

Además: Nacional **Ajolotes/En Salud** **Obesidad**

ABRIL . MAYO . 2022

# Newsweek®

EN ESPAÑOL

NEWSWEEKESPANOL.COM

ESPECIAL:

# MEJORES HOSPITALES DE MÉXICO

LA LISTA



ARGENTINA \$31.00 BOLIVIA BS25.00 CHILE \$2130.00 COLOMBIA \$8.900.00 COSTA RICA ₡1.900.00 ECUADOR \$4.00  
EL SALVADOR 31.00 GUATEMALA Q27.00 HONDURAS L75.00 MÉXICO \$40.00 NICARAGUA C\$95.00 PANAMÁ B3.50  
PARAGUAY ₲16.500.00 PERÚ S/11.00 PUERTO RICO US\$3.50 REP. DOMINICANA RD\$157.00 URUGUAY \$87.50 EE. UU. \$5.00

**citibanamex**

El Banco Nacional de México



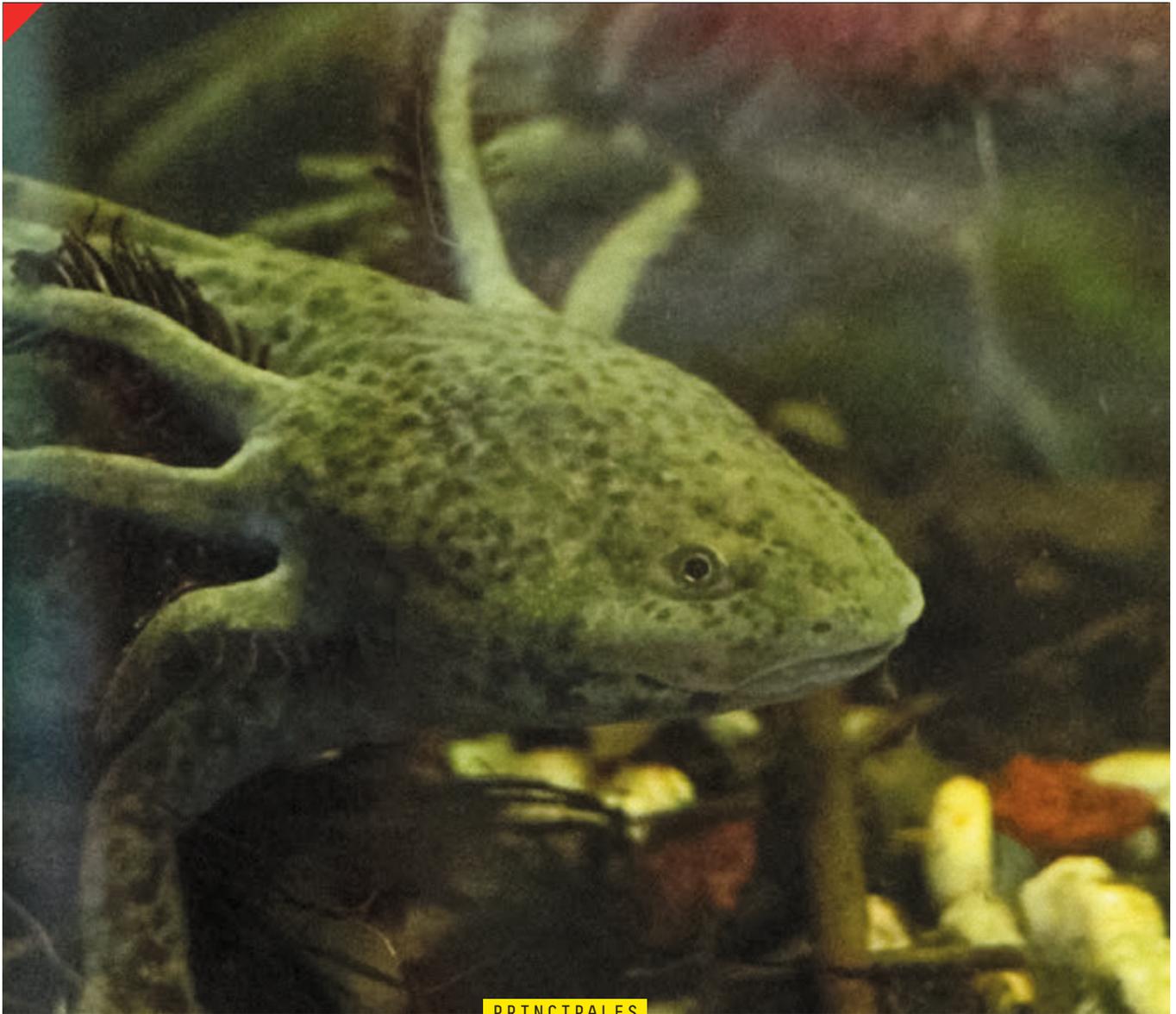
# Contrata un Crédito Hipotecario con **CERO** comisiones.

Con la seguridad  
y experiencia  
que el Banco Nacional  
de México te puede  
ofrecer.

Conoce toda nuestra oferta en:  
[citibanamex.com/hipotecario](https://www.citibanamex.com/hipotecario)

CAT PROMEDIO **10.5%**

Sin IVA. Informativo. Calculado el 1 de noviembre de 2021. Vigente del 1 de noviembre de 2021 al 30 de Abril de 2022. Tasa de interés anual fija. Es tu derecho solicitar la oferta vinculante para comparar distintas opciones de crédito. Oferta de producto sólo para residentes en México. Crédito sujeto a autorización. Consulta requisitos de contratación y comisiones en [www.citibanamex.com/hipotecario](https://www.citibanamex.com/hipotecario)



PRINCIPALES

**AL BORDE DE LA EXTINCIÓN**

Para un ajolote, un cambio de temperatura del agua es mortal. Por ello, su liberación en Xochimilco exige todo un protocolo científico.

**CRÉDITO DE PORTADA:**  
Dana Neely/Getty

Facebook: Newsweek en Español  
Twitter: @NewsweekEspañol  
[NEWSWEEKESPANOL.COM](http://NEWSWEEKESPANOL.COM)

14  
**El ajolote es mexicano**

En náhuatl significa “monstruo de agua” y está al borde de la extinción.

POR VERÓNICA SANTAMARÍA

20 **+**  
**Los Mejores Hospitales de México y el Mundo 2022**



GRUPO EDITORIAL  
**CRITERIO**

DIRECTORA GENERAL \_ Gloria Márquez  
DIRECTOR EDITORIAL \_ Daniel Moreno Chávez  
DIRECTOR COMERCIAL \_ Manuel Montes de Oca

**NEWSWEEK EN ESPAÑOL**

Director general adjunto \_ Miguel Ángel Jaime  
Coordinador editorial \_ Joel Aguirre A.  
Coordinadora de contenidos especiales \_ Camila Sánchez Bolaño  
Diseño editorial \_ Beto Gutiérrez  
Editora web \_ Emma Landeros  
Reporteros \_ Román Moreno, Verónica Santamaría, Ekatherina Sicardo Reyes  
Social media manager \_ Jimena Palacios  
Traductores \_ Anaclara Chávez, José Ignacio Rodríguez  
Colaboran en esta edición \_ Fabiola Alejandro, Elizabeth Borges, Jeniffer Castrejón, Vania Hernández, Alejandra Herrera, Carlos Alberto Martínez Castillo, Jessica Nasser, Lizeth Ovando, Carolina M. Payán, Abraham Ríos

**NEWSWEEK EN ESPAÑOL, UNA DIVISIÓN DE NEWS FOR AMERICA LLC**

Consejo directivo \_ José Luis Fernández de la Maza, Juan Diez-Canedo, Felipe Diez-Canedo, Gerardo Márquez Camacho, Camilo Sansores Mata  
Consejero editorial \_ Jorge Ávila  
VENTAS DE PUBLICIDAD, MÉXICO Y AMÉRICA LATINA  
Director comercial \_ Manuel Montes de Oca  
Gerente de contenidos comerciales \_ Jorge Guzmán

**NEWSWEEK MAGAZINE**  
PUBLISHED BY Newsweek LLC

EDITORIA GLOBAL EN JEFE Nancy Cooper  
EDITORIA ADJUNTA EN JEFE \_ Diane Harris  
DIRECTOR CREATIVO \_ Michael Goesele  
DIRECTORA DIGITAL \_ Laura Davis  
DIRECTORA DE NOTICIAS DE EE. UU. \_ Juliana Pignataro  
EDITORIA GERENTE \_ Melissa Jewsbury

NEWSWEEK (ISSN0028-9804) IS PUBLISHED BY NEWSWEEK LLC, 7 HANOVER SQUARE, 5TH FLOOR, NEW YORK, NY 10004. PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK. NEWSWEEK.COM

PARTE DEL MATERIAL EDITORIAL DE ESTA REVISTA ES PUBLICADO BAJO LICENCIA DE NEWSWEEK

NEWSWEEK EN ESPAÑOL (ISSN: 1091-3416) Editada en México por News For America LLC, Circuito Interior Melchor Ocampo 193, Locales J28 y J29, Planta Alta, Plaza Galerías, Col. Verónicas Anzures, Miguel Hidalgo, CP 11300. Reserva de uso de Título No. 04-2000-072412234900-102. Certificado de Licitud de Título No. 11424 y Certificado de Licitud de Contenido No. 8019 ante la Comisión Calificadora de Publicaciones de Revistas Ilustradas. Impreso en Vida y Placer Impresiones: Montecito 38, Int. 18, Col. Nápoles, C. P. 03810, Registrada en la Oficina Postal como un semanario de noticias. Derechos reservados bajo la International Copyright Convention y bajo la Pan American Convention. Newsweek es una revista semanal editada desde 1933. Newsweek en Español está escrita y editada para una audiencia mundial y se publica semanalmente bajo licencia de Newsweek LLC. Derechos de propiedad intelectual y de traducción a cualquier idioma reservados en todos los países. **Printed in Mexico**

**NEWSWEEK EN ESPAÑOL** (ISSN: 1091-3416) is published weekly. Periodical postage paid at Miami, FL. POSTMASTER: Send address changes to News For America, 6355 NW 36th Street, Suite 507, Virginia Gardens, FL 33166.

**PRINTED IN MEXICO**

Las opiniones expresadas por los autores y colaboradores de Newsweek en Español no reflejan necesariamente la postura de los editores de la publicación. Asimismo, Newsweek en Español investiga acerca de la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza por las ofertas relacionadas con estos.

Circulación certificada por el Instituto Verificador de Medios. Registro No. 312/01

**SECCIONES**

**In Focus**

**4 Noticias en imágenes**

**Horizontes**

**10 Nodo Tulum**

**Opinión**

**12 La verdad de la guerra**

**Salud**

**42 Obesidad en un país con excesos**

**Vida saludable**

**52 Lo que debes saber sobre el ayuno intermitente**

**Cultura**

**54 El fauno del flamenco**

**58 'La pintura no es un arte muerto'**

**En la última**

**64 Archivos NW**

**44**  
LA OBRA DE CAUDURO EN PRIMERA PERSONA



**42**

**EN LOS EXCESOS**

Tres cuartas partes de la población adulta en México tiene obesidad o sobrepeso. Durante la pandemia, la población mexicana ha sido la que más peso ha ganado a nivel mundial, con un aumento de 8.5 kilos en promedio.

 **Cartas al editor:** [cartasaleditor@newsweekespanol.com](mailto:cartasaleditor@newsweekespanol.com)  
**NEWSWEEK EN ESPAÑOL / VOL. 26, NO. 4; ABRIL/MAYO DE 2022 ©2022**  
Publicada por News for America LLC bajo  
Licencia de Newsweek, Inc. Todos los derechos reservados.  
**VENTAS DE PUBLICIDAD:** [mmontes@newsweekespanol.com](mailto:mmontes@newsweekespanol.com)

# 50 AÑOS

DE ENSEÑANZA Y SALUD

*hup*

Hospital  
Universitario  
de Puebla

**50 AÑOS DANDO VIDA**



**BUAP**

## El amor gana

JÁRKOV, UCRANIA

Recién casados, los voluntarios médicos Nastya Gracheva y Anton Sokolov posan en el patio en ruinas de un complejo comercial y de oficinas, el 3 de abril. Desde que Rusia comenzó la invasión a su patria, el 24 de febrero, la pareja, enfermera y médico de una clínica de oncología, ha prestado atención médica gratuita a los necesitados y recaudado dinero para suministros y medicamentos para los residentes de la ciudad.

📷 → SERGEY BOBOK/AFP/GETTY





## El poder de las flores

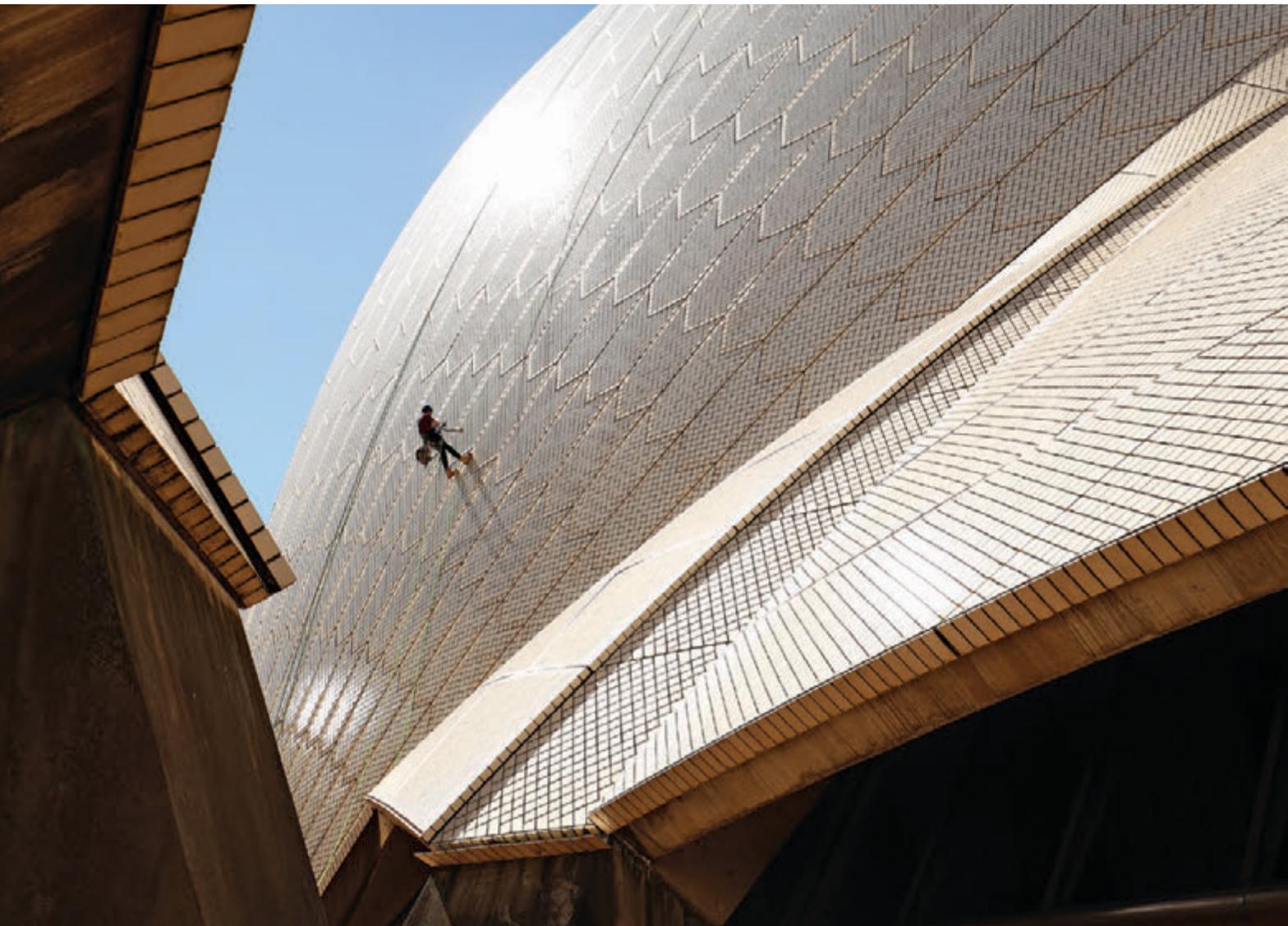
CARLSBAD, CALIFORNIA

Un trabajador lleva manojos de flores mientras cuida de los ranúnculos gigantes de tecolote en el Rancho Carlsbad, una granja agrícola de flores, en el condado de San Diego, con unos 70 millones de ranúnculos repartidos en casi 20 hectáreas. Las plantas florecen entre seis y ocho semanas al año, normalmente de marzo a principios de mayo.

📷 → PATRICK T. FALLON/AFP/GETTY







CIUDAD DE MÉXICO

## Adiós a la montaña rusa

Trabajadores desmantelan el característico juego mecánico de lo que fue La Feria de Chapultepec. En el lugar será construido el proyecto urbano Parque Aztlán, el cual se contempla que sea inaugurado en 2023.

📷 → MARIO JASSO/CUARTOSCURO



DESIERTO DEL SAHARA

## La carrera increíble

Competidores participantes en la segunda etapa de la 36ª edición del Maratón de las Arenas en el desierto del Sahara. Esta es considerada como una de las carreras a pie más duras del mundo con seis días de duración y 251 kilómetros (seis veces más larga que un maratón normal) en el formidable paisaje del desierto y el clima caluroso.

📷 → JEAN-PHILIPPE KSIAZEK/AFP/GETTY



SÍDNEY, AUSTRALIA

## Golpes con ritmo

Un trabajador de operaciones y mantenimiento inspecciona las baldosas que cubren las icónicas velas del Ópera de Sídney. Con un martillo especial, los trabajadores golpean ligeramente cada una de las más del millón de baldosas, el sonido les indicará si es necesario repararlas o si están en buenas condiciones. La prueba se realiza cada cinco años y tarda seis semanas en completarse.

📷 → MARK METCALFE/GETTY

# Nodo Tulum

## Un lugar perfecto para trascender

En Nodo Tulum se puede vivir en un entorno de privacidad y exclusividad, con solo 20 departamentos, cada uno con diseño único.

➤ TULUM, EN QUINTANA ROO, ES UN PUNTO PRIVILEGIADO de México y de la tierra. Con un espíritu deseable, atrae a gente de todos los rincones del mundo. Su ambiente cosmopolita y vibrante, rodeado de su admirable entorno natural, fascina a propios y extraños, que buscan ávidos impregnarse de su esencia.

