POR TU SALUD

POR AMOR A PUEBLA

Pensar en Grande

Gaceta Digital Vol. 2

Ago. 2025

SUMA
SISTEMA DE URGENCIAS MÉDICAS AVANZADAS

FORTALECIMIENTO AL CENTRO REGULADOR DE URGENCIAS MÉDICAS

Guantes, a veces.
Higiene de manos, siempre

Cuidado de la **salud mental**

PUEBLA
Gobierno del Estado
2024 - 2030

Salud
Secretaría de Salud

POR TU SALUD
POR AMOR A PUEBLA

PUEBLA
Gobierno del Estado
2024 - 2030

¡Escanea el código QR!
y descarga el formato digital de la gaceta.

Consulta nuestros **ejemplares en línea:**

https://ss.puebla.gob.mx/servicios-link/gaceta-informativa

Índice

Pág.

- Fortalecimiento al Centro Regulador de Urgencias Médicas (CRUM) 04
- "Guantes, a veces. Higiene de manos, siempre" 08
- Cuidado de la salud mental 12
- Dona sangre, dona esperanza: juntos, salvamos vidas 14
- Vive saludable, vive feliz 18
- Una Puebla libre de adicciones 23

Editor en Jefe
Dra. en Educ./M.A.S.S. e Investigador en Ciencias Médicas B
Sagrario Villamil Delgado

Editores
Dra. Erika Guadalupe Enciso Cruz
Dra. en C.S.P. Diana María Ramírez Fernández
Lic. Ángel Castrejón Lezama

Área de Comunicación Social e Imagen Institucional
Lic. Ivonnet Madrid Romero
Lic. Alexis Lira Reyes

Diseño
Lic. Omar Iván Díaz Luna
Lic. Mario Hernández Martínez
Arq. Daniel Alfonso Martínez Juárez

Fotografía
Lic. José Eduardo Galiote Mendoza
Lic. Mario Hernández Martínez

Domicilio de la publicación: Calle 6 norte 603, Col. Centro, 72000 Puebla, Pue.

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. Prohibida la reproducción parcial o total sin el permiso expreso de los editores. Los artículos firmados son responsabilidad absoluta de los autores y no reflejan la posición de los editores.

PUEBLA
Gobierno del Estado
2024 - 2030

FORTALECIMIENTO

AL CENTRO REGULADOR DE URGENCIAS MÉDICAS (CRUM)

PUEBLA Gobierno del Estado 2024 - 2030 | Salud Secretaría de Salud | POR AMOR A PUEBLA | Pensar en Grande

La atención médica prehospitalaria —es decir, la que se brinda antes de que un paciente llegue a un hospital— es reconocida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una necesidad fundamental para garantizar la resolución oportuna y efectiva de las urgencias en todo el mundo. Este tipo de atención puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte, y no solo en situaciones extraordinarias como desastres, sino también en las urgencias cotidianas que enfrentamos día a día.

En México, esta historia tiene raíces profundas. El 21 de febrero de 1910 se fundó oficialmente la Cruz Roja Mexicana, cuya participación ha sido clave en la atención prehospitalaria (Comisión Nacional de Derechos Humanos, s.f.). Desde sus primeros días, ha estado presente en eventos de gran impacto como inundaciones, labores de rescate y salvamento, sentando las bases de un modelo de respuesta que ha evolucionado con el tiempo.

Más adelante, un paso relevante se dio el 21 de julio de 1976, cuando nació el Servicio de Urgencias del Estado de México (SUEM). Ese día inició el primer curso de formación de personal paramédico, dirigido por el Dr. Wilfredo Palma Sacramento y el Capitán Arturo Espíndola Rivera. El SUEM surgió de la necesidad de contar con un sistema organizado de auxilio, capaz de intervenir tanto en incidentes con múltiples víctimas como en urgencias diarias (Miranda, 2022). Con el tiempo, innovó con la incorporación de helicópteros-ambulancia, lo que amplió su capacidad de respuesta.

En Puebla, el camino comenzó en 2008 con el Proyecto del Centro Regulador de Urgencias Médicas (CRUM), resultado de un convenio formal entre el C4 y la Secretaría de Salud Estatal (Gobierno de Puebla, 2020). En 2010, el CRUM recibió su primera ambulancia de terapia intensiva, cumpliendo con la Norma Oficial Mexicana 237-SSA1-2004 para traslados especializados (Secretaría de Salud, 2005). Poco después, el 26 de septiembre de 2011, inició operaciones la ambulancia aérea y actualmente la regulación del servicio se rige por la NOM-034-SSA3-2013 (Secretaría de Salud, 2013).

A finales de 2011, se sumaron al CRUM cinco médicos reguladores, encargados de coordinar el traslado de pacientes a hospitales, y diez paramédicos para la operación de las ambulancias. El 20 de diciembre de ese año se consolidó e inició de forma oficial el Sistema de Urgencias Médicas Avanzadas (SUMA), recibiendo formalmente 50 ambulancias —de terapia intensiva, urgencias avanzadas y urgencias básicas— para cubrir emergencias prehospitalarias y desastres, tanto en la capital como en el interior del estado. En ese momento también se entregaron dos hospitales de campaña para atención en contingencias y desastres (Gobierno de Puebla, 2020).

El SUMA es hoy una red de ambulancias y personal altamente capacitado que brinda atención médica con calidad, calidez y rapidez, desde el lugar del incidente hasta la llegada a la unidad hospitalaria. Entre sus acciones se encuentra la atención de víctimas de accidentes, urgencias médicas, traumáticas y obstétricas, entre otras. **En febrero de 2016, el CRUM y SUMA recibieron instalaciones anexas al Hospital de Traumatología y Ortopedia Doctor y General Rafael Moreno Valle. En 2017, esta unidad fue certificada por el *SAMU Urgences de France*, reconocimiento que avala su infraestructura y procedimientos de calidad.** Ese mismo año, obtuvo

la certificación NOM ISO 9001:2015 en sus tres procesos principales: atención de emergencias vía terrestre, vía aérea y regulación médica prehospitalaria.

Actualmente, SUMA integra diversas actividades y recursos: el CRUM, atención médica prehospitalaria mediante ambulancias terrestres y aéreas, SUMA-bikes (bicicletas), motoambulancias, el programa "Suma toca tu puerta" (galenos), unidades para incidentes masivos, un Centro de Simulación y Capacitación, "Hospital móvil", programas de desastres, "Hospital Seguro", prevención de accidentes, así como campañas de sensibilización y seguridad vial.

La unidad se fortaleció con el proyecto SUMA-CRUM, que incluyó la propuesta de cambio de adscripción y código de puesto para el personal, logrando un incremento salarial para 253 trabajadores. También se entregaron siete ultrasonidos para atención prehospitalaria, diez motoambulancias y uniformes con la imagen institucional y gubernamental.

