



## MEMORANDO

No.1204-CyM-2024

05 de noviembre 2024

PARA: ABOG. CRISTIAN URREA  
OFICIAL DE TRANSPARENCIA Y ACCESO A LA  
INFORMACIÓN PÚBLICA

DE: RUBEN ANTONIO GALINDO MEJIA  
UNIDAD DE COMUNICACIÓN Y MARCA

ASUNTO: **REMISION**

---

Por medio de la presente remito a usted el Informe mensual de Participación Ciudadana que corresponde al mes de octubre 2024, que se publica en el Portal de Transparencia, el cual se envió por correo electrónico.

Atentamente,

Cc: Archivo  
RG/RC



**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

15 de octubre a las 19:08 · 🌐



En el Mes Rosa, el Seguro Social continúa desarrollando actividades para detectar, prevenir y concienciar a la población sobre el cáncer de mama; por esa razón, la Dirección Médica, a través de su Programa de Salud Sexual y Reproductiva y el Programa de Atención Integral de Salud Familiar y Comunitario (PAISFC), junto a la Unidad de Comunicación y Marca, organizaron un foro educativo sobre esta enfermedad.

Con el objetivo de proporcionar información a los proveedores de salud... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 16:29 · 🌐



🎧 | Con el importante apoyo de la Licenciada Julia Amanda Jaime, Interprete Garífuna, este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

#IHSS #MesRosalHSS 🌸 #PAISFC #SeguridadSocial #Honduras #SaludIHSS



¡Síguenos! 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔

# ¡Hablemos de Cáncer de Mama!



Lic. Julia Amanda Jaime  
Audio: Garífuna



YOUTUBE.COM

## Importancia del Autoexamen de mamas, audio garífuna

🎧 | Con el importante apoyo de la Licenciada Julia Amanda Jaime, Interprete Garífuna, esta semana ...



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 16:00 · 🌐



Testimonial...

...Marta Isabel Pineda Ráfalo ha sido es un verdadero ejemplo de superación y fortaleza ante el diagnóstico de cáncer de mama en 2019. Con un diagnóstico temprano en estadio 1, ella enfatiza la importancia de la prevención, destacando cómo este factor fue clave para enfrentar su tratamiento.

Desde su experiencia personal, Marta Isabel subraya que, aunque el cáncer es una enfermedad difícil, con fe, apoyo familiar y un equipo médico comprometido, es posible sobre... Ver más





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 15:42 · 🌐

Hoy se celebra el Día mundial de la higiene de manos, es por ello que la coordinación de Docencia e Investigación realizó un evento donde el médico- infectólogo, Marco Tulio Luque, explicó a los pacientes y empleados de la institución, la importancia del lavado de manos, en especial por las actividades diarias que desempeña el personal de salud.

Durante el evento, estuvieron las máximas autoridades del Hospital de Especialidades, entre ellas la doctora Fanny Navas, quien dijo... Ver más





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 15:39 - 🌐

...

Dentro de las múltiples actividades que realiza el Centro Especializado de Atención Integral al Adulto Mayor (CEAIAM) y El equipo del Programa de Atención Integral de Salud Familiar y Comunitaria (PAISFC) para brindar lo mejor a los pacientes de esta unidad geriátrica, efectúa el "Programa de Visita Domiciliaria" a los pacientes adultos mayores acompañado por un equipo multidisciplinario de médicos generales y especialistas que asisten al domicilio del paciente que por difer... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 14:59 -



### Día Mundial de la Concienciación sobre la Muerte Gestacional, Perinatal y Neonatal

Hoy se conmemora el Día Mundial de la Concienciación sobre la Muerte Gestacional, Perinatal y Neonatal. Esta fecha busca sensibilizar a la sociedad sobre una realidad dolorosa que afecta a muchas familias por la pérdida de un bebé durante el embarazo o en sus primeros días de vida.

La muerte gestacional se refiere a la pérdida del bebé antes de las 20 semanas de gestación, mientras que la m... [Ver más](#)





**| PAGO DE SUBSIDIO O INCAPACIDAD AL 15 DE OCTUBRE DE 2024:**

- Régimen del Seguro de Atención de la Salud (EM: enfermedad común, accidente común y maternidad)
- Régimen del Seguro de Riesgos Profesionales (RP: accidente de trabajo y enfermedad profesional)



## Aviso

El Instituto Hondureño de Seguridad Social informa a sus derechohabientes que a partir de la fecha se habilitó el pago de subsidios para los dos regímenes: Atención de la Salud (EM) y Riesgos Profesionales (RP).

Regional	Planillas pagándose	
	Atención de la Salud	Riesgos Profesionales
Copán	44 - 2024	42 - 2024
SPS	44 - 2024	44 - 2024
Puerto Cortés	44 - 2024	43 - 2024
Olanchito	41 - 2024	30 - 2024
El Progreso	44 - 2024	44 - 2024
Tela	44 - 2024	43 - 2024
Tocoa	44 - 2024	44 - 2024
Villa Nueva	44 - 2024	43 - 2024
Choloma	44 - 2024	44 - 2024
Danlí	44 - 2024	44 - 2024
Choluteca	44 - 2024	44 - 2024
San Lorenzo	31 - 2024	29 - 2024
Siguatepeque	44 - 2024	42 - 2024
Comayagua	43 - 2024	43 - 2024
Juticalpa	44 - 2024	44 - 2024
Catacamas	41 - 2024	36 - 2024
La Ceiba	44 - 2024	44 - 2024



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 13:30 · 📍

...