En esa tierra tan prolífica y multifacética se ha construido Nodo. Se trata de un conjunto inmobiliario que ofrece modernos y sofisticados departamentos y estudios y que, por su ubicación, ofrece el balance perfecto entre privacidad y entretenimiento.

En Nodo Tulum se puede vivir en un entorno de privacidad y exclusividad, con solo 20 departamentos, cada uno con diseño único. En sus interiores se encuentra un *jungle garden* que crea una perfecta simbiosis entre arquitectura y naturaleza.

Ubicado en La Veleta, un distrito residencial y turístico emergente, es ideal para instalarse o invertir en el complejo. Una ubicación próxima a atractivos naturales como cenotes de agua turquesa y playas idílicas.

A sus atractivos se suma un despliegue artístico donde se presencia una atmósfera mística natural.

POR

NEWSWEEK EN ESPAÑOL



### Cada hábitat es único

EN NODO TULUM CADA DEPARTAMENTO Y ESTUDIO tiene una distribución diferente para adaptarse al ritmo de sus habitantes, y cuentan con una o dos recámaras.

### Emanan cuatro diferentes auras que se conectan con los estilos:

#### The studio

EL ESPÍRITU LIBRE SIEMPRE VUELVE A CASA PARA SER acogido y recargarse. Su distribución tipo estudio, de una recámara con baño y cocina, brinda las comodidades básicas sin perder de vista el detalle en la calidad de sus acabados.

#### The one

ESTÁ DESTINADO A SER UN REFUGIO TRANQUILO después de un día de exploración en el paraíso. Su terraza multiforme enmarca este luminoso modelo, que consta de una amplia recámara con baño y cómoda estancia. El perfecto balance entre comodidad y funcionalidad.

**Nodo tiene una ubicación próxima a atractivos naturales como cenotes de agua turquesa y playas idílicas.**



### The two

GRANDIOSO Y EXUBERANTE, ES EL ESPACIO IDEAL para disfrutarse a sí mismo y a la naturaleza. Este modelo ofrece dos amplias recámaras con baño, una de ellas en *lock-off*, unidas por una estancia central con vista panorámica hacia la terraza.

### The top

ESTÁ DISEÑADO PARA EL DISFRUTE MÁXIMO CON ambiente íntimo y rodeado de lujosas comodidades. Habitar The Top conecta a las personas al firmamento a través de un *rooftop* privado, ubicado en su segundo nivel, con alberca, barra y *grill*. Esta opción se puede elegir con una o dos recámaras para vivir en lo alto.

### Amenidades interiores y exteriores

NODO TULUM BRINDA UN DESPLIEGUE ARTÍSTICO también en los espacios interiores y exteriores del complejo. Los usuarios tienen a su disposición en interiores: *the cave*, *hidden spa* y *magma gym*. En exteriores hay piscina infinita con *sun deck*, cascada, alberca natural y carril de nado, así como zona de hamaca y de fogata.

### De la tierra a las estrellas

SE BUSCA QUE LOS HABITANTES DEL COMPLEJO disfruten de un entorno de privacidad, manteniendo cercanía con los puntos más importantes de Tulum, lo que incluye la emocionante escena gastronómica.

**Los departamentos y estudios están inspirados en crear un camino de la tierra a las estrellas.** Los espacios están creados para reinventar la manera en que se ve el mundo, y decidir cómo se quiere participar en él. Instalarse en Nodo Tulum es llegar a un oasis lleno de vida y placer. Para comprobarlo, las visitas al complejo están disponibles. Basta con agendar un recorrido con uno de los asesores.

MIKA está detrás de la visión de Nodo con conceptos innovadores y responsables, y adaptados de forma respetuosa con su entorno en México y el mundo, mediante el perfecto balance entre diseño arquitectónico y calidad.

La empresa MIKA —desarrollo, estrategia y arquitectura— se enorgullece de contar con una diversa gama de clientes que validan su experiencia, entre los que se encuentran: Roley, Luxury Avenue, Hermes, ITM Group, Patek Philippe Geneve, Equinvest, Ultrafemme, Chanel, Clorofila Sea Wear y Ultrajewels.

Sus proyectos arquitectónicos están en ciudades y regiones como Aruba, Bogotá, Cancún, Cartagena, Ciudad de México, Centro Comercial Luxury, Colombia, Cozumel, Guadalajara y Guanajuato. Así como también La Spezia, Medellín, Mérida, Oranjestad, Playa Lloyd, Plaza de las Estrellas, Quintana Roo, Tulum, World Trade Center, Xcalak y las zonas hoteleras de Yucatán y Cancún. 

EN CONFLICTO

# La verdad de la guerra

**La única verdad** que podemos tener, y quizá la más importante, es que la guerra es lo más parecido al infierno en la tierra.

**➤ A PESAR DE HABER SIDO ALIADA DE OCCIDENTE durante las dos guerras mundiales, por décadas nos han enseñado que Rusia, antes la URSS, es una amenaza no solo para una región, sino para todo el mundo. Ello se debe a su ideología y poderío militar, pues tiene uno de los dos ejércitos más poderos del planeta.**

Desde 1945 hemos vivido bajo el miedo de la devastación nuclear que puede provocar un enfrentamiento entre occidente y oriente. La mayor parte de las decisiones económicas y políticas en estas siete décadas han tenido como punto de partida la concepción de la Guerra Fría, actualmente remasterizada por las tensiones en diversos frentes del planeta.

Hoy día, en este lado del mundo, escuchamos que Rusia ya perdió la guerra en su ilegal invasión a Ucrania. Cómo puede ser, que quien comparte el lugar uno en capacidad bélica, va a perder un conflicto con su vecino en tan solo un mes. La respuesta, como muchas otras, está en que nunca hemos tenido a nuestro alcance la verdad de las guerras, solo somos rehenes de los intereses de quienes se involucran en ellas.

La única verdad que podemos tener, y quizá la más importante, es que la guerra es lo más parecido al infierno en la tierra.

POR

CARLOS ALBERTO  
MARTÍNEZ CASTILLO  
drcamartinez@hotmail.com

En efecto, estamos ante la guerra de la desinformación, que comparte espacio con las guerras convencionales de las redes sociales e internet. Un uso manipulado de algoritmos hace evidente, para todos, la rapidez de la información y de la desinformación.

Es difícil de creer que una potencia como Rusia pierda una guerra nada más porque le quitaron el acceso al sistema financiero internacional. O porque la llenaran de una serie de sanciones comerciales poco relevantes. Estos son solo símbolos, apretones económicos y, sobre todo, mensajes hacia los demás.

La guerra en el campo es el infierno en la tierra. A partir de allí se van construyendo narrativas orientadas a satisfacer audiencias e intereses que, en ocasiones, no tienen relación directa con el conflicto.

En los conflictos armados asistimos a una serie de mensajes cruzados dirigidos a distintas audiencias. Estas no suelen ser protagonistas, no están dentro del conflicto, sino que dan sustento a la narrativa de la guerra.

En efecto, los líderes y los intereses que los rodean dirigen su mensaje a quienes requieren que los escuchen para seguir conservando su posición dominante. Por ejemplo, en la guerra en Ucrania, el presidente Zelenski, cuya popularidad venía a la baja después de haber estado por las nubes, atiende

FOTO: ALEXANDER NEMENOV/AFP/GETTY IMAGES



» Nunca hemos tenido a nuestro alcance la verdad de las guerras, **solo somos rehenes de los intereses** de quienes se involucran en ellas”.



**SOLDADOS RUSOS** patrullan Mariúpol en Ucrania, el 12 de abril de 2022.

**Cómo puede ser, que quien comparte el lugar número uno en capacidad bélica, va a perder un conflicto con su vecino en tan solo unas semanas.**

al amplio segmento de la sociedad que se sentía ya parte de Europa. Esta, además, está alimentada por las ideas de la extrema derecha abiertamente anti-rusa, a lo que suma la mayoría que piensa que los acuerdos de Minsk debían ser renegociados.

### El dilema de Joe Biden

EN TANTO, EL PRESIDENTE JOE BIDEN, AL FRENTE DE la defensa de los valores de la libertad democrática y económica, les habla a sus electores de cara a las elecciones de noviembre. Su país está profundamente dividido y, adicionalmente, tiene un alto número de ciudadanos que cree que su presidente se robó la victoria en la pasada contienda electoral. A ello se agrega el abultado número de estadounidenses que piensan que su país no reaccionó enérgicamente a la invasión a Crimea en 2014 bajo el régimen de Barack Obama.

Por el lado de Rusia es otra historia. El presidente Vladimir Putin, que llegó a tener una popularidad del 90 por ciento antes de las manifestaciones sociales de 2021, les habla a sus ciudadanos, mayoritariamente a favor de la guerra, del regreso de la supremacía soviética mundial. Lo mismo hace frente a las naciones de su interés para formar una zona euroasiática con influencia global. Dentro de esta pueden incluirse India, China e Irán. Europa, con un mensaje conciliador más

prudente, busca no quedar atrapada, como de costumbre, en medio del fuego de Estados Unidos y Rusia, en una situación de debilidad energética que provoca, por ejemplo, que la mayoría de los alemanes reflexionen sobre el inconveniente de haber cerrado las plantas nucleares bajo el largo régimen de Angela Merkel. O los franceses, que en pleno proceso electoral respaldan los esfuerzos de paz de Emmanuel Macron.

En el caso de China, el presidente Xi Jinping, con todo el interior de su país controlado, con su silencio y falta de condena a la invasión rusa, le habla al mundo occidental. Le dice que estará del lado de la fortaleza euroasiática.

Al final, el lugar en donde se lleva físicamente el conflicto sufre como siempre genocidios, despojos, éxodos. Esto representa lo peor de la guerra que ciertamente no es la misma que la que se lleva a cabo en el metaverso. El filósofo Jean Paul Sartre nos dice que las guerras que hacen los ricos sirven para que mueran los pobres. En eso estamos. **■**

---

→ **Carlos Alberto Martínez Castillo** es doctor en Desarrollo Económico, Derecho y Filosofía y profesor en la UP e Ibero. Ha colaborado en el Banco de México, Washington, Secretaría de Hacienda y Presidencia de la República. Es socio de Excel Technical Services. Los puntos de vista expresados en este artículo son responsabilidad del autor.

## El axolotl o axolote —que en náhuatl significa “monstruo de agua”— está al borde de la extinción.

EN OCTUBRE DE 2021 COMENZÓ A CIRCULAR en México un curioso billete de 50 pesos en el que aparecen el ajolote mexicano y los humedales y chinampas de Xochimilco. El ajolote, de presencia tierna y cariñosa, rápidamente se convirtió en objeto de culto y las personas se volcaron a coleccionar el billete protagonizado por esta especie en peligro de extinción.

Los primero d'as de abril, este papel moneda obtuvo el Premio al Billeto de Banco del Año 2021, otorgado por la Sociedad Internacional de Billetes de Banco. Para diseñarlo, el Banco de México consultó a personas expertas en el sistema lacustre de Xochimilco, Ciudad de México. Entre estas estuvo el Dr. Luis Zambrano González, especialista en ecología de las comunidades acuáticas.

Explica el doctor Zambrano que el mérito de este trabajo es que fue colaborativo. El Banco de México le consultó detalles de la especie, las chinampas y el ecosistema. “Estábamos muy contentos de que saliera un billete con el ajolote”, señala en entrevista con *Newsweek en Español* desde el Laboratorio de Restauración Ecológica del Ajolote, en el Instituto de Biología de la UNAM. Sin embargo, pese a la urgencia de salvar a la especie, el billete no ha logrado el accionar de la población para la conservación y restauración del hábitat del ajolote en Xochimilco.

POR

VERÓNICA SANTAMARÍA

 @VeroSantamariaC



**PUEDEN RESPIRAR POR LA BOCA**, por las agallas y por la piel. Y, en términos biológicos, los ajolotes pueden recrecer sus tejidos.

FOTO: CLAUDIO CRUZ



# El ajolote es mexicano

Por la restauración  
de su hábitat



**ADMIRACIÓN.** “La gente se ha vuelto loca con el ajolote”, ahora falta tener en cuenta que para conservar el ajolote hay que conservar su hábitat.

“La gente se ha vuelto loca con el ajolote desde hace rato. Pero le falta decir: ‘Bueno, para conservar el ajolote hay que conservar su hábitat, que es característico e importante’. Si no lo conservamos ahora, no conservamos la especie”, sentencia el especialista en ecología de la conservación y manejo de ecosistemas.

Zambrano González explica que proteger el hábitat del ajolote en Xochimilco implica saber que este sitio “no es una cantina flotante”. Ello tras convertirse, a lo largo de los años, en un sitio turístico por sus tradicionales trajineras.

Xochimilco conlleva un pasado histórico de gran importancia por ser el sitio donde los antiguos pobladores crearon el sistema de chinampas, antiguo método de agricultura que empleaban los mexicanos.

Al ser una tradición milenaria de cultivo, las chinampas han permanecido en el tiempo. Hoy día ese conocimiento ancestral continúa vigente entre los pobladores de la zona.

“Las chinampas en Xochimilco nos dan de comer. Xochimilco amortigua la temperatura en época de calor. Amortigua las inundaciones y es pieza fundamental de nuestra historia. Eso es lo que tenemos que conservar”, señala el experto.

El axolote o ajolote mexicano (*Ambystoma mexicanum*) es un anfibio con cola como las salamandras. En ese sentido, son salamandras que tienen la peculiaridad de que nunca se transforman.

De acuerdo con Zambrano, todos los animales, incluidos los humanos, tienen características sexuales primarias y secundarias. Mientras, los anfibios en particular cambian dramáticamente cuando, al pasar de la etapa juvenil a la adulta, son renacuajos que tienen cola y que luego absorben para convertirse en ranas.

**Las salamandras tienen un proceso similar: por lo general se vuelven chiquitas y muy coloridas. Hay negras con manchas amarillas o rojas y andan por los árboles. Sin embargo, los ajolotes no se transforman.**

“Se convierten en adultos sin transformarse, por eso son tan extraños. Pueden respirar por la boca,

**“Se convierten en adultos sin transformarse, por eso son tan extraños. Pueden respirar por la boca, por las agallas y por la piel. Son de los animales que pueden respirar por tres lados de manera independiente”.**

por las agallas y por la piel. Son de los animales que pueden respirar por tres lados de manera independiente”, añade.

### Recrecen sus tejidos

EN TÉRMINOS BIOLÓGICOS, EXPLICA EL EXPERTO, los ajolotes pueden recrecer sus tejidos. Es decir, si algún depredador les corta la mano, esta les crece. Y también se ha visto que pueden recrecer su cerebro.

Según el Programa de Acción para la Conservación de las Especies *Ambystoma* de la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat), en México se distribuyen 17 especies de salamandras del género *Ambystoma*.

De ellas, tan solo 16 son endémicas del país, y una (*A. mavortium*) comparte distribución con Estados Unidos y Canadá. En cambio, normalmente se habla del *Ambystoma* mexicano, que es el ajolote endémico en Xochimilco.

De acuerdo con la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) y la NORMA Oficial Mexicana NOM-059-SEMARNAT-2010 referente a la protección ambiental y de especies nativas de México de flora y fauna silvestres, el *Ambystoma* mexicano —el famoso ajolote que aparece en el billete de 50 pesos mexicanos— se encuentra en peligro crítico de extinción.

Si bien el axolotl o axolote —que en náhuatl significa “monstruo de agua”— está al borde de la

extinción, el Dr. Luis Zambrano explica que aún se puede recuperar su población a partir de la conservación del hábitat en Xochimilco.

Según el experto, la desaparición del hábitat del ajolote se debe a tres grandes factores. Primero está la urbanización con proyectos alrededor de Xochimilco. Estos complejos provocan que haya ruido y, al mismo tiempo, perturben el ecosistema de los ajolotes.

En segundo término se encuentra la contaminación del agua, lo que ha modificado el ciclo hídrico de este elemento desde hace mucho tiempo. Esto es importante cuando se trata de un animal que respira por la piel. Para los ajolotes, un pequeño cambio en el agua los afecta sobremedida.

En tercer lugar está la introducción de especies invasoras en las aguas, como carpas y tilapias, que en la década de 1980 fueron introducidas en Xochimilco. Ello destruyó a todas las especies nativas, incluido el ajolote.

“Esa era la época de la ‘revolución verde’, donde los gobiernos creían que lo sabían todo. Pensaban que había que meter proteína cuando la gente consumía ajolotes, acociles (crustáceos de agua dulce) y charales”, añade.

Hace un par de meses, en febrero, alcaldes del partido político Morena liberaron 200 ajolotes en canales contaminados de Xochimilco. Lo hicieron sin protocolos de protección, conservación y liberación, según un trabajo de investigación que realizan personas expertas en el Laboratorio de Restauración Ecológica del Instituto de Biología de la UNAM.

“Si hay un protocolo para liberarlos o no, es justo lo que estamos trabajando en este laboratorio. En realidad, no hay un protocolo per se exclusivamente para ajolotes. Se hace con investigación, y eso es lo que estamos haciendo”, explica el Dr. Zambrano González.

De acuerdo con el especialista, esta liberación de los 200 ajolotes sin protocolos no es la primera vez que ocurre. Explica que han encontrado ajolo-

## Periscopio

tes muertos en zonas cercanas de donde son liberados. Es decir, es una práctica constante.

Para liberar ejemplares de esta especie en su hábitat, señala el especialista, el protocolo para realizarlo debe tener características específicas. Factores importantes como el aclimatar a los ajolotes en el agua son vitales.

Un segundo factor a considerar es la calidad del agua. Esta debe ser buena, pues si se introduce un ajolote en canales con una calidad de agua mala, el animal muere al instante. “Y lo hemos visto. Hemos visto ajolotes muertos en la zona cerca de donde se liberan”, señala.

### Ajolotes vs. ajolotes

FINALMENTE, UN TERCER FACTOR TAN IMPORTANTE como los anteriores tiene que ver con que, para reintroducir esta especie en su hábitat, se tiene que estar seguro de que ya no hay ajolotes.

“Uno de los protocolos importantes para cualquier animal o planta que se reintroduce es porque ya no hay. Si hay, entonces uno puede generar muchos más problemas que beneficios.

“Uno de los problemas es que los ajolotes pueden venir enfermos. Otro es que hay una reducción de la variabilidad genética de los ajolotes porque vienen de la misma camada. Es decir, son todos hermanos gemelos, entonces tenemos una reducción en la variabilidad genética”, explica.

Aunado a ello, introducir ajolotes sin estos principios también puede provocar que entre los adultos comiencen a competir, lo que provoca problemas con los pocos que quedan. Esto lo vuelve contraproducente y mata a los ejemplares que ahí se encuentran.