La incorporación de ultrasonidos representa un gran avance, ya que permitirá realizar diagnósticos más rápidos y precisos en el lugar del incidente; por ejemplo, se podrán detectar signos de padecimientos que ponen en riesgo la vida, valorar a pacientes obstétricas, evaluar el desarrollo fetal y el flujo sanguíneo, así como facilitar tratamientos certeros y oportunos. Las diez nuevas motoambulancias, por su parte, son vehículos de intervención rápida ideales para zonas de difícil acceso; estarán equipadas con cámaras para garantizar que la atención brindada sea de calidad, calidez y con tiempos de respuesta inmediatos. Sus tripulantes serán los primeros en valorar al paciente y determinar si es necesario el traslado en una ambulancia convencional.

El nuevo uniforme entregado a los trabajadores de SUMA-CRUM —que incluye dos playeras, dos pantalones, un chaleco, una chamarra, un par de botas y una gorra— unifica la imagen del equipo y refuerza su identidad institucional, además de mejorar la seguridad y presentación del personal.

La atención médica prehospitalaria es un pilar esencial de la salud pública. Su fortalecimiento en Puebla representa un avance significativo hacia la equidad y calidad de la atención, con cobertura en los 217 municipios, muchos de ellos con altos grados de marginación. Gracias a este esfuerzo, se reducen complicacio-

nes, discapacidades y costos asociados a las emergencias médicas. Por Amor a Puebla, y sumando esfuerzos por una atención gratuita y oportuna, se apuesta por un personal capacitado, comprometido y motivado, capaz de garantizar la sostenibilidad y eficacia del sistema.

El compromiso y profesionalismo del personal también se ha reflejado en competencias nacionales. **El 5 de septiembre de 2023, el equipo varonil obtuvo el tercer lugar en el Rally Nacional Prehospitalario; el 18 de marzo de 2024, el equipo femenil se coronó con el primer lugar; y el 29 de marzo de 2025, repitió el primer lugar. Además, el EMS Angels Awards otorgó el 26 de marzo, durante el Congreso Internacional de Medicina de Urgencias en León, Guanajuato, el *Gold Status*, reconocimiento que evalúa la implementación de protocolos formales para la atención de accidentes cerebrovasculares o ictus.**

Este reconocimiento constituye un avance trascendental en salud pública que, además de salvar vidas, reduce secuelas y fortalece la capacidad de respuesta ante cualquier emergencia. De ahí que mantener y mejorar este servicio vital es pensar en grande y, sobre todo, pensar en la vida de cada familia poblana.

Autores:
Dr. Luis Alberto García Parra, Titular de la Unidad del Sistema de Urgencias Médicas y Desastres
Lic. Susana Carranza Pineda, Personal adscrito al Sistema de Urgencias Médicas y Desastres
Dra. Diana María Ramírez Fernández, personal adscrito al Departamento de Calidad y Desarrollo Institucional de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Referencias:

Comisión Nacional de Derechos Humanos (s. f.). Fundación de la Cruz Roja Mexicana. Comisión Nacional de Derechos Humanos. Consultado el 14 de agosto de 2025, recuperado de: https://www.cndh.org.mx/noticia/fundacion-de-la-cruz-roja-mexicana
Gobierno de Puebla (2020, 09 de abril). Historia del Suma: Conoce la historia del Sistema de Urgencias Médicas Avanzadas. Gobierno de Puebla. Consultado el 14 de agosto de 2025, recuperado de: https://ss.puebla.gob.mx/suma/historia-del-suma
Miranda, R. (2022, 19 de octubre). SUEM, el sistema de emergencias más grande del país: Godwin González. El Sol de Toluca. Consultado el 14 de agosto de 2025, recuperado de: https://www.elsoldetoluca.com.mx/local/suem-el-sistema-de-emergencias-mas-grande-del-pais-godwin-gonzalez-9055726.html
Secretaría de Salud de Puebla. (2020, 9 de abril). Historia del SUMA. Gobierno del Estado de Puebla. https://ss.puebla.gob.mx/suma/historia-del-suma
Secretaría de Salud. (2005, 15 de febrero). NOM-237-SSA1-2004. Regulación de los servicios de salud. Transporte especializado de pacientes. Diario Oficial de la Federación. https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=2105164&fecha=15/02/2005
Secretaría de Salud. (2013, 23 de diciembre). NOM-034-SSA3-2013. Regulación de los servicios de salud. Atención prehospitalaria. Diario Oficial de la Federación. https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5326229&fecha=23/12/2013

Guantes, a veces.

Higiene de manos,

siempre

A partir del año 2009, **la Organización Mundial de la Salud (OMS) implementó la campaña "Salve vidas: límpiese las manos"**, como parte de su estrategia multimodal para la mejora de la higiene de las manos, la cual retoma este principio fundamental de las Acciones Esenciales para la Seguridad del Paciente (AESP) (World Health Organization, 2009a); esto porque se ha reconocido que la higiene de las manos constituye una medida muy eficaz en la prevención de Infecciones Asociadas a la Atención de la Salud (IAAS). Dicha campaña ha sido adoptada por más de 170 países, entre los que se incluye a México, empleando **para este año 2025 el lema mundial "Guantes, a veces. Higiene de manos, siempre"** (World Health Organization, 2025). Con él, se busca generar conciencia entre los trabajadores de la salud sobre el uso incorrecto o excesivo de guantes como sustituto de la higiene de manos. Además, se refuerza la importancia de practicar de manera adecuada, racional y constante la higiene de manos como piedra angular de la seguridad del paciente en todos los entornos de atención sanitaria.

De esta manera, se ha buscado fortalecer la vigilancia y capacitación del personal de los Establecimientos de Atención Médica (EAM) de Primer, Segundo y Tercer Nivel de Atención, en concordancia con la NOM-045-SSA2-2005 (Secretaría de Salud 2005), cuyo objetivo es establecer criterios para la vigilancia, prevención y control de IAAS como parte integral de las AESP. Estas últimas son, en instituciones públicas, privadas y sociales de aplicación obligatoria desde el año 2017, a partir de la publicación de un Acuerdo en el Diario Oficial de la Federación (Secretaría de Gobernación, 2017), con modificación en el año 2023 (Secretaría de Gobernación, 2023). Asimismo, se ha impulsado desde la Secretaría de Salud Federal a través de la Dirección General de Calidad y Educación en Salud (DGCES) que se lleven a cabo diversas campañas educativas, concursos, pláticas y talleres enfocados en reforzar la higiene de manos como una medida clave para prevenir IAAS (World Health Organization, 2023).

Esta iniciativa se ha integrado a los programas nacionales y estatales de calidad y seguridad del paciente, fomentando que la higiene de las manos sea un programa permanente y que las actividades alusivas al mismo se incrementen alrededor del 5 de mayo, fecha propuesta por la OMS para celebrar el Día Mundial de Higiene de las Manos (World Health Organization, 2009b). Por ello, es que el pasado 6 de mayo en el Instituto Nacional de Medicina Genómica ubicado en la Ciudad de México, se llevó a cabo la premiación de los ganadores del concurso sobre videos alusivos a esta práctica sanitaria convocado por la DGCES en todo el país, con la finalidad de promover las buenas prácticas y reforzar el compromiso con la prevención de infecciones a través del poder del mensaje audiovisual. De la misma manera, también se realizó un foro en el cual se expusieron conferencias sobre la importancia de no sustituir la higiene de manos con el uso de guantes, así como testimonios de diversos académicos y gestores de calidad de algunas instituciones privadas sobre

estrategias exitosas implementadas en sus hospitales. Se destacó la necesidad de compromiso de todo el personal para llevar a cabo este tipo de prácticas, señalando que esto no debe ser exclusivo de los prestadores de servicios de salud, sino que debe involucrarse al 100% de los trabajadores de las instituciones, así como a los usuarios, sus familiares y acompañantes. También con este evento se dieron por iniciadas las actividades anuales alusivas al Día de la Higiene de las Manos a nivel nacional.

