

# Gaceta

*Secretaría de Formación Sindical y Comunicación*

*En esta edición*

**Actividad Sindical  
SINITINBAL 2022**

**Una ventana al  
INBAL: Museo  
Tamayo**

**Salud: COVID 19  
a dos años y medio de  
pandemia**



**Educación Sindical**

**A dos años y medio de inicio de  
pandemia por COVID 19 ...**

---

# CONSEJO EDITORIAL

---

Francisco José Albarrán Villanueva  
Secretario General

Bibiana Esther López López  
Secretaría de Formación Sindical y Comunicación

María del Consuelo Ortiz García  
Comisión de la Mujer

Ana Karen Estrada González  
Comisión de Comunicación y Prensa



## Edición y Coordinación

Ana Karen Estrada González

---

---

# ÍNDICE

---

Actividad Sindical: SINITINBAL 2022	..... 04
Una ventana al INBAL: Museo Tamayo	..... 11
Salud: COVID 19: Trabajo de los dos últimos años y medio	..... 12
Reflexión	..... 13

Aviso de Privacidad: [http:// sinitinbal.com.mx/ gaceta](http://sinitinbal.com.mx/gaceta)

La Secretaría de Formación Sindical y Comunicación en conjunto con el Consejo Editorial, retoma la publicación mensual de la Gaceta SINITINBAL con una edición semestral especial y única, que contempla estos seis meses transcurridos del presente año.

Después de dos años de incertidumbre y confinamiento por la pandemia COVID 19, se encontraron nuevas maneras de trabajar para sacar adelante todos y cada uno de los trabajos que este Sindicato realiza día a día para nuestros agremiados, enfrentándonos a nuevos retos, nuevas amenazas y por supuesto nuevas formas y maneras de continuar defendiendo los derechos de nuestra base trabajadora.

# Actividad Sindical SINITINBAL 2022

## Conmemoración Día Internacional de la Mujer 2022

La Comisión de la Mujer y la SFSyC- SINITINBAL conmemoramos el Día Internacional de la Mujer con dos actividades importantes:

- Conferencia: "Las mujeres al frente de la lucha" ponente - Mariana Vallejo (10/marzo)
- Desayuno y rifa en el Salón Palazzo Videmar (25/marzo).



# Actividad Sindical SINITINBAL 2022

## Tepetzotlan 2022: Temazcales

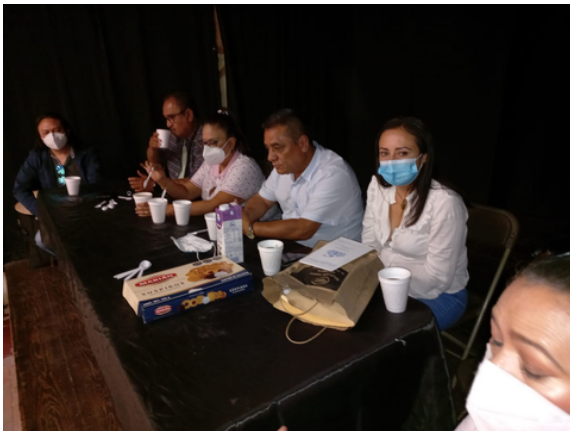
Derivado de la rifa que se realizó en el desayuno de la Conmemoración del Día Internacional de la Mujer 2022, el Comité y las ganadoras de 15 temazcales viajaron a Tepetzotlan Morelos, para disfrutar de su obsequio.



# Actividad Sindical SINITINBAL 2022

## Visita a compañeros ATM y docentes de Querétaro 2022

Algunos compañeros ATM y docentes de diversos Centros de Trabajo de Querétaro pidieron la asistencia del Comité Ejecutivo para conocer el proyecto de trabajo de SINITINBAL ya que es su deseo agremiarse a este Sindicato.



# Actividad Sindical SINITINBAL 2022

## Festejo Día del Niño: Six Flags Oaxtepec 2022

El Comité Ejecutivo Nacional acompañó a nuestros compañeros y los niños de SINITINBAL a festejar su Día en el parque de diversiones Six Flags – Oaxtepec, Morelos.

