INFORMATIVO INSITEZ

Consolidando Calidad en Salud.

En este número

EDITORIAL Pag.1

ARTÍCULOS
- ¿Cinco mitos sobre el cáncer de próstata?
- ¿Sabías qué...?
Pag.2

- Inicio del receso navideño en INSITEZ
Pag.3

- Conociendo a nuestra gente
Pag.4

Equipo Redactor:
Presidente: Dr. Alberto Quintero
Vicepresidente: MSc Erasmo Cadenas
Gerente General: Prof. Raúl Vegas
Gerente de División Gestión Médica: Lcda. Maribel Contreras
Subgerente de Información y Estadística: Lcda. Tarcila Arteaga
Subgerente de Sistema e Innovación Tecnológica: Ing. Rafael Hernandez

Nuestra Primera Navidad y Fin de Año Juntos

A pocos días de caer la última hoja del calendario, estamos llenos de emoción y alegría porque han estado con nosotros apoyándonos en este proceso de transformación, de evolución a un nuevo modelo de gestión. Juntos hemos recorrido un camino duro en este 2021, pero su comprensión, compañía y solidaridad nos ha dado ánimos para seguir adelante. Esta es nuestra 5ta entrega del Boletín Informativo Insitez, un reflejo del logro, de la constancia y voluntad de un equipo de trabajo que se ha puesto como meta mostrar la dedicación de todo el personal de INSITEZ por ayudarles a alcanzar un estado de bienestar físico, psicológico y espiritual a través de estas páginas. Esperamos que el próximo año sigan con nosotros luchando y venciendo. El equipo redactor del Boletín en nombre de todo el personal INSITEZ les desea una muy Feliz Navidad y un venturoso Año 2022.

Aún existen muchos hombres que frente a algún signo de alarma alarma no acuden al médico por vergüenza. Esto pasa sobre todo porque esta enfermedad está llena de desinformación. La próstata es una glándula que hace parte del aparato genital masculino, se ubica por debajo de la vejiga y es atravesada por la uretra. Todos los hombres después de los 40 años deberían tener su cuidado entre las prioridades, pues se puede convertir en un verdadero dolor de cabeza, es necesario un diagnóstico temprano que muchas veces no llega por los mitos que se han creado en torno a esta enfermedad.

1. Es una enfermedad de viejos: **¡Falso!** Se estima que el 60 por ciento de los diagnosticados son hombres mayores de 65 años. Sin embargo, existe un porcentaje de pacientes que se diagnostica antes de los 55 años.

2. Historial familiar. Aproximadamente el 5% del cáncer de próstata es hereditario. Por lo tanto solo si tu padre o hermanos lo han padecido, existe **una probabilidad** de que tu lo padezcas.

3. La actividad sexual incrementa el riesgo: **Aún sin confirmar**. Un estudio de la Universidad de Harvard, realizado sobre hombres en edades de 46 a 81 años concluyó aquellos que eyaculaban 21 o más veces al mes tenían un 33 por ciento menos de probabilidades de desarrollar este cáncer, comparado con aquellos que eyaculaban de 4 a 7 veces.

4. Tener al antígeno prostático específico (PSA) alto significa cáncer. **Falso.** La mayoría de los hombres con un PSA elevado resultan no tener cáncer de próstata; solo cerca de 25 % de los que tienen una biopsia de la próstata a causa de una concentración elevada del PSA tienen en realidad cáncer de próstata cuando se hace una biopsia.

5. El examen de próstata es molesto y afecta la virilidad. La masculinidad es según el Diccionario Oxford "Conjunto de características físicas, psíquicas o morales que se consideran propias del varón o de lo masculino, en oposición a lo femenino", una prueba médica **NO** define tu virilidad ni preferencia sexual.

¿Sabías qué...?

El simple hecho de anticipar un suceso divertido y feliz puede aumentar las concentraciones de endorfinas y de otras hormonas inductoras del placer y la relajación, al tiempo que disminuye la producción de hormonas del estrés, según un trabajo de la Universidad de California presentado en la reunión de la Sociedad de Neurociencias, en Florida. "El estudio revela que incluso saber con anterioridad que uno participará en un acontecimiento positivo reduce las concentraciones de las hormonas del estrés en la sangre, y aumentan las que contribuyen a la relajación", explicó Lee Berk, uno de los autores de la investigación.

Inicio del receso navideño en INSITEZ

El pasado 1ero de Diciembre, el personal del Área de Odontología de la Gerencia de División Salud Integral de Barinas dió la bienvenida al período decembrino organizando el "parrandón navideño INSITEZ 2021" cuyo objetivo fue generar un espacio de entretenimiento basado en las tradiciones venezolanas representadas por el canto de aguinaldos. La animación musical estuvo a cargo de la agrupación "Parranderitos de la UNELLEZ" perteneciente al Sistema de Agrupaciones Musicales de la Dirección de Cultura de la UNELLEZ lideradas por la Lcda. Abril España.
Con la ayuda de empresas privadas así como con la colaboración del personal de INSITEZ, se alegró el ambiente alejando por un momento las preocupaciones diarias gracias a las sonrisas y momentos divertidos que aportaron los pequeños hijos de trabajadores de la Universidad que Siembra, invitados de honor y gran motivación de esta fiesta.
Con esta actividad INSITEZ Barinas abre sus brazos para darle la despedida al 2021 y con esperanzas acoger al 2022.

