

Infórmate, actualízate, conócenos

# SOMOS IGSS

AÑO 5, NÚMERO 18, GUATEMALA, C.A. OCTUBRE DE 2023

LA REVISTA DE LOS TRABAJADORES



## Cumplimos 77 años de servicio



## JUNTA DIRECTIVA

Lic. José Adolfo Flamenco Jau

**PRESIDENTE**

Dr. Mario David Cerón Donis

**SEGUNDO VICEPRESIDENTE**

Dr. Luis Rodolfo Narciso Chúa

**VOCAL I**

Oscar Eduardo Montoya White

**VOCAL II**

Sr. Adolfo Lacs Palomo

**VOCAL III**

Lic. José Fernando Sierra Cóbá

**SECRETARIO**

## CONSEJO EDITORIAL

M.Sc. Lic. Edson Javier Rivera Méndez  
**GERENTE**

Dr. Francisco Javier Gómez Jerez  
**SUBGERENTE DE  
PRESTACIONES EN SALUD**

Lic. José Domingo Argueta Salazar  
**SUBGERENTE DE  
PRESTACIONES PECUNIARIAS**

Lic. Sergio Roberto Vinicio  
Barillas Ramírez  
**SUBGERENTE DE TECNOLOGÍA**

PhD. Héctor Fajardo Estrada  
**SUBGERENTE ADMINISTRATIVO**

M.Sc. Zámaro Yohana  
Velásquez Ramos de Herrera  
**SUBGERENTE DE RECURSOS HUMANOS**

Lic. Carlos Alberto Franco Antonio  
**SUBGERENTE DE PLANIFICACIÓN  
Y DESARROLLO**

Licda. Irma Estela Guzmán Herrera  
**SUBGERENTE DE INTEGRIDAD  
Y TRANSPARENCIA ADMINISTRATIVA**

Licda. Andrea Victoria Alvizures Escobar  
**JEFE DE DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO  
DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN  
SOCIAL Y RELACIONES PÚBLICAS**

Michel Aguirre  
**EDITORA**

Paulo César Quiñónez Valdez  
**DISEÑO**

Juan Carlos Estrada  
**FOTOGRAFÍA**

# Editorial

Hoy celebramos un año más en la historia del país: el aniversario del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, IGSS, que durante 77 años se ha constituido como un pilar fundamental en la protección de la salud y el bienestar de los guatemaltecos.

A lo largo de su historia, la institución ha enfrentado numerosos desafíos, pero en los últimos años ha demostrado una capacidad notable para adaptarse a las cambiantes necesidades de la sociedad, en un esfuerzo conjunto del personal médico, administrativo y de apoyo, que se ha sido verdaderamente inspirador.

La modernización de las instalaciones y la adquisición de tecnología de vanguardia han mejorado significativamente la calidad de la atención médica que se ofrece a los derechohabientes. De la misma manera, la ampliación de la cobertura y la mejora en la disponibilidad de medicamentos han

hecho que el IGSS sea más accesible y efectivo para la población afiliada.

A medida que hacemos una retrospectiva de estos logros, debemos recordar que la salud es un derecho fundamental, y en ese sentido desempeñamos un papel crucial en la protección de ese derecho, esto gracias al esfuerzo diario de cada uno de los empleados.

No obstante, sabemos que aún quedan retos por delante y en este mes es oportuno rendir homenaje a todas las personas que trabajan incansablemente por esta noble institución, ya que su dedicación y compromiso son invaluables, y son la razón por la que el IGSS ha logrado estos avances tan significativos.

En este aniversario, reafirmamos nuestro compromiso con la construcción de un sistema de salud más fuerte para las generaciones futuras. Sigamos trabajando juntos por un país más saludable y próspero.

**¡Feliz aniversario!**

Somos IGSS es la revista interna del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, tiene como finalidad mantener comunicados a sus trabajadores. Es una publicación digital del Departamento de Comunicación Social y Relaciones Públicas.

Sugerencias a: [somosigss@igssgt.org](mailto:somosigss@igssgt.org)

7a. avenida 22-72, zona 1  
Ciudad de Guatemala.



# Diagnósticos basados en la evidencia

Un equipo de especialistas, líderes de opinión de las Unidades Médicas junto a la comisión de Guías de Práctica Clínica Basadas en la Evidencia (GPC-BE) realizan estos documentos para el personal médico.

