



SÍNTESIS INFORMATIVA SECRETARÍAS

SECRETARÍA DE MOVILIDAD



Urgen a dar atención a ciclovía en Moliere

REFORMA / STAFF

Ciclistas señalaron que la ciclovia de Avenida Moliere, en la Alcaldía Miguel Hidalgo, carece de señalización visible, lo que aprovechan automovilistas y comerciantes para invadirla, por lo que llamaron a darle mantenimiento.

El ciclocarril, de alrededor de 700 metros, fue implementado de manera emergente por el entonces Delegado, Víctor Hugo Romo, en 2020; sin embargo, ahora luce descuidado.

Durante un recorrido realizado por REFORMA se constató que la señalización no es perceptible, pues apenas es reconocible el balizamiento. Además, algunos de los confinamientos están desgastados o otros fueron removidos.

A la altura del Autocinema Coyote Polanco faltan cuatro confinadores y no hay algún balizamiento que indique el sentido de la ciclovia. Más adelante se encuentra una base de taxis sobre el carril.

“Es una buena ciclovia, pero muchas veces los con-



Algunas partes son invadidas por automóviles y comerciantes.

ductores no la respetan, porque ya no están pintadas las señales y los confinamientos, como los ven viejos, ya no les prestan tanta importancia; espero que venga alguien, aunque sea a remodelar un poco”, apuntó Beatriz Gutiérrez, ciclista.

Los Lineamientos de Implementación de Ciclovías Emergentes publicados por la Secretaría de Movilidad y la Secretaría de Obras y Servicios establecen que dichas ciclovías deben contar

Beatriz Gutiérrez,
ciclista

Es una buena ciclovia, pero muchas veces los conductores no la respetan, porque ya no están pintadas las señales y los confinamientos, como los ven viejos, ya no les prestan tanta importancia.”

con señalamiento horizontal con pintura para delimitar el carril.

“Esperemos que no la olviden, porque hay muchos compañeros que la utilizan; de hecho, más arriba está un puesto de Ecobicis y va gente que toma su bici y se va a su destino”, indicó Gutiérrez.

Ricardo Hernández, ciclista y repartidor de aplicación, apuntó que entre semana hay puestos de comida que invaden la ciclovia.



Según ciclistas, la ciclovia de Avenida Moliere requiere señalización, pues es poco perceptible.



Urgen por examen de manejo obligatorio

IVÁN SOSA

La ley federal ordena que cualquier tipo de licencia de manejo sea otorgada sólo después de que el solicitante apruebe un examen, ^{ilc.d} expuso la especialista en movilidad Areli Carreón de la Coalición Movilidad Segura.

“Todas las personas que realicen el trámite para obtener o renovar una licencia o permiso de conducir, deberán acreditar el examen de valoración integral que demuestre su aptitud, cita textualmente”, subrayó Carreón.

El Gobierno capitalino prevé comenzar a expedir la licencia de manejo permanente este mes. De acuerdo con las autoridades, sólo se aplicará examen a los conductores primerizos que busquen obtenerla.

La obligatoriedad de apli-

car pruebas a los conductores está establecida en el Artículo 51 de la Ley General de Movilidad y Seguridad Vial que entró en vigor desde mayo de 2022.

Carreón señaló que las autoridades de la Ciudad han optado por ignorar dicha disposición.

El reclamo será expuesto a la Secretaría de Movilidad durante una reunión que está contemplada para mañana.

De acuerdo con la ley federal, para obtener la licencia de manejo deben aprobarse un examen teórico y otro práctico de conocimientos y habilidades necesarias, antes de la fecha de expedición o renovación de la licencia.

“Señala que la licencia no podrá tener una vigencia mayor a cinco años”, puntualizó Carreón.

“El Congreso de la Ciudad

Arelí Carreón, de Coalición Movilidad Segura

El Congreso de la Ciudad ha incurrido en la omisión de homologar las normas locales con la ley federal de movilidad, con repercusiones directas en los hechos de tránsito”.

ha incurrido en la omisión de homologar las normas locales con la ley federal de movilidad, con repercusiones directas en los hechos de tránsito, con víctimas mortales que lejos de disminuir, aumentan”.