Compartir de fin de año junto al personal del INSITEZ

Con motivo del inicio del receso de actividades del personal de la UNELLEZ, el pasado viernes 17 de diciembre se celebró la acostumbrada despedida de año con un compartir entre los trabajadores que cumplen labores en la Fundación Instituto de Salud Integral de los Trabajadores "Ezequiel Zamora". En la actividad convergieron personal de salud, administrativo y obreros adscritos a la Sede Principal de INSITEZ y a la Gerencia de División Integral de Barinas junto con sus familiares. La ocasión permitió estrechar aún mas los lazos de compañerismo y solidaridad entre todos así como pasar un rato ameno y de esparcimiento, con el cual se inicia "la recarga de baterías" para afrontar con esperanza y dinamismo los retos del 2022, los cuales se esperan ser superados así como se ha venido haciendo con los presentados en el 2021.
Recordamos a nuestros lectores que durante el receso decembrino, todos los Centros Médicos de INSITEZ seguirán en funcionamiento y el horario de atención administrativa se publicará debidamente por nuestras redes.

Conociendo a nuestra gente

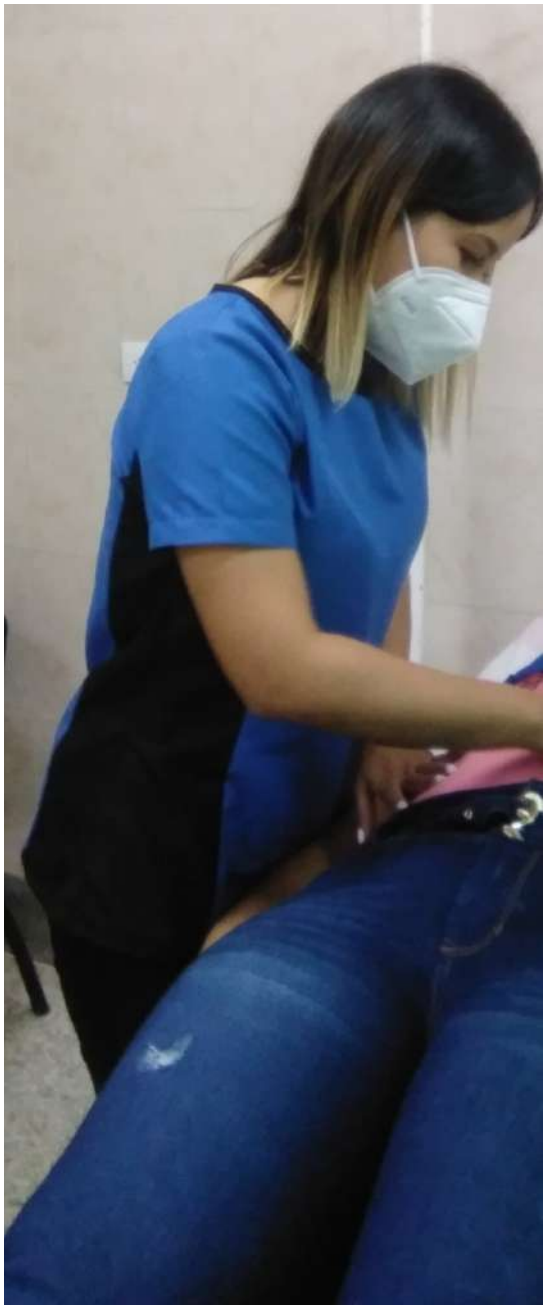
Por : Lcda Tarcila Arteaga. Subgerente de Información y Estadísticas en Insitez.

En esta edición del boletín informativo damos a conocer al personal que conforma el talento humano de nuestra Fundación y su labor dentro de ella a través de entrevistas cortas.

ROSA QUINTERO

MÉDICO GENERAL.

En esta oportunidad continuamos la sección con la Dra. Rosa Quintero Médico General de INSITEZ en Barinas, encargada de la atención a pacientes en el servicio Médico.



TA: ¿Cómo descubriste que querías ser médico?

RQ: Hola, buenos días, es un honor que haya decidido entrevistarme, y en cuanto a esa pregunta pues desde siempre había querido ser médico, era algo que desde niña, o desde que comencé a tener uso de razón yo le decía a mi mamá, quiero ser médico yo voy a ser doctora, y le decía incluso, no mamá yo quiero ser Pediatra. Me gusta mi profesión porque podemos ayudar a quien más lo necesita.

TA: **¿Qué es lo que más le gusta de su trabajo?**

RQ: Yo digo que yo soy un instrumento de Dios para brindar salud y bienestar a las personas que más lo necesitan.

TA: .¿Qué es lo que más te desagrada de tu trabajo?

RQ: Pues la verdad es que no tengo algo que me desagrada, ni fobia o cualquier sensación no porque uno ha visto tantas cosas, tantos olores, insectos que uno pierde el miedo.

TA: .¿Has tenido problemas para atender algún paciente?

RQ: Problemas con algún paciente no, lo único es que hay situaciones en que todos los médicos estamos ocupados, los pacientes llegan y ellos quieren ser atendidos de una vez, y pues para eso hay que esperar su turno, pero de problemas con alguien así no.

TA: ¿Algun plan para el futuro?

RQ: Sí, principalmente quiero hacer mi especialidad y de ahí en adelante dios irá colocando las cosas en el camino para que se puedan cumplir.