Súmate a la campaña del Día Mundial de la Higiene de Manos

En el estado de Puebla, se ha adoptado este enfoque mediante diversas acciones coordinadas por los Servicios de Salud del Estado de Puebla (SSEP), y que lo ha fomentado como parte de las funciones de rectoría, así como el generar recomendaciones para que se lleven a cabo actividades alusivas en las diversas instituciones públicas, sociales y privadas que conforman al Sistema Estatal de Salud. Se invita a que den a conocer sus estrategias exitosas implementadas y encaminadas **a promover la técnica de higiene de manos en sus cinco momentos clave: antes de tocar al paciente, antes de una tarea limpia o aséptica, después del riesgo de exposición a fluidos corporales, después de tocar al paciente y después de tocar el entorno del paciente** (World Health Organization, 2021). Esto, además de fomentar que se responda la Encuesta Marco de Autoevaluación y el Cuestionario de Conocimiento y Percepción del Personal de Salud; la primera se enfoca en identificar fortalezas y áreas de oportunidad de mejora en el ámbito hospitalario, mientras que el segundo busca establecer cuál es el nivel de conocimiento del personal que labora en los EAM de los Tres Niveles de Atención sobre la higiene de las manos.

Como parte de todo esto, se **grabó un video sobre la técnica de higiene de manos en colaboración con personal del Hospital de la Mujer, Hospital General de Cholula y el Hospital para la Niñez Poblana**. Dicho video fue proporcionado a la Jefa de Oficina de Calidad y Certificación Médica y Responsable Institucional Estatal de Calidad IMSS-Bienestar mediante enlace electrónico, quien a su vez lo difundió al perso-

nal de los EAM de los Tres Niveles de Atención de dicha institución. De la misma manera, se realizó una capacitación virtual a los miembros del Comité Estatal de Calidad en Salud (CECAS), a la cual se sumaron las y los gestores de calidad hospitalarios y jurisdiccionales de IMSS-Bienestar, referente a las instrucciones brindadas por la DGCES para realizar el reporte de las actividades y estrategias exitosas alusivas al Día Mundial de Higiene de las Manos. Entre las recomendaciones sobre las actividades a realizar se encuentran la retroalimentación al personal, campañas de sensibilización, desarrollo de materiales educativos, señalética institucional y eventos públicos que promuevan el lavado de manos como un hábito cotidiano y profesional. Finalmente, se brindaron instrucciones sobre la forma de ingresar a la plataforma y contestar la encuesta y el cuestionario promovidos por la DGCES. **También se dieron recomendaciones para la elaboración de sus Planes de Mejora de Higiene de Manos**, así como el cronograma de actividades señalado a nivel federal.

Es importante mantener este tipo de programas, actividades y eventos, ya que a pesar del avance en la implementación de esta estrategia, persisten desafíos relacionados con la disponibilidad de insumos, la rotación del personal y la variabilidad en la adherencia según el nivel de atención. No obstante, los resultados observados en la reducción de IAAS y la mayor conciencia del personal sanitario ofrecen oportunidades para fortalecer esta cultura. Consolidar redes estatales de seguridad del paciente y evaluar sistemáticamente el impacto de las campañas anuales, permitirá dar continuidad y sostenibilidad al Programa de Higiene de las Manos en el estado de Puebla.

Autores:
Ing. Miguel Angel Cuevas Cruz, Jefe del Departamento de Calidad y Desarrollo Institucional
Dra. Diana María Ramírez Fernández, personal adscrito al Departamento de Calidad y Desarrollo Institucional de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
Sagrario Villamil Delgado, Dra. en Educ./M.A.S.S. e Investigador en Ciencias Médicas B

Referencias

Secretaría de Gobernación (2023). Acuerdo que modifica el Anexo Único del diverso por el que se declara la obligatoriedad de la implementación, para todos los integrantes del Sistema Nacional de Salud, del documento denominado Acciones Esenciales para la Seguridad del Paciente [Versión electrónica]. Diario Oficial de la Federación. Consultado el 08 de mayo de 2025, recuperado de: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5692439&fecha=16/06/2023#gsc.tab=0

Secretaría de Gobernación (2017). Acuerdo por el que se declara la obligatoriedad de la implementación, para todos los integrantes del Sistema Nacional de Salud, del documento denominado Acciones Esenciales para la Seguridad del Paciente [Versión electrónica]. Diario Oficial de la Federación. Consultado el 08 de mayo de 2025, recuperado de: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5496728&fecha=08/09/2017#gsc.tab=0

Secretaría de Salud. (2005). Norma Oficial Mexicana NOM-045-SSA2-2005 [Versión electrónica]. Diario Oficial de la Federación. Consultado el 08 de mayo de 2025 de: https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5120943&fecha=20/11/2009#gsc.tab=0

World Health Organization (2025). World hand higiene day 2025. WHO. Consultado el 28 de mayo de 2025, recuperado de: https://www.who.int/campaigns/world-hand-hygiene-day/2025

World Health Organization (2023). SAVE LIVES: Clean Your Hands 2023: Campaign Message. WHO. Consultado el 28 de mayo de 2025, recuperado de: https://www.who.int/campaigns/world-hand-hygiene-day/2023

World Health Organization (2021). Cinco momentos para la higiene de las manos. WHO. Consultado el 29 de mayo de 2025, recuperado de: https://www.who.int/es/publications/m/item/five-moments-for-hand-hygiene

World Health Organization (2009a). SAVE LIVES: Clean Your Hands – Annual Campaign. https://www.who.int/gpsc/5may/en/

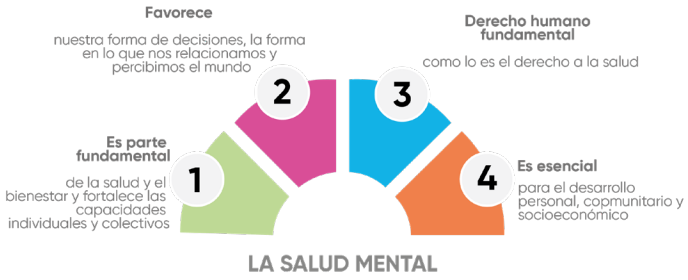
World Health Organization (2009b). Guía de implementación de la estrategia multimodal de la OMS para la mejora de la higiene de manos. WHO. Consultado el 28 de mayo de 2025, recuperado de: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/102536/WHO_IER_PSP_2009.02_spa.pdf

Cuidado de la salud mental

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental "es un estado de bienestar mental que permite hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades; poder aprender, trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad" (OPS,s.f.). Por ello, es importante recordar que la salud mental es un derecho humano fundamental. Esta resulta esencial para el desarrollo personal, ya que favorece la toma de decisiones y contribuye al bienestar tanto individual como colectivo, tal como se aprecia en la Figura 1.