El Congreso y el Gobierno formalizaron la Licencia Permanente sólo en la parte relacionada con el costo de mil 500 pesos previsto por el Código Fiscal, pero dejaron sin actualizar el Reglamento de Movilidad.

“No haber sido sancionada por conducir vehículos motorizados bajo los efectos

del alcohol o narcóticos, en los términos del Reglamento de Tránsito”, cita la reforma proyectada para el Reglamento de Movilidad, que no ha sido emitida, agregó.

La especialista subrayó que el conducir un vehículo con más de una tonelada de peso es una responsabilidad que debe ser autorizada con la aprobación de un examen.

“Existe una obligación ética de quienes gobiernan de conocer los resultados de la política y la reglamentación para darse cuenta que no hay seguridad vial”, anotó.



VEN MUERTOS DESDE EL CIELO

DISFRUTA PASEANTES DESDE EL CABLEBÚS 3 ALEGORÍA DE PANTEONES DOLORES Y SANTA FE

IVÁN SOSA Ciudad

Para los paseantes que día a día usan la Línea 3 del Cablebús pueden disfrutar, estos días, de la alegoría del Día de Muertos en los Panteones Dolores y del Pueblo Santa Fe.

Muy distinto es el panorama para los asistentes a ambos camposantos, quienes descubrieron un paisaje transformado.

Los festejos de Día de Muertos son los primeros que transcurren a los pies de la Línea 3 del Cablebús, que fue inaugurada a finales de septiembre.

Este fin de semana, en el Panteón de Dolores fue abierto un recinto en memoria del grabador y caricaturista José Guadalupe Posada, cuyos restos fueron sepultados en la fosa común del lugar.

"Posadas murió en la pobreza en 1913, terminó en la fosa común como un desconocido, hubo intentos por identificar sus restos, sin éxito, así que se construyó esta sala que estamos estrenando", comentó el arquitecto Ramón Corona.

La artista del vidrio Olimpia Crown creó junto con Corona un vitral para homenajear a Posadas en un espacio restaurado entre las tumbas del cementerio que está situado en el Bosque de Chapultepec, el cual en los últimos años fue sometido a un trabajo de renovación.

Martín Sánchez fue uno de los asistentes al camposanto que se ubica entre la Segunda y la Tercera Sección. Visitó el sepulcro en donde desde hace 18 años reposa su hermana, Cristina, "Titi", quien en estos meses estaría cumpliendo 22 años.

Una serie de sepulturas pueden ser observados en el recorrido de la Línea 3. Además del Panteón de Dolores y el del Pueblo de Santa Fe, de la que sobresale el camposanto israelita, ubicado en Avenida Constituyentes.

Desde las góndolas del Cablebús, el aspecto de este último era sobrio, sin los colores de las flores de cempasúchil que sí eran llevadas a los mausoleos del Dolores.



El nuevo paisaje hay en el poniente de la Ciudad.

Cambió el panteón, esta galería de Posadas no existía hace un año, era un almacén en donde los trabajadores guardaban ataúdes, ya pasa el Cablebús aquí arriba y en muchas tumbas ahora ponen fotos, como sale en la película Coco".

Martín Sánchez
asistente al panteón

**SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL DE
RIESGO Y PROTECCION CIVIL**



TEMBLORES DE BAJA MAGNITUD

Madrugan por sismos en Cerro de la Estrella

En lo que va del año, se han registrado 78 movimientos telúricos con epicentro en la Ciudad de México

EL DATO

Constante

Según Luis Quintanar, investigador del Departamento de Sismología del Instituto de Geología de la UNAM, hay 20 fallas geológicas en la Ciudad de México.

POR HILDA CASTELLANOS
hilda.castellanos@gimm.com.mx

Dos sismos de baja magnitud se registraron la madrugada del sábado con epicentro en Cerro de la Estrella, Iztapalapa, lo que generó alarma entre vecinos.

El primer movimiento telúrico de magnitud 2.1, ocurrió a las 03:03 horas, con una profundidad de 2 kilómetros, al sur de la alcaldía, informó el Servicio Meteorológico Nacional (SSN).