Estos informes de referencia incluyen recomendaciones para optimizar la atención a los pacientes.

Las GPC-BE son documentos que ofrecen información basada en la mejor evidencia disponible acerca de los principales problemas de salud, estos fortalecen la toma de decisiones clínicas y contribuyen a mejorar la calidad y efectividad de la atención médica en las unidades de todo el país.

Para elaborarlas, los especialistas siguen el procedimiento establecido que inicia con la selección del

tema y la conformación del grupo de desarrollo. Como siguiente paso se desarrolla el contenido y se revisa para la autorización, diagramación, publicación y aplicación de ellas.

Este material docente permite que todo el personal médico y paramédico estandarice los procesos de diagnóstico, además son una gran oportunidad de participar en publicaciones científicas.



## Guías de Práctica Clínica Basadas en la Evidencia

Disponibles en el enlace

# Pedalea por tu salud





Como una de las principales acciones para promover la actividad física para los trabajadores, el Departamento de Comunicación Social y Relaciones Públicas realiza bici tours nocturnos cada mes.

Con un recorrido que va desde los 16 a los 30 kilómetros, esta actividad tiene como objetivo incentivar a los trabajadores del Instituto y a la población en general que asiste a mantener una vida activa a través de este tipo de dinámicas.

Además, el equipo del Comunicación Social busca hacer de esta actividad algo recreativo, turístico y familiar,

incluyendo lugares seguros e interesantes que pueden ser visitados de noche, por ello el recorrido dura 2 horas.

Para garantizar la seguridad de los participantes, el IGSS se apoya en la Municipalidad de Guatemala que otorga el acompañamiento de Policías Municipales en motocicletas y bicicletas.

Pilotos, paramédicos, enfermeras y una ambulancia completa participan en esta actividad, también para asegurar que cualquier accidente pueda ser atendido con la atención que el caso lo amerite.



# Dr. Rodrigo Penados

## LLEVANDO EL CROSSFIT A OTRO NIVEL

Residente del segundo año de la especialidad de Medicina Física y Rehabilitación, el Dr. Rodrigo Penados es un apasionado por el Crossfit, deporte que desde hace 9 años decidió fusionar con su profesión.



### Crossfit con medicina

A sus 18 años, cuando empezó a entrenar esta disciplina que combina ejercicios cardiovasculares con fuerza y movilidad, descubrió que sus conocimientos en medicina y el Crossfit se podían fusionar.

Aunque al principio su objetivo solo era mejorar en el deporte, en 2016 nace su interés por ser entrenador al darse cuenta que la medicina se podía aplicar a la fase técnica de la disciplina. Durante ese año, se preparó por 6 meses para cursar Crossfit Level 1, en California.

En 2021, siguiendo su pasión por el deporte y cerca de terminar su cuarto año de medicina, inicia un curso enfocado en entrenamiento de Crossfit en personas con discapacidad, en Adaptive Training Academy, de la mano de su segundo certificado en este deporte Crossfit Level 2, en Chicago.

Con todos estos conocimientos en el deporte y por supuesto, con los que la medicina ya aportaba a su vida, en el IGSS entrenó a su primer paciente con una lesión medular a nivel cervical, así el Dr. Rodrigo Penados se convierte en el primer entrenador de Crossfit Adaptive y su paciente, en el primer atleta en hacer esta modalidad del deporte.

## Staff Médico

The Crossfit Games es una competencia anual, en la que participan los mejores atletas del mundo. En este evento se cuenta con un grupo de médicos especialistas en atención a los atletas, mismo equipo del que formó parte el doctor.

“Los Crossfit Games del 2023 para mí son una experiencia y una medalla en mi vida, es un logro muy grande” es como el Dr. Penados describe su vivencia en este evento.

En tres ocasiones había intentado formar parte del Medical Staff, y sin tener ninguna respuesta mientras lo intentaba, realizaba estudios médicos con relación al deporte, mismos que le permitieron ser visible y que fueron clave para que, finalmente en 2023, fuera aceptado como miembro de este grupo de 40 profesionales médicos, paramédicos, enfermeros y bomberos.

Durante la competencia, él siendo uno de los únicos 2 latinos en el equipo, tuvo la oportunidad de asistir a los atletas y atender las necesidades médicas.

“Desde que escojo medicina y empiezo a hacer Crossfit, llevé eso en paralelo” es como el Dr. Penados explica cómo logró compaginar ambas pasiones y así cumplir sus seños llevando el deporte de la mano de la medicina.