Salud mental

Figura 1



Fuente: Organización Mundial de la Salud

Considerando lo anterior, resulta esencial promover la salud mental resaltando la importancia del autocuidado, y aunque en muchas ocasiones lo orientamos a estrategias como comer saludable, hacer ejercicio y dormir lo suficiente, existen otras técnicas enfocadas a mejorar nuestro bienestar emocional.

En este contexto, es importante destacar que cada persona es única y reacciona diferente a las circunstancias que se le presentan en la vida y, por lo tanto, tendrá herramientas propias para favorecer el autocuidado emocional. Sin embargo, de acuerdo al National Institute of Mental Health (2024), algunas estrategias útiles pueden ser:

- Llevar a cabo prácticas antiestrés, como la relajación muscular, meditación, alguna actividad que se disfrute, como leer o escuchar música.
- Definir sus metas y prioridades, evitando sobrecargarse de actividades.
- Identificar las cosas por las que está agradecido diariamente.
- Mantener la relación con familiares y amigos.

Adicionalmente, como se observa en la Figura 2, para fortalecer el autocuidado y la salud mental, es primordial mantenernos libres de adicciones, considerar la seguridad en el ambiente, los sentimientos que pueden surgir a causa del estrés, así como priorizar aspectos de la propia salud y mantener una socialización que permita mantener relaciones positivas que favorezcan el bienestar físico y mental. Estas pueden estimular la liberación de neurotransmisiones, como la dopamina, que inicialmente generan sensaciones de placer y bienestar. Sin embargo, su consumo frecuente puede alterar el equilibrio natural de estos químicos, esenciales para regular nuestras emociones y con el tiempo provocar cambios en nuestra estructura cerebral.

Recomendaciones para fortalecer la salud mental

Figura 2

Fuente: National Institute of Health

También las adicciones pueden desencadenar o empeorar trastornos mentales ya presentes, como la ansiedad, la depresión o la esquizofrenia (National Institute on Drug Abuse, 2020). Para finalizar, debemos reafirmar que la salud mental y la prevención de las adicciones son imprescindibles para alcanzar una vida con calidad y armonía. Sin embargo, si en algún momento necesitas ayuda, puedes recurrir a la línea de la vida 800 911 2000, donde expertos te brindarán la asesoría que necesites.

Autora:
Psic. Karen de la Cuesta Soria, Coordinadora de Salud Mental y Adicciones de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
Dra. Felicitas Quijada Cuautle, Jefa del Departamento de Enfermedades Crónicas No Transmisibles de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Referencias

National Institute on Drug Abuse (2020). La adicción y la salud. National Institute on Drug Abuse. Consultado el 30 de julio de 2025, recuperado de https://nida.nih.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/la-adiccion-y-la-salud
National Institutes of Health (s.f.). Su versión más saludable: herramientas de bienestar. National Institutes of Health. Consultado el 28 de julio de 2025, recuperado de https://salud.nih.gov/recursos-de-salud/herramientas-de-bienestar
Organización Panamericana de la Salud (OPS) (s.f.). Salud Mental. Organización Panamericana de la Salud-Organización Mundial de la Salud. Consultado el 29 de julio de 2025, recuperado de https://www.paho.org/es/temas/salud-mental
UNICEF (s.f). Manual de Autocuidado. https://www.unicef.org/elsalvador/media/5036/file/Manual%20de%20Autocuidado.pdf

DONA SANGRE

DONA ESPERANZA

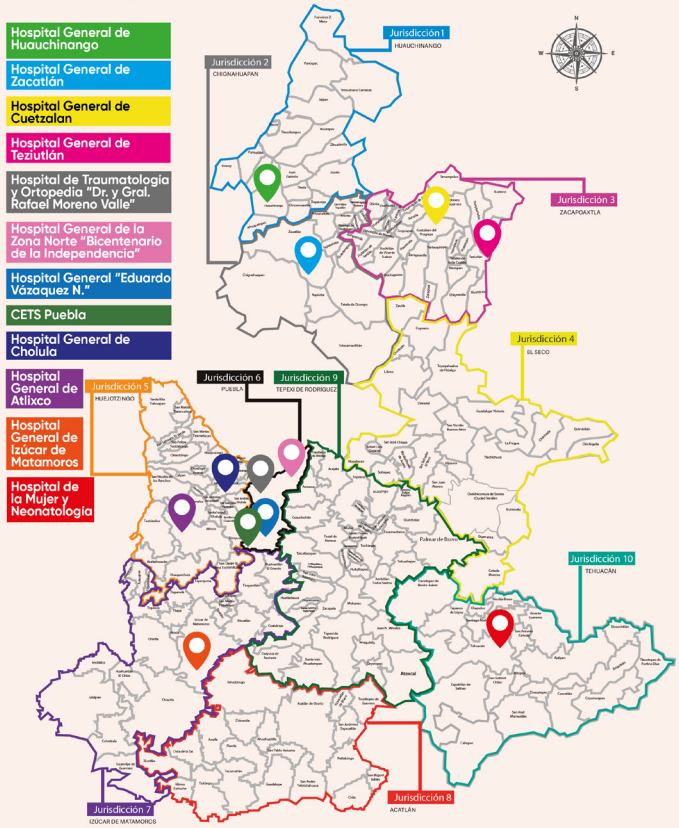
JUNTOS, SALVAMOS VIDAS

En el año 2005 la 58ª Asamblea Mundial de la Salud designó el **14 de junio como el "Dia Mundial del Donante de Sangre"**, fecha en que se conmemora el nacimiento de Karl Landsteiner, quien descubrió los grupos sanguíneos. El objetivo principal de esta celebración es reconocer y agradecer la valiosa contribución de los donantes voluntarios y no remunerados en la salvación de vidas, así como generar conciencia sobre la importancia de donar sangre de manera regular a fin de asegurar su calidad, seguridad y disponibilidad para quien la requiera (Organización Panamericana de la Salud, 2025).

El lema de la campaña de este año fue: **Dona sangre, dona esperanza: juntos, salvamos vidas**. Con este mensaje se resaltó la capacidad de los donantes de sangre para dar vida a quienes la necesitan y de que la población tome conciencia que es posible salvar vidas mediante el simple acto de donar sangre (Organización Panamericana de la Salud, 2025).

En México, para conmemorar la fecha, el Centro Nacional de la Transfusión Sanguínea invitó a participar en **"El Primer Maratón de Donación de Sangre"**, que este año se llevó a cabo los días 10, 11 y 12 de junio. Puebla se sumó a esta actividad a través de la colaboración de los Centros de Colecta de los Hospitales Generales de Cuetzalan, Teziutlán, Huauchinango, Zacatlán, Izúcar de Matamoros, Acatlán de Osorio, Cholula, Zona Norte, Hospital de la Mujer y Neonatología de Tehuacán, Hospital de Traumatología y Ortopedia y el Centro Estatal de la Transfusión Sanguínea (CETS). Cabe mencionar que Hospital General del Sur y el Hospital General de Atlixco se sumaron a la actividad enviando candidatos al CETS.