Usuarios de redes sociales mencionaron que sintieron el temblor en la colonia San Juan Xalpa y cerca del Cerro de la Estrella.

“Yo estoy en Cerro de la Estrella y acá nunca se sienten...este sí se sintió”, publicó el usuario @AlfAgui3; “Mucho más fuerte de lo reportado”, aseguró @arturomartine96.

Un minuto después, a las 03:04 horas ocurrió otro movimiento, magnitud 1.8.

De acuerdo con el mapa del SSN, ambos temblores se localizaron en el Cerro de la Estrella, área donde se encuentra el Parque Nacional y Área Natural Protegida.

Por estos movimientos, las autoridades no reportaron daños materiales ni personas afectadas.

A pesar de que Iztapalapa no es una zona frecuente de microsismos, este tipo de movimientos de magnitud menor no son nuevos.

El 6 de junio pasado se registró un sismo magnitud 2.2 al este de Iztapalapa.

En lo que va del año, han ocurrido 78 sismos de magnitud menor a 3.0 en la Ciudad de México, según datos del SSN, la mayoría de ellos al poniente de la capital.



TROMBA

Distintos puntos de la Alcaldía Tlalpan registraron encharcamientos tras las precipitaciones de anoche, entre ellos, la Calzada de Tlalpan a la altura de la estación El Vergel del Tren Ligero y la Autopista México-Cuernavaca.

SECRETARÍA DE MEDIO AMBIENTE



■ Un listón amarillo es usado para marcar ejemplares en riesgo.

Buscan en Polanco controlar muérdago

IVÁN SOSA

Con recursos del Presupuesto Participativo y donativos de empresas, vecinos de Polanco buscan controlar las plagas del arbolado de la zona, incluido el muérdago.

“Cuando el árbol está sano, su sistema inmunológico lo defiende de las plagas, pero están tan débiles que no pueden solos y tenemos que ayudarlos”, expuso la directora de la Voz de Polanco, Maritere Ruiz.

En el amplio andador del camellón Homero abundan los árboles con mechones verdes del muérdago, el cual sustrae los nutrientes del ejemplar para extenderse como una plaga parásita.

Al tratarse de una avenida clasificada como vía primaria, es competencia del Gobierno capitalino su atención.

“Hay mucho muérdago y es muy difícil que nosotros como vecinos podamos tocarlos”, explicó Ruiz.

Durante la Administración capitalina anterior, la Secretaría de Medio Ambiente (Sedema) aplicó un programa para atender a las palmeras plagadas, retirar los tocones de las muertas y contener el muérdago, pero desde principios de este año, las acciones fueron suspendidas.

Actualmente, la intervención vecinal tiene que limitarse a las calles secundarias de Polanco.

Los colonos intentan evitar que se replique el paisaje de Moliere, en donde sólo subsisten pedazos de troncos de lo que fue un corredor de palmeras.

En los últimos ocho años, los habitantes han destinado más de 10 millones de pesos al arbolado de la zona.

“Los costos son elevados, porque hay que atender a los árboles en su altura, si es de 18 metros es una labor delicada, personal capacitado tiene que trepar para quitar las ramas plagadas con muérdago”, indicó Ruiz.

El tratamiento fitosanitario de un solo árbol cuesta por lo menos 5 mil pesos, pues la endoterapia se aplica varias veces.

“Son árboles muy enfermos, porque están estresados, no se les pone mejor tierra, no se descompacta el suelo, la contaminación, la falta de agua, si no los atendemos nos vamos a quedar sin árboles”, puntualizó Ruiz.

Actualmente, algunos vecinos reciben cursos de capacitación para identificar el muérdago, el gusano descortezador, árboles secos o presionados por el concreto de las banquetas, ejemplares que marcan con un listón amarillo.



El ahuehuete sorteó la sequía y ahora enfrentará el invierno

El árbol, que es el segundo que se planta para sustituir a la palmera que estuvo más de 100 años en el Paseo de la Reforma, **tiene nuevas ramas**

Texto: **LAURA ARANA**

—metropoli@eluniversal.com.mx

Fotografía: **VALENTE ROSAS**

A dos meses de concluir 2024, el ahuehuete ubicado en Paseo de la Reforma superó las épocas de calor, sequía y lluvias y ya presenta hojas café para resistir las bajas temperaturas del invierno.