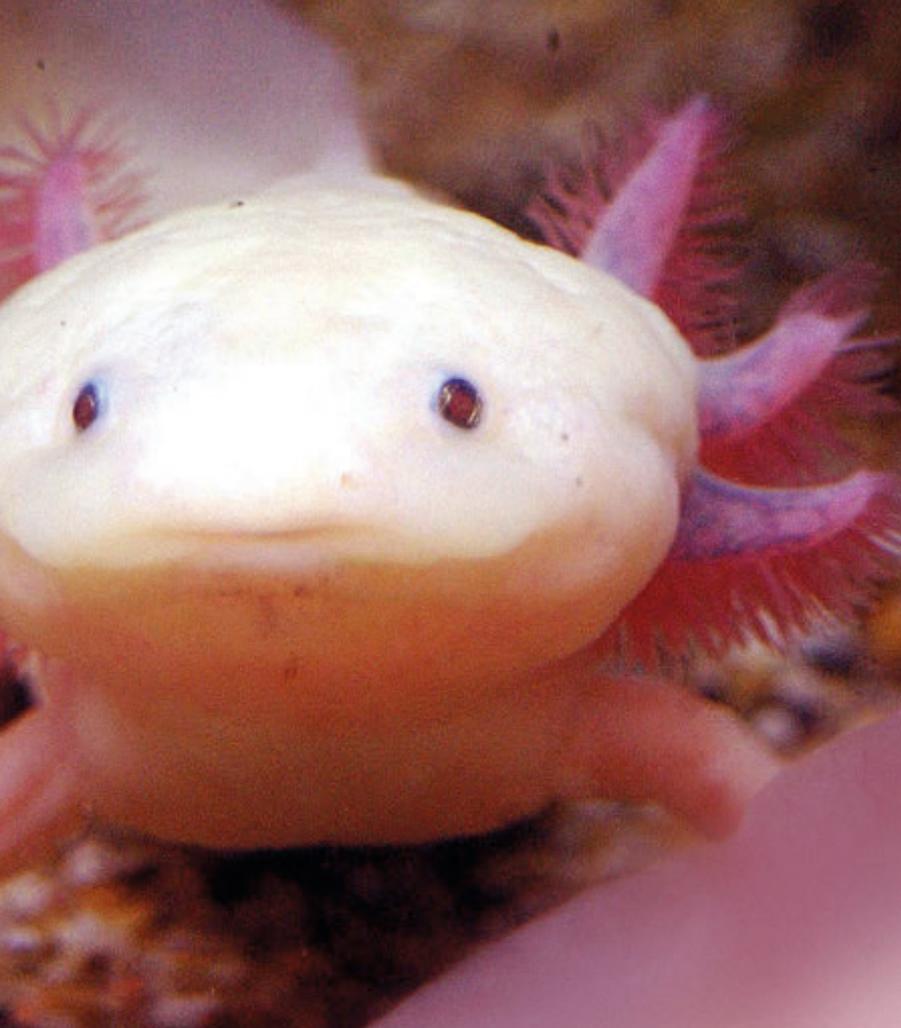
Otro de los errores que no se deben cometer al liberarlos es colocarlos en el pasto bajo el sol o aventarlos al agua, ya que se puede afectar la estructura de sus vísceras, como se hizo evidente en febrero pasado.

“En realidad estás mandando a la muerte segura a unos pobres animales que no la deben ni la temen. Además, ahí adentro hay ajolotes. No se hizo nada de protocolo. La posibilidad de que esos ajolotes ahora están muertos es cien por ciento”, señala.

Cuando los ajolotes son liberados sin estos y demás protocolos de conservación y protección sucede que llegan a vivir entre uno o dos días. “No duran mucho. Si acaso, uno llega a sobrevivir a todos estos cambios drásticos que es la propia introducción.

Muchos de esos animales han sido crecidos en cautiverio y están acostumbrados a que les den de comer. Empezar a cazar en lugar de que te den de comer no es fácil y, probablemente, tardarán pocos días más en morirse”, añade.





**PARA UN AJOLOTE**, un cambio de temperatura del agua es mortal. Por ello, su liberación en Xochimilco exige todo un protocolo científico.

Como parte de los protocolos de conservación del ajolote mexicano en Xochimilco, el Laboratorio de Restauración Ecológica del Instituto de Biología de la UNAM trabaja con chinamperos para crear refugios de axolotes en sus chinampas. Ello como una forma de volver a la tradición milenaria.

Según Zambrano González, es necesario entender que el ajolote no puede vivir sin su casa. Su hábitat tiene que restaurarse. Se piensa que esta especie se puede conservar en peceras o en otros hábitats, como sucede en Alemania, pero no es así.

“El ajolote necesita de su casa. Y la casa del ajolote es Xochimilco. Entonces, tenemos que restaurarlo. En Xochimilco hay paz, biodiversidad, chinampería. Para eso es ir a visitar Xochimilco y el ajolote. Conservémoslo”, concluye. **N**

**“El ajolote necesita de su casa. Y la casa del ajolote es Xochimilco. Entonces, tenemos que restaurarlo”.**



**EL AJOLOTE ESTÁ AL BORDE DE LA EXTINCIÓN.**

El Dr. Luis Zambrano explica que aún se puede recuperar su población a partir de la conservación del hábitat en Xochimilco.

**El Laboratorio de Restauración Ecológica del Instituto de Biología de la UNAM es un proyecto a largo plazo que conlleva décadas de investigación en torno a la conservación del ajolote. Estudiantes de licenciatura, maestría y doctorado en carreras de veterinaria, biología, arquitectura, ciencias del mar, ciencias biológicas y ciencias en sostenibilidad trabajan en la investigación y restauración del hábitat y conservación del ajolote.**



MEJORES  
HOSPITALES  
DEL MUNDO  
2022

Newsweek

DESARROLLADO POR  
statista

ESPECIAL

# Los Mejores Hospitales del Mundo 2022

Presentamos nuestra nueva clasificación de los destinos globales para atención médica general

**D**ESDE HACE DOS AÑOS, LOS HOSPITALES DE todo el mundo han sido la primera línea en la siempre cambiante guerra contra el covid-19. Y hasta las instituciones más grandes y prestigiosas han tenido que adaptarse e improvisar sobre la marcha.

“Convertimos salas enteras en unidades de cuidados intensivos [UCI]. Para ello, tuvimos que cerrar grandes secciones del hospital y encontrar personal para atender esas camas”, explica el Dr. David Bates, jefe de medicina interna y atención primaria en Brigham and Women’s Hospital de Boston (posición 17 en nuestro listado global de los mejores hospitales). “También hemos enfrentado grandes desafíos para gestionar nuestra cadena de suministros, incluidos ventiladores y equipo de protección personal”.

Aunque muchas instituciones médicas han debido sortear obstáculos parecidos a lo largo de la pandemia, lo que distingue a los mejores hospitales

del mundo es su capacidad ininterrumpida para proporcionar atención médica de primera calidad, y para emprender investigaciones científicas sin sacrificar su enfoque en la lucha contra el covid.

Como demuestra la cuarta clasificación anual *Newsweek/Statista* sobre los Mejores Hospitales del Mundo, la excelencia continua es la característica principal de estos nosocomios, algunos con nombres muy conocidos y que siguen ocupando los primeros lugares.

¿Cómo lo hacen, en medio de una pandemia mundial que ha trastocado el mundo médico? El secreto es su capacidad de innovación... y los grandes talentos responsables de la implementación. Como dice Bates, uno de los expertos que colaboraron en esta clasificación: “Los hospitales de primer nivel atraen al mejor personal. Gente dedicada a desarrollar nuevas estrategias de atención que mejora la calidad del servicio médico”.

POR

NEWSWEEK



FOTO ARRIBA: DANA NEELY / GETTY. ABAJO: ABEL MITJÁ VARELA / GETTY



FOTOS, ARRIBA: JOHNNY GREIG/GETTY / DER. E IZQ. ABEL MITJÁ VARELA /GETTY



La clasificación de este año expande el listado con tres nuevos países (Colombia, Arabia Saudita y Emiratos Árabes Unidos), lo que eleva el total a más de 2,200 hospitales en 27 naciones. Y los resultados son una muestra muy representativa de la excelencia médica, ya que 21 países han quedado inscritos en la lista mundial de 150 mejores.

Estados Unidos lidera con 33 hospitales; le sigue Alemania, con 14; Italia y Francia, cada cual con 19; y Corea del Sur con 8. Los 100 mejores de este año incluye 14 hospitales nuevos, y entre los que más avanzaron respecto del año pasado se cuentan: Universitätsspital Basel, que ascendió de la posición 35 a la 14; Northwestern Memorial Hospital (de la 58 a la posición 28); Samsung Medical Center de Seúl (de la 73 en 2021 a la 43 en 2022); y Langone Hospitals de la Universidad de Nueva York (de la posición 86 a la 59).

La clasificación anual Newsweek/Statista compara la reputación y el rendimiento de cada hospital contra las instituciones de los demás países. Confiamos en que el presente listado sea de utilidad no solo para pacientes y familias que buscan la mejor atención para sus enfermos, sino que también sirva de parámetro para que los hospitales puedan compararse con sus homólogos en un periodo de cambios sin precedente.



FOTO: CAVAN IMAGES/GETTY

**El secreto es su capacidad de innovación y los grandes talentos responsables de la implementación.**

# Metodología

**LA CLASIFICACIÓN DE LOS MEJORES hospitales del mundo de 2022 abarca las instalaciones médicas de vanguardia de 27 países: Estados Unidos, Alemania, Japón, Corea del Sur, Francia, Italia, Reino Unido, España, Brasil, Canadá, India, Australia, México, Holanda, Austria, Tailandia, Suiza, Suecia, Bélgica, Finlandia, Noruega, Dinamarca, Israel, Singapur, Arabia Saudita, Emiratos Árabes Unidos y Colombia.**

La selección de países obedeció a múltiples factores de comparabilidad, incluidos nivel de vida/esperanza de vida, tamaño de la población, cantidad de hospitales y disponibilidad de datos. Al respecto, el listado se fundamenta en tres fuentes de datos:

1. Encuesta en línea con más de 80,000 expertos de 27 países (médicos, directores de hospitales, profesionales de la salud). Pedimos a los participantes que recomendaran hospitales tanto de sus países como de otras naciones. Limitamos la posibilidad de sesgo excluyendo las recomendaciones para empleadores/centros de trabajo.
2. Resultados de encuestas sobre experiencia de pacientes. A fin de determinar la experiencia del paciente, utilizamos datos de las encuestas públicas existentes. En términos generales, las aseguradoras realizan estas encuestas al concluir la estancia hospitalaria. Entre los temas analizados se cuentan: satisfacción con el hospital, recomendación del hospital y satisfacción con la atención médica.
3. Indicadores clave de rendimiento médico (ICR) para hospitales (por ejemplo, datos sobre calidad del tratamiento y medidas de higiene). Recopilamos los ICR de diversas fuentes públicas en buena parte de los países. Hubo diferencias

en los ICR de los distintos países. La información analizada incluyó datos sobre calidad de atención para tratamientos específicos, medidas de higiene y seguridad de los pacientes, así como datos sobre la cantidad de pacientes por médico y por enfermera.

Calculamos la puntuación de cada hospital en cada una de las tres categorías y evaluamos: recomendaciones paritarias (50 por ciento nacionales, 5 por ciento internacionales), experiencia del paciente (15 por ciento), ICR médico (30 por ciento).

Dicha puntuación determina la calificación de cada hospital por país. Ahora bien, dado que las evaluaciones “experiencia del paciente” e “ICR médico” se fundamentan en fuentes específicas de cada país, la puntuación solo es comparable entre nosocomios de un mismo país.

Debido a la imposibilidad de homologar estos datos, no es posible comparar las calificaciones de los distintos países (una calificación de 90 en el país A no significa que ese hospital sea mejor que otro con calificación de 87 en el país B).

Una red internacional de reporteros médicos verificó la credibilidad de la clasificación preliminar, y un concejo global de renombrados expertos médicos validó la clasificación.

El número de hospitales adjudicados a cada país dependió de la cantidad de centros, así como de los datos disponibles en la nación de que se trataba. Otorgamos la mayor cantidad de hospitales (420) a Estados Unidos, mientras que Israel y Singapur quedaron representados con diez hospitales cada cual. Esta cuarta edición de la clasificación evaluó un total de más de 2,200 hospitales.

La edición en línea del presente estudio incluye una lista Global de los mejores 250. Dicho listado proporciona la cla-

**“Los hospitales de primer nivel atraen al mejor personal. Gente dedicada a desarrollar nuevas estrategias de atención que mejoran la calidad del servicio médico”.**

sificación de los 150 mejores hospitales del mundo, en tanto que las posiciones 151 a 250 se presentan en orden alfabético. La elección de los 150 mejores se basó en la cantidad de recomendaciones internacionales y en la calificación nacional.

Los lugares 151 a 250 son los segundos mejores hospitales de cada país. El orden alfabético obedece a que la heterogeneidad de la información de los distintos países no da cabida a comparaciones. El listado global no contempla hospitales especializados.

La clasificación solo considera los hospitales elegibles en el ámbito de este artículo. Una mención en este listado es un reconocimiento basado en recomendaciones paritarias y en las fuentes de datos públicas disponibles en ese momento. Es resultado de un proceso muy complejo que, dados el periodo de recopilación y el análisis de datos, refleja solo el último año natural. Nuestra métrica no incluye información previa o posterior al periodo 1/1/2021 al 31/12/2021, ni pertinente a individuos afiliados/asociados a las instituciones. En consecuencia, los resultados de esta clasificación no deben ser la única fuente de información para decisiones futuras. La información proporcionada solo debe complementar la información existente sobre los hospitales y, de ser posible, acompañarse de una visita a la instalación. Este artículo no disputa la calidad de los hospitales no incluidos. Consulte en línea la metodología y la clasificación completa.

# Los expertos

## Dr. David W. Bates

Hospital Brigham & Women's  
BOSTON, MASSACHUSETTS, ESTADOS UNIDOS

Jefe de la división de medicina interna y atención primaria en Brigham and Women's Hospital. Experto en seguridad del paciente y uso de tecnología informática para mejorar la atención. Bates es profesor de medicina en la Escuela de Medicina de Harvard, y profesor de Políticas y Gestión de la Salud en la Escuela de Salud Pública de dicha universidad. Director de Center for Patient Safety Research and Practice en Brigham and Women's (Centro para Investigación y Prácticas en Seguridad del Paciente), es también líder externo en investigaciones del programa de la OMS Alianza Mundial para la Seguridad del Paciente.

## Dr. Jens Deereberg-Wittram

RoMed Kliniken  
ROSENHEIM, ALEMANIA

CEO y presidente de RoMed (sistema de salud alemán no lucrativo), Deereberg-Wittram es presidente fundador del Consorcio Internacional para Medición de Resultados en Salud y conferencista especializado en atención de la salud basada en el valor. Trabajó como consultor en estrategias de atención médica, fue director ejecutivo de un hospital alemán, y profesor en la Escuela de Negocios de Harvard.

## Dr. Gary S. Kaplan

Sistema de Salud Virginia Mason  
SEATTLE, ESTADOS UNIDOS

Presidente y CEO del Sistema de Salud de Virginia Mason, Kaplan es internista y experto en seguridad del paciente. Preside el Instituto Lucian Leape de



Institute for Healthcare Improvement (IHI; Instituto para Mejorar la Atención de la Salud), organización enfocada en la seguridad del paciente. Kaplan es miembro fundador de Health CEOs for Health Reform (Directores Médicos para Reformas en Salud) y fue presidente de la junta directiva de IHI.

## Dr. Gregory Katz

Facultad de Medicina de la  
Universidad de París FRANCIA

Profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de París, Katz dicta la cátedra de Innovación y Valor en Salud. Es presidente de PromTime, compañía de datos científicos enfocada en la atención de la salud basada en el valor, la cual ha recibido el encargo del Ministerio de Salud francés para promover la atención de alto valor. Fue director de investigaciones e innovación en las agrupaciones de hospitales privados más importantes de Europa.

## Dr. Christoph A. Meier

Hospital Universitario  
ZÜRICH, SUIZA

Director del Departamento de Me-

dicina Interna del Hospital Universitario de Zúrich, Meier es internista y forma parte de varios concejos médicos, incluido Swiss Medical Board for Health Technology Assessments (Junta Médica Suiza para la Evaluación de Tecnologías en Salud). Fue director médico y CEO adjunto del Hospital Universitario de Basilea, donde implementó los principios de la atención médica basada en valores.

## Dr. Eyal Zimlichman

Centro Médico Sheba  
RAMAT GAN, ISRAEL

Director general adjunto, director médico y director de innovación en el Centro Médico Sheba, Zimlichman también desempeña un cargo en Brigham and Women's Hospital, así como en el Centro de Investigación y Prácticas en Seguridad del Paciente de la Facultad de Medicina de Harvard. Es miembro fundador de International Academy of Quality and Safety in Health Care (Academia Internacional de Calidad y Seguridad en el Cuidado de la Salud) y experto de International Society of Quality in Healthcare (ISQua; Sociedad Internacional de Calidad en el Cuidado de la Salud).

★★★★★  
**MEJORES  
 HOSPITALES  
 DEL MUNDO**  
 2022

**Newsweek**

DESARROLLADO POR  
**statista**

# HOSPITALES LÍDERES

*Los hospitales que son  
 la guía a seguir*



## 1. **Clínica Mayo**

Rochester, Minnesota,  
 Estados Unidos

Los hermanos William y Charles Mayo eran parte del grupo médico que fundó la clínica en Rochester, Minnesota, en 1889. Hoy día, la institución cuenta con docenas de instalaciones en cinco estados de la Unión Americana y el resto del mundo, donde da empleo a 73,000 personas y atiende, anualmente, a más de 1.3 millones de personas con enfermedades graves o complejas. Desde su creación, la Clínica Mayo ha funcionado con base en la atención integral; es decir, la institución conjunta médicos y profesionales de otras especialidades para tratar a sus pacientes. Reputado centro de trasplantes, la Clínica Mayo goza de enorme respeto por su experiencia en varios campos especializados. En particular: diabetes y endocrinología, gastroenterología, geriatría, y ginecología. ● [mayoclinic.org](http://mayoclinic.org)

## 2. **Clínica Cleveland**

Cleveland, Ohio, Estados Unidos

Fundada hace más de un siglo, la Clínica Cleveland se conforma de 19 hospitales, 5,900 camas y más de 220 instalaciones estadounidenses e internacionales para pacientes ambulatorios. Cuenta con una fuerza de trabajo de más de 4,600 médicos y científicos especializados en diversos campos, además de 14,000 enfermeras certificadas. En 2020, la Clínica Cleveland trató a 2.4 millones de pacientes, acumulando un total de 273,000 ingresos hospitalarios y para observación; 217,000 cirugías y otros procedimientos; y 8.7 millones de visitas ambulatorias. La Clínica Cleveland fue uno de los primeros centros para enseñanza médica que ofreció pruebas diagnósticas para covid-19 en Estados Unidos. Destacada en numerosas especialidades, es una institución líder en cardiología y cirugía cardíaca. ● [my.clevelandclinic.org](http://my.clevelandclinic.org)

### 3.

## Hospital General de Massachusetts

Boston, Massachusetts, Estados Unidos  
Creado en 1811 como el primer hospital docente de la Facultad de Medicina de la Universidad de Harvard, el Hospital General de Massachusetts inició con la misión de brindar atención médica a todos los enfermos de Boston, no obstante el nivel socioeconómico. A la fecha, “Mass General” da empleo a más de 25,000 personas y su campus recibe alrededor de 1.5 millones de visitas ambulatorias cada año. La institución cuenta con cerca de 1,000 camas e ingresa alrededor de 50,000 pacientes anuales.

