encargados de realizar los enteros, es decir, la transferencia de recursos. Además, se diseñaron e

implementaron diversas regulaciones que permiten contar con bases firmes y de observancia obligatoria para todas y todos los servidores públicos encargados de realizar las contribuciones a la seguridad social, apuntó.

Torres Barriga detalló que se dio prioridad a este tema a través de diferentes acciones, como la formalización de convenios de reconocimiento de adeudo y forma de pago con gobiernos municipales y estatales. “Al mes de noviembre de este año, la deuda de capital de Issste y del seguro de retiro,

cesantía en edad avanzada y vejez (RCV) disminuyó cuatro por ciento respecto al cierre de 2019, equivalente a mil 317 mdp.

Para 2023, indicó, se estableció un acuerdo con el municipio de José María Morelos, Quintana Roo, por un importe de 91 mdp, se han recuperado 0.5 mdp; también, seis adeudos con dependencias y entidades de Baja California Sur, para incluir lo de 2022, por un importe, a la fecha de su firma, de 135 mdp.

“En el mes de mayo, mediante oficios

emitidos por el director general, se solicitó a los contralores de los gobiernos de los estados el apoyo para la recuperación de la deuda por los conceptos del ISSSTE, Fovissste y RCV.”

En 2024 continuaremos alianzas para seguir reforzando la política de co-branza en los próximos años, resaltó.

Torres Barriga explicó que la Ley de Ingresos de la Federación permite la donación por pago de un inmueble o terreno, siempre y cuando sea dictaminado por el área de obras y el área médica del instituto. *

AHORA VIAJAR ES MUY SENCILLO

Crédito TURÍSTICO



1 Verificar si eres candidato para otorgar el crédito turístico, solo necesitamos tu CURP para realizar la simulación.

2 Requisitos:
Ser trabajador activo con más de 6 meses de antigüedad, jubilado o pensionado.

3 Presenta tu documentación:
Identificación oficial vigente.
Último talón de pago.
Comprobante de domicilio.

4 ¡Tu crédito está listo, prepara tus maletas!



GOBIERNO DE MÉXICO



ISSSTE
INSTITUTO DE SEGURIDAD Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS TRABAJADORES DEL ESTADO

[f](https://www.facebook.com/gob.mx/turissste) [i](https://www.instagram.com/gob.mx/turissste) [y](https://www.youtube.com/gob.mx/turissste) [gob.mx/turissste](https://www.gob.mx/turissste)

Genera Issste ahorros por más de 300 millones de pesos en pensiones



El Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) generó este año 307 millones de pesos en ahorros en materia pensionaria, lo cual se derivó de la suspensión del pago a 21 mil 29 personas identificadas como finadas, informó la directora de Prestaciones Económicas, Sociales y Culturales, Yezmín Lehmann Mendoza.

Este 2023 ha sido fructífero; por instrucciones del director general, Pedro Zenteno Santaella, se revisaron las pensiones sobreexcedidas y que en su momento se entregaron indebidamente. Se analizó cada caso y se ha blindado el proceso para que la pensión llegue a quienes tienen este derecho, porque es nuestra obligación entregarla.

Se han ejercido 315 mil 449 millones de pesos en este rubro, lo cual significa un incremento de 9.87 por ciento en gasto pensionario respecto al mismo periodo de 2022, remarcó.

Yezmín Lehmann indicó que, a través de las ventanillas únicas de atención al derechohabiente, se ha reducido el periodo del trámite de esta prestación a un máximo de 15 días hábiles, por lo que el beneficio llega más rápido a nuestros afiliados.



Al hacer un recuento de los resultados obtenidos por la Dirección de Prestaciones Económicas, Sociales y Culturales, subrayó que se han capacitado tres mil 364 trabajadoras y trabajadores de Estancias para el Bienestar y Desarrollo Infantil (EBDI). “Hoy contamos con profesionalización de personal docente. Se han entregado títulos profesionales en la licenciatura en Educación Preescolar”.