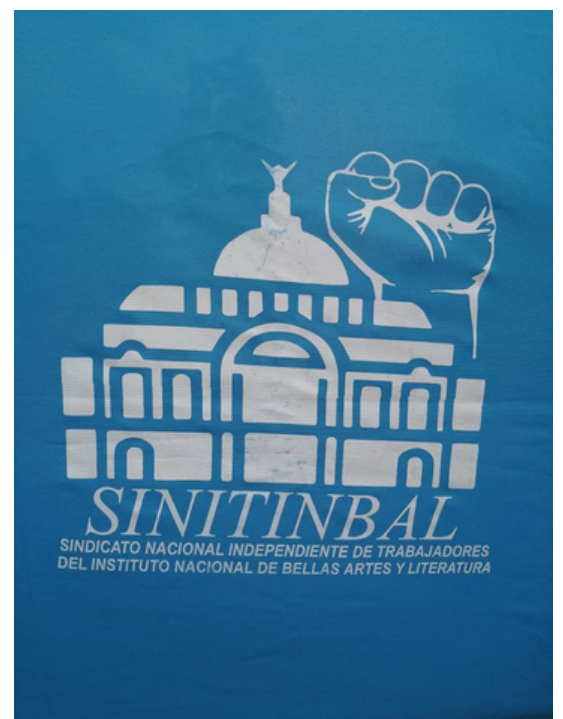




# Actividad Sindical SINITINBAL 2022

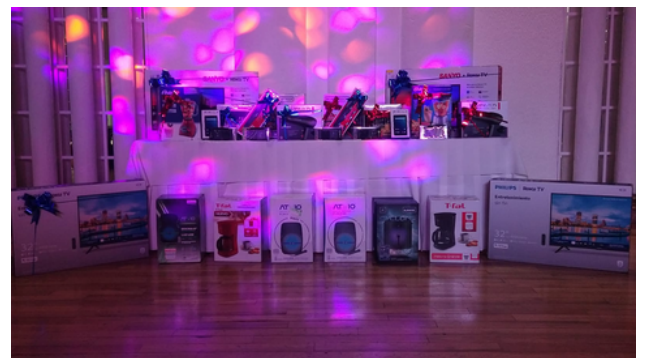
## Marcha 1 de mayo: Día del Trabajo

El Comité Ejecutivo Nacional acompañado de un grupo de afiliados, se reunieron en Torre Prisma para sumarse al contingente que marchaba rumbo a Plaza Mayor como cada año para Conmemorar el Día del Trabajo



# Evento Día de las madres 2022

Después de dos años sin Evento del Día de las Madres agremiadas a SINITINBAL, este 2022 nuevamente las festejamos con nuestra tradicional comida, baile y rifa en el Salón Palazzo Videmar.



# Mitin en defensa de prestaciones 01 de junio - CCB

El Comité Ejecutivo Nacional en conjunto con USINBAL y agremiados realizaron un mitin en la puerta de madera de CCB para exigir respuesta, solución y claridad a las autoridades con respecto a nuestras prestaciones.



# Evento Día del Maestro 2022

El Comité Ejecutivo Nacional festejando a nuestros maestros agremiados a SINITINBAL, con un tradicional desayuno y una rifa de varios artículos para que los afortunados ganadores pudieran disfrutarlos.



# Museo Tamayo

## Arte Contemporáneo

Ana Karen Estrada

Fundado en 1981 en la Ciudad de México, el Museo Tamayo lleva a cabo innovadoras exposiciones de arte moderno y contemporáneo internacional.

Desde 1986, el Museo Tamayo forma parte de una red nacional de museos que dirige el Instituto Nacional de Bellas Artes (INBA) y recibe apoyo adicional de la Fundación Olga y Rufino Tamayo, A.C.

Desde que abrió sus puertas en 1981, el Museo Tamayo se ha dedicado a presentar lo más significativo del arte moderno y contemporáneo nacional e internacional. Con un dinámico programa de muestras temporales, así como la continua activación y actualización de su colección, el museo ofrece un espacio abierto para el pensamiento crítico en el que el arte permite imaginar nuevas herramientas para enfrentar las inquietudes de nuestra sociedad.



El Museo Tamayo se encuentra en la Ciudad de México, dentro de la primera sección del Bosque de Chapultepec. Rufino Tamayo quería que el recinto que albergara su colección de arte estuviera dentro de esta área de gran belleza natural e importancia cultural. Para su construcción, el gobierno de la ciudad cedió un terreno donde anteriormente se ubicaba el Club de Golf Azteca, y el artista convocó a los arquitectos mexicanos Teodoro González de León y Abraham Zabludovsky para que diseñaran el edificio.

## Archivo Tamayo

El Archivo Tamayo resguarda la memoria documental de Rufino Tamayo. El acervo se conformó por Olga Tamayo, esposa del pintor, quien conservó materiales como periódicos, documentos, grabaciones de audio, películas y fotografías.

Actualmente estamos en proceso de clasificar, conservar, catalogar y digitalizar el archivo por lo que el acceso es solo bajo previa cita. En el futuro la consulta será electrónica y accesible al público. Hasta el momento se han digitalizado 5,371 fotografías personales, 5,215 fotografías de obra, 1,826 periódicos, 35 revistas y 276 documentos.