La muerte perinatal: es la que ocurre en el periodo comprendido a partir de las 22 semanas completas (154 días) de gestación o con 500 gramos o más de peso fetal, hasta los siete días después del nacimiento. Muerte neonatal: es la muerte ocurrida entre el nacimiento y los primeros 28 días completos de vida.



¡Síguenos!      

**15**  
Octubre

**Día Mundial de  
Concienciación sobre  
la Muerte Gestacional,  
Perinatal y Neonatal**





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 11:58 · 🌐



La Ambliopía se conoce también como: Ojo perezoso, Ojo vago.

Es uno de los problemas más comunes de la visión en niños. Esto sucede porque uno de los ojos no se comunica bien con el cerebro. En algunos casos, los dos ojos pueden estar afectados.

Las causas incluyen:

- Estrabismo u ojo bizco: Afección en la cual los ojos no miran en la misma dirección... [Ver más](#)





**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

15 de octubre a las 11:48 · 🌐

...

El lavado de manos previene la propagación de gérmenes, incluido el coronavirus. Cuando te lavas las manos, te proteges de los gérmenes. También proteges a las personas de tu familia. Y en el caso del coronavirus, cuando detienes la propagación de gérmenes en tu casa, también proteges a las personas de tu comunidad.



¡Síguenos! 🔔📧📺📻📱

**15**  
Octubre

# Día Mundial del Lavado de Manos



Prevenir Infecciones  
**¡Está en tus manos!**





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 11:03 · 🌐



Señor Patrono: aproveche la Amnistía del IHSS, así se beneficia su empresa, sus colaboradores y familias, y a Honduras.

#IHSS #AmnistiaIHSS #Honduras #SeguridadSocial #IHSSinforma #SaludIHSS #IVM #RPIHSS

**IHSS**

**¿Qué hace cuando un empleado tiene una situación crítica y no tiene Seguro Social?**

Muchas veces la persona requiere atención inmediata para salvar su vida...

**¡Póngase al día con la Amnistía!**  
El día y el lugar en Honduras solamente

Al estar al día en el **Seguro Social** tiene acceso a las áreas de Emergencias y otros servicios de salud que pueden hacer la diferencia en situaciones críticas.

Parque del Seguro Social

Ministerio de Salud y Consumo  
☎️ **2263-4621**

Ministerio de Salud y Consumo



Este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosaIHSS #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC



## Cómo realizar el autoexamen de Cáncer de Mama

El Autoexamen de las mamas se debe realizar de manera regular una vez al mes, para acostumbrarse a sentir sus senos, esto le ayudará a identificar cambios en el tejido mamario; y acudir a consulta médica si encuentra algo nuevo o diferente.

1



Busque enrojecimientos, bultos o hundimientos en tus senos

2



Revise que ambos senos estén al mismo nivel.

3



Repita estos pasos, pero con los dos brazos arriba.

4



Toque los senos con tres dedos en forma circular

5



Repita los pasos anteriores pero ahora acostada.

6



Prestone cada pezón, para reusar que no sale ningún líquido.



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 8:14 · 🌐

🍷 | Hábitos saludables de rutina

La automedicación, es una mala costumbre que puede tener graves consecuencias.

#IHSS #SaludIHSS #PAISFC #Honduras #SeguridadSocial





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

15 de octubre a las 7:30 -



La ambliopía aparece en los primeros años de la niñez. Cuando las vías nerviosas ubicadas entre el cerebro y uno de los ojos no se estimulan correctamente, el cerebro favorece al otro ojo.



Seguimos |

# 15 | Día Mundial de la Ambliopía

Octubre



*¡Basta de ver mal!*  
El poder está en tus manos



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 20:16 -



Las oficinas del IHSS a nivel nacional pueden orientar a su empresa con su solicitud de amnistía, o puede llamar al 2263-4621 opción 6.

#IHSS #Honduras #AmnistíaIHSS



YOUTUBE.COM

### Ponte al día con la Amnistía-

Las oficinas del IHSS a nivel nacional pueden orientar a su empresa con su solicitud de amnistía, o puede llamar al 2263-4621#IHSS #Honduras #AmnistíaIHSS



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 17:27 · 🌐

...

Lavarse las manos de manera correcta y frecuente brinda grandes beneficios a su salud y la de su familia. Por esa razón, el Hospital de Especialidades le invita al siguiente foro presencial.

#IHSS #Honduras #SeguridadSocial #PAISFC #SaludIHSS



FORO EDUCATIVO

*Higiene de manos*

con el Dr. Marco Tulio Luque



Fecha: **Martes 15 oct.**

🕒 Hora: **10:30 A.M.**

📍 Lugar: **Auditorio del Hospital de Especialidades**





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 16:26 · 🌐



🗣️ | Con el importante apoyo de Alexandra Rodríguez Yacquarel, Intérprete Misquita, este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosaIHSS 🌸 #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC

¡Síguenos! 🔔👍👍👍👍👍

# ¡Hablemos de Cáncer de Mama!

Alexandra Rodríguez Yacquarel  
Audio: Misquita mairin

YOUTUBE.COM

**Importancia del autoexamen de mamas, audio en misquito**

🗣️ | Con el importante apoyo de Alexandra Rodríguez Yacquarel, Intérprete Misquita, esta semana qu...