Hospitales participantes en el Primer Maratón de Donación Voluntaria y Altruista de Sangre 2025 — Mapa 1



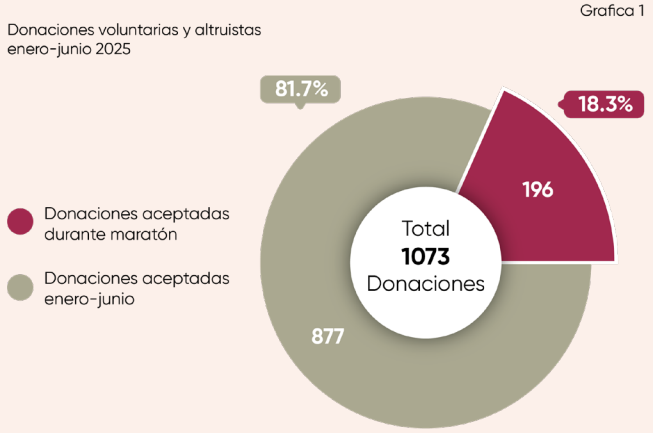
Fuente: Servicios de Salud del Estado de Puebla

La difusión de este evento se llevó a cabo a través de la oficina de Comunicación Social e Imagen Institucional de los Servicios de Salud del Estado de Puebla. En el CETS, se realizó la invitación a donantes regulares por medio de llamadas telefónicas, correos electrónicos y mensajes de WhatsApp; por otra parte, en los centros de colecta se impartieron pláticas de sensibilización dirigidas al personal de las unidades hospitalarias, empresas y universidades.

En la gráfica 1 se presenta el total de unidades de sangre recolectadas de donantes voluntarios y altruistas en el CETS durante el periodo de enero a junio de 2025, que asciende a 877 unidades. A esta cifra se suman las 196 unidades obtenidas

durante el Maratón de Donación de Sangre, lo que representa el 18 por ciento del total captado en ese periodo, dando un acumulado general de mil 73 unidades. Cabe señalar que una unidad de sangre corresponde a la cantidad recolectada en una donación estándar, la cual posteriormente puede ser fraccionada en componentes como glóbulos rojos, plasma o plaquetas, según las necesidades clínicas.

Grafica 1



Fuente: Centro Estatal de Transfusión Sanguínea

Durante 2024, en Puebla el 7.4 por ciento de las donaciones de sangre fueron voluntarias y altruistas. En lo que va del 2025, esta cifra ha aumentado a 8.1 por ciento, lo que representa un avance en la participación solidaria de la población. Sin embargo, es necesario redoblar esfuerzos para aumentar el número de donantes voluntarios, altruistas y de repetición; existe evidencia que este tipo de donación, entre muchos otros beneficios, conlleva un menor riesgo de infecciones transmisibles por transfusión. Es importante recalcar que es motivada únicamente por sentimientos de solidaridad, sin esperar retribución alguna a cambio y sin que medie una solicitud especifica por parte de familiares o amigos de un paciente (Trejo et al., 2021).

La sangre es un bien común del ser humano: la donación es su única e insustituible fuente de obtención ya que, a pesar de los avances tecnológicos y científicos, no hay a la vista un recurso para sintetizarla artificialmente (Trejo et al., 2021).

Este acto solidario **contribuye a salvar innumerables vidas de pacientes que han sufrido accidentes, mujeres con complicaciones durante el embarazo o parto, cirugías, enfermedades crónicas como anemia, cáncer etc**.

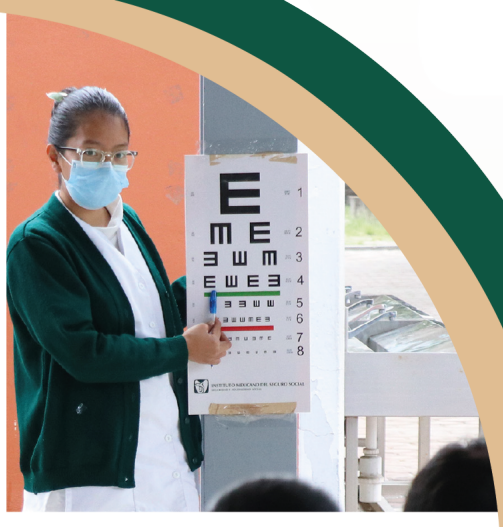
En el año 2024, en el CETS se obtuvieron un total de 23 mil 46 unidades de sangre y egresaron 34 mil 896 componentes sanguíneos, beneficiando principalmente a pacientes de los Hospitales del IMSS Bienestar. En casos de urgencias, se brinda el apoyo a Hospitales como: IMSS, ISSSTEP, ISSSTE, HUP, Militar Regional de Puebla, CETS Tlaxcala y algunas clínicas y hospitales particulares.

Durante las últimas décadas, México ha basado la obtención de sangre para uso terapéutico en la donación de reposición, la cual no es suficientemente segura en el contexto de mayor riesgo de infecciones asociadas a la transfusión. Por esta razón, es prioritario incrementar la seguridad sanguínea a través de la promoción a la Donación Voluntaria y Altruista de Sangre, por lo que se hace una cordial invitación a la población en general a convertirse en donantes voluntarios altruistas y de repetición. Los interesados pueden acudir a las instalaciones del CETS ubicadas en Antiguo Camino a Guadalupe Hidalgo 11350 Col. Agua Santa; el horario de atención es de lunes a domingo de 7:30 a 10:00 am.

Autores:
Q.F.B. Ricardo Rodríguez Sánchez, Jefe del Centro Estatal de Transfusión Sanguinea de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
T.S. Josefina Rodríguez Sosa, Coordinadora de Promoción a la Donación del Centro Estatal de la Transfusión Sanguínea de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
Ing. Everardo González Sánchez, Responsable del Área de Estadística del Centro Estatal de la Transfusión Sanguinea

Referencias:

Comisión Nacional de Transfusión Sanguínea (CNTS) (2025). Informe mensual de la disposición de sangre y componentes sanguíneos que realizan los bancos de sangre. Comisión Estatal de Transfusión Sanguínea-Comisión Nacional de Transfusión Sanguínea.
Organización Mundial de la Salud (OMS) (2005). 58 Asamblea Mundial de la Salud. Ginebra, 16-25 de mayo de 2005. Resoluciones y decisiones. Consultado el 25 de julio de 2025,
Organización Mundial de la Salud. Consultado el 23 de julio de 2025, recuperado de https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/wha58-rec1/a58_2005_rec1-sp.pdf
Organización Panamericana de la Salud. (2025). Dia Mundial del Donante de Sangre 2025. Organización Panamericana de la Salud. Consultado el 20 de julio de 2025, recuperado de https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-donante-sangre-2025
Trejo, J. E., Fernández, E., & Arroyo, J. A. (2021). Estrategia nacional para el incremento de la donación voluntaria y altruista de sangre. Centro Nacional de Trasfusión Sanguínea. Consultado el 27 de julio, recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/730677/ESTRATEGIA_DE_DONACION__VOLUNTARIA_Y_ALTRUISTA_DE_SANGRE_V_1.0.pdf



vive Saludable Vive Feliz

En México, el sobrepeso y la obesidad continúan aumentando de forma preocupante, no solo en personas adultas, sino también entre niñas, niños y adolescentes. Actualmente, existe una alerta epidemiológica en edades tempranas, como escolares y adolescentes, donde la prevalencia alcanza el 37 y 40 por ciento, respectivamente (ENSANUT, 2023).