● [massgeneral.org](http://massgeneral.org)



### 4.

## Hospital General de Toronto, Red Universitaria de Salud

Toronto, Canadá  
“Toronto General” (TGH) es el ancla de la Red Universitaria de Salud, la cual incluye al Hospital Toronto Western, el Centro Oncológico Princesa Margarita, el Instituto de Rehabilitación de Toronto y el Instituto de Educación Michener. Fundado en 1819, el hospital General fue sede del primer trasplante de pulmón único (1983), así como del primer trasplante pulmonar doble (1986). El TGH es el centro de trasplantes más grande de América del Norte. En 2020 contaba con 456 camas y atendió a más de 56,000 pacientes en su sala de urgencias. Hasta el año 2020, la institución tenía una plantilla de 1,103 médicos de tiempo completo y 4,297 enfermeras.

● [uhn.ca/OurHospitals/TGH](http://uhn.ca/OurHospitals/TGH)

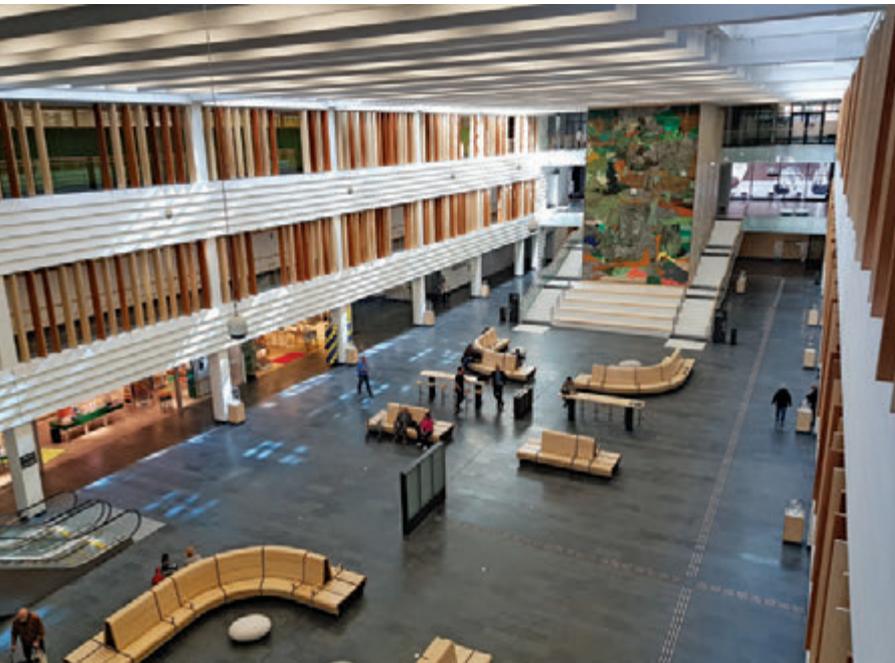


### 5.

## Charité - Universitätsmedizin Berlin

Berlín, Alemania  
Fundado hace 312 años, cuando la peste bubónica amenazaba aquella ciudad alemana, Charité se ha convertido en uno de los hospitales universitarios más grandes de Europa, afiliado a la Universidad Humboldt y a la Universidad Libre, ambas en Berlín. Sus investigadores desarrollaron la primera prueba diagnóstica para covid-19. El hospital cuenta con 3,000 camas, 4,693 científicos y médicos, y más de 4,707 enfermeras y cuidadores que dan servicio en sus cuatro campus. ● [berlineses.charite.de](http://berlineses.charite.de)





## 6. Hospital Johns Hopkins

Baltimore, Maryland, Estados Unidos  
Fundado en 1889, en la ciudad de Baltimore, ha desempeñado un papel fundamental en la historia y el desarrollo de la educación médica estadounidense. Hoy día, la institución cuenta con más de 2,400 médicos de tiempo completo, más de 1,100 camas, ingresa a más de 95,500 pacientes anuales, y atiende casi 280,000 urgencias cada año. Lanzado el 22 de enero de 2020, el panel Johns Hopkins Coronavirus Resource Center creó uno de los primeros mapas globales que rastreó los casos y las defunciones por covid-19 ● [hopkinsmedicine.org](https://hopkinsmedicine.org)

## 7. Hospital Universitario Pitié Salpêtrière

París, Francia  
De larga trayectoria, es el más grande de Francia, se alza en lo que fuera una fábrica de pólvora transformada en un hospicio en 1656, para surgir como institución médica durante la Revolución Francesa. En la actualidad, tiene más de 1,700 camas, se especializa en docencia e investigación, y su personal contribuye con cerca de 2,000 publicaciones científicas al año. Sus más de 70 especialidades médicas cuentan con el respaldo de 26 centros para enfermedades raras. ● [pitie-salpetriere.aphp.fr](https://pitie-salpetriere.aphp.fr)

## 8. Hospital Universitario Karolinska

Solna, Suecia  
Con 15,800 empleados y 1,600 camas, el hospital está afiliado al Instituto Karolinska, que el rey Carlos XIII de Suecia fundara en 1810 como escuela de cirujanos militares. Hoy es una de las escuelas de medicina más grandes y acreditadas del mundo, con atención en pediatría; medicina/cirugía cardiovascular; neurología; oncología; inflamación y envejecimiento; traumatología y medicina reparadora; salud de la mujer; y profesiones de salud asociadas. El nuevo edificio construido en Solna, fue inaugurado en 2016, hecho de materiales sostenibles; se centra en el paciente, proporcionando habitaciones individuales que incluyen una cama extra para sus familiares, mejorando la privacidad y limitando la propagación de infecciones. ● [karolinska.se/en/karolinska-university-hospital](https://karolinska.se/en/karolinska-university-hospital)



## 9. Centro Médico Ronald Reagan – UCLA Health

Los Ángeles, California, Estados Unidos  
Parte de UCLA Health (Sistema de Salud de la Universidad de California en Los Ángeles), el Centro Médico Ronald Reagan abarca una superficie de casi 1,000 hectáreas que incluyen tanto el hospital principal, como instalaciones especializadas en pediatría y neuropsiquiatría. Fundado en 1955, el Centro se enorgullece de su espacio físico vanguardista, construido en 2008 según el diseño de Pei Partnership Architects. El campus ofrece numerosos espacios abiertos y luminosos pabellones que promueven el bienestar y la curación. El hospital dispone de 520 camas, y su departamento de urgencias atiende a más de 50,000 pacientes al año. El diseño del edificio proporciona un máximo de flexibilidad. Por ejemplo, es posible convertir cualquier habitación en una unidad de cuidados intensivos, o crear espacios para el trabajo de parto, el nacimiento y la recuperación sin necesidad de que las madres cambien de cuarto. ● [uclahealth.org/reagan/](https://uclahealth.org/reagan/)



**UN MÉDICO ISRAELÍ** prueba un robot Temi en el Centro médico Sheba

## 10. Centro Médico Sheba

Ramat Gan, Israel

Localizado en el barrio de Tel HaShomer, en la ciudad de Ramat Gan, próxima a Tel Aviv, el Centro Médico Sheba es el hospital más grande de Israel. Fundado en 1948, como el primer hospital militar del país, hoy día incluye cuatro instalaciones especializadas (atención crítica, rehabilitación, pediatría y maternidad), así como dos institutos (cardiología y oncología). La institución cuenta con 159 clínicas y departamentos médicos, y dispone de un equipo de 1,700 médicos y alrededor de 2,000 camas. Importante centro de investigación, con 75 laboratorios, el Centro Médico Sheba realiza 3,300 ensayos clínicos anuales. Un ejemplo de innovación es su Centro de Rehabilitación en Realidad Virtual (el primero en el mundo), donde los pacientes pueden practicar sus destrezas en ambientes que simulan las condiciones del mundo real. ● [eng.sheba.co.il](https://eng.sheba.co.il) 

PUBLICADO EN COOPERACIÓN CON NEWSWEEK  
PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK

★★★★★  
**MEJORES  
 HOSPITALES  
 DEL MUNDO**  
 2022

**Newsweek**

DESARROLLADO POR  
**statista**

# CAMPEONES DE MÉXICO

Estos son los hospitales generales (no especializados en un solo tipo de enfermedad, paciente o sistema orgánico) más importantes de México.

- |          |  |        |           |   |        |
|----------|--|--------|-----------|---|--------|
| <b>1</b> | <b>Hospital Médica Sur</b><br>CIUDAD DE MÉXICO                       | 94.37% | <b>9</b>  | <b>Hospital General Dr. Manuel Gea González</b><br>CIUDAD DE MÉXICO       | 77.46% |
| <b>2</b> | <b>Centro Médico ABC Campus Santa Fe</b><br>CIUDAD DE MÉXICO         | 93.36% | <b>10</b> | <b>Hospital Español</b><br>CIUDAD DE MÉXICO                               | 76.99% |
| <b>3</b> | <b>IMSS - Centro Médico Nacional Siglo XXI</b><br>CIUDAD DE MÉXICO   | 82.45% | <b>11</b> | <b>Hospital General de México Dr. Eduardo Liceaga</b><br>CIUDAD DE MÉXICO | 76.89% |
| <b>4</b> | <b>Centro Médico ABC Campus Observatorio</b><br>CIUDAD DE MÉXICO     | 81.54% | <b>12</b> | <b>Centro Médico Nacional 20 de Noviembre</b><br>CIUDAD DE MÉXICO         | 76.84% |
| <b>5</b> | <b>IMSS - Centro Médico Nacional La Raza</b><br>CIUDAD DE MÉXICO     | 80.46% | <b>13</b> | <b>Hospital Real San José</b><br>ZAPOPAN                                  | 76.39% |
| <b>6</b> | <b>Hospitales Angeles Lomas</b><br>CIUDAD DE MÉXICO                  | 79.15% | <b>14</b> | <b>Hospital Universitario Dr. José Eleuterio González</b><br>MONTERREY    | 75.55% |
| <b>7</b> | <b>Hospital Civil de Guadalajara Juan I. Menchaca</b><br>GUADALAJARA | 78.94% | <b>15</b> | <b>Hospital Civil Fray Antonio Alcalde</b><br>GUADALAJARA                 | 74.88% |
| <b>8</b> | <b>Christus Muguerza - Alta Especialidad</b><br>MONTERREY            | 77.74% | <b>16</b> | <b>Hospitales Angeles - Valle Oriente</b><br>MONTERREY                    | 74.44% |

PUBLICADO EN COOPERACIÓN CON NEWSWEEK  
 PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK

**17 Hospitales Angeles**

- México 74.08%  
CIUDAD DE MÉXICO

**18 Hospital General de Occidente**

73.83% ZAPOPAN

**19 Hospital Metropolitano**

Dr. Bernardo Sepúlveda 72.59%  
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA

**20 IMSS - Hospital General Regional 46**

72.50%  
GUADALAJARA

**21 Hospitales Angeles - Ciudad Juárez**

72.26%  
CIUDAD JUÁREZ

**22 Christus Muguerza - Clínica San Pedro**

72.13%  
MONTERREY

**23 Hospitales Angeles**

- Metropolitano 71.57%  
CIUDAD DE MÉXICO

**24 Hospitales Angeles**

- Puebla 70.94%  
PUEBLA

**25 Hospital General Agustín**

O'Horán 70.87%  
MÉRIDA

**26 IMSS - Hospital General de Zona 33**

70.00%  
MONTERREY

**27 Christus Muguerza Sur**

69.71%  
MONTERREY

**28 Hospital Universitario de Puebla**

69.49%  
PUEBLA

**29 Hospital CIMA**

69.38%  
HERMOSILLO

**30 Hospital General Balbuena**

69.32%  
CIUDAD DE MÉXICO

**31 IMSS - Hospital General Regional 1 Dr. Carlos Mac Gregor Sánchez**

Navarro 69.07%  
CIUDAD DE MÉXICO

**32 Christus Muguerza - Hospital Betania**

69.00%  
PUEBLA

**33 IMSS - Hospital General de Zona 1A Venados**

68.77%  
CIUDAD DE MÉXICO

**34 Hospital San Javier**

68.66%  
GUADALAJARA

**35 IMSS - Hospital General Regional 17**

68.56%  
CANCÚN

**36 Galenia Hospital**

68.40%  
CANCÚN

**37 Hospital General de**

Ciudad Obregón 68.35%  
CIUDAD OBREGÓN

**38 Centro Hospitalario de**

Aguascalientes 68.27%  
AGUASCALIENTES

**39 IMSS - Hospital General**

Regional 180 68.24%  
TLAJOMULCO DE ZÚÑIGA

**40 IMSS - Hospital General**

Regional 220 68.24%  
TOLUCA DE LERDO

**41 Hospital Star Médica**

68.23%  
CIUDAD JUÁREZ

**42 IMSS - Hospital General de**

Zona 1 Pachuca 68.19%  
PACHUCA DE SOTO

**43 B. Hospital General con Especialidades Juan María de Salvatierra**

68.16% LA PAZ

**44 Hospital General Regional**

20 Tijuana 68.13%  
TIJUANA

**45 IMSS - Hospital General de Zona No. 1 Lic. Ignacio**

García Téllez 68.06%  
SAN LUIS POTOSÍ

**46 Centenario Hospital**

Miguel Hidalgo 68.04%  
AGUASCALIENTES

**47 Hospital General Xoco**

67.95%  
CIUDAD DE MÉXICO

**48 Hospitales Angeles - León**

67.94% LEÓN

**49 Hospital General Regional**

110 Oblatos 67.92%  
GUADALAJARA

**50 IMSS - Hospital General**

Regional 1 Querétaro 67.88%  
SANTIAGO DE QUERÉTARO

**51 Centro Médico Dr. Ignacio**

Chávez 67.88%  
HERMOSILLO

**52 Hospital Del Pacifico**

67.87%  
ACAPULCO

**53 Hospital General de Pachuca**

67.85% PACHUCA DE SOTO

**54 Hospital General de Cancún**

Dr. Jesús Kumate Rodríguez 67.80%  
CANCÚN



“

**Entérate de los temas médicos de relevancia.**

**Te colocamos entre manos y mentes expertas a nivel mundial”.**

**Newsweek**  
EN ESPAÑOL

**Consulta**   
[newsweekespanol.com](https://newsweekespanol.com)

Los tiempos se comprenden mejor si estamos informados adecuadamente.

★★★★★  
**MEJORES  
 HOSPITALES  
 DEL MUNDO**  
 2022

**Newsweek**

DESARROLLADO POR  
**statista**



# Hospital Angeles Puebla

El futuro de la cirugía **ES HOY**

**+** LA CIRUGÍA ROBÓTICA ES ACTUALMENTE la técnica de mínima invasión más segura e innovadora, ya que facilita al cirujano los procedimientos complejos. Con esta tecnología se obtiene una mejor visión en 3D y HD con ayuda de una consola. También se logra una mayor precisión debido a los brazos robóticos interactivos. Una de las innovaciones más relevantes en este campo es el sistema Da Vinci, el cual está disponible en el Hospital Angeles.

Se trata de un robot quirúrgico diseñado para cirugías complejas. Es posible utilizarlo para distintos procedimientos quirúrgicos, entre ellos,

FOTOS: CORTESÍA

**EL HOSPITAL ANGELES** está a la vanguardia en tecnología. Cuenta con el Centro de Cirugía Robótica.



uroológicos, ginecológicos, oncológicos y de cirugía general. Entre las ventajas que ofrece el sistema destacan: menos dolor, menor riesgo de infección, son menos complicaciones, un menor tiempo de recuperación, cicatrices más pequeñas. En suma, los resultados son más efectivos con una menor estancia hospitalaria.

El sistema cuenta con una tecnología que mejora la disección y la reconstrucción, así la cirugía robótica es altamente efectiva en procedimientos bariátricos y metabólicos, ya que pacientes de alto riesgo tienen una posibilidad más segura de ser operados.

## En las cirugías contra el cáncer

OTRA ALTERNATIVA EN LA QUE ESTE tipo de procedimientos puede aplicarse es la cirugía de cáncer. El sistema ofrece métodos novedosos, seguros y mínimamente invasivos para tratar tumores y cáncer en los órganos sólidos.

Entre los procedimientos más utilizados para el tratamiento del cáncer con cirugía robótica están: prostatectomía radical por cáncer de próstata, cirugía de carcinoma de endometrio, de cáncer cervico-uterino, de cáncer colorrectal, de cáncer de hígado, páncreas y estómago, entre otros.

**Cirugía ginecológica**, el sistema es útil en procedimientos como miomectomías e histerectomías de úteros de gran tamaño. También en resección de endometriosis y adherenciolisis, recanalización tubaria, así como procedimientos gineco-oncológicos y uroginecológicos como la sacrocolpopexia.

El sistema de cirugía robótica Da Vinci del Hospital Angeles Puebla utiliza cuatro brazos, visión tridimensional y tecnología de articulación endowrist. Ello permite que las cirugías para cáncer de próstata, riñón, vejiga y reconstrucción del tracto urinario se ejecuten con mayor fineza y más exactitud, debido a la mejoría de los alcances técnicos de todo cirujano, es importante mencionar que las principales mejoras en beneficio de los pacientes igualmente se dan en la disminución del dolor postoperatorio y del sangrado. De esta forma, la recuperación es más rápida. **Hay mejores resultados funcionales comparados con la cirugía abierta.** ■

Más información:  
[cirugiaroboticaha.com](http://cirugiaroboticaha.com)





# Hospital Universitario de Puebla

**COMPROMISO Y CALIDAD** en los servicios de salud

**+** DESDE HACE 50 AÑOS, EL HOSPITAL Universitario de Puebla (HUP) brinda servicios de salud a la comunidad universitaria y a los poblanos y es uno de los principales centros de formación de profesionales altamente calificados.