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 15:30 · 🌐

Dunia Mesa, de 40 años, ha superado un difícil camino de tratamiento y recuperación tras ser diagnosticada con cáncer de mama en octubre de 2020, esto gracias a la orientación y apoyo de equipo médico, Dunia se sometió a una cirugía de mama en diciembre de 2020, seguida por 9 sesiones de quimioterapia y 30 de radioterapia; completando sus tratamientos en septiembre de 2021 con el apoyo del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS).

A pesar de los desafíos y efectos s... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 15:00 · 🌐



En el marco del Mes de la Concientización sobre el Cáncer de mama, el Hospital Regional del Norte intensifica los esfuerzos de detección temprana a la población afiliada realizando un total de 12 mamografías al día en un horario de 7:00 am a 11:00 am de Lunes a Viernes.

Al momento de realizarse la mamografía el paciente debe presentar la remisión del médico tratante en la ventanilla de radiología.

Las mamografías son un método eficaz para detectar anomalías en el tej... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 13:59



### La Importancia de Donación de Órganos tejidos y trasplantes : Un Acto de Amor

El Dr. Mauricio Sierras, Nefrólogo del Hospital Regional del Norte del Norte, resalta la vital importancia de la donación de órganos y tejidos.

Este gesto altruista que se considera uno de los mayores actos de amor entre los seres humanos.... Ver más



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 12:42



Señor Patrono: aproveche la Amnistía del IHSS, así se beneficia su empresa, sus colaboradores y familias, y a Honduras.

#IHSS #AmnistíaIHSS #Honduras #SeguridadSocial #IHSSinforma #SaludIHSS #IVM #RPIHSS



### ¿Qué hace cuando se enferma un empleado y no tiene Seguro Social?

La mayoría de veces, los costos de atenciones médicas privadas pueden ser muy altos... e impactar negativamente en la productividad de su empresa.



### ¡Póngase al día con la Amnistía!

Al estar al día en el Seguro Social mejorará la productividad de su empresa porque tendrán acceso a todos los servicios preventivos.

2263-4621



000000



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 10:50 · 🌐

...

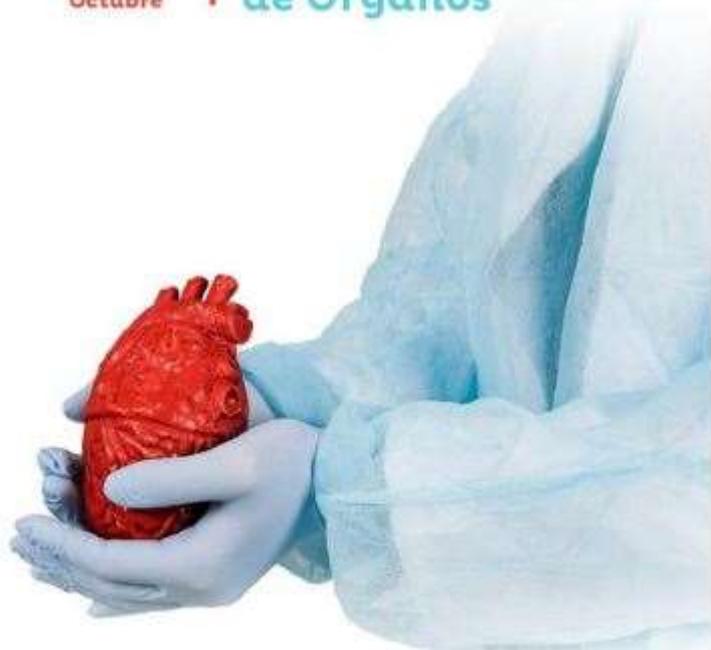
La donación de órganos toma órganos y tejidos sanos de una persona para trasplantarlos en otras. Los especialistas dicen que los órganos de una persona donante pueden salvar o ayudar hasta 50 personas. Los órganos que se pueden donar incluyen: Órganos internos: riñones, corazón, hígado, páncreas, intestinos, pulmones.



(Español) 🌐🌐🌐🌐🌐🌐

# 14 | Día Mundial de la Donación de Órganos

Octubre





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 8:48 · 🌐



🔔 | Este mes en el IHSS se realizan muchas actividades preventivas contra el cáncer de mama, por lo que invitamos a la población, especialmente a los trabajadores de salud, para que se conecten a un Foro educativo.

Se le ha invitado a Foro Educativo CÁNCER DE MAMÁ

martes 15 de octubre de 2024

8:00 a. m. - 12:00 p. m. (GMT-6)

[h... Ver más](#)

**FORO EDUCATIVO**  
*Cáncer de Mama*

“ *Revisa hoy, vive mañana.* ”  
**El poder está en tus manos**

**Fecha:** Martes **15 oct.**

**Hora:** 8:00 A.M.

**Lugar:** Salón del SITRAIHSS o Microsoft Teams



**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

14 de octubre a las 8:20 · 🌐



El Régimen de Enfermedad- Maternidad solicita su apoyo en la siguiente encuesta de satisfacción de los servicios de salud que se brindan en las clínicas y hospitales propios del Seguro Social a nivel nacional, con el propósito de mejorar las calidad de los mismos.

Favor, ingrese al siguiente enlace: <https://forms.gle/fH6awKuEP1nwo1aXA>

#IHSS #PAISFC #Honduras #SaludIHSS #SeguridadSocial

## Encuesta de Satisfacción de Usuarios del Régimen de Enfermedad-Maternidad

Esta encuesta tiene como propósito de mejorar la atención en las Unidades de Salud propias del IHSS a nivel nacional.