Uno de los factores más alarmantes detrás de esta situación es el alto consumo de azúcares añadidos en estos grupos de edad. Se estima que aproximadamente dos terceras partes de esta población ingiere más del 10 por ciento de su energía diaria en forma de azúcares, superando ampliamente la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que sugiere un consumo inferior al 10 por ciento y de forma ideal, por debajo del 5 por ciento (ENSANUT, 2023).

Ante este panorama, la Secretaría de Salud ha fortalecido políticas públicas orientadas a mejorar los determinantes sociales de la salud, siendo una de ellas la estrategia **"Vive Saludable, Vive Feliz: Jornadas Escolares", cuyo propósito es mejorar la salud integral de niñas y niños en escuelas públicas**.

Estas jornadas promueven hábitos saludables desde la infancia. Para contribuir al cumplimiento de los derechos fundamentales a la salud y la educación, está demostrado que los entornos escolares saludables generan un impacto positivo en el bienestar físico, emocional y académico del alumnado. Esto se traduce en un mejor rendimiento escolar, menos ausencias y una mayor capacidad para desarrollar su potencial.

Durante l**a primera fase** de esta estrategia —llevada a cabo del 12 de marzo al 10 de julio del 2025— **se realizaron acciones como toma de peso y talla, medición de agudeza visual, enseñanza del cepillado dental con aplicación de flúor y pláticas educativas sobre alimentación saludable, higiene, consumo de agua y actividad física**. Estas actividades fueron coordinadas por brigadas interinstitucionales integradas por personal del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (SEDIF), Secretaría de Educación Pública (SEP) y la Secretaría de Salud.

Gracias a este esfuerzo, se logró intervenir **mil 778 escuelas** de 112 municipios del estado (Mapa 1), beneficiando a **343 mil 602 alumnas y alumnos**, lo que representa un 50 por ciento de avance respecto a la meta federal y coloca a **Puebla en primer lugar nacional en menores evaluados (Tabla 1)**.

Total de menores evaluados

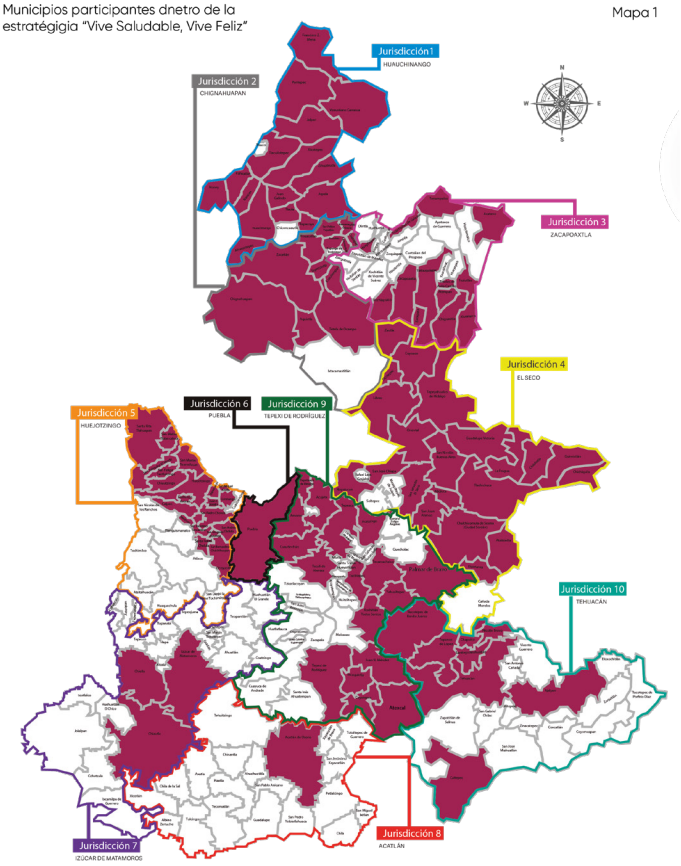
Tabla 1

Entidad federativa	Avnce de evaluaciones	Menores evaluados	Total de menores
Puebla	**50.70%**	**343,226**	**676,925**
Chiapas	49.60%	370,393	746,774
Veracruz	46.03%	313,455	680,979
Aguascalientes	45.95%	64,288	139,898
Nayarit	45.59%	53,395	117,128
Tlaxcala	42.15%	55,249	131,088
México	40.25%	580,364	1,441,735
Morelos	39.60%	61,753	155,934
Hidalgo	39.14%	110,505	282,344
Nuevo León	37.76%	185,862	492,176

Fuente: Secretaría de Educación del Estado de Puebla

Municipios participantes dnetro de la estratégigia "Vive Saludable, Vive Feliz"

Mapa 1



Fuente: Servicios de Salud del Estado de Puebla

Promoción de la salud: un compromiso compartido

La Secretaría de Salud tuvo un papel clave al impartir **pláticas de Promoción de la Salud**, enfocadas en tres ejes fundamentales: **alimentación saludable, actividad física y bienestar emocional**.

A través de sus promotores de salud, se realizaron 11 mil 548 pláticas, impactando a 302 mil 801 estudiantes.

Aunque los resultados han sido positivos, la meta es fortalecer esta estrategia en una segunda etapa, bajo el esquema de la **"Certificación de Escuelas Promotoras de la Salud"**. Esta iniciativa Federal busca generar oportunidades para que toda la comunidad escolar, incluyendo docentes, madres y padres de familia, así como responsables de tiendas y cooperativas escolares desarrollen competencias cognitivas, emocionales y sociales, que les permitan tomar decisiones informadas y responsables sobre su salud y bienestar individual, así como el de sus comunidades.

Es decir, que además del trabajo dentro del aula, la participación activa de madres, padres y tutores será fundamental. Como parte del proceso de certificación, se brindará capacitación a docentes y personal educativo en temas urgentes como:

- Alimentación saludable
- El Plato del Bien Comer
- Consumo adecuado de agua
- Disminución del consumo de azúcares
- Actividad física
- Manejo del estrés

También se continuará el acompañamiento a los responsables de tiendas escolares, y se supervisará que estas se apeguen al acuerdo publicado en el Diario Oficial de la Federación el 30 de septiembre de 2024, el cual establece los Lineamientos para la venta y distribución de ali-

mentos y bebidas en las escuelas. **En lo que va del año se ha capacitado a 5 mil 194 personas, entre directivos, supervisores, manejadores de alimentos y responsables de tiendas y cooperativas escolares** en estos lineamientos y en los estilos de vida saludables.