**El HUP atiende en promedio a 26,000 derechohabientes al año. A estas cifras hay que sumar los pacientes canalizados por otras instituciones de salud pública, así como particulares provenientes de municipios y estados vecinos.**

Este ejercicio se ha logrado debido a su oferta de 44 especialidades. Asimismo, ofrece servicios de apoyo como imagenología, laboratorio de análisis clínico, patología, electrocardiogramas y electroencefalogramas, endoscopias, áreas de rehabilitación y hemodiálisis, optometría y farmacia.

En el área de imagenología se realizan mastografías, ultrasonidos, resonancias magnéticas, toma de biopsias, rayos X y densitometría, entre otros.

Para los pacientes que requieren hospitalización existen 238 camas, seis salas de cirugía, banco de sangre y unidades de cuidados intensivos para adultos, pediátricos y neonatales.

Adicionalmente, opera la Unidad de Enfermedades Respiratorias Agudas para pacientes con covid-19 los 365 días del año.

Debido a este trabajo el HUP ha obtenido acreditaciones y reconocimientos nacionales e internacionales. Uno de ellos es ser designado el mejor hospital de Puebla, de acuerdo con la lista The World's Best Hospitals 2021 de *Newsweek* y *Statista*.

El hospital también porta las acreditaciones en materia de capacitación, calidad y seguridad para la atención médica del Catálogo Universal de Servicios de Salud, proporcionado por la Dirección General de Calidad y Educación en Salud de la Secretaría de Salud federal. De acuerdo con Saúl Hernández García, director del nosocomio, con ello se demuestra el cum-

plimiento de condiciones que garantizan la funcionalidad y eficiencia de las unidades médicas de la institución.

## Garantizar seguridad y calidad

LAS NUEVAS METAS DEL NOSOCOMIO apuntan a más certificaciones que garanticen la seguridad y calidad en los servicios hospitalarios. Su Servicio de Alergia e Inmunología Clínica es considerado el mejor centro de formación de especialistas en ese ámbito en México, de acuerdo con el Consejo Nacional de Inmunología Clínica y Alergia (CONICA), que también destaca su labor docente.

En cuanto a la atención al paciente, ofrece servicios como consulta, pruebas cutáneas, aplicación de inmunoterapia y realización de espirometrías. Otra de las áreas sustanciales de la Especialidad en Alergia e Inmunología es la investigación, afiliada al Programa Nacional de Posgrados de Calidad del Conacyt.

FOTOS: CORTESÍA



**EL HOSPITAL UNIVERSITARIO**, uno de los principales centros de formación de profesionales altamente calificados.



Igual de fundamental es el Laboratorio de Análisis Clínicos, área que logró la reacreditación de la Norma ISO 15189, coordinada por María Susana Pérez Fernández y que cuenta con 38 químicos. Esta norma la obtienen pocos laboratorios en el país; en Puebla solo la tienen cuatro. Entre las áreas que obtuvieron calificación de 10 en esta evaluación están las de Hematología, Química Clínica y Microbiología. “Esta recertificación le da seguridad al paciente porque implica que el resultado que obtiene de nuestro laboratorio es certero y válido”, afirma Pérez Fernández.

Aunque la reacreditación se obtuvo en diciembre de 2021, la primera data de 2018. El Laboratorio del HUP es galardonado cada año por el Control de Calidad Externa como uno de los mejores del país. “Estos reconocimientos brindan certeza a los médicos en sus procedimientos y en su orientación”, dice Susana Pérez. “Por eso, cuando hablamos de competencia y calidad, el personal tiene la capacidad y profesionalismo de realizar su trabajo en cada área”.

#### **Una nueva especialidad**

EN ENERO DE ESTE AÑO SE PRESENTÓ una reestructuración y actualización del programa de Pediatría ante el Honorable Consejo Universitario. De esa forma se creó una nueva especialidad a cargo del doctor Aquilino Márquez Toledo, quien señala que esta reforma impacta de manera favorable en los procesos que viven los residentes. De esta manera, el programa podrá ser incluido en los posgrados de calidad del Conacyt.

## **De acuerdo con expertos en el ramo, todos sus logros hacen del HUP uno de los mejores hospitales de la entidad y del país.**

El hospital tiene una unidad de cuidados intensivos neonatales acreditada como un servicio de alta especialidad. Cuenta con equipamiento, infraestructura, recursos humanos y médicos que permiten dar una atención de calidad a recién nacidos en estado crítico.

La pandemia de covid-19 fue un reto para los centros de salud. Con el fin de atender a sus derechohabientes, se creó la Unidad de Atención para Enfermedades Respiratorias Agudas. En un inicio contó con 18 camas con ventilador mecánico y otras especificaciones de normatividad para pacientes críticos, posteriormente se ofreció un espacio con 36 camas. A dos años de la pandemia, la atención rebasa los 800 pacientes.

Romero hace hincapié en que su Unidad de Terapia Intensiva, independiente del área de covid-19, cumple con la Norma Oficial Mexicana NOM-025-SSA3-2013. ■

Más información:  
[hup.buap.mx](http://hup.buap.mx)



★★★★★  
**MEJORES  
 HOSPITALES  
 DEL MUNDO  
 2022**

**Newsweek**

DESARROLLADO POR  
**statista**



**Altos  
 estándares  
 internacionales  
 acreditados  
 con la  
 certificación  
 del Consejo de  
 Salubridad  
 General.**

# Hospital CIMA Hermosillo

**EL CORAZÓN** médico de Sonora

**+** **TECNOLOGÍA DE PUNTA Y PERSONAL MÉDICO CAPACITADO SON LA CLAVE PARA QUE HOSPITAL CIMA HERMOSILLO SEA CONSIDERADO EL MEJOR DEL ESTADO DE SONORA, MÉXICO. CON 25 AÑOS DE EXPERIENCIA, POR SEGUNDO AÑO CONSECUTIVO LOGRA ESTA DISTINCIÓN DEBIDO A SU COMPROMISO DE MEJORAR SUS SERVICIOS DE FORMA CONTINUA.**

Con altos estándares de calidad y seguridad, ofrece una atención integral centrada en el paciente. Para ello cuenta con procesos y estándares nacionales e internacionales acreditados con la certificación del Consejo de Salubridad General.

Actualmente, Hospital CIMA Hermosillo ofrece 55 habitaciones y cinco modernos quirófanos para cirugías de alta especialidad. Además, tiene una unidad de terapia intensiva con el equipamiento y personal requerido para atender casos complejos, como cirugías cardiovasculares y trasplantes de hígado.

Cuenta también con equipos de alta tecnología para apoyos en cirugías de especialidades, por ejemplo, el Robot Rosa (Robotic Surgical Assistant) en traumatología y ortopedia. También, con el Laser Green Light para urología, y el Spyglass para endoscopias. Y la zona de urgencias po-

see un área de shock y trauma y dos cubículos de aislado para posibles enfermedades contagiosas.

Las clínicas especializadas están a la vanguardia en los campos médicos que más afectan a la comunidad. Así, la Unidad de Reproducción Asistida (URACIMA) tiene la acreditación ORO por parte de la Red Latinoamericana de Reproducción Asistida (REDLARA).

## **Médicos reconocidos y certificados**

LA CLÍNICA DE CIRUGÍA DE OBESIDAD y Diabetes está integrada por médicos expertos reconocidos y certificados en cirugía bariátrica. Finalmente está el grupo Umano, especializado en urología.

**Hospital CIMA Hermosillo está integrado por 11 especialistas en cirugía cardiovascular, hemodinamia y electrofisiología (Hermosillo Heart Team). Cuenta también con dos salas de hemodinamia, una de ellas híbrida Discovery, y un área de cardiodiagnóstico.**

El área de OBSTETRIX está equipada con tres salas LPR, dos quirófanos de ginecoobstetricia y una Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales, así como un cunero. Uno de los pilares del hospital es imagenología, que cuenta

con equipos de última generación. En sus instalaciones están el tomógrafo SOMATOM Definition Edge, el cual realiza estudios más rápidos, con mejor resolución de imagen y menor radiación para el paciente, y el mastógrafo Siemens Mamomat con (mamografía en 3D), que permite una mejor detección para pacientes con tejido denso. Y además cuenta con medicina nuclear y fluoroscopia. También, con un equipo de resonancia magnética de última generación que permiten tener el programa CIMAPREVENT.

**El nosocomio recientemente firmó un convenio de colaboración con TEC SALUD NETWORK. Incluso es el primer hospital en afiliarse a esta red, cuyo propósito es fortalecer la formación del equipo médico, enfermería e investigación.**

En tanto, voluntariado CIMA, I.A.P. impulsa Rostros Felices, que ha brindado más de 700 cirugías a menores con labio y paladar hendido, terapias de lenguaje y ortodoncia. ■



Más información:  
[cimahermosillo.com/es](http://cimahermosillo.com/es)

# LA VANGUARDIA TECNOLÓGICA ESTÁ EN HOSPITAL CIMA



## PREVENCIÓN • DETECCIÓN PRECISIÓN • PROCEDIMIENTOS

Para Hospital CIMA lo más importante es cuidar la salud de los pacientes, por lo que hoy somos los únicos en contar con diversas tecnologías de clase mundial en el noroeste del país, para seguir brindando desde diagnósticos certeros, hasta recuperaciones exitosas; siempre con la calidez humana que caracteriza a nuestros médicos especialistas.

Estamos listos para enfrentar contigo cualquier desafío de salud,  
agenda tu cita al 662 259 0900 ext. 1050 y 1051  
[www.cimahermosillo.com](http://www.cimahermosillo.com)

 **CIMA**  
EL HOSPITAL MEDICO DEL NOROESTE

 @CIMA\_HMO

★★★★★

MEJORES  
HOSPITALES  
DEL MUNDO  
2022

Newsweek

DESARROLLADO POR  
statista

# CHRISTUS MUGUERZA Hospital Betania

**60 AÑOS** de atención de excelencia e innovación

**+** HAN PASADO MÁS DE 60 AÑOS desde que Hospital Betania abrió sus puertas. En todo ese tiempo se ha mantenido en constante renovación con el objetivo de fortalecer su posicionamiento como un referente de la medicina no solo en Puebla, México, sino en la región.

Ese compromiso lo ha llevado a ser nombrado uno de los tres mejores hospitales de Puebla en el 2021 por *Newsweek* y *Statista*.

Una de sus características es contar con médicos altamente capacitados y ofrecer atención cálida y profesional por parte de sus colaboradores. Además de contar con la tecnología que le permite brindar una atención segura y de alta calidad.

José Arturo Ugalde Elías es director de Christus Muguerza Hospital Betania. Liderar uno de los nosocomios más importantes en Puebla es todo un reto, dice, uno que lo impulsa a emprender esfuerzos para que el hospital siga permaneciendo entre

los mejores. Añade que de esta forma, la institución puede contribuir al bienestar de las familias poblanas y de la región.

“Entendemos claramente que tenemos que entregarnos a nuestros pacientes brindándoles un servicio de calidad y calidez. Por ello buscamos tener a los mejores médicos de la ciudad. Sobre nuestra tecnología, en los últimos tres años hicimos una inversión muy importante en la remodelación de nuestros quirófanos”, explica.

## Renovación y crecimiento hospitalario

CON ESTE MISMO EMPEÑO FUERON renovadas las áreas de imagen, de cuidados intensivos y las habitaciones del hospital. Hace tres años, Christus Muguerza Hospital Betania inició un plan de crecimiento para asegurar la comodidad de sus consumidores y profesionales de la salud.

Otro objetivo del plan fue con convertirse en un referente en mate-

ria de tecnología para la salud. Tan solo en 2019, invirtió más de 300 millones de pesos en la construcción de cinco quirófanos y un centro de diagnóstico de imagen, donde se incluyó un equipo de resonancia magnética de última generación, una sala de hemodinamia para procedimientos cardiológicos de mínima invasión y remodelar 20 habitaciones.

Este año el hospital invertirá 400 millones de pesos para la construcción del Centro de Atención Integral al Cáncer. En este lugar se atenderá a más de 2,000 personas en sus primeros cinco años de operaciones.

Entre sus servicios destacan el PET-CT, quimioterapia, radioterapia y consulta médica. Este proyecto colocará al hospital como el primer centro de referencia en la atención oncológica del sur del país, donde se tendrá una atención holística basada en la calidez humana y la calidad clínica.

Aunado a su capacidad, en los últimos años Hospital Betania ha fortale-

cido sus servicios de tercer nivel con especialidades médicas para atender padecimientos complejos. Es considerado un nosocomio de alta especialidad en la región, donde se realizan procedimientos de cardiología de mínima invasión. Además cuenta con una sala de hemodinamia equipada con tecnología que permite al especialista diagnosticar obstrucciones coronarias y determinar el mejor tratamiento disponible.

#### **Todo sin salir de Puebla**

LA EVOLUCIÓN CONSTANTE DEL hospital le ha permitido ser pionero en áreas que no se habían visto antes en el centro y sur del país. Una de ellas es la inteligencia artificial para valorar el riesgo obstétrico y detectar tempranamente posibles riesgos de salud de la madre o su bebé. Esto se logra con una herramienta que valora la salud de la paciente, identifica riesgos y notifica inmediatamente al médico tratante para una atención oportuna.

Esta tecnología permite al médico acceso en tiempo real a todos los estudios del paciente y así posicionarse de manera digital en el entorno quirúrgico. De esta forma, cuenta con los datos e imágenes clínicas mediante realidad aumentada, como una resonancia magnética o una reconstrucción de tomografía computarizada.

Como resultado de ello, se reduce el tiempo de la cirugía y se optimiza hasta en un 70 por ciento la carga del trabajo de enfermeras y médicos. Adicionalmente se evitan riesgos asociados con la cirugía e incluso se puede acortar la estancia intrahospitalaria del paciente.

**En neurocirugía cuenta con tecnología y salas de cirugía de última generación para atender a pacientes que antes debían salir de Puebla**

## **En 2021, Christus Muguerza Hospital Betania hizo historia en la tecnología en salud al ser sede de la primera cirugía en utilizar realidad aumentada. También ahí se realizó la primera holocirugía remota en el centro y sur de México.**

**para atenderse. Lo mismo sucede con servicios como traumatología y ortopedia y cuidados intensivos.**

#### **Compromiso social**

DESDE 2015, CHRISTUS MUGUERZA Hospital Betania puso en marcha un programa de cirugías gratuitas de labio o paladar hendido en comunidades de alta vulnerabilidad. Ello forma parte de su compromiso de contribuir al bienestar de las comunidades, a las cuales sirve y brin-

dar atención. Dicho programa le ha permitido operar a más de 600 pacientes, con lo que ha contribuido a mejorar su calidad de vida.

Para la institución, estar a la vanguardia de la medicina privada en la región es fundamental para brindar un servicio de calidad. Para ofrecer seguridad clínica a sus pacientes busca siempre colaborar con médicos que entregan una atención de excelencia y que cuentan con prestigio.

**Hospital Betania continuará creciendo para mantenerse como un referente de atención médica en la región. Una de sus prioridades es refrendar día a día su compromiso con el bienestar de su comunidad, sus colaboradores y médicos, y brindar la mejor experiencia a todos sus pacientes. ■**

Más información:  
[christusmuguerza.com.mx/hospital-betania](https://christusmuguerza.com.mx/hospital-betania)





# Hospitales Siglo XXI y La Raza

Entre los **CINCO MEJORES** de México

**+** DE ACUERDO CON WORLD'S BEST HOSPITALS 2022, lista de *Newsweek* y *Statista*, los hospitales Centro Médico Siglo XXI y Centro Médico Nacional La Raza ocupan, respectivamente, el tercer y quinto lugar en la lista de los mejores hospitales de México.

Esta lista enumera a los mejores hospitales del mundo en 27 países. De esta clasificación se derivan una serie de listas nacionales que reconocen a los mejores hospitales de cada país.

En México, los dos hospitales arriba mencionados, ambos pertenecientes al Instituto Mexicano del Seguro Social, integran esta prestigiosa lista.

**El Centro Médico Nacional Siglo XXI fue fundado en 1961. Es el hospital del IMSS más prestigioso del país y uno de los más reconocidos de América Latina. En la lista se encuentra en el tercer lugar, con lo que se erige como el mejor hospital del IMSS de México.**

El Siglo XXI cuenta con más de ocho unidades de investigación y diez especialidades para atender afecciones que requieren de especialistas de alto nivel. Destacan el área de cardiología, oncología y pediatría. Además, tiene su propia área de investigación científica, y cada una de sus áreas especializadas es reconocida por el Plan de Posgrados de Calidad del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt).

Este hospital brinda atención a 12 millones y medio de derechohabientes provenientes de Chiapas,

Guerrero Morelos, CDMX, Oaxaca, Puebla, Querétaro, Tabasco, Veracruz y Tlaxcala.

## 70 años del Centro La Raza

A PUNTO DE CUMPLIR 70 AÑOS, EL CENTRO MÉDICO Nacional La Raza es el quinto nosocomio reconocido en esta lista. Se distingue por sus especialistas en trasplantes renales de páncreas, riñón, corazón y hepáticos.

También destaca por ofrecer intervenciones de osteosíntesis en columna, endovasculares de angiología y neurocirugía, percutáneas para litiasis renal y de electroestimulación lumbar, entre otras.

Este centro brinda diariamente más de 600 consultas, realiza más de 50 cirugías de alta especialidad y casi 9,000 estudios de laboratorio.

Es un referente en trasplante de órganos y en el tratamiento de malformaciones congénitas. Brinda atención a pacientes originarios de la CDMX, Estado de México, Hidalgo, Yucatán y Quintana Roo.

**Los expertos que realizaron esta lista de hospitales tomaron en cuenta como característica fundamental la capacidad de innovación e investigación de los centros evaluados. Ello debido a que no solo el servicio a los pacientes es importante, sino también las prácticas que abonen a la medicina del futuro. ■**

**EN LA FOTOGRAFÍA, TRASPLANTE DE CORAZÓN** en el hospital La Raza del IMSS.



**AGUASCALIENTES TIENE SALUD**

# Centenario Hospital Miguel Hidalgo

El centro ha sido calificado como uno de los mejores hospitales —públicos y privados— del país, por el ranking

**Mejores Hospitales del Mundo de Newsweek y Statista por segundo año consecutivo.** Cuenta con una área académica y formadora de profesionales de la salud, lo que confirma su posición como una institución vanguardista y de excelencia.