This content is neither created nor endorsed by Google. Report Abuse - Terms of Service - Privacy Policy



DOCS.GOOGLE.COM

**Encuesta de Satisfacción de Usuarios del Régimen de Enfermedad-Maternidad**

Esta encuesta tiene como propósito de mejorar la atención en las Unidades de Salud propias del IHS...



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

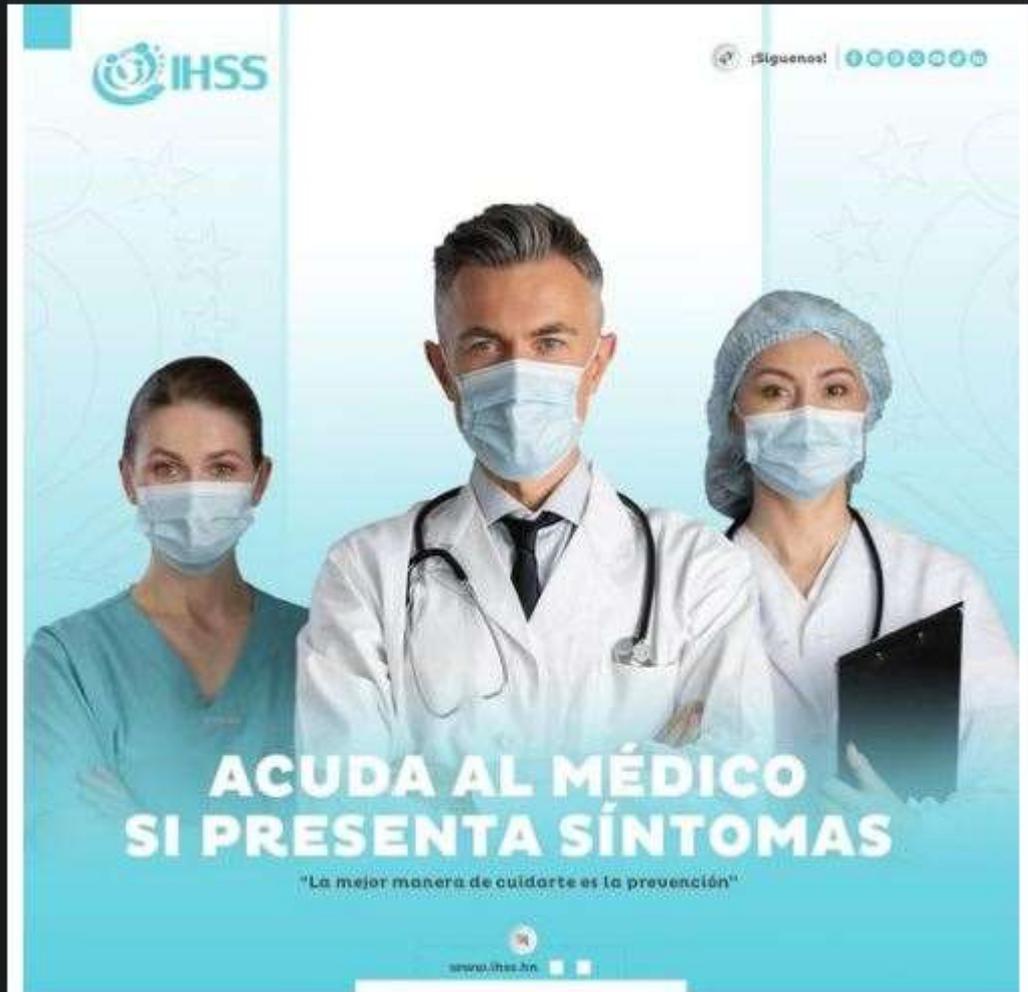
14 de octubre a las 6:07 · 🌐



🔗 | Hábitos saludables de rutina

Las personas con ciertas enfermedades deben visitar a su médico lo antes posible cuando observen la aparición de nuevos síntomas.

#IHSS #SeguridadSocial #SaludIHSS #PAISFC #Honduras





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

14 de octubre a las 5:28 · 🌐



La Amnistía del IHSS está vigente... su empresa puede tener acceso a esta opción de pago de cuotas atrasadas sin recargos, multas o intereses.

¡Llame ya!

#IHSS #IHSSinforma #SeguridadSocial #Honduras #AmnistiaIHSS



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

13 de octubre a las 18:54 · 🌐



El IHSS tiene vigente el proceso de amnistía este 2024, beneficiando a muchas empresas a nivel nacional; pero sobre todo con el propósito de darle seguridad social a los trabajadores de Honduras.

#IHSS #Honduras #SeguridadSocial #AmnistiaIHSS



YOUTUBE.COM

### Amnistía, ante una emergencia

El IHSS tiene vigencia el proceso de amnistía este 2024, beneficiando a muchas empresas a nivel nacional; pero sobre todo con el propósito de darle seguridad...





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

13 de octubre a las 14:30 · 🌐

...

Cada 13 de octubre, se conmemora el Día Mundial de la Trombosis, una fecha que busca hacer conciencia sobre la importancia de esta condición que, a menudo, pasa desapercibida, pero que puede tener consecuencias graves para la salud.