Para fortalecer la salud y el bienestar

de la derechohabiente más pequeña, el ISSSTE implementó la nueva versión de la Guía básica de alimentación, en la cual se integraron 25 nuevos menús y se creó el programa Peso para la Talla Adecuada, beneficiando a 38 mil 999 niñas y niños, indicó.

Adelantó que para 2024 continúan los trabajos de conservación de estancias infantiles, con una inversión superior a 400 millones de pesos. “Es la primera vez en



mucho tiempo que se hace mantenimiento mayor; en 2023 se autoriza en estos espacios a nivel nacional, con el apoyo de la Oficialía Mayor de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público (SHCP)”.
 Por otra parte, resaltó que, en apoyo a la economía de las familias derechohabientes, se asignaron 539 mil 221 préstamos personales, tres por ciento más en comparación con el año anterior. Por primera vez en la historia, se pagaron por transferencia electrónica automatizada, es decir, se fortaleció la transparencia y se rinden cuentas claras en la entrega de esta prestación.

Este 2023 se autorizaron préstamos emergentes para beneficiar a quienes realmente lo requieren y, para entregarlos de manera inmediata, la Junta Directiva del ISSSTE —en la cual confluyen representantes de autoridades del Gobierno de México y sindicatos— aprobó distribuirlos directamente a través de la oficina virtual del Sistema Nacional de Afiliación y Vigencia de Derechohabientes (Sinavid).

Informó que se cumplieron las metas de aumento al fomento deportivo y prestaciones sociales, con la realización de torneos nacionales y la participación de las 35 Oficinas de Representación; todo ello, enfocado a fortalecer el cuidado de la salud.

En materia de recreación, mencionó que en 2023 se benefició a seis mil 92 derechohabientes con servicios turísticos, a través de tres programas: México para Ti, Abraza México, y Servicios Turísticos te Lleva. En total se atendió a 13 mil 885 afiliados, de los cuales 73 por ciento fueron trabajadoras y trabajadores activos y 27 por ciento pensionados y jubilados.

Con relación a servicios funerarios, se firmaron 17 nuevos convenios con agencias privadas y, al mes de noviembre, se realizaron 97 mil 703 servicios. *

Síguenos
 en nuestros
 sitios oficiales



Facebook

Página: Destello Sindical Oficial
<https://www.facebook.com/DestelloSindicalOficial>

Grupo: SITISSSTE – Comité Ejecutivo Nacional



Twitter

CEN OFICIAL
 @cen_sitissste
https://x.com/cen_sitissste?t=ozXlnk1IWcRMOScKGIVcQQ&s=08



Porque tu eres importante para nosotros, continuamos trabajando para seguir brindándote información de interés.



LICENCIATURAS

- Pedagogía
- Psicología
- Contaduría
- Administración
- Mercadotecnia
- Periodismo
- Derecho
- Diseño Gráfico
- Ingeniería Industrial

DOCTORADO

- EDUCACIÓN

MÁS INFORMACIÓN



TELS.

55 5686 2752

55 5563 9615



Sindicato Independiente de Trabajadores del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado

MAESTRÍAS

- Pedagogía
- Educación
- Derecho de Amparo
- Derecho Penal

CONTAMOS CON LAS MODALIDADES

- PRESENCIAL
- SEMI PRESENCIAL
- VIRTUAL
- EJECUTIVO

BACHILLERATO EN 6 MESES

•PARA ADULTOS TRABAJADORES, MAYORES DE 21 AÑOS

COLEGIATURAS

DE

\$1,299.00



ERMITA IZTAPALAPA 1405, SAN PEDRO, IZTAPALAPA, 09000 CIUDAD DE MÉXICO, CDMX



LAS ESTRELLAS RECOMIENDAN...



ARIES 21 de marzo al 20 de abril

Los éxitos se disfrutan mejor en familia, no dudes en compartir la experiencia con los que te quieren. Debes entender que todo tiene un proceso. Sé paciente. No te desanimes si tus proyectos no dan fruto desde que inician.



TAURO 21 de abril al 21 de mayo

Te aconsejo que busques la manera de aprender a ser flexible. Te ahorrarás muchos corajes y no se te cerrarán las puertas. Ser necio no te llevará a ninguna parte, no te aferres a tus ideas absolutas.