**AGUASCALIENTES**  
GOBIERNO DEL ESTADO

**Contigo al 100**

# TecSalud: Centro Médico Académico que contribuye a la transformación de la práctica médica en el país

**+** EL COMPROMISO CON LA COMUNIDAD SE REFLEJA en el modelo que ofrece como centro médico académico con tres vertientes: la atención clínica, la formación y la investigación.

TecSalud es el sistema de salud del Tecnológico de Monterrey que aporta innovación y excelencia al cuidado de la salud en México. Su visión está basada en tres pilares esenciales: Bienestar, Prevención y Longevidad.

Está conformado por los Hospitales San José y Zambrano Hellion, la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, y la Fundación TecSalud.

La mejora continua y el compromiso con la calidad son sus ejes principales. Por ello busca ser un referente en cuanto a atención médica y de salud se refiere. Tiene como misión ser el centro médico académico líder en México y consolidar una cultura de calidad y seguridad centrada en el paciente. También busca contribuir a la transformación de la práctica médica para prevenir, diagnosticar y tratar enfermedades mediante una atención integral.

Una de las vías para hacerlo es un modelo basado en líneas de servicio. Para ofrecer atención de calidad aplica un modelo de gestión que permite enfocar los esfuerzos por especialidades para brindar una atención basada en el valor.

En entrevista, Guillermina Sánchez Rodríguez, directora médica de TecSalud, detalla esta forma de trabajo: “Habitualmente la atención en los hospitales hacia los pacientes se hace por segmentos. Las líneas de servicio ofrecen atención al paciente de forma transversal. Es decir, alinean la parte de admisión, farmacia, la parte médica, de

enfermería, de una forma transversal y coordinada. Esto nos permite realmente buscar calidad en todas las dimensiones”.

## Variedad y transparencia

ACTUALMENTE, TECSALUD CUENTA CON NUEVE LÍNEAS de servicio: cardiovascular, neurociencias, traumatología y ortopedia; oncología, trasplantes, pediatría, ginecología, cirugía y medicina interna. Todas conforman la atención brindada en TecSalud y permiten adaptar nuevos modelos de atención.

“El paciente va a ver el beneficio en una atención más estructurada. A través del modelo de líneas de servicio podemos analizar y tomar decisiones basadas en evidencia. El modelo acerca la parte clínica con la parte administrativa, de tal forma que se busque un crecimiento y una mejora en todos los servicios. Esto no solo es en el tema de calidad y seguridad, sino también en la experiencia del paciente”, comenta Sánchez Rodríguez.

De esta manera, los pacientes pueden ver una integración total en todas las personas y áreas que intervienen en su atención en un hospital. Además, TecSalud transparente y hace públicos diversos indicadores de su operación para que la gente tome una decisión informada cuando decide ingresar en un hospital.

Al respecto, Sven Boes, director general de Hospitales de TecSalud, señala: “Los indicadores que transparentamos son la readmisión hospitalaria, tasa de caídas, reingresos y, uno muy importante, atención de los pacientes con infarto. En este medimos desde el momento en que el paciente llega al



FOTOS: CORTESÍA



**TECSALUD** es un modelo de gestión que permite a la institución enfocar los esfuerzos por especialidades para brindar una atención basada en el valor.

## El compromiso con la comunidad se refleja en el modelo que adquiere como centro médico académico con tres vertientes: **la asistencia, la academia y la investigación.**



hospital hasta que se ha intervenido y solucionado el problema”.

Y agrega: “Para nosotros es importante transparentar todos los procesos. Esto nos permitirá empoderar a los pacientes, pues se sentirán en confianza a la hora de decidir en dónde y con quién recibir la atención médica que se merecen”.

### Mejora continua

TRANSPARENTAR INDICADORES DE SU OPERACIÓN sirve para observar buenas prácticas médicas y mejorar las áreas que lo requieran.

Cada una de las líneas de servicio establecen proyectos basados en un estudio diagnóstico en estrategias institucionales y en una matriz de priorización. “Algunas de las líneas ya tienen su proyecto muy definido. Por ejemplo, en cardiología está el proyecto de insuficiencia cardíaca. Tenemos algunos otros estratégicos, como el Instituto de Salud Digestiva, el de Tumores Óseos y el Centro de Oncología. Estos son proyectos prioritarios que, a través de la línea de servicio, logran toda la gestión al paciente”, añade Sánchez Rodríguez.

Para la directora médica de TecSalud, la comunidad médica es fundamental en este sistema. “Sin la

alineación y vinculación del área médica, a través de este modelo no podemos impactar en estos servicios de calidad que queremos otorgar.

“Los médicos participan de manera muy activa, realmente hay una comunicación muy estrecha de la visión del médico con la parte administrativa. Así podemos tener una mejor práctica, y que el paciente vea los resultados dentro de la atención en nuestros hospitales”.

Sven Boes agrega: “En TecSalud creemos en el lifelong care, donde vamos más allá del tratamiento de un padecimiento o enfermedad. Nos convertimos en aliados clave para el acompañamiento longitudinal de necesidades de salud en las diferentes etapas de la vida de nuestros pacientes, buscando generar, en el largo plazo, ese impacto transformador en el bienestar de nuestra comunidad”.



Más información:  
[tecsalud.mx](https://tecsalud.mx)

# OBESIDAD EN UN PAÍS CON EXCESOS

LO QUE EVIDENCIÓ  
LA PANDEMIA

**TRES CUARTAS PARTES DE LA POBLACIÓN adulta en México tiene obesidad o sobrepeso. Durante la pandemia, la población mexicana ha sido la que más peso ha ganado a nivel mundial, con un aumento de 8.5 kilos en promedio.**

A dos años de la irrupción del virus SARS-CoV-2 en México, la población ha sido, desde el aislamiento, espectadora pasiva de la evolución de la pandemia. Se asume que los cientos de miles de muertes son consecuencia exclusiva del covid-19, pero se ignora la existencia de otra pandemia que potencializa los riesgos de contagio y muerte: la obesidad que, persistente y silenciosa, sigue creciendo.

La pandemia por covid-19 ha llevado a la reflexión acerca de lo precario que es el sistema de salud en México y sobre la ausencia de programas públicos eficientes que aborden el tema nutricional con un enfoque de salud física y mental, problemas que han provocado el incremento en los índices de obesidad año tras año.

En 2012, más del 70 por ciento de la población mexicana mayor de 20 años padecía sobrepeso u obesidad, según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut). En consecuencia, en 2016 la Secretaría de Salud declaró esta situación como una emergencia epidemiológica.

“La pregunta que nos hemos hecho por años es: ¿por qué cada vez somos más obesos? Uno de los factores que influyen es que, históricamente, nuestra dieta tiene un alto contenido de carbohidratos y se ha mantenido así por generaciones. A eso se suma la industrialización de alimentos procesados que permite tener sencillo acceso a ellos, y el sedentarismo que se vive sobre todo en las grandes ciudades”, explica José Miguel Barrera, especialista en cirugía bariátrica por el Centro Médico Nacional 20 de Noviembre y la UNAM.

Felipe Muñoz, de 25 años, lleva dos décadas lidiando con sobrepeso y obesidad. “En la primaria

yo era el bolita. En la secundaria, los comentarios ojetes sobre mi peso empezaron a traumararme. Tenía 12 años, medía 1.65 metros, pesaba 102 kilos y era talla 36 de adulto.

“En mi caso, el problema de obesidad empezó a los ocho años. Mi mamá emigró, por razones económicas, a Estados Unidos y me refugí en la comida para llenar el vacío que sentía. Empecé a comer de manera desesperada, hasta llegar al punto en que una señora que vendía garnachas en la escuela me fiaba. Y yo encantado: trague y trague; eso se convirtió en un problema crítico”.

***La maestra Ana Patricia González Rodríguez, directora del Colegio de Psicología de la Universidad del Claustro de Sor Juana, señala que, en términos psicológicos, la relación que constituimos con la comida representa una forma de aminorar el impacto de las situaciones de riesgo.***

“Ante estados de estrés, ansiedad, vulnerabilidad o peligro, las personas recurren a mecanismos que usaban en sus vínculos más tempranos, como los que se establecen con su madre. Uno de estos es el consumo de alimento con el fin de tranquilizarse debido a que hay una gratificación afectiva. Esto ocurre particularmente en el consumo de azúcares, el cual está asociado con una situación de confort y bienestar inmediato, de manera general”.

La entrada en vigor del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN), en 1994, impulsó la distribución de los alimentos modificados de forma genética. Este hecho transformó el modo en que la mayoría de la población mexicana se alimentaba. En la misma década, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró a la obesidad como una pandemia no infecciosa.

Muñoz fue uno de los niños que, durante los años 1990, tuvo mayor acceso a alimentos transgénicos y comida chatarra. El bariatra José Miguel Barrera comenta que “nuestro vecino del norte nos ha influenciado mucho en el tema del

POR

FABIOLA ALEJANDRO,  
ELIZABETH BORGES,  
JENIFFER CASTREJÓN,  
VANIA HERNÁNDEZ,  
ALEJANDRA HERRERA Y  
ABRAHAM RÍOS

*fast food* y los alimentos transgénicos, situación que afecta de manera considerable nuestra dieta cotidiana”.

### Acumulación excesiva de grasa corporal

LA OBESIDAD ES UNA ENFERMEDAD CRÓNICA causada por aspectos genéticos, así como por los hábitos alimenticios de los individuos. Se caracteriza por una acumulación excesiva de grasa corporal. Para que una persona sea considerada sana, en términos médicos, debe tener una relación equilibrada entre peso y estatura. Es decir, un valor adecuado dentro del índice de masa corporal (IMC), el cual está sujeto a las características físicas de cada cuerpo.

“Todo paciente que tenga un IMC de más de 35 y que presente una enfermedad asociada con la obesidad, como diabetes, hipertensión, problemas cardiovasculares, triglicéridos altos, apnea obstructiva del sueño, reflujo, entre otras, puede valorar la posibilidad de hacerse una cirugía bariátrica para perder peso”, explica Barrera.

Alejandra López tenía 30 años y pesaba 120 kilos. Durante años intentó perder la mitad de ese peso. Recurrió, sin éxito, a más de cinco especialistas, como nutriólogos y dietistas. Pero no fue sino hasta que su ginecóloga le detectó problemas hormonales ocasionados por la obesidad que le recomendó acudir con un bariatra. Consultó a dos médicos y ambos le explicaron en qué consistía la intervención a la que le proponían someterse.

“Me preguntaba: ¿Por qué necesitas una pinche cirugía si nada más te tienes que poner en regla y hacer una maldita dieta? ¿Por qué tienes que

meterme cuchillo a la fuerza? No estaba tan segura. No era el camino fácil, pero sí el más rápido”.

Alejandra se sometió a una cirugía bariátrica en un hospital privado de la Ciudad de México, el 4 de octubre de 2019. Estuvo bajo la supervisión de un equipo multidisciplinario: cirujano bariatra, médico internista, psicólogo, anestesiólogo, nutriólogo y médico del deporte.

***Esta es una intervención quirúrgica que tiene como fin producir pérdidas importantes de peso a corto y mediano plazo, y se puede planificar con tiempo. A diferencia de llevar el control del peso corporal con base en un plan de ejercicio y dieta, el procedimiento quirúrgico brinda la posibilidad de generar cambios rápidos en la capacidad de absorción nutricional del organismo. Y eso se refleja en la obtención del resultado esperado.***

Alejandra pagó 85,000 pesos por una manga gástrica. Sin embargo, las condiciones económicas de la mayoría de la población mexicana que padece obesidad le impiden pagar dicha cantidad o alguna todavía más elevada.

Barrera señala que en el sector privado una cirugía de este tipo tiene un precio de entre 80,000 y 120,000 pesos. “Las cirugías bariátricas son procedimientos muy caros. Si bien son una inversión en la salud que soluciona un problema muy grave, como lo es la obesidad, el costo es también una de las limitantes para que sea un servicio que se pueda ofrecer con facilidad en instituciones públicas. El equipo que se utiliza es costoso”.

En el hospital donde trabaja el especialista, de julio de 2020 a julio de 2021 el número de pacientes operados aumentó en un 150 por ciento, en contraste con cifras del año anterior.

“Incluso me atrevo a decir que ha sido el periodo en el que más hemos operado en los últimos diez años. Hay diversos factores que contribuyen a este hecho, como el miedo que sienten las per-

**EL DATO**  
Históricamente, la dieta mexicana tiene un alto contenido de carbohidratos y se ha mantenido así por varias generaciones.

# BARIÁTRICA

## EN EL SECTOR PRIVADO, UNA CIRUGÍA BARIÁTRICA TIENE UN PRECIO DE ENTRE 80,000 Y 120,000 PESOS.

sonas al darse cuenta de que la diabetes, hipertensión u obesidad las pone en un mayor riesgo si se contagian de covid-19, pues se puede complicar más la enfermedad. Y, con el confinamiento, las personas cuentan con más tiempo para operarse y recuperarse”.

### Proyectos y programas bariátricos

EN EL PAÍS SE HAN REALIZADO PROYECTOS Y PROGRAMAS importantes en materia de cirugías bariátricas. La gran mayoría de ellos, en Ciudad de México. Por ejemplo, el Centro Médico Nacional 20 de Noviembre tiene más de 11 años ofreciendo procedimientos de este tipo a sus derechohabientes.

Por otra parte, existe un programa similar de la Secretaría de Salud de la Ciudad de México que se aplica en el Hospital General Dr. Rubén Leñero y en el Hospital General Tláhuac. Sin embargo, en-

fatiza Barrera, a causa de la emergencia sanitaria por el covid-19 y los recortes presupuestarios de los últimos años, dichos programas están detenidos en estos centros médicos.

De acuerdo con datos obtenidos en el Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (INAI), de 2018 a 2021 el Hospital General Dr. Rubén Leñero y el Hospital General Tláhuac operaron a 240 y 543 personas, respectivamente.

En 2020, año en que inició la pandemia, en el Hospital General Tláhuac las operaciones se redujeron en un 80 por ciento. Mientras, en el Hospital General Dr. Rubén Leñero, en un 90 por ciento, en comparación con 2019. Y en 2021 no se realizaron intervenciones de este tipo.

Si bien, en las instituciones públicas no hay una tarifa establecida, los costos de recuperación rondan entre los 10,000 y 15,000 pesos. “No hay comparación entre tener que pagar esta cuota en contraste con una cirugía de 100,000 o 120,000 en el sector privado”, añade el cirujano Miguel Barrera.

Uriel Rodríguez acudió al Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) por recomendación de su médico familiar. Tenía 37 años, mide 1.79 metros y pesaba 164 kilos. “Llegué a consulta con una condición física muy deteriorada. En ese nivel de daño corporal, la opción con mejores resultados para mi salud era una cirugía de baipás gástrico, razón por la que me aceptaron de inmediato”.

Para acceder al protocolo de la Clínica de Obesidad del Instituto, Uriel se sometió a una serie de consultas médicas y entrevistas de valoración.

Después de la primera consulta pasaron diez meses hasta que estuvo listo para entrar en el quirófano. Pagó una cuota de recuperación de 50,000 pesos por la intervención, con base en el tabulador que arrojó el estudio socioeconómico que le hicieron en el área de Trabajo Social.

En noviembre de 2020 se publicó la reforma al artículo 272 de la Ley General de Salud para “integrar la cirugía bariátrica como tratamiento de la obesidad mórbida y sus comorbilidades”. Ello como una alternativa de solución, lo que abriría la puerta a varios estados del país para atender esta problemática de manera pública y segura.

Según datos obtenidos en la plataforma del INAI, desde la iniciativa pública en México solo se realizan cirugías bariátricas en 15 estados de la república. Entre 2018 y 2021, en total

se practicaron 1,410 intervenciones, cifra insignificante con respecto a los millones de personas que viven con sobrepeso u obesidad.

El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) recomienda considerar la cirugía bariátrica en pacientes con sobrepeso u obesidad. Sobre todo, a aquellos que no han logrado bajar de peso con un tratamiento convencional.

#### Candidatos a la cirugía

LOS CANDIDATOS PARA ESTA CIRUGÍA DEBEN SER adultos, con al menos una comorbilidad severa y, finalmente, ser evaluados por un grupo interdisciplinario de expertos. El fin es descartar trastornos psicológicos y enfermedades crónicas o terminales.

Dos años después de su cirugía bariátrica, Alejandra López pesa 90 kilos. Ya no tiene un nivel mórbido de obesidad. Sin embargo, todavía se considera como severa. “Mi meta es pesar 70 kilos. Mi doctor dice que lo ideal es que llegue a 62, pero a mí me parece que eso es un exceso. Con lograr una talla mediana estaría bien”, admite.

Uriel Rodríguez logró alcanzar su peso objetivo en un año al llevar un estricto régimen alimenticio. “Fue un proceso largo, doloroso y complejo.



Aprendí a comer en menores porciones e ingerir menos carne. Viví un proceso de reeducación en todo lo referente a la comida”, recuerda.

***La pandemia de obesidad decretada en México desde 2016 no se ha controlado, a pesar de las políticas públicas que se han diseñado para combatirla. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-2019, el 75 por ciento de la población mexicana padece sobrepeso u obesidad. Es decir, alrededor de 96 millones de personas.***

El doctor José Miguel Barrera señala que médicos y bariátras tienen mucho tiempo exponiendo ante las autoridades de salud la gravedad de esta situación, así como la importancia de los tratamientos efectivos para combatir la obesidad, como las operaciones bariátricas en los casos más severos.

“Sobre todo, se ha hecho hincapié en que la obesidad provoca enfermedades cardiovasculares como la hipertensión y metabólicas como la diabetes. Estas disminuyen la calidad de vida de las personas y, en medio de la pandemia del covid-19, es el principal factor de riesgo para presentar complicaciones”.

En México, las personas con obesidad, diabetes e hipertensión tuvieron casi dos veces más probabilidades de desarrollar covid-19 en estado severo. En 2020, más del 60 por ciento de quienes murieron por el nuevo coronavirus padecían alguna de estas comorbilidades, según información de la Secretaría de Salud.

Lía, de 28 años, mide 1.57 metros y pesaba 53 kilos antes de la pandemia. Después de comenzar el aislamiento sufrió ansiedad constante a causa de su carga de trabajo y, en medio del complejo contexto mundial, aumentó su consumo de comida chatarra e ingesta calórica.