# CORONAVIRUS: CONTEXTO EN MÉXICO

María del Consuelo Ortíz García

El COVID-19 es un fenómeno que está afectando a los países de todo el mundo. Se trata de un virus del que se sabe poco, y se está afrontando con diferentes estrategias a nivel global, de acuerdo con el contexto sociodemográfico y económico de cada país. Para comprender la complejidad que esta pandemia significa en México hay que tomar en cuenta algunas consideraciones. La edad media en México es de 29.3 años, comparada con la de Italia, que es de 46.5, y con la de la Unión Europea, que es de 43. Esto significa que existe una mayor cantidad de jóvenes en el país. El 57.8% de la población laboralmente activa carece de seguridad social, lo que dificulta los mecanismos de atención directa en este sector. Adicionalmente, debido a las altas prevalencias de diabetes y obesidad en México, se estima que un 7% de casos graves sean atribuibles a enfermedades preexistentes, mientras que en otros países se ha observado en 5%. El cierre de lugares que congregan a una gran cantidad de personas se decretó ante una cifra oficial de 100 casos, mientras que en España se decretó



ante 1,000 casos y en Italia ante 2,000. En México se cuenta con un sistema de vigilancia epidemiológica tipo centinela, a través del cual se buscará de manera activa identificar casos de la enfermedad en la comunidad, con el objetivo de conocer oportunamente su dispersión, magnitud y espectro clínico en los diferentes escenarios que hasta el momento se han planteado. Este sistema se ha utilizado para obtener alertas tempranas de influenza y se le incorporó un algoritmo para este coronavirus.

El rol de la nutrición en la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)  
La enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) se ha convertido en una pandemia que ha ocasionado la muerte de centenares de miles de personas en el mundo, afectando principalmente a sujetos con enfermedades crónico- degenerativas y/o con un sistema inmunitario deprimido, que los hace susceptibles de padecer y presentar complicaciones por la enfermedad. El confinamiento para evitar el contagio de la COVID-19 puede generar el desarrollo de malos hábitos de alimentación, inactividad física y alteraciones en el estado de ánimo, lo que afecta directamente a la salud de la población, especialmente a las personas que viven con diabetes u obesidad, que tienen mayor riesgo de presentar formas más graves y mortalidad por COVID-19. Existe evidencia científica de que ciertos nutrimentos como las vitaminas A, C, D, E, los ácidos grasos poliinsaturados omega-3 y el zinc podrían generar efectos benéficos frente a la COVID-19 actuando como inmunomoduladores, reduciendo el estrés oxidativo y la respuesta inflamatoria. La alimentación juega un papel primordial en la prevención y disminución de los efectos producidos por la COVID-19, ya que el tener una dieta adecuada durante la cuarentena contribuye a controlar las comorbilidades presentes, reducir el estrés y aminorar algunos de los síntomas gastrointestinales que se han relacionado con la COVID-19.



## FRACASO Y DERROTA

La gran diferencia entre fracaso y derrota es que el primer caso se acepta como una lección por asimilar, un pequeño paso más hacia la meta final. Los fracasos nos muestran el camino equivocado, que una vez reconocido no volveremos a recorrer. Al igual que el zorro, quien se ha ganado el calificativo de astuto, porque difícilmente vuelve a caer en la misma trampa. A menudo, la nube que oscurece nuestro presente sirve para iluminar nuestro futuro.

En cambio, la derrota es la decisión de no volverlo a intentar, claudicar ante los obstáculos, renunciar a la posibilidad de convertir el fracaso en éxito. Somos vencidos sólo cuando nos estimamos derrotados.

Los obstáculos en el camino de los débiles se convierten en escalones en el sendero de los triunfadores. Los triunfadores tienen la visión del objetivo que desean lograr, con lo cual convierten los obstáculos en retos a superar, en similitud al alpinista, que visualiza la cima de la montaña como el objetivo a lograr, convierte a los obstáculos y peligros del ascenso como retos a dominar.

En cambio, quien no tiene el suficiente anhelo de llegar a la cima, se desalienta fácilmente ante el esfuerzo que se le exige, ante los riesgos que le acechan y ante los retos que se le presentan y aun antes de iniciar siquiera el camino se da por vencido.

“

*El fracaso derrota a los perdedores e inspira a los ganadores.*

*-Robert Kiyosaki*



Si tú ya definiste y decidiste qué es lo que deseas en la vida y día a día alimentas tu determinación para lograrlo, difícilmente te podrán detener, es tal tu convicción que los obstáculos dejan de serlo, y más bien los observas como detonadores para lograr tu plan de realización, por ejemplo: Quien se ha decidido a obtener un título profesional, los exámenes, el estudio intenso, renuncia a muchos fines de semana por cumplir con trabajos académicos o levantarse más temprano y acostarse más tarde son, entre muchos otros, los retos que al superarlos le proporcionarán mayores satisfacciones al lograr el fin deseado.

Cada falla, cada fracaso lo convertimos entonces en viento a favor, asimilando la lección, incrementando nuestra experiencia y fortaleciendo nuestra determinación en lograr nuestros propósitos. Es preferible renunciar a vivir que declararse derrotado, ser un perdedor porque se ha dejado de luchar. Un solo objetivo hay que tener en la vida: Apostar todo para lograr triunfar.

---

# **SINITINBAL**

Av. Juárez # 101, piso 12, Col. Centro

Alc. Cuauhtémoc, C.P. 07580, CDMX

1000 4622 ext. 1467

[www.sinitinbal.com.mx](http://www.sinitinbal.com.mx)