GÉMINIS 22 de mayo al 21 de junio

No te niegues a disfrutar de tu dinero, pero no lo derroches. Pasaste por tiempos complicados financieramente hablando, pero poco a poco se van mejorando las cosas, y ya podrás disfrutar de la estabilidad económica.



CÁNCER 31 de junio al 22 de julio

Entiende que no se puede quedar bien con todos. Las decisiones que tomamos todos los días quizá no le gusten a todos, sin embargo, lo más importante es que te gusten a ti. Los problemas que se te han presentado los resolviste de la mejor manera.



LEO 23 de julio al 22 de agosto

Debes dejar los antojos a un lado, de lo contrario engordarás tanto que ni tu familia no te reconocerá en pocos meses. Ya pasaron las fiestas navideñas, y tú sigues comiendo al mismo ritmo de fin de año. De continuar así vas a reventar los pantalones.



VIRGO 23 de agosto al 22 de septiembre

Debes aprender a reconocer a quienes sólo quieren fastidiarte, apártalos de ti. Tu sonrisa atrae a muchas personas, unas te quieren bien, pero a otras les enfurece tu felicidad, no creen que tu vida marche bien y les fastidia como resuelves los problemas.



LIBRA 23 de septiembre 22 de octubre

Debes tener tranquilidad y terminar con tu pareja si ya no funciona la relación. Es lo mejor, aunque será doloroso. Las cosas con tu pareja no van nada bien. La situación se ha puesto fea, y no sería nada inteligente llevarlas al siguiente nivel.



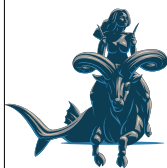
ESCORPIÓN 23 de octubre al 22 de noviembre

Este año puede ser el bueno, trata de mantener los ojos abiertos porque la vida te dará sorpresas. Eres una persona nueva, el cambio de estilo de vida te vino bien. Tengo tiempo aconsejándote que actualices tu vida y ahora los resultados son claros.



SAGITARIO 23 de noviembre al 21 de diciembre

Te aconsejo que no te estanques en la comodidad de tu rutinario trabajo, pues tienes las capacidades para enfrentar nuevos retos y salir victorioso. Es el momento de demostrar tus capacidades de líder.



CAPRICORNIO 22 de diciembre al 20 de enero

No te cierres las puertas del trabajo al hablar de tus intenciones. Cuando estés triunfando, te aconsejo que no olvides los favores realizados. Trabaja en equipo que es la mejor manera de hacer el trabajo.



ACUARIO 21 de enero al 19 de febrero

Tu indecisión está acabando con tus amistades, ya tienes suficiente edad para saber si te gusta blanco o negro. No pierdas el tiempo en decidir, tú sabes bien lo que te acomoda. No vas a encontrar a tu media naranja si sigues de exigente.



PISCIS 20 de febrero al 20 de marzo

No debes perder de vista que no sólo se puede convivir en estas fechas. Depende de ti robustecer los lazos de convivencia. Te sientes muy bien después de pasar tiempo en familia. Las fiestas decembrinas nos permiten convivir con la gente que amamos.



Recomendaciones para la temporada de **FRÍO**



Abrígate y cubre tu nariz y boca para no respirar aire frío



Usa crema protectora para la piel



Si usas calentadores mantenlos vigilados y con una ventilación adecuada



Lávate las manos con frecuencia



Evita cambios bruscos de temperatura



En caso de cualquier molestia, acude a la unidad médica más cercana



Consume líquidos, frutas y verduras con vitaminas A y C



#LaPrevenciónEsNuestraFuerza



Klaci

LCA

ESTILO EN UNIFORMES MÉDICOS



Visítanos en:



Plaza Bosques Boulevard
de los continentes no. 63
Local 109, Bosques de
Aragón, Edo de México
(a 4 calles del metro
Nezahualcóyotl)

Lunes a viernes
de 10:00am a 7:00pm
Sábado de 10:00 a 5:00pm



uniklaci@hormail.com



55 2181 6976