La Secretaría del Medio Ambiente (Sedema) calificó al ejemplar como un "árbol vigoroso", con un desarrollo "bueno", libre de plagas, enfermedades y tiene nuevas ramas.

La Dirección General del Sistema de Áreas Naturales, Protegidas y Áreas de Valor Ambiental de la Secretaría del Medio Ambiente informó vía transparencia a EL UNIVERSAL que hasta el mes de octubre de este 2024 el segundo ahuehuete que fue trasplantado el 19 de mayo de 2023 presenta follaje suficiente y hojas color verde en toda su estructura, acorde con la especie.

A un año y cinco meses de ser plantado tiene "brotes vegetativos, formando nuevas ramas de 30 a 40 centímetros, libre de plagas y enfermedades, indicando que la salud y vigor del árbol son aceptables, o sea, que su desarrollo es bueno", remarcó la dependencia.

Durante las recientes lluvias que se registraron, la Sedema explicó que el árbol no recibió riegos, ya que el agua es vital para este ejemplar, por lo que las precipitaciones favorecieron la presencia de humedad.

"El ahuehuete no recibe ningún riego, debido a que el temporal de lluvias ha mantenido constante la humedad del suelo, que requiere el árbol para su desarrollo. Eso se comprueba con visitas continuas para verificar la humedad del cajete".

La vigilancia del ejemplar está a cargo de "personal de la Sedema, incluyendo ocho personas de campo y un cabo". Además, la instancia del Gobierno capitalino indicó que a la fecha el árbol "no ha sufrido daño mecánico alguno, ya que se encuen-

tra resguardado por un tapial metálico y el acceso es controlado".

Informó que sobre los cuidados se llevan a cabo deshierbes continuos de manera manual, además el repicaje para descompactar y airear el suelo y la aplicación de fungicidas al suelo de manera preventiva contra patógenos.

"También se realizó el despunte

9 DE SEPTIEMBRE DE 2024

La extitular de la Sedema, Marina Robles, asegura que el ahuehuete de Paseo de la Reforma se encuentra plenamente adaptado.



FOTOS: ARCHIVO EL UNIVERSAL



Tiene brotes vegetativos (...) libre de plagas y enfermedades indicando que la salud y vigor del árbol son aceptables, o sea, su desarrollo es bueno"

SECRETARÍA DEL MEDIO AMBIENTE



El hecho de que no cuente con plagas ya es ganancia (...) es recomendable seguir con el monitoreo"

ADALBERTO JURADO HERNÁNDEZ

Jefe de Ingeniería Ambiental de la Universidad La Salle

de ramas con la finalidad de distribuir el peso de las ramas y vigor, se ajustaron los tirantes para fijar el árbol, se monitorea el estado de salud presente, el cual al momento es aceptable".

Lo que viene para el invierno

La Sedema detalló que ante la lle-

gada del invierno continuará con el monitoreo de la estructura y follaje del árbol, así como del suelo y se realizará un riego por semana. Respecto a las bajas temperaturas que pudieran suscitarse, la dependencia aseguró que "no tenemos problema, ya que el árbol es semicaducifolio de clima templado frío, o sea, condiciones de su hábitat natural".

El término semicaducifolio se refiere a la pérdida de follaje por un periodo muy corto, es decir, cuando las hojas viejas se caen y comienza el crecimiento del nuevo.

Explicó que el árbol ya presenta hojas color café, un mecanismo que los árboles utilizan para enfrentar las bajas temperaturas del otoño e invierno.

"El árbol se encuentra en avanzado proceso de adaptación y continuaremos con su mantenimiento y cuidado para su establecimiento definitivo. Tiene un buen desarrollo de acuerdo con los indicadores de salud, follaje y estructura general, es un árbol vigoroso, por lo que se infiere que la raíz absorbe nutrientes y agua como es su función a la parte aérea, los elementos necesarios para la fisiología del árbol".