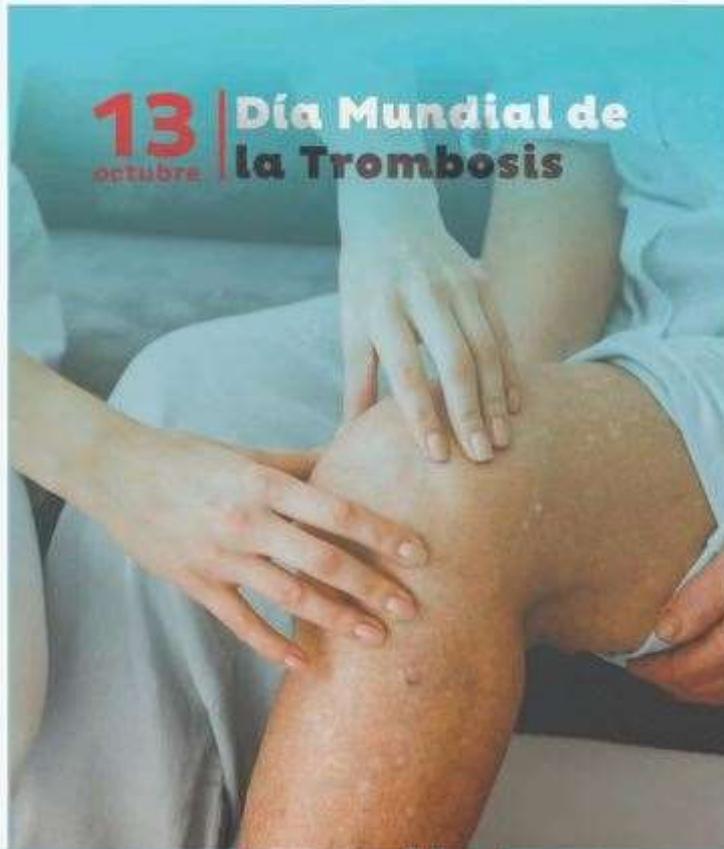
La trombosis se refiere a la formación de un coágulo sanguíneo en un vaso, que puede obstruir el flujo sanguíneo.

Los factores de riesgo para desarrollar trombosis son diversos. Incluyen la edad avanzada, la obesidad, el tabaquismo, ciertos tra... [Ver más](#)





La Trombosis es la formación de un coágulo en el interior de un vaso sanguíneo y uno de los causantes de un infarto agudo de miocardio. También se denomina así al propio proceso patológico, en el cual un agregado de plaquetas o fibrina obstruye un vaso sanguíneo.





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

13 de octubre a las 9:30



Esta patología es un coágulo de sangre en una vena profunda, generalmente en una pierna. Una DVT es peligrosa porque el coágulo puede desprenderse, desplazarse por el torrente sanguíneo y obstruir la irrigación de sangre a los pulmones conocida como embolia pulmonar.



¡Síguenos!



**13**  
Octubre

Día Mundial de la  
**Trombosis**



*¡Cuida. Hoy, con mañana.  
El poder está en tus manos.*



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

13 de octubre a las 8:41 · 🌐

...

📌 | Este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama, por lo que es necesario conocer los signos de alarma.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosalIHSS 🇸🇻 #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC



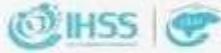


IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

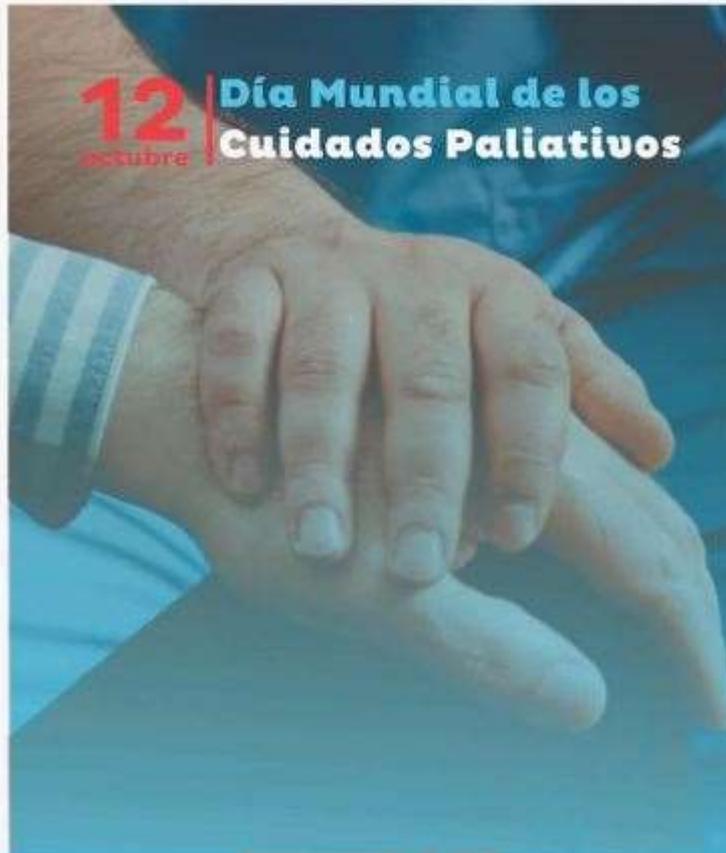
12 de octubre a las 15:40 · 🌐

...