Entre otras medidas, **se verificará que las tiendas o cooperativas escolares no ofrezcan productos con las siguientes características**:

* Con sellos de advertencia o leyendas en el empaque, que indiquen exceso de calorías, azúcares añadidos, grasas saturadas y sodio
* Que se vendan a granel o sueltos y que, en su empaque original, tengan los sellos de advertencia ya señalados
* Que se preparen con ingredientes que tengan sellos o leyendas de advertencia.
* Que estén compuestos mayoritariamente por ingredientes de uso industrial, con grasas, harinas refinadas, sodio y azúcares en exceso.

Estas acciones buscan garantizar un entorno alimentario más seguro y saludable, en el que las escuelas se consoliden como espacios que promuevan el bienestar integral de toda la comunidad educativa.

El lunch saludable: un aliado desde casa

La salud de nuestras niñas y niños no solo se construye en la escuela. **En casa, madres, padres y cuidadores también juegan un papel crucial al preparar diariamente un lunch escolar saludable que apoye el crecimiento físico, que se concentren en clase y su aprendizaje.**

El lunch escolar es una oportunidad para fomentar una alimentación saludable, basada en las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la Población Mexicana 2023, elaboradas por la Secretaría de Salud, el Instituto Nacional de Salud Pública, Grupo Interseccional de Salud, Alimentación, Medio Ambiente y Competitividad (GISAMAC) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) evitando productos ultraprocesados, con sellos de advertencia, exceso de azúcares, grasas o sodio.

¿Cómo armar un lunch saludable?

Según el nuevo **Plato del Bien Comer**, actualizado en 2023, una alimentación equilibrada debe integrar cinco grupos de alimentos y tener como centro la **Jarra del Buen Beber**, que recomienda el agua simple potable como una bebida adecuada durante la jornada escolar.

Grupos de alimentos:

1. Verduras y hortalizas
- Fibra, vitaminas y minerales. Ejemplos: zanahoria, pepino, jícama, espinaca, calabaza.

2. Frutas
- Antioxidantes y energía natural. Ejemplos: manzana, plátano, mandarina, fresas, sandía.

3. Cereales integrales y tubérculos
- Energía sostenida. Ejemplos: tortilla de maíz, pan integral sin sellos, avena natural, papa cocida.

4. Leguminosas y alimentos de origen animal
- Proteínas de calidad. Ejemplos: frijoles, lentejas, huevo cocido, pollo desmenuzado, queso fresco bajo en grasa y sodio.

5. Grasas saludables
- Esenciales en pequeñas cantidades. Ejemplos: aguacate, semillas sin sal, aceite vegetal natural.

Ejemplos de lunches saludables

◊ Opción 1: Tacos de frijoles en tortilla de maíz + jícama con limón + mandarina + agua simple o de limón sin azúcar.
◊ Opción 2: Ensalada de arroz integral con zanahoria y pollo + plátano + agua simple o de limón sin azúcar.
◊ Opción 3: Pan integral con aguacate y huevo cocido + pepino + manzana + agua simple.

◊ Opción 4: Ensalada de lentejas con espinaca y jitomate + sandía + agua simple o de limón sin azúcar.

Recomendaciones importantes

» Evita productos con sellos de advertencia: como pastelillos, jugos industrializados, yogures saborizados, embutidos y frituras.
» No incluyas azúcares añadidos como mermelada o dulces.
» Prefiere siempre alimentos naturales y frescos, sin conservadores ni ingredientes industriales.
» Involucra a niñas y niños en la planeación y preparación del lunch: esto fortalece su autonomía y conciencia sobre lo que comen.
» Un lunch saludable no solo alimenta el cuerpo, también cuida la mente, fortalece el aprendizaje y construye hábitos que duran toda la vida. Al trabajar en conjunto —**escuela, familia y comunidad**— se construyen entornos más sanos para nuestras niñas, niños y adolescentes.

Autoras:
Mtra. Miriam Suárez Herrera, Responsable de Estilos de Vida Saludables de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
Mtra. María Elena Ortigoza Neri, Jefa del Departamento de Promoción a la Salud de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Referencias:
Gobierno de México (s.f.). Vive saludable, vive feliz. Gobierno de México. Consultado el 14 de julio de 2025, recuperado de https://vidasaludable.gob.mx/
Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) (2023). Guías alimentarias y de actividad física para la población mexicana. Gobierno de México. Consultado el 16 de julio de 2025, recuperado de https://www.insp.mx/epppo/blog/3878-guias-alimentarias.html
Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) (2024). Resultados de la ENSANUT 2020-2023. Gobierno de México. Consultado el 14 de julio de 2025, recuperado de https://www.insp.mx/avisos/presentan-resultados-de-la-ensanut-2020-2023
Organización Mundial de la Salud (2015, marzo 4). Guía: Ingesta de azúcares en adultos y niños. Organización Mundial de la Salud. Consultado el 14 de julio de 2025, recuperado de https://www.who.int/publications/i/item/9789241549028

UNA PUEBLA

Libre de adicciones

La adicción, de acuerdo con el National Institute of Health (NIH, 2021), es un trastorno médico que puede ser tratado, es decir, es una enfermedad cerebral crónica y recurrente, caracterizada por la búsqueda compulsiva de drogas y su consumo sin importar las consecuencias adversas. A pesar de encontrarse rodeada de tantos estigmas que, en muchas ocasiones, reducen la posibilidad de que las personas que lo padecen busquen ayuda por no querer enfrentar una vergüenza, no quiere decir que sea falta de voluntad o un defecto moral; esta es una enfermedad del cerebro que hace que la persona sienta un deseo intenso e incontrolable de consumir, incluso cuando sabe que le perjudica.

Es por esto, que la oportunidad de hablar de las adicciones nos permite crear conciencia, entender mejor los riesgos y reducir el estigma. Cuando conversamos abiertamente sobre ello, ayudamos a que más personas se sientan cómodas buscando ayuda, compartiendo sus experiencias y aprendiendo cómo prevenir o superar las adicciones. Asimismo, la comunicación abierta sobre este tema fomenta un ambiente de apoyo y comprensión, lo que puede marcar una gran diferencia en la vida de quienes están atravesando este tipo de dificultades.

Existen etapas como la niñez y la adolescencia, en las cuales las personas pueden ser más vulnerables a las adicciones; esto se debe a que, al estar en desarrollo físico, emocional y psicológico, el abuso puede impedir que logren un óptimo desarrollo biopsicoemocional.

En general, el riesgo de consumir drogas se incrementa fuertemente durante los momentos de transición en la vida. Por ejemplo, en los adultos estas etapas de transición pueden presentarse durante un divorcio, un cambio de trabajo o un duelo. Para los jóvenes, las situaciones de riesgo pueden incluir los cambios de escuela, el divorcio de los padres y pérdidas. A ello, se suman también los cambios propios del desarrollo humano, por ejemplo, cuando los niños pasan de la primaria a la secundaria, es común que aumente la probabilidad de consumir por primera vez cigarros o alcohol; de la misma manera, al entrar a la preparatoria, incluso la universidad, la disponibilidad de una mayor cantidad de drogas y la convivencia con jóvenes ya consumidores aumenta el riesgo de consumo (MedlinePlus, 2025). Esta vulnerabilidad se magnifica si consideramos que una parte normal del desarrollo adolescente consiste en un aumento del nivel de toma de riesgos y, aunque el interés por probar cosas nuevas y de ser más independiente es sano, también puede aumentar la tendencia a probar las drogas.