# Afrontemos juntos las enfermedades mentales

Las enfermedades mentales y las conductas enfermizas existen y suelen empeorar si se ignoran o se niegan. Las creencias y las actitudes negativas hacia las personas que las padecen suelen provocar este tipo de comportamientos.



## Salud mental

La salud mental es tan importante como la física, es una frase que últimamente se ha vuelto popular, y no está lejos de la realidad ya que, visibilizar las enfermedades mentales contribuye encontrar el tratamiento más efectivo y a identificar los problemas que la provocan.

El estigma puede dar lugar a discriminaciones y negación de la persona que las sufre, de tal manera que evita o retrasa la detección y así el tratamiento. Esto, según el Dr. Nery Ortíz, agrava los procesos generando sufrimiento para el paciente y su entorno.

## Empatía para resolverlo



Para disminuir el estigma es necesario tratar el tema en diferentes espacios, revisar el tema y buscar ayuda profesional, de la misma forma es necesario promocionar la importancia de la salud mental con relación al trabajo, al estrés mal gestionado y a los múltiples padecimientos que esto provoca.

Como con cualquier enfermedad, en estas hay que consultar especialistas para que se realice un diagnóstico y un tratamiento asertivo. De la misma forma en caso de tener un compañero o conocer a una persona con algún padecimiento neurológico es importante validar su malestar, mostrar empatía y acompañarlo en la búsqueda de un tratamiento.

Todos somos vulnerables a padecer una enfermedad mental por ello la importancia de la prevención y el conocimiento en el tema.





# Conoce más del Instituto



El Instituto Guatemalteco de Seguridad Social cumple 77 años de servir al trabajador guatemalteco.

El Decreto No. 295 del Congreso de la República de Guatemala le dio vida al IGSS un 28 de octubre de 1946, con la finalidad de garantizar los derechos de salud para todos los trabajadores del país.

En aquella época, para asegurar que la institución contara con el más alto nivel técnico en materia de la seguridad social, se gestionó que los expertos Óscar Barahona Streber de Costa Rica y Walter Dittel de Chile, realizaran un estudio que abarcara las condiciones económicas, geográficas, étnicas y culturales.

Tras este estudio "Bases de la Seguridad Social en Guatemala" publicado por estos autores, se estableció la seguridad social como obligatoria. Así, con base en el artículo 63 de la Constitución se creó la ley que regula los alcances y la extensión de la Institución y que, además, entró en vigencia el 30 de octubre de 1946.

La Institución queda oficialmente inaugurada el 2 de enero de 1948 por el presidente Juan José Arévalo Bermejo.

A partir de esta fecha, el IGSS empezó a crecer, siendo el compensador que los trabajadores necesitan.

## Edificaciones del IGSS

El 2 de enero de 1948, se inauguró el IGSS en un edificio ubicado en la 5<sup>ª</sup> calle y 8<sup>ª</sup> avenida de la zona 1.

En un principio se alquiló el edificio Mini, pero en 1958 se trasladó al Hospital Roosevelt.

A inicios de los años 60, con el fin de darle seguimiento y conservar el seguro social, se logró la construcción de los dos murales, actualmente ubicados en Oficinas Centrales, bajo la instrucción del movimiento artístico modernista.



## Datos Curiosos

A partir de 1985 se estableció la cobertura gratuita para los trabajadores jubilados.

En 2004, después de varios procesos se devolvió la autonomía la Instituto y se declaró que la Junta Directiva tenía la potestad de nombrar al gerente y a los subgerentes.

Actualmente el IGSS cuenta con más de 22 mil trabajadores y al menos 3.2 millones de afiliados que gozan de los servicios que esta institución ofrece.



# Pacientes de Rehabilitación practican Crossfit

Pacientes del Hospital de Rehabilitación aprenden y practican Crossfit de la mano de un experto en la medicina y el deporte que combina ejercicios cardiovasculares con fuerza y movilidad.

Un grupo de pacientes del Hospital de Rehabilitación interesados por tener actividad física y mejorar su salud en paralelo con su terapia se unieron al programa del Dr. Rodrigo Penados, en donde a través de diferentes clases teóricas y prácticas los adentró en el deporte de Crossfit.