Los cuidados paliativos incluyen la atención que se ofrece para mejorar la calidad de vida de los pacientes que tienen una enfermedad grave o que pone la vida en peligro, como el cáncer. Estos cuidados se ofrecen con o sin intención de curar la enfermedad.



📄 | 📞 | 📧 | 📺 | 📱 | 📡 | 📢 | 📣 | 📤 | 📥



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

12 de octubre a las 14:13 · 🌐

...

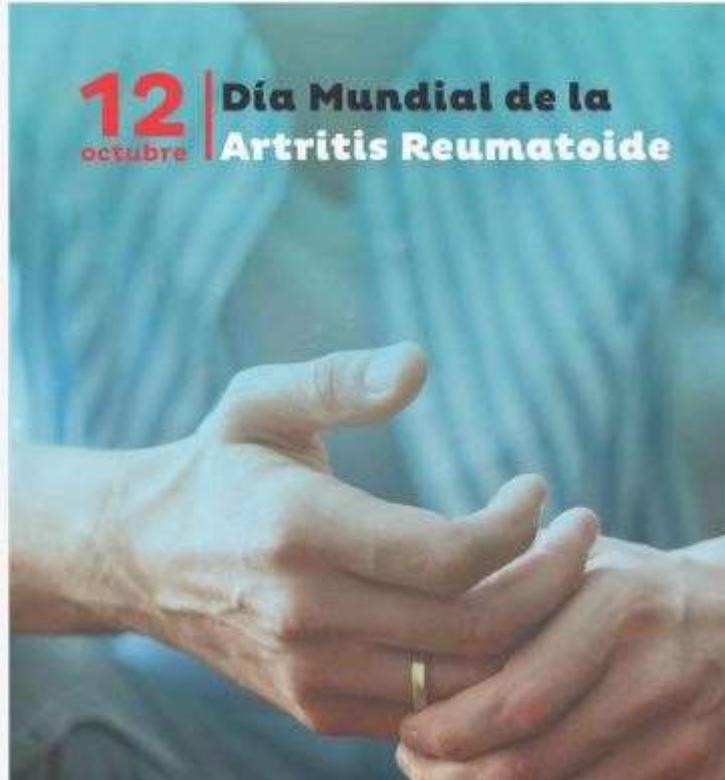
La artritis reumatoide es una enfermedad crónica que provoca inflamación en todo el cuerpo y, por lo general, dolor en las articulaciones.

Si no se trata, la artritis reumatoide puede dañar gravemente las articulaciones y los tejidos circundantes y causar problemas cardíacos, pulmonares y del sistema nervioso.

Sus síntomas más frecuentes son dolor crónico, rigidez, sensibilidad, calor e hinchazón articular. Además puede dificultar el movimiento y las actividades cotidianas.



Seguros





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

12 de octubre a las 11:12 · 🌐



👍 | Hábitos saludables de rutina

Las soluciones que contienen entre 65 y 80% de alcohol fueron aprobadas desde 1994 como antisépticos en la higiene de manos.

Los alcoholes tienen excelente actividad germicida contra bacterias Gram positivas y bacterias Gram negativas, patógenos multiresistentes, Mycobacterium tuberculosis y algunos hongos.... Ver más





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

12 de octubre a las 8:30 · 🌐



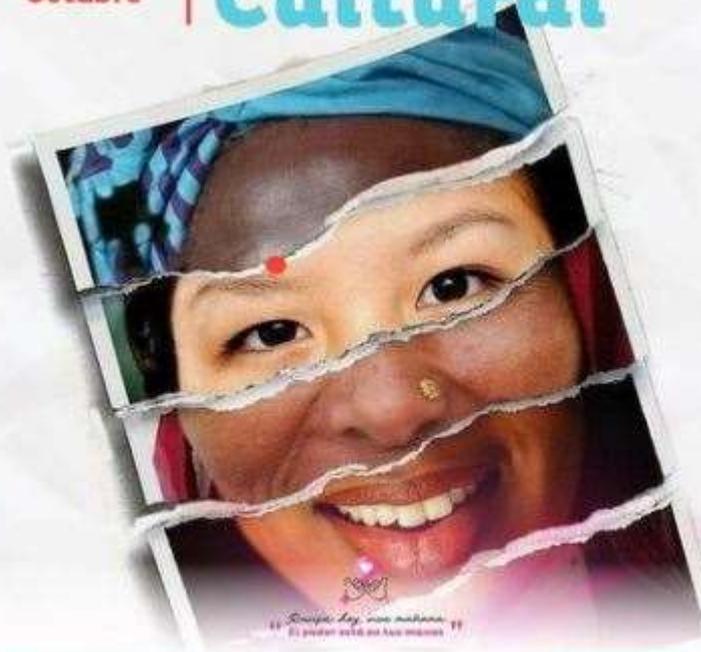
Este día promueve la reflexión histórica, el diálogo intercultural y el reconocimiento y respeto por los pueblos originarios.



¡Síguenos!     

**12**  
Octubre

Día del respeto por la  
**Diversidad Cultural**



*Respeto. Hoy, más mañana.*  
El poder está en tus manos



Este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosalIHSS #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC



## Cómo realizar el autoexamen de Cáncer de Mama

El Autoexamen de las mamas se debe realizar de manera regular una vez al mes, para acostumbrarse a sentir sus senos, esto le ayudará a identificar cambios en el tejido mamario; y acudir a consulta médica si encuentra algo nuevo o diferente.