También sorteó el calor y la sequía

El 8 de junio pasado, este diario informó que pese a las olas de calor, el ejemplar reportó crecimientos vegetativos entre 20 a 35 centímetros de longitud en la

parte apical (punta), además de que era supervisado por 10 especialistas, entre agrónomos, biólogos y fitopatólogos.

Para hacer frente al temporal, donde se registraron temperaturas altas, el ejemplar recibió alrededor de dos riegos semanales, adicionales a lo que definieron los expertos, ya que cuenta con un sistema de riego propio ubicado en la glorieta donde está sembrado y que se programa para el suministro de líquido vital, de acuerdo con las condiciones del clima.

Este mecanismo de riego garantiza, explicó la dependencia, que se cubra la necesidad de humedad en el suelo que el árbol requiere para su desarrollo.

El jefe de la carrera de Ingeniería Ambiental de la Universidad La Salle, Adalberto Jurado Hernández, explicó que "son buenos síntomas" y el hecho de que no cuente con plagas "ya es ganancia".

Remarcó que aún es pronto para decir que ya se estableció, por lo que es recomendable seguir con el monitoreo. Destacó que el periodo de lluvia fue benéfico y ayudó "para que la frecuencia de riego no fuese tanta como lo que suele demandar. Es un árbol que necesita de agua".

Sobre el invierno, resaltó que habrá leves cambios en las hojas del árbol, "hay que seguirlo cuidando y mantener buen riego", concluyó el experto. ●

CRONOLOGÍA

21 DE ABRIL DE 2022

El Gobierno de la Ciudad de México anuncia la sustitución de la icónica palmera de Paseo de la Reforma que habitó por más de 100 años en esta zona de la capital. Comité de expertos recomiendan el retiro para evitar riesgos debido a la presencia de hongos.



24 Y 25 DE ABRIL DE 2022

Despedida de la icónica palmera. Al día siguiente, por la madrugada es retirada de la glorieta.



8 DE MAYO DE 2022

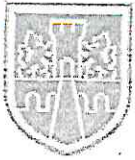
Tras una encuesta ciudadana que lanza el Gobierno, 71 mil 286 votos arrojan que un ahuehuete debe sustituir a la palma canaria.

5 DE JUNIO DE 2022

El primer ahuehuete, traído desde Nuevo León, es trasplantado en Paseo de la Reforma.

7 DE JUNIO DE 2022

Un automovilista se sube a la glorieta y se impacta con uno de los tensores que daba soporte al ahuehuete.



5 DE SEPTIEMBRE DE 2022

El Gobierno de la CDMX anuncia que debido al estrés, ya que también ciudadanos lo pisaban y ha permanecido sujeto a condiciones adversas, se coloca un "tapial" de protección.

9 DE MARZO DE 2023

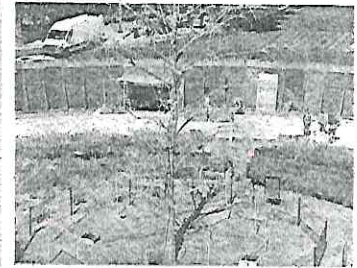
La Secretaría de Medio Ambiente informa sobre el retiro del ejemplar.

11 DE MARZO DE 2023

El primer ahuehuete de Paseo de la Reforma es retirado debido a que presenta en su mayoría ramas secas.