“Durante la cuarentena me sentía angustiada y comía dulces y frituras. Al cabo de un año subí nueve kilos. Ahora no me queda la ropa y me sien-

**HAY DOS RAZONES POR LAS QUE LAS PERSONAS ACUDEN A UNA CONSULTA NUTRICIONAL: POR ALGUNA PATOLOGÍA O POR UNA CUESTIÓN EMOCIONAL.**

to incómoda cuando veo a mis amigos después de este cambio”.

El aislamiento social generó una ruptura: las personas tuvieron que cambiar todos sus hábitos y rutinas. Al respecto, la psicóloga y psicoanalista Ana Patricia González explica: “La pandemia puso a la población en un estado de alerta. Desencadenó varias señales psicológicas, como la angustia que se detona cuando el ser humano se siente ante una situación de riesgo, real o no, que se manifiesta en estados generalizados de ansiedad como irritabilidad, cambios de ánimos, pérdida o trastornos de sueño. Y sin duda, el más evidente, la necesidad de comer en exceso”.

En este contexto, la licenciada en nutrición por la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM), Janneth Carolina Huizar González, considera que el incremento de peso durante la pandemia se ha visto reflejado en adultos que trabajan desde casa y niños que toman clases remotas.

#### **Se suspendieron las actividades y caminatas**

“LAS PERSONAS INGIEREN MÁS ALIMENTOS POR EL ESTRÉS. La mayoría de mis pacientes han aumentado de peso debido a que suspendieron las actividades diarias que ayudaban a gastar energía, como caminar o bajar y subir escaleras”, indica González.

Y explica que, como en el caso de Lía, la pandemia facilitó la permisividad del consumo de alimentos, tanto en las personas con obesidad como en las que no la tenían. Eso se reflejó en un incremento del 20 por ciento en las ventas de harinas preparadas, alimentos congelados, refrescos y aderezos durante 2020, dato que registró la Cámara Nacional de la Industria de Conservas Alimenticias.

En una investigación de mercado realizada por IPSOS, una consultora multinacional, se explica que, a nivel mundial, los mexicanos son quienes más han ganado peso durante la pandemia, con un incremento de 8.5 kilos en promedio. “Toda la población pensó que era momentáneo y fue una manera para negar la emergencia”, sostiene la psicóloga.

“EL MOMENTO EN QUE LA PERSONA TOMA  
CONCIENCIA DE LA DISONANCIA EN  
LA QUE VIVE PUEDE SER EL PUNTO  
DETONADOR PARA INICIAR  
**UN CAMBIO**”

## Salud

Cuando Muñoz era preadolescente, padecía obesidad mórbida. “En esta etapa te empiezas a fijar en otros aspectos de tu vida personal y colectiva. En mi caso, por el volumen de mi cuerpo, vivía con inseguridad y me empecé a traumar”.

Alejandra López vivió algo parecido. Se sentía socialmente presionada y pensaba: “Qué asco que te vean comer, estás gorda y todavía comes más. Me percibía como en la serie *Kilos mortales*”.

La obesidad no solo tiene repercusiones psicológicas, sino también en la salud física: es un importante factor de riesgo que provoca enfermedades crónicas. Además de una autopercepción negativa, Alejandra tenía cirrosis hepática por grasa en fase inicial, problemas de vesícula, hormonales y resistencia a la insulina.

Uriel, por su parte, tuvo un cambio radical con respecto a las comorbilidades con las que vivía. “Cuando acudí a la Clínica de Obesidad ya tomaba un tratamiento para la hipertensión y tenía apnea obstructiva del sueño, además de un severo problema de circulación en las piernas. Hoy, casi siete años después de la operación, no padezco ninguna afección asociada a la obesidad”, relata.

Cuando la familia de Felipe Muñoz se percató de los conflictos de salud que él enfrentaba a los 13 años a causa de la obesidad, buscó la atención de un nutricionista. El médico que lo valoró determinó que era un caso crítico.

La especialista en nutrición Janneth Huizar comenta que hay dos razones por las que las personas acuden a una consulta nutricional: por alguna patología o por una cuestión emocional. “En el primer caso, las patologías más frecuentes son niveles elevados de colesterol, triglicéridos, diabetes o hipertensión. La segunda es porque los pacientes se deprimen y no les gusta lo que ven en el espejo”.

***Las personas con obesidad, antes de la pandemia, vivían un agotamiento mental por no cumplir con los cánones estéticos respecto a su peso, lo que altera su identidad y la relación que tienen con su cuerpo.***

“Una persona con obesidad, a nivel psicológico, se siente inadecuada con su esquema corporal. Es decir, la noción de su identidad no corresponde con su ideal. Sin embargo, habría que analizar la vinculación que cada quien tiene con la comida.

El cuerpo habla de aquello que no puede expresar con palabras”, añade la psicóloga.

Uriel Rodríguez cuenta que la obesidad nunca le provocó problemas de sociabilización o para desarrollarse en el ámbito laboral. Sin embargo, valora profundamente la atención psicológica que recibió como parte de su tratamiento integral.

### “Entendí mi relación con la comida”

“SI A MÍ ME DEJARAN DE ATENDER EN EL INSTITUTO de Nutrición, lo único a lo que le daría seguimiento es a la terapia psicológica. Ha sido gracias a ella que logré hacer un cambio real de mentalidad: entendí mi relación con la comida y aprendí que lo más importante no está en lo que comes, sino en por qué comes de la forma en que lo haces.

“Sin duda, el acompañamiento psicológico me llevó a poner el foco en mí. Me ayudó a dignificarme y a sentir un verdadero respeto por mi persona. No existe mejor aliciente que comprender que tú eres el motivo para llevar a cabo los cambios”, explica.

De acuerdo con la “base de datos covid-19 en México” del INEGI, del total de pacientes diagnosticados en 2020, el 17.4 por ciento tenía diabetes; 14.5 por ciento, hipertensión, y 18.9 por ciento, alguna enfermedad cardiovascular. Todas estas comorbilidades están asociadas con la obesidad. En el caso de pacientes fallecidos mayores de 20 años, más del 36 por ciento padecía diabetes.

Así, la sociedad mexicana está frente a dos riesgos. Por un lado, los provocados por el covid-19 y la vulnerabilidad de las personas con obesidad ante esta enfermedad. Y por otro, los psicológicos y físicos que provoca la obesidad por sí misma. “No estamos viendo todos los estragos asociados a la obesidad, hablamos de una pandemia silenciosa”, específica González.

El doctor Miguel Barrera añade que la obesidad, al ser un problema de salud pública, debe resolverse a través de políticas gubernamentales que mejoren la nutrición en México.

“Si bien se han hecho esfuerzos como el etiquetado frontal de alimentos y bebidas empaquetadas, o la prohibición de venta de comida chatarra en escuelas, estos no han tenido un

impacto favorable para erradicar el problema de fondo”, considera.

Un estudio realizado por IPSOS señala que el 42 por ciento de las personas que intentan perder peso consideran que la iniciativa gubernamental más importante para lograr su objetivo radica en que los alimentos saludables sean más baratos. Y el 32 por ciento de los encuestados no intenta perder peso, pero coincide en la importancia del acceso a alimentos más económicos.

“Creo que el chip de comer saludable se está extendiendo. Pero este cambio es generacional y llevará mucho tiempo transformar hábitos. Sin duda, la educación es el camino”, asegura el experto en bariatría.

Al respecto, la especialista en psicoanálisis explica que “nuestra sociedad tiende mucho al apapacho y busca demostrar el afecto a través de la comida. Esto se relaciona con la vinculación que hacemos de la figura materna, lo que puede favorecer ciertos tipos de consumo de alimentos y la forma de relacionarnos con ellos”.

***La obesidad en México es un problema cultural y psicosocial que rebasa las estrategias implementadas por el gobierno. Aún falta un enfoque de atención multifactorial que atienda también los aspectos psicológicos de los pacientes, pues las políticas públicas se han enfocado en la cuestión nutricional, principalmente de prevención. Y, de manera más reciente, en el debate por incluir la cirugía bariátrica como una solución radical al problema.***

Algo fundamental, en lo que insiste la psicóloga Ana Patricia González, es que las personas que padecen sobrepeso u obesidad deben tomar conciencia del malestar psicológico que viven y dejen de evadir

**EL DATO**  
La cirugía bariátrica es una intervención quirúrgica que tiene como fin producir pérdidas importantes de peso a corto y mediano plazo.

los sentimientos que experimentan, además de estar al tanto de las afectaciones que enfrentan en términos de salud. “El momento en que la persona toma conciencia de la disonancia en la que vive puede ser el punto detonador para iniciar un cambio”.

### Sin ánimo para perder peso

EN 2020, UN ESTUDIO DEL INSTITUTO NACIONAL de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán recopiló datos de 14,500 personas con obesidad en 11 países, entre ellos, 2,000 mexicanos. Los resultados arrojaron que el 76 por ciento de los encuestados no tienen intención de perder kilos corporales. Mientras, el 69 por ciento no se siente motivado para hacerlo. Y el 34 por ciento asegura no contar con los medios económicos para bajar de peso.

Alejandra es parte del 46 por ciento de mujeres mexicanas, de entre 30 y 59 años, que vive con sobrepeso u obesidad. Aunque la cirugía bariátrica mejoró su calidad de vida, el esfuerzo por llegar a su peso ideal requiere constancia, cambio de hábitos y ayuda psicológica.

“En mi mente sigue estando la Ale gorda que todavía no está conforme con su cuerpo, quien piensa que la ven por su peso antes que por su personalidad. Son cuestiones que estoy trabajando”, reflexiona.

En tanto, para Felipe Muñoz, el apoyo de su familia fue un factor clave para iniciar, controlar y superar su cuadro de obesidad.

“Ya de adulto fui yo quien decidí consultar a una nutrióloga. Me dijo que mi edad nutricional era de 67 años, cuando tenía 21, y eso me impactó.



A lo largo de mi vida he superado la obesidad con dietas y ejercicio. En algún momento de la pandemia pensé en hacerme una operación para aplacar esta lonjita que aparece y desaparece, pero la verdad me da un poco de miedo pensar en una intervención, además del aspecto económico”, señala.

Y para Lía, aceptar que tiene sobrepeso es el inicio de un largo camino. “No sé cómo llegué a este punto, lo peor es que sigo teniendo el impulso de comer todo el día. Sí quiero hacer un esfuerzo. He iniciado dietas, pero las abandono. También he intentado hacer ejercicio, pero no estoy acostumbrada y no tengo la disciplina. Me asusta darme cuenta que en un año de pandemia subí tanto de peso”.

**La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) prevé que, durante los siguientes 30 años, la vida promedio de la población mexicana se reducirá 4.2 años como consecuencia del sobrepeso y la obesidad.**

El reto en materia de salud para México no solo es superar la pandemia por covid-19, sino también la de obesidad. Hasta el 31 de diciembre de 2021 se registraron casi 4 millones de casos positivos por covid-19. Y 29.8 millones de personas con obesidad y 32.3 millones con sobrepeso. Ello significa tres cuartas partes de la población adulta total, según la última Encuesta Nacional de Salud y Nutrición hecha por la Secretaría de Salud.

La pandemia por covid-19 evidenció que, en México, muchas personas padecen enfermedades asociadas a la obesidad que ponen su vida en riesgo latente. Por ello, los especialistas coinciden en dos puntos cruciales: se necesita colocar el foco principal en la salud mental de los pacientes y, además, considerar a las cirugías bariátricas como una opción que funciona ante el problema agravado de la obesidad. **El fin es recuperar el bienestar físico de las personas una vez que otros tratamientos no han sido efectivos.** ■

### → ESTE REPORTAJE

es resultado del “Diplomado de periodismo especializado en el entorno digital”, de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México.

**Newsweek**  
EN ESPAÑOL

**PRESENTA CON  
ORGULLO  
LA NUEVA EDICIÓN  
EN ESPAÑOL**

**Newsweek**<sup>®</sup>

**EN ESPAÑOL**

**DESDE**

**MIAMI**

## Lo que debes saber sobre el ayuno intermitente

Conoce beneficios de esta práctica milenaria y consejos para hacerlo de manera correcta.

SE LE LLAMA AYUNO INTERMITENTE A LA PRÁCTICA de suspender el consumo de alimentos durante 12, 14, 16 o 18 horas seguidas y consumir alimentos las horas restantes del día.

Este modo de alimentación (o estilo de vida) era llevado a cabo por nuestros antepasados de forma inconsciente. Hoy en día tenemos alimentos disponibles las 24 horas del día y nunca dejamos descansar a nuestro organismo, ni a nuestras hormonas. Regresar a esas raíces y hacer de la alimentación un acto sagrado en cada una de las comidas que hagamos trae muchos beneficios.

### Los beneficios

- Ayuda a regenerar el intestino (es bueno para todas las personas que sufren de reflujo, gastritis, colitis, etcétera).
- Disminuye el porcentaje de grasa en el cuerpo.
- Previene el envejecimiento prematuro, ya que aumenta la hormona del crecimiento.
- Disminuye la resistencia a la insulina.
- Mejora la digestión al dejar descansar el tracto gastrointestinal.
- Reduce los niveles de triglicéridos y, además, disminuye la inflamación.
- Reduce los radicales libres.
- Sucede la autofagia (regeneración celular).
- Te sentirás con mayor energía.
- Mejora el sueño.
- Ayuda al control de enfermedades autoinmunes.

POR

JESSICA NASSER

[@nutrijessnasser](#)

### ¿Qué consumir durante el ayuno?

- Agua natural.
- Agua mineral.
- Café sin endulzar, sin nada.
- Té de hierbas.

### ¿Cómo romper el ayuno?

Es muy importante que no rompas el ayuno con una comida llena de azúcar o grasas, ya que los beneficios obtenidos serían en vano. Son buenas opciones: Caldo de huesos, jugo verde, comida con proteína vegetal o animal, más grasa buena.

### ¿Por qué no usar edulcorantes artificiales?

Durante el ayuno no debe haber ningún estímulo de la digestión (hormonas, enzimas, jugos gástricos, etcétera). Al endulzar tu café con estevia, esplenda o monkfruit estimulas desde la digestión hasta las hormonas, aunque no consumas calorías.

La finalidad del ayuno es bajar la insulina para que puedas tomar la energía de tus reservas de glucógeno en hígado y músculo y, posteriormente, de la grasa acumulada. Ojo, esta regla aplica también hasta para los chicles sin azúcar. Entonces, nada de chicles durante el ayuno. Yo te recomiendo implementar esta estrategia alimentaria en tu estilo de vida de tres a cuatro días por semana. ¡Notarás la diferencia en pocas semanas! 

Consulta a tu médico antes de realizar cambios en tu dieta.

→ **Jessica Nasser** es licenciada en nutrición clínica por la Universidad Anáhuac, certificada como entrenadora personal por la World Fitness Association y diplomada en nutrición vegetariana por el Instituto de Ciencias de Nutrición y Salud de España. Los puntos de vista expresados en este artículo son responsabilidad de la autora.



Es muy importante **no romper el ayuno con una comida llena de azúcar o grasas, los beneficios obtenidos serían en vano.**



Villas de  
**LA CONCEPCIÓN**®

Un lugar muy exclusivo



**Totalmente  
urbanizado**

**Lotes desde 200 m<sup>2</sup>**



**Seguridad 24 horas**



**Casa Club**



**Cancha de tenis**



**Pista de Jooging**



**Salón de fiestas**



 @villasconcepcion

 Villas de la Concepción

 771569 4069

[www.villasdelaconcepcion.com](http://www.villasdelaconcepcion.com)



# El fauno del flamenco

**Diego el Cigala, el gitano más latino de todos, se viste de charro y le canta a México boleros rancheros y baladas románticas con su toque cínvaro y apasionado.**



**EL 5 DE MAYO** se presentará en el Auditorio Nacional de la Ciudad de México como parte de su gira mundial "Homenaje a México".

**“Un buen guaguancó o mariachi no dejan a nadie impasible, su vigor se te trepa a la cabeza y a la entraña”.**

**T**AL Y COMO SI SE TRATARA DE UNA CRIATURA de ficción o de un hechicero, la risa ronca y mirada magnética de Diego el Cigala son razones suficientes para sentirse atraído por su persona. Y si a eso agregamos el hecho de que es poseedor de una de las voces más enérgicas de la escena flamenca, heredero de la mejor escuela cantaora de Madrid por el linaje directo de su padre, don José de Córdoba, y de su tío, el genio de la copla, Rafael Farina, es difícil dudar de sus virtudes.

Y más cuando se trata de su más reciente tributo a la música mexicana a través de algunos de sus compositores más emblemáticos. Entrevistado por *Newsweek en Español*, dice que José Alfredo Jiménez, Consuelo Velázquez, Alfredo Gil y Armando Manzanero, entre otros, marcaron el rumbo de su más reciente material, *Cigala canta a México*.

**—Desde tus orígenes, ¿cuál podrías decir que es tu disco favorito?**

—Sin duda este, porque a mi señora, que en paz descanse (Amparo Fernández), y a mí nos ocupaba la cabeza desde hace diez años sin tener un repertorio definido. Pero teníamos esa sensación de querer hacer algo con esa música que de una manera u otra siempre estuvo presente en nuestras vidas.

**—¿Qué significa Cuba y México en tu quehacer artístico?**

—Siento fuego porque es música de verdad. Su forma de ser tan pendenciera impregna su composición de una mezcla de elementos arrabaleros y briosos. Es decir, no temen expresar lo que les brota, son pura catarsis, y de eso se tratan esas dos culturas de bravura, alegría y capricho. Por eso un buen guaguancó o mariachi no dejan a nadie impasible, su vigor se te trepa a la cabeza y a la entraña.

**—¿Qué cosas te apasionan y que te enfurecen?**

—Me irritan la mentira y la hipocresía, esos defectos son muletas de una sociedad advenediza y turgente. Pero me encanta la “difícil sencillez” de la

que hablaba Picasso, la pureza en las formas naturales que se expresan en todas las cosas, desde la delicada curva de una guitarra, hasta el amor más sagrado de todos, el de Dios por todos nosotros.

**—¿Que lecciones de vida te ha dejado el “cante”?**

—Mucho sufrir. No se puede cantar desde un sofá, la buena voz se educa desde los sentimientos y se alimenta de los hechos funestos que te dan carácter. Temo decir que el artista nace y que con el tiempo se hace, con ello me refiero a que las experiencias buenas y malas dan material para la sazón en la voz y el corazón.

En mi experiencia, voy cantando conforme voy viviendo día a día. Habrá momentos donde la dicha me empape y mi voz se contagie de esa sonoridad mientras, que habrá otros donde las penas me agobian escurriéndose por los poros en forma de notas sobrias o graves.