1

Busque enrojecimientos, bultos o hundimientos en tus senos



2

Revisa que ambos senos estén al mismo nivel.



3

Repita estos pasos, pero con los dos brazos arriba.



4

Toque los senos con tres dedos en forma circular



5

Repita los pasos anteriores pero ahora acostada.



6

Prestone cada pezón, para revisar que no saie ningún líquido.



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

12 de octubre a las 7:12

¡Póngase al día con la Amnistía!

#IHSS #SeguridadSocial #Honduras #AmnistíaIHSS #IVM #SaludIHSS #RPIHSS



## ¿Cómo aplicar a la Amnistía?



¡Póngase al día con la Amnistía!



El Patrono debe **presentarse a las Oficinas Administrativas del IHSS** a nivel nacional para conocer los valores adeudados, y cancelar mediante:

- Pago de contado.
- Suscripción de convenio de pago.



FORMATO PA-01  
Solicitud de Amnistía

El presente formulario debe ser llenado por el Patrono y presentado en las Oficinas Administrativas del IHSS.

1. Datos del Patrono

2. Datos del Trabajador

3. Datos del Convenio de Pago

4. Declaración del Patrono

## Amnistía

El Patrono debe presentarse a las Oficinas Administrativas del IHSS

Atendemos sus dudas y consultas

PBX +504 2263-4621





Te recordamos que estamos atendiendo en fin de semana en la Clínica Periférica N.1 del Barrio Abajo Tegucigalpa.



# Horario de atención Fin de Semana

## Barrio abajo Clínica Periférica N°1 Consulta Externa

- Ginecología
- Farmacia  De 7:00 A.M a 7:00 P.M
- Pediatría
- Medicina General
- Inyecciones y curaciones

### Afiliación (Sábado y Domingo)

 De 7:00 A.M a 3:00 P.M

### Vacunas

 De 7:00 A.M a 2:00 P.M

### Laboratorio

Se Realizan:

- Hemograma  De 7:00 A.M a 4:00 P.M
- Orina
- Heces
- Prueba de Covid
- Prueba de Embarazo

## Hopital de Especialidades de la Granja (Sábado)

### Farmacia

 De 7:00 A.M a 1:00 P.M

### Afiliación (Sábado y Domingo)

 De 7:00 A.M a 3:00 P.M

## Hopital Regional del Norte S.P.S (Sábado)

### Farmacia

 De 7:00 A.M a 1:00 P.M



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 19:48 · 🌐



El Régimen de Invalidez, Vejez y Muerte (IVM) del IHSS avisa a sus Jubilados y Pensionados que a partir del lunes 14 de octubre, ya estará disponible el pago de este mes.

#IHSS #Honduras #SeguridadSocial #IHSSinforma #IVM



## AVISO

El Régimen de Invalidez, Vejez y Muerte (IVM) del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS) avisa a todos sus jubilados y pensionados que a partir del **día lunes 14 de octubre de 2024** está disponible el pago de pensiones de este mes a través de Banco de Occidente.

Deseamos que este año sea rico en gracia y benevolencia para todos Ustedes.

### RECUERDE

- Utilice mascarilla
- Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón
- Utilice gel a base de alcohol al 70%
- Mantenga la distancia física, al menos 1.5 metros



Tegucigalpa, M.D.C., 11 de octubre de 2024

**INSTITUTO HONDUREÑO DE SEGURIDAD SOCIAL**

@IHSS-honduras

www.ihss.hn



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 18:45 · 🌐

...

La Subgerencia de Recursos Humanos del Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS) continúa su compromiso con el desarrollo profesional de su personal, en esta ocasión, 33 empleados de diversas áreas participaron en una capacitación sobre "Liderazgo y Resiliencia", organizada en colaboración con la Cámara de Comercio e Industrias de Tegucigalpa.

Esta jornada que tuvo lugar de manera presencial y se extendió por 8 horas, se realizó con el objetivo de fortalecer las comp... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 18:07 · 🌐

...

Este día se llevó a cabo el Taller de Intercambio de "Buenas Prácticas en Comunicación de Riesgos y Participación Comunitaria", coordinado por la Secretaría de Salud y Population Services International (PSI).

Durante la jornada se contó con la participación de representantes del IHSS, COPECO, AMHON e ICF, varios organismos de sociedad civil así como voluntarios de varias mesas intersectoriales de Tegucigalpa, con el objetivo de desarrollar propuestas que permitirán abordar ... [Ver más](#)





**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

11 de octubre a las 15:12 · 🌐

...

El Instituto Hondureño de Seguridad Social (IHSS) ha entregado un merecido reconocimiento a los colaboradores Wilson Javier Moreno y Josept Esau Ochoa Ochoa, quienes, a través de su talento, han destacado como dignos representantes de nuestro país. Su compromiso y excelencia, tanto en sus áreas de trabajo como en su contribución al arte, han enaltecido el nombre del Instituto y de Honduras.

En esta ocasión especial estuvieron presentes la Ing. Karla Zelaya, Subgerente de Rec... Ver más





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 14:15 · 🌐



Vida Saludable: "El impacto de las emociones en la salud cardiovascular"

El Hospital de Especialidades continúa realizando el Programa de Estilos de Vida Saludable y en esta ocasión con la participación del Doctor Gustavo Adolfo Moncada, cardiólogo.