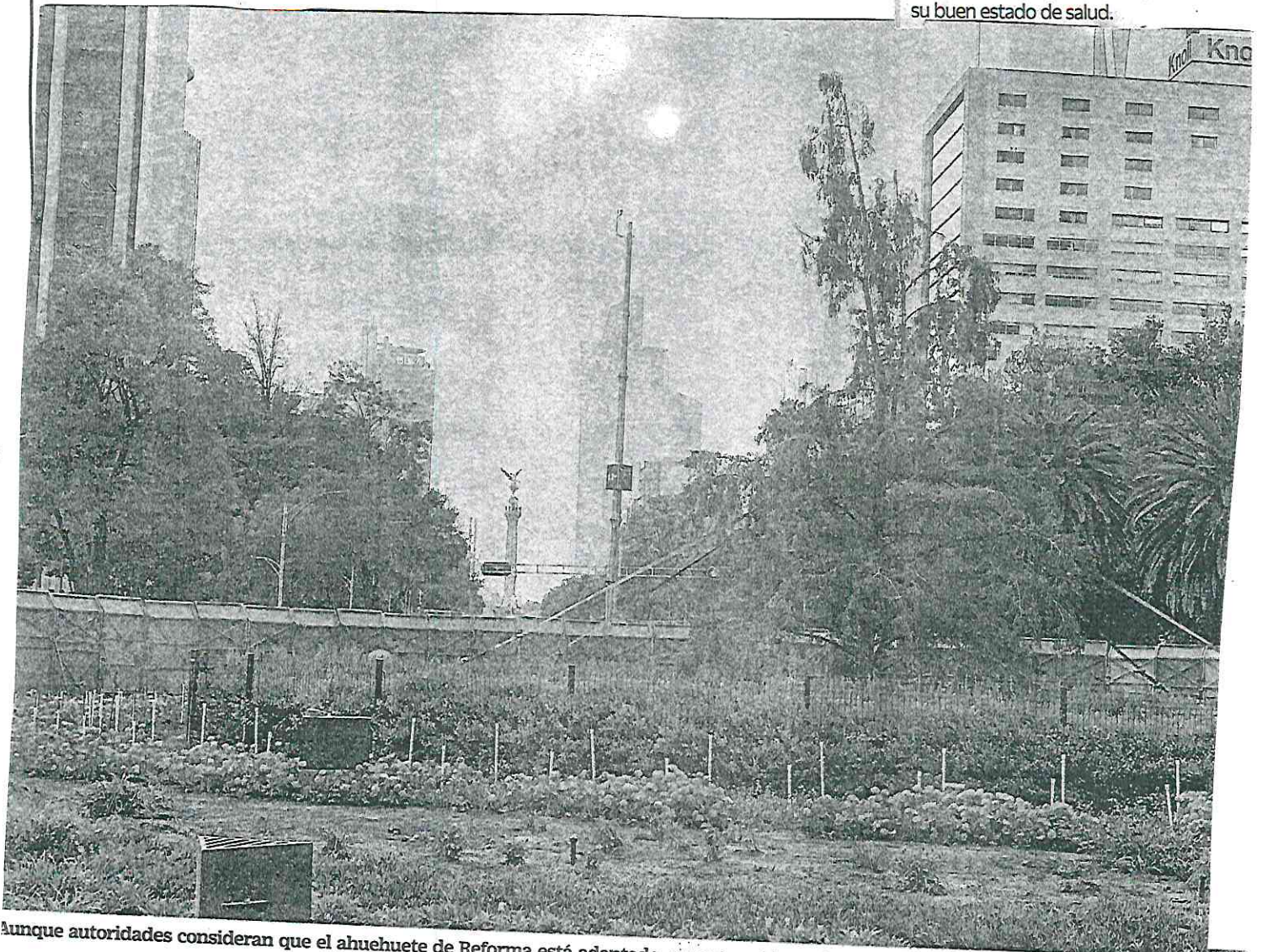
19 DE MAYO DE 2023

Un nuevo ejemplar de ahuehuete es plantado en Paseo de la Reforma.



22 DE JUNIO DE 2023

Un sujeto escala las vallas que protegen al nuevo ejemplar y echa cemento; posteriormente se reporta su buen estado de salud.



Aunque autoridades consideran que el ahuehuete de Reforma está adaptado, expertos piden seguirlo cuidando y mantenerlo con un buen riego.



**AHUEHUETE
TOMA FUERZA**



El ahuehuete de Reforma superó las épocas de calor, sequía y lluvias de este 2024 y ya presenta hojas cafés para resistir las bajas temperaturas del invierno. La Sedema calificó al ejemplar como un "árbol vigoroso", con un desarrollo "bueno", libre de plagas y enfermedades, con nuevas ramas.

SISTEMA DE AGUAS



Mitigan en la presa San Francisco el alto riesgo de desbordamiento

AURELIO SÁNCHEZ

6 MET

Debido al alto nivel que registró la presa San Francisco, la alcaldía Álvaro Obregón, desplegó un operativo para mitigar el riesgo de desbordamiento y afectaciones a vecinos.