**—¿Por qué a menudo dices que el flamenco es un estado de ánimo?**

—Porque, conforme estás o amaneces, ese día así desarrollas tu “cante”, acciones y demás. La disciplina es importante, pero no es un elemento indispensable, tiene que ver con tu percepción y apertura ante la vida. Por ejemplo, cuando algo me gusta mucho, me emborracho como buen hedonista que soy. Me embriago de ello hasta la médula, de esa manera puedo aprender. Pero reconozco que hay que prepararse para sobresalir, saber distinguir de un tango a un taranto, y eso te lo da tu disposición ante las cosas.

**—¿Quiénes son tus musas y por qué?**

—Mi inspiración principal son mis hijos y mujer. Pero si hablamos de númenes tal cual debo admitir que Rocío Dúrcal, Carmen Amaya y Lola Flores.

**—Han pasado 15 años desde tu exitoso disco *Lágrimas negras*. ¿Si pudieras volver en el tiempo qué cambios harías y por qué?**

—Ninguno. Fue un disco tan bien hecho, tan puro y sincero, que nos dio todo lo que hoy tenemos. Me dejó un gran amigo, Bebo Valdés, que en paz

POR

CAROLINA M. PAYÁN

descanse, y una serie de recuerdos que con nada los hubiera conseguido de no haber grabado este fantástico álbum.

Pero a la distancia creo que el aprendizaje y ritmicidad que el son antillano posee fue la mejor lección que me dejó para articulación de Lágrimas negras. Además, hubo un cambio en mi vida, me regaló otra forma de ver las cosas y me enamoró de América como continente intempestuoso e impredecible.

**—Los boleros, tangos y salsas son ritmos sumamente sensuales, al mismo tiempo que grandes odas al amor. ¿Tú cómo vives o expresas el cariño, el deseo y la muerte?**

—De manera muy intensa (risas). Experimento cada fase de la vida como si fuera la última gota de jugo de la existencia. Para mí es más que vital sen-

tir llamas en todo mi quehacer, de otro modo no tiene caso. En lo que toca a la muerte no le temo porque la espero. Sin embargo, le rehúyo al dolor y la angustia que genera el malestar.

**—De ser posible ¿cuál canción de Agustín Lara o Chavela Vargas te gustaría cantar con ellos?**

—Por mucho escogería a Chavela. Me la imagino perfecto brindando con tequila mientras cantamos “La llorona” o “Amar y vivir”. Sería la noche bohemia perfecta.

**—¿Qué escucha el Cigala a solas?**

—Adoro oír música clásica, de Mozart a Beethoven, y a los grandes de la ópera, Callas y Pavarotti. Pero en mis momentos de intimidad me gusta leer poesía de Miguel Hernández, San Juan de la Cruz, Antonio Machado, Federico García Lorca y García Márquez. **N**

**EL CIGALA**

es poseedor de una de las voces más enérgicas de la escena flamenca.



**“Experimento cada fase de la vida como si fuera la última gota de jugo de la existencia. Para mí es más que vital sentir llamas en todo mi quehacer”.**



# TRAJE ITALIANO A LA MEDIDA

Con su característico diseño italiano y con colecciones que se ajustan a cada tamaño, concepto y necesidad, llega a usted de la mano de ALE MARINE y Azimut Yachts México, con todo el soporte y la experiencia para que cada día que lo posea sea un momento de felicidad y gloria.

**VERVE**



*Grande*  
COLLECTION

**FLYBRIDGE**  
COLLECTION

**ATLANTIS**  
COLLECTION

**MAGELLANO**  
COLLECTION



# ‘La pintura no es un arte muerto’

Rafael Cauduro revela a *Newsweek en Español* cómo erige su obra, sus inspiraciones y sus contextos.

**RAFAEL CAUDURO ES UNO DE LOS ARTISTAS plásticos mexicanos más reconocidos a escala mundial. Como un homenaje tras cinco décadas de trabajo, el Colegio de San Ildefonso de la Ciudad de México le dedica una exposición retrospectiva. “Un Cauduro es un Cauduro (es un Cauduro)” en exhibición desde febrero y hasta el 26 de junio de 2022.**

A continuación, una narración en primera persona. Su obra, sus inspiraciones, los contextos en los que crea arte y, desde luego, el paso del tiempo, en ningún momento pasan inadvertidos.

## Romper los límites de la realidad

ME GUSTA PLASMAR LA REALIDAD A LO LARGO DEL tiempo. Me ha llamado siempre la atención el desarrollar las trampas y las ilusiones de la humanidad. Los llamados “trampantojos”, que no es más que nuestra misma realidad hablándonos directo a la cara. No es tanto crear una realidad alterna, sino más bien romper sus límites.

Los elementos fundamentales en mis obras siempre han sido el deterioro, el paso del tiempo, el ser humano y las huellas que van quedando como parte del espacio que habitaron. Los objetos que van envejeciendo, pero a la vez se llenan de vida, usando materiales para crear la idea y la

aparición de que son maderas, laminas, óxidos, paredes de tabiques.

Creo que en estos elementos característicos he logrado encontrar un sello para proyectar mis creaciones.

De los retos más fuertes en mi carrera fue que, al momento de realizar los cuadros que caían en el agrado de los compradores, muchas veces las mismas galerías con las que trabajé me pedían que me quedara en una sola línea. Es decir, siempre pintando fachadas. Lo

más fácil para mí hubiera sido quedarme en esa parte cómoda.

Los galeristas hacían que dudara de mi instinto. Pero justo cuando estaba a punto de ceder y pintar lo mismo, un cuadro de una nueva colección y técnica empezaba a agradar y ser del gusto de la gente.

Comenzaba así un nuevo ciclo de creación y vanguardia. Por eso me daba cuenta de que lo que estaba creando era bueno, aunque diferente. Pasé por etapas de fachadas, trenes, baños, la publicidad de Calvin Klein, ángeles, etcétera.

## ¡La sorpresa!

ASÍ FUI PASANDO POR PROCESOS Y SATISFACIENDO mis obsesiones. Al ser artista hay que ser valiente

**“Un hábito que siempre me ha ayudado es llevarme los cuadros a mi recámara, ponerlos frente a mi cama y quedarme observándolos durante la noche. Soñarlos”.**

POR

EMMA LANDEROS  
@EmmaLandezosM



"UN ALMA EN ANGUSTIA", 2012.

para confiar en lo que uno cree y crea. Saber que es lo correcto porque, si te gusta a ti, le va a gustar a los demás también.

Justamente eso es lo difícil, encontrar una nueva visión, enfrentarme al lienzo en blanco buscando el camino. Muchas veces pinté las bases de los cuadros y después no supe cómo terminarlos. Y esos cuadros pasaron hasta cinco años olvidados para después concluirlos.

Un hábito que siempre me ha ayudado es llevarme los cuadros a mi recámara, ponerlos frente a mi cama y quedarme observándolos durante la noche. Soñarlos. Logrando una conversación, el mismo cuadro me dice lo que le hace falta para quedar completo, así al día siguiente sé lo que hay que hacer.

“¡La sorpresa!” para mí es la satisfacción de saber que los espectadores encuentren diferentes sentimientos en ellos mismos. Muchas veces se me acercaban y me preguntaban lo que yo quería expresar con el cuadro. Les externaba que justamente mi interés es conocer su interpretación, que ellos le den sentido a lo que están viendo. Eso es que lo que siempre he buscado, ya sea en los espectadores nuevos o en los que ya conocen mi obra.

Me gusta que vean a través de la piel de la pintura y que, al tratar de descifrar mis pensamientos, encuentren los suyos. Siempre es un placer que se acerquen a mí y me digan que mis cuadros los inspiran, los enojan, los consuelan, conocer la empatía que mi obra les genera.

¿Si existe en mi obra alguna favorita o especial? Le tengo mucho cariño a todos mis cuadros, siempre me ha costado mucho trabajo desprenderme de ellos, ya que los considero parte de mí.

### **Un Cauduro es un Cauduro (es un Cauduro)**

NO PODRÍA DARME EL LUJO DE DECIR QUE UNA SOLA obra es mi favorita, pasé por múltiples catarsis para llegar a ellas. Forman parte de mi propia historia, muchos de los cuadros llegaron después de momentos febriles, funestos y casi mortales. Plasmé mis sueños, mis pasiones, mis temores, los sesgos de mi propia conciencia.

Conuerdo con muchos que mi obra más apreciada y más simbólica son los murales de la Supre-



“LA Balsa de la Medusa”, 1995.



**Las obras de Cauduro en sus propias palabras “forman parte de mi propia historia, muchos de los cuadros llegaron después de momentos febriles, funestos y casi mortales”.**

FOTO: CASA ESTUDIO RAFAEL CAUDURO



**RAFAEL CAUDURO** celebra 50 años de arte con una exposición en la Ciudad de México.

RAFAEL CAUDURO

pre una fascinación encontrar en los despojos de nuestra historia que la vida se forma de nuevo.

### La inspiración está en lo que te rodea

LAS REFERENCIAS RELIGIOSAS SIEMPRE SE FILTRARON en mi pensamiento y, junto con el cuestionamiento de dogmas, ilustré una iconografía que a mi parecer podía ser sublime o perversa.

La inspiración siempre se encuentra en lo que te rodea, en el cartero, en el policía, en las mujeres que salen cotidianamente para vivir un día más.

Tener estudios en arquitectura y diseño industrial tiene ventajas. La influencia principal que me dieron fue la perspectiva, el punto de fuga aparece en muchas piezas. Desde ahí he podido darles profundidad a los cuadros, las dimensiones y las proporciones. Con el diseño industrial me apoyé para encontrar las texturas de óxidos, de los cuadros que parecía que tenían integrados metales. Ya en la modernidad los softwares de arquitectura y diseño han sido para mí una herramienta importante. He podido crear los bocetos de la ópera de “Salomé”, por ejemplo, o para poder dimensionar los murales que he realizado.

Mi primera obra la realicé en pastel y fueron unos círculos muy influenciados por el maestro Siqueiros, ya que yo era muy adepto a sus pinturas y murales. Posteriormente, entré en una etapa de geometrismo, que fue la pauta para ir descubriendo mi estilo poco a poco.

Ya en mi trabajo más formal fui retomando a los artistas del Renacimiento que me causaron impacto desde mi infancia. Hablo de Miguel Ángel, Caravaggio, Leonardo, Giotto di Bondone, Tiziano, y que han sido grandes influencias hasta hoy.

En este punto cabe aclarar que, si bien para los contemporáneos los medios de comunicación son distintos, la pintura siempre ha estado presente, nunca desapareció. Vemos clarísimo en las expresiones de los artistas nacionales e internacionales, de los muralistas modernos, que la pintura sigue siendo un vínculo vigente.

Considero que la pintura puede darnos mucho. Por eso debemos seguir buscando una buena propuesta en ella.

**“No puede existir creación sin las herramientas precisas para ejecutarla. Se necesita una buena sintaxis entre lo profundo del pensamiento y lo material”.**

ma Corte de Justicia de la Nación por el reto que implicó. Y también “Sodoma y Gomorra”.

Para la celebración de los 50 años de mi obra, la exposición “Un Cauduro es un Cauduro (es un Cauduro)”, en el Antiguo Colegio de San Ildefonso, reúne 156 obras.

El criterio de selección fue muy específico. Me apoyé mucho en la curaduría que quería que fuera exhibida como una retrospectiva. Primero fue seleccionar los núcleos que se querían presentar. La selección se hizo con base en lo que era importante para mí mostrar, tanto en mis inicios como en las técnicas que he utilizado a lo largo de esos 50 años. Y destacar los temas que me apasionaron.

La selección se basó en exponer los cuadros que tenían las técnicas en donde se usaban nuevos materiales y los temas más representativos de mi obra. Por ejemplo: el cuerpo humano. Fachadas. Ángeles. Personas vulnerables. La realidad de nuestro país. Y la justicia plasmada principalmente en los murales de la Suprema Corte de Justicia de la Nación.

Los detonantes que disparan la inspiración son las apariencias y la realidad descarnada que nos acompaña como seres humanos, seres vulnerables condenados a desaparecer. Es para mí siem-

FOTOS: CASA ESTUDIO RAFAEL CAUDURO



**“LA DESCARADA”, 1982.** Una de las obras que pueden observarse en la exposición del Colegio de San Ildefonso.

### Entre ópera, sones jarochos y cráneos

LA MÚSICA NO PUEDE FALTAR EN MI TALLER A LA hora de crear una obra. Me encanta la música, escuchar música clásica, a Beethoven o Mozart. Una buena ópera. Tengo una selección de música desde clásica hasta sones jarochos.

En cuanto a materiales, en el taller hay una infinidad, desde óxidos, ácidos y láminas que conseguí en tiraderos, hasta los polvos de vidrio, pinceles y brochas. También tengo cráneos de resina que sirven para modelar, y muchos solventes y elementos que se usan para crear texturas: espuma de poliuretano, fibra de vidrio, moldes. Hay toda una sección de carpintería.

El proceso para crear una obra siempre es diferente. Para mí la creación es muy compleja, ya que compromete mi intuición, pero siempre ese es el punto de partida. No puede existir creación sin las herramientas precisas para ejecutarla. Se necesita una buena sintaxis entre lo profundo del pensamiento y lo material.

Ya con una idea en mi cabeza surgen momentos de luz que despiertan en mí. Y es cuando em-

piezo a crear la obra. Hay infinidad de procesos, dependiendo la técnica en la que trabajo, la pieza, los materiales, así como la forma de ir plasmando lo que quiero expresar. ■

**50 años dedicados al arte** Cauduro nació en 1950 en la Ciudad de México. Realizó estudios de arquitectura y diseño industrial en la Universidad Iberoamericana. En 1976 realizó su primera exposición en la Casa del Lago, en Chapultepec.

En 1981 se inició profesionalmente en la Galería Misrachi, la cual lo representó y promovió a lo largo de varios años. En 1984 se presentó individualmente por vez primera en el Museo del Palacio de Bellas Artes.

En 1986, dentro del Marco de la Expo Mundial de Vancouver 86, realizó el controvertido mural “Comunicaciones”. Dos años más tarde, en 1988, se unió a la Galería de Louis Newman. Es creador de los murales “Escenarios subterráneos”, expuestos en la estación del metro Insurgentes de la Ciudad de México.

Tras exponer en el Museo de Arte Moderno y en la Galería Tasende de los Ángeles, California, presentó su obra en la Sala Nacional del Museo del Palacio de Bellas Artes. En 2000 fue invitado como artista residente en Pilchuck School of Glass, donde se involucró con el vidrio.

A principios de 2009 concluyó para la Suprema Corte de Justicia de la Ciudad de México la obra mural “Siete crímenes mayores”. En mayo de 2014 se inauguró, en el Edificio Cauduro, el mural “El condominio”.



# Archivos NW

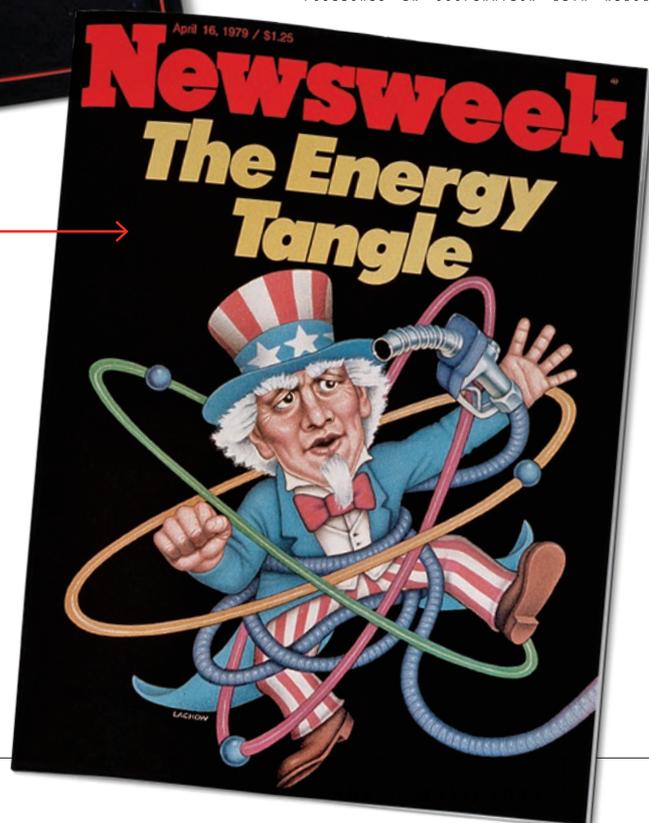
ABRIL 1988

“LA PERSONA QUE MÁS DISFRUTARÍA de la subasta de Andy Warhol sería el propio Andy Warhol”, escribió *Newsweek*. Sotheby's vendió la colección de arte, muebles y artículos personales del artista en “lo que bien podría ser la venta de garaje más grande de la historia”. Este 9 de marzo, Netflix estrenó una serie documental en seis partes titulada *Los diarios de Andy Warhol*. **N**

PUBLICADO EN COOPERACIÓN CON NEWSWEEK  
PUBLISHED IN COOPERATION WITH NEWSWEEK

ABRIL 1979

NEWSWEEK DETALLÓ LA CRISIS ENERGÉTICA QUE PRECIPITARA la Revolución Iraní. El 18 de abril de aquel año, el presidente Jimmy Carter dijo a los estadounidenses: “Excepto por evitar la guerra, este es el mayor desafío que enfrentaremos en nuestros tiempos”. Conscientes de la escasez de petróleo ocurrida apenas en 1973, los automovilistas hicieron compras de pánico de combustible; mucho del cual se desperdició en las largas filas de las estaciones de servicio. **En marzo de 2022, como resultado de la invasión rusa de Ucrania, los precios de la gasolina alcanzaron un promedio nacional que excedió los 4 dólares estadounidenses por galón.** Esta situación, según algunos expertos, podría convertirse en una crisis energética comparable con la de la década de 1970.



FOTOS: NEWSWEEK



Hospital San José



# Expertos comprometidos con la calidad

- Experiencia e innovación médica en *Cardiología*
- Atención personalizada en *Neurología y Neurocirugía*
- Procedimientos de alta complejidad como *Trasplante de órganos*
- Equipo multidisciplinario de *Oncología* centrado en el paciente
- *Cirugía robótica* precisa



TecSalud

[tecsalud.mx](https://tecsalud.mx)

Hospital Zambrano Hellion



**Nuevamente,**  
**el mejor Hospital**  
**de México 2022**

Gracias por tu confianza

**55 5424 7200**

[medicasur.com.mx/elmejorhospital](https://medicasur.com.mx/elmejorhospital)

COFEPRIS 223300201A0512 | UNAM 845481