En México, las cifras sobre consumo de drogas legales e ilegales en jóvenes de 12 a 17 años que presenta la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT 2016-2017) reflejan que:

El 39.8 por ciento de las y los adolescentes ha probado alguna vez alcohol, de los cuales 8.3 por ciento ya ha tenido un consumo excesivo; el 53 por ciento de las personas que consume alcohol habitualmente indicó haberlo hecho por primera vez a los 17 años o antes.

En el caso del consumo de tabaco, la mitad de las y los estudiantes de 17 años (52%) lo probaron a pesar de ser aún menores de edad, mientras que el 23 por ciento señaló fumar habitualmente.

Respecto al consumo de drogas ilegales, la encuesta señala que el 6.2 por ciento de adoles-

centes ha consumido drogas ilegales alguna vez (6.6% hombres y 5.8% mujeres), 5.3 por ciento mariguana, 1.1 por ciento cocaína y 1.3 por ciento inhalables alguna vez en el último año.

En este contexto, una de las estrategias que más se promueven en los Servicios de Salud del Estado de Puebla, es prevenir las adicciones a través de la información y la detección temprana de primeros consumidores, como se muestra en la Tabla 1.

Acciones para la prevención de adicciones — Tabla 1

Fuente: Servicios de Salud del Estado de Puebla

Los Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones (CECOSAMAS), son establecimientos orientados a brindar atención integral de salud mental y el consumo de sustancias psicoactivas, en los que se realizan acciones de fomento y prevención. Cualquier persona puede acercarse a estas unidades y pedir información, orientación o servicios de atención (Tabla 2).

Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones (CECOSAMA) — Tabla 2

Unidad de Atención	Dirección
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Zacatlán	Roble, Colonia San Bartolo, C.P. 73310
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Chalchicomula de Sesma	3 norte, Col. Centro, C.P. 75520
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Libres	14 sur, Col. Barrio Tetela Libres, C.P. 73784
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones San Pedro Cholula	Av. Vicente Guerrero, Sancristobal Tepontla, C.P. 72765
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Atlixco	Libramiento Puebla-Izúcar de Matamoros, Col. Ejido de Tejaluca, C.P. 74240
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Zona Norte	88 poniente y 9 norte, Col. Infonavit San Pedro, C.P. 72220
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones San Martín Texmelucan	Av. Al Moral, Col. El Moral, C.P. 74064
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Eduardo Vázquez Navarro	Antiguo Camino a Guadalupe Hidalgo, Col. Agua Santa, C.P. 72490
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Izúcar de Matamoros	Carretera eje poniente, San Martín Achichica, C.P. 74410
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Tepeaca	Blvd. Dr. Antonio López Rosas, Col. San Juan Negrete, C.P. 75200
Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones Tehuacán	19 poniente, Col. México en la Ex-Hacienda "El Riego", C.P. 75764

Fuente: Servicios de Salud del Estado de Puebla

Como resultado de estas acciones comunitarias, se han brindado a través de los CECOSAMAS 777 atenciones por adicciones durante el periodo del 1 enero al 15 de julio, de los cuales 329 fueron hombres y 348 mujeres (Sistema de Información Contra las Adicciones [SISECA], 2025).

Algunas recomendaciones de los expertos para evitar el inicio en el consumo de sustancias a edades tempranas, se pueden apreciar en la Figura 1.

Recomendaciones para evitar el inicio de adicciones — Figura 1

Fuente: Sistema Nacional para la Protección de Niñas, Niños y Adolescentes

Para finalizar, es fundamental resaltar que vivir sin adicciones nos ayuda a mantener una buena salud física y mental, a tener relaciones más saludables con las personas que nos rodean y a tomar decisiones libres y responsables.

Sin embargo, si en algún momento necesitas ayuda puedes recurrir a la línea de la vida 800 911 2000, donde expertos te brindarán la asesoría que necesites.

Autora:
Psic. Karen de la Cuesta Soria, Coordinadora de Salud Mental y Adicciones, de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
Dra. Felicitas Quijada Cuautle, Jefa del Departamento de Enfermedades Crónicas No Transmisibles de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Referencias:
Gobierno de México (2019). Prevención de adicciones comienza en las familias. Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes/Gobierno de México. Consultado el 16 d ejulio de 2025, recuperado de https://www.gob.mx/sipinna/articulos/la-prevencion-de-adicciones-comienza-en-las-familias?idiom=es
Gobierno de México (2025). Sistema de Información Contra las Adicciones 2025. Gobierno de México.
Instituto Nacional de Salud Pública (2023). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco: ENCODAT. Consultado el 15 de julio de 2025, recuperado de https://portal.insp.mx/control-tabaco/reportes/encuesta-nacional-de-consumo-de-drogas-alcohol-y-tabaco-encodat-2016-2017
MedlinePlus (2023). Drogas y menores de edad. MedlinePlus. Consultado el 16 de julio de 2025, recuperado de https://medlineplus.gov/spanish/drugsandyoungpeople.html
National Institute of Health (2021). Las palabras importan: términos preferidos al hablar de adición. National Institute of Health. Consultado el 18 de julio de 2025, recuperado de https://nida.nih.gov/es/areas-de-investigacion/la-ciencia-de-la-adiccion/las-palabras-importan-terminos-preferidos-al-hablar-de-adiccion

COMITÉ EDITORIAL

Dr. Carlos Alberto Olivier Pacheco

Secretario de Salud y Director General de los SSEP

Dr. Jorge David González García

Subsecretario de Servicios de Salud Zona A de la Secretaría de Salud y Coordinador de Servicios de Salud Zona A de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Mtra. María del Rocío Rodríguez Juárez

Subsecretaria de Servicios de Salud Zona B de la Secretaría de Salud y Coordinadora de Servicios de Salud Zona B de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Mtro. Juan Fernando Carrasco Oliver

Titular de la Unidad de Administración y Finanzas de la Secretaría de Salud y Coordinador de Planeación y Evaluación de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

---

Direcciones

Dra. Crisbel Akaeena Dominguez Estrada
Encargada de Despacho de la Dirección de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica

Dr. Luis Alejandro Tabe García
Director de Protección Contra Riesgos Sanitarios

Dra. en Educ./M.A.S.S. Sagrario Villamil Delgado
Directora de Evaluación de los Servicios de Salud

Agradecimientos a directivos y personal operativo

Dirección de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica
Subdirección de Salud Pública
Departamento de Promoción a la Salud
Departamento de Enfermedades no Transmisibles

Dirección de Evaluación
Departamento de Calidad y Desarrollo Institucional

Dirección de Atención a la Salud
Centro Estatal de Transfusión Sanguinea

POR TU SALUD

POR AMOR A PUEBLA

Síguenos en nuestras **redes sociales:**

Secretaría de Salud Puebla **@SaludGobPue**

PUEBLA Gobierno del Estado 2024 - 2030 | Salud Secretaría de Salud