Ubicado en la colonia Desarrollo Urbano El Pirú, el embalse subió de nivel hasta alcanzar su máxima capacidad, debido a las precipitaciones que se registraron la tarde de ayer.

"En coordinación con el Sistema de Aguas de la Ciudad de México, la noche del viernes se abrieron las compuertas para desalojar el líquido y evitar afectaciones a vecinos", informó la demarcación mediante un comunicado.

Asimismo, la alcaldía desplegó a personal de las distintas áreas que integran la administración local para atender los puntos en los que se registraron encharcamientos e inundaciones.

Las acciones se centran en trabajos de desazolve y retiro de basura y materiales de arrastre.

Colonias como Barrio Norte, Liberación Proletaria, Olivar del Conde, La Cañada y El Pirú, así como vialidades como Río San Borja, Calzada Jalalpa y Calzada de los Corceles están siendo atendidas.

La Unidad de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil, así como la Dirección de Seguridad Ciudadana, reportaron saldo blanco.



Las acciones se centran en trabajos de desazolve y retiro de basura y materiales de arrastre /CORTESÍA: ALCALDÍA ÁLVARO OBREGÓN

SECRETARÍA DE SALUD



ASEGURA VOZ PRO SALUD MENTAL

Existen diversos pasos para poder decir adiós

GENOVEVA ORTIZ

Especialistas señalan que diversos factores intervienen en el duelo, un proceso emocional natural ante una pérdida de cualquier índole

El duelo es un proceso emocional que se da de manera natural ante la pérdida de algo muy importante para la persona que lo sufre, puede ser el trabajo, el matrimonio, la casa, la pérdida de salud o alguna capacidad física, pero que se relaciona frecuentemente con la muerte de un ser querido.

El concepto "duelo" ha sido estudiado e investigado desde hace siglos; no obstante, la psiquiatra Elisabeth Kübler Ross (1926-2004), pionera en los estudios sobre la muerte cercana, planteó cinco etapas del duelo, explican especialistas en psicología y tanatología.

La primera es la fase de negación, donde las personas se niegan a sí mismas que ha ocurrido la pérdida. La segunda fase es el enfado, indiferencia o ira, que se caracteriza por un estado emocional de descontento por no poder evitar la pérdida. Se buscan razones causales y culpabilidad.

La tercera es la negociación. Negociar consigo mismo o con el entorno, entendiendo los pros y contras de la pérdida. Se intenta buscar una solución a pesar de conocerse la imposibilidad de que suceda.

La cuarta fase es cuando la persona o la familia experimentan tristeza por la pérdida. Pueden llegar a suceder episo-

dios depresivos que deberían ceder con el tiempo.

Y la quinta fase es la aceptación, que ocurre cuando la persona o la familia asumen que la pérdida es inevitable. Supone un cambio de visión de la situación sin la pérdida; siempre teniendo en cuenta que no es lo mismo aceptar que olvidar.

Voz Pro Salud Mental Ciudad de México subraya que estas etapas no necesariamente se dan en este orden, debido a que se pueden registrar regresiones cíclicas.

"Cuando aparentemente estamos en la fase de aceptación es posible regresar a cualquiera de las etapas anteriores. Es un proceso personal, al que no todos los individuos reaccionan igual", explicó Gabriela Cámara, presidenta honoraria de la organización civil VPSM CdMx.

La especialista señaló que diversos factores intervienen en el duelo, como son el tipo de relación afectiva con el fallecido;

duración de la enfermedad mortal y la agonía (en caso de existir), grado de dependencia, género del sobreviviente, apoyo social, redes sociales, creencias religiosas, filosóficas o espirituales, presencia o no de otras experiencias de duelo y profesión del que sufrió la pérdida, ya que en particular suele ser más difícil para el personal de salud.