Este deporte a nivel mundial, cuenta con la modalidad adaptado (Adaptive), que consiste en modificar los ejercicios para que las personas con alguna discapacidad puedan realizarlos, mismos que fueron enseñados por el doctor.

“La mejor forma para poder combatir una enfermedad o una discapacidad es con deporte” es como el Dr. Penados explica que esto crea un reto mental y físico que hace que la persona sea ambiciosa, mejorar y ver avances en ellos.

En varias ocasiones este residente de segundo año de la especialidad de medicina física y rehabilitación lo había intentado sin éxito, sin embargo, una vez aprobado el proyecto el Dr. Rodrigo Penados compró y fabricó equipo para arrancar con 9 pacientes.





Para formar parte de este programa, el doctor realizó algunas evaluaciones físicas para conocer las capacidades mínimas que el paciente debía tener como equilibrio, fuerza y algunas habilidades.

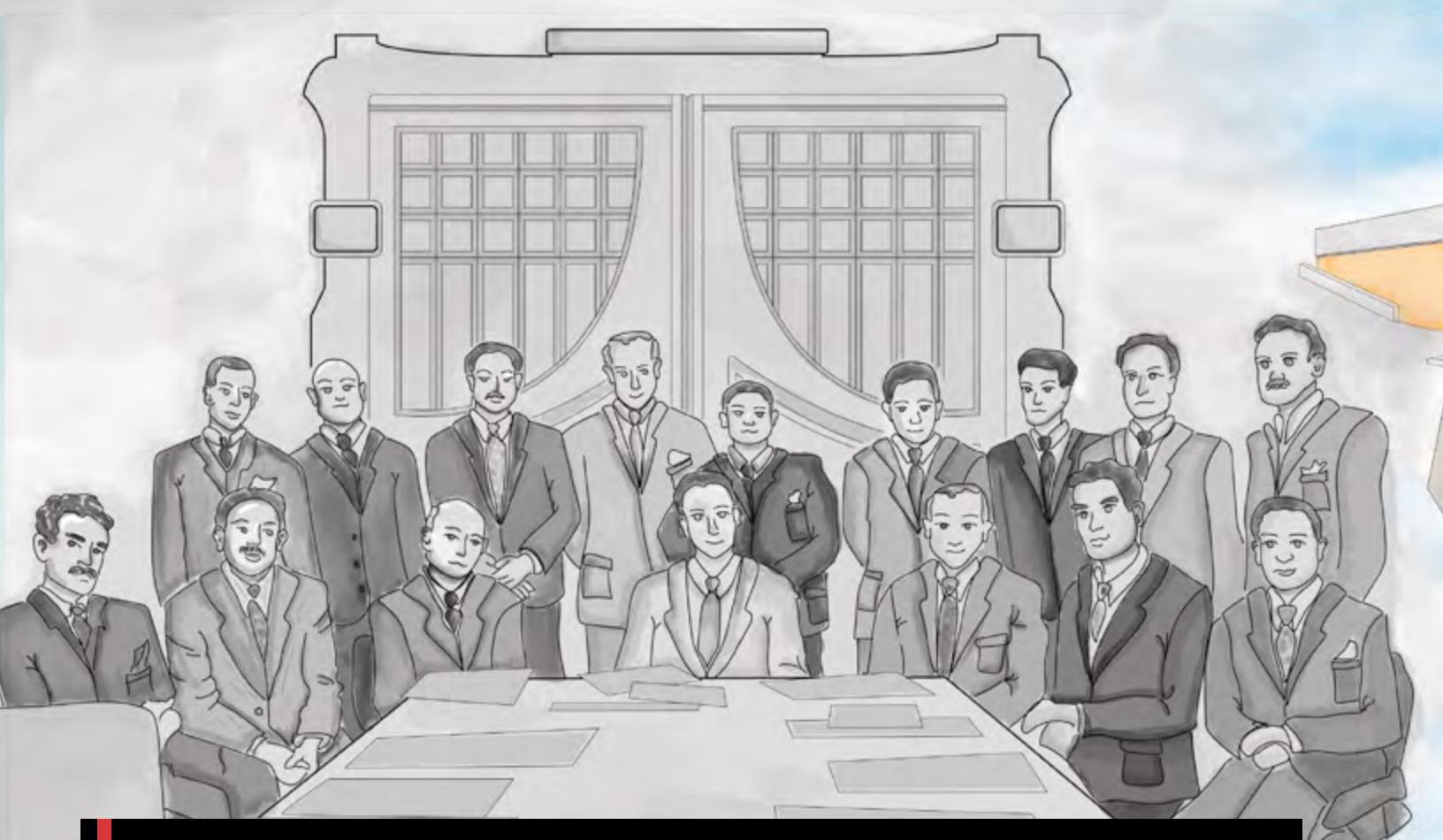


El Dr. Penados realizó algunas clases teóricas para que los pacientes empezaran a entender la dinámica del Crossfit adaptado, los objetivos del programa y otros temas de seguridad que debían seguir.