Gabriela Cámara explicó que el ritual

TANATOLOGÍA

EL IMSS brinda apoyo a través de la tanatología, disciplina que ayuda a encontrar el sentido ante la partida de un ser querido, pero también en situaciones de salud, como la pérdida de un órgano por enfermedad

de despedida, como son los funerales y las ceremonias religiosas ayudan a las personas en este proceso de duelo; sin embargo, indicó que cuando alguien no puede superarlo es necesario buscar ayuda de un profesional en salud mental.

PARA SUPERAR EL DUELO

Para ayudar a las familias a recuperarse en un proceso de duelo, el IMSS brinda apoyo a través de la tanatología, disciplina que ayuda a encontrar el sentido ante la partida de un ser querido, pero también en situaciones de salud, como la pérdida de un órgano por enfermedad.

El personal de Trabajo Social que labora en Unidades de Medicina Familiar (UMF) y en hospitales de Segundo Nivel de atención, ayudan a los pacientes y a sus familias a superar estas adversidades.

"Cuando un familiar o un paciente enfrenta una situación difícil como es la pérdida de la vida, el personal de Trabajo Social se ocupa de ellos a través de educación individualizada o en grupos", explicó Eduardo Sánchez Correa, jefe de Trabajo Social en el Órgano de Operación Administración Desconcentrada (OOAD) Ciudad de México (CdMx) Sur.

Indicó que en el Primer Nivel de atención se cuenta con estrategias educativas de promoción de la salud, en tanto que en hospitales se desarrolla el proceso sustantivo de educación para la salud, ambos



enfocados en ayudar a las personas a reintegrarse a sus actividades diarias después de haber tenido alguna pérdida significativa; asimismo, con el apoyo del personal de Psicología se refuerza en familiares y pacientes a superar los sentimientos de pérdida.

Sánchez Correa señaló que el desgaste físico y emocional afecta tanto a la familia como al paciente, y ambos viven de manera dis-

tinta el duelo; este tipo de personas encuentran en la Tanatología un gran auxiliar.

"Las personas que sufren una pérdida o que afrontan una enfermedad difícil, queremos que sepan que no están solos; el IMSS cuenta con profesionales de la salud que les pueden ayudar a enfrentar estos momentos y a tratar su salud mental. Acudan a su UMF, en donde personal de Trabajo Social los orientará a enfrentar este tipo de experiencias mediante su estrategia educativa de promoción de la salud", enfatizó.

El jefe de Trabajo Social abundó que la

asistencia tanatológica permite preparar al paciente con enfermedad terminal y a su familia a despedirse, superar culpas, reconciliarse, redactar su voluntad anticipada, el testamento, perdonar y pedir perdón, "de esta manera las familias se preparan para lo que vendrá".

Sea cual sea la enfermedad o padecimiento, el IMSS ofrece hasta el último momento de la vida, atención médica integral y emocional; el servicio de Trabajo Social actúa en colaboración con otros especialistas como médicos, enfermeras, asistentes médicas, estomatólogos y nutricionistas, quienes brindan una mejor atención a los pacientes.

CÓMO DECIR ADIÓS

El Consejo Ciudadano para la Seguridad Pública de la Ciudad de México explica que si un ser querido falleció o si aún se extraña a alguien que se fue hace mucho tiempo es posible que se requiera ayuda para atravesar este duelo.

El Consejo Ciudadano cuenta con líneas de ayuda para escuchar y atender las emociones, y además brinda los siguientes consejos para superar una pérdida:

- No juzgues tus emociones, cada persona atraviesa el duelo de manera distinta
- Recuerda con cariño los buenos momentos que compartieron
- Puedes escribirle una carta o dedicarle unas palabras
- Haz un pequeño ritual en su honor, como encender una veladora
- Habla de cómo te sientes con familiares y amigos.
- Y pide ayuda En la Línea de Seguridad y Chat de Confianza 55 5533-5533 dan atención psicológica GRATIS y 24/7.
- Si la tristeza se mantiene durante demasiado tiempo y pareciera dificultar las actividades cotidianas, es importante acercarse a un experto de la salud mental para valorar otro tipo de situaciones que, de no ser atendidas, podrían complicarse.



El ritual de despedida, como son los funerales y las ceremonias religiosas, ayudan a las personas en el proceso de duelo /DAVID DEOLARTE