Luego de 12 semanas 3 de los pacientes que fueron dados de alta participaron en una de las competencias mundiales de este deporte, dando así una demostración de esta modalidad y siendo una inspiración para el resto de atletas.

**“Yo busco una medicina preventiva que está enfocada en mejorar mi salud”. Dr. Rodrigo Penados**



## Primera Junta Directiva

En 1948 se integró la primera Junta Directiva del Seguro Social, la cual contó con representantes de diversos sectores de la sociedad. Estuvo encabezada por el licenciado José Rolz Bennett.



### Hospital General de Enfermedades Zona 9

Pionero en trasplantes renales e implantes cocleares a nivel nacional. Registra, entre niños y adultos, más de 900 trasplantes.

### Unidad de Consulta Externa Autonomía

Atiende a pacientes de todo el país con enfermedades catastróficas. Además, cuenta con más de 30 clínicas y es la unidad encargada de todos los casos renales a nivel nacional.

### Modulares Hospitalarios Zona 11

Han permitido la atención integral de más de 2 mil 200 usuarios, quienes padecen cuadros severos de COVID-19, enfermedades catastróficas crónicas y hemato oncológicas.

### Hospital General de Mazatenango

De referencia en la región suroccidental, cuya unidad de Neonatología es considerada la mejor a nivel departamental en toda Centroamérica, por contar con una clínica de seguimiento y atención a recién nacidos afectados de la vista.



SOMOS IGSS



PBX: 1522

14



[www.igssgt.org](http://www.igssgt.org)



## Hospital General Dr. Juan José Arévalo Bermejo

Su servicio de Maternidad y Neonatología es de primer nivel, así como el de Cirugía. Al año realiza más de 500 cirugías en adultos por diversos padecimientos.



## Hospital General de Accidentes Ceibal

De alta especialidad en Traumatología y Ortopedia. Es el hospital de referencia nacional para casos de oftalmología tanto de trauma como por enfermedad común.



## Policlínica

En 1963, el Seguro Social recibió la Orden del Quetzal en el Grado de Gran Cruz por su inauguración. Cuenta con 18 clínicas y un sistema de Orientación Médica Telefónica (OMT) que beneficia a más de 22 mil pacientes.



## Nuevo Consultorio de Palín

Abrió sus puertas para brindar más servicios y fortalecer la atención. Los modernos sistemas informáticos como el COEX Digital permiten duplicar el número de atendidos y agilizar los procesos.



## Sistema de Atención Clínicas de Empresa

Acerca los servicios del Seguro Social a los afiliados en sus centros de trabajo. Hasta la fecha, están adheridas 87 empresas y se ha beneficiado a 50 mil 126 personas.



## Modelo de Atención Centro de Alta Resolución

Implementado en tres unidades médicas de Escuintla y una de Chimaltenango. Promueve la consulta en una cita única, la reducción del tiempo de diagnósticos y la agilización de los procesos.



## Jornadas de la Seguridad Social

Hasta 14 servicios médicos y pecuniarios brindados a entidades públicas y privadas en todo el país. Destacan las realizadas en Sayaxché, Petén, y Panzós, Alta Verapaz, donde se benefició a más de 9 mil 600 personas.

## Hospital General de Quetzaltenango

Es una obra monumental con 59 clínicas de especialidades y 11 quirófanos para operaciones de alta complejidad, como la primera cirugía de reemplazo de rodilla en ese departamento, realizada en junio de 2023.



f X y in d Spotify  
IGSS Guate



15 Directorio de  
Unidades Médicas



# Ahora puedes solicitar tus licencias, vacaciones y permisos en línea



f X in d e  
www.igssgt.org



Conoce la nueva  
plataforma  
para los  
trabajadores



Escanea el QR,  
llena tus datos y  
carga los  
documentos que  
se solicitan.