El especialista abordó el tema acerca de algunos factores de riesgo para desarrollar enfermedades del corazón, pueden incluir: edad, sexo, antecedentes familiares, el tabaquismo, la mala alimentación. ... [Ver más](#)





**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

11 de octubre a las 12:19 · 🌐



El Régimen de Enfermedad- Maternidad solicita su apoyo en la siguiente encuesta de satisfacción de los servicios de salud que se brindan en las clínicas y hospitales propios del Seguro Social a nivel nacional, con el propósito de mejorar las calidad de los mismos.

Favor, ingrese al siguiente enlace: <https://forms.gle/fH6awKuEP1nwo1aXA>

#IHSS #PAISFC #Honduras #SaludIHSS #SeguridadSocial

### Encuesta de Satisfacción de Usuarios del Régimen de Enfermedad-Maternidad

Esta encuesta tiene como propósito de mejorar la atención en las Unidades de Salud propias del IHSS a nivel nacional.



This content is neither created nor endorsed by Google. Report Abuse - Terms of Service - Privacy Policy



DOCS.GOOGLE.COM

#### Encuesta de Satisfacción de Usuarios del Régimen de Enfermedad-Maternidad

Esta encuesta tiene como propósito de mejorar la atención en las Unidades de Salud propias del IHS...



**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

11 de octubre a las 12:17 · 🌐



Las oficinas del IHSS a nivel nacional pueden orientar a su empresa con su solicitud de amnistía, o puede llamar al 2263-4621 opción 6.

#IHSS #Honduras #AmnistialHSS



YOUTUBE.COM

#### Ponte al día con la Amnistía-

Las oficinas del IHSS a nivel nacional pueden orientar a su empresa con su solicitud de amnistía, o puede llamar al 2263-4621#IHSS #Honduras #AmnistialHSS



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 10:31 · 🌐



👏 | Con el importante apoyo de la Profesora Claudia Paz, interprete en Comunicación LESHO, este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

#ihss #honduras #seguridadesocial #saludiHSS #mesrosalHSS 🌸



YOUTUBE.COM

¿Cómo realizarse un autoexamen de mamas?

👏 | Con el importante apoyo de la Profesora Claudia Paz, Interprete en Comunicación LESHO, esta s...



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 8:47

Este mes en el IHSS se realizan muchas actividades preventivas contra el cáncer de mama, por lo que invitamos a la población, especialmente a los trabajadores de salud, para que se conecten a un Foro educativo.

Se le ha invitado a Foro Educativo CÁNCER DE MAMÁ

martes 15 de octubre de 2024

8:00 a. m. - 12:00 p. m. (GMT-6)

[h... Ver más](#)

**FORO EDUCATIVO**  
*Cáncer de Mama*

*“ Revisa hoy, vive mañana. ”*  
**El poder está en tus manos**

**Fecha:** Martes **15 oct.**

**Hora:** 8:00 A.M.

**Lugar:** Salón del SITRAIHSS o Microsoft Teams



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

11 de octubre a las 6:04 · 🌐



Señor Patrono: aproveche la Amnistía del IHSS, así se beneficia su empresa, sus colaboradores y familias, y a Honduras.

#IHSS #AmnistiaIHSS #Honduras #SeguridadSocial #IHSSinforma #SaludIHSS #VM #RPIHSS

**IHSS**

**¿Qué hace cuando un empleado tiene un accidente y no tiene Seguro Social?**

Muchas veces la persona accidentada requiere atención inmediata para salvar su vida...

**¡Póngase al día en la Amnistía!**

Al estar al día en el **Seguro Social** tiene acceso a las áreas de Emergencias y otros servicios de salud, que pueden hacer la diferencia en situaciones críticas.

**2263-4621**



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 16:40 · 🌐

...

📌 | Este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama, por lo que es necesario conocer los signos de alarma.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosalIHSS 🌸 #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 16:20 · 🌐

...

En este Día Mundial de la Salud Mental, y todos los días, es fundamental recordar que no hay salud sin salud mental. Es crucial comprometerse a crear y mantener entornos de trabajo seguros y saludables donde las personas puedan prosperar.

#IHSS #PAISFC #SeguridadSocial #SaludIHSS #Honduras



10 de octubre



## Día Mundial de la Salud Mental

*"Es tiempo de priorizar la salud mental en el lugar de trabajo"*



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



siguenos |





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 15:25 - 🌐

...

La salud mental es el estado de equilibrio que debe existir entre las personas y el entorno socio-cultural que los rodea, incluye el bienestar emocional, psíquico y social e influye en cómo piensa, siente, actúa y reacciona una persona ante momentos de estrés.



¡Síguenos! 🔔📧📺📱📺📱

**10**  
Octubre

Día Mundial de la  
**Salud Mental**



*Siempre hay una solución*  
El poder está en tus manos



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 15:01 · 🌐



### Día Mundial de la Salud Mental: La Importancia del Bienestar Emocional

En el marco del Día Mundial de la Salud Mental, la Licenciada Aminta Paz, psicóloga del Hospital Regional del Norte del IHSS, ofrece reflexiones cruciales sobre la relevancia de cuidar nuestra salud mental.

Esta condición se define como un estado de bienestar emocional, psicológico y social que influye en la forma en que pensamos, sentimos y actuamos ante los acontecimientos de la vida... [Ver más](#)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 13:01 · 🌐



Señor Patrono: aproveche la Amnistía del IHSS, así se beneficia su empresa, sus colaboradores y familias, y a Honduras.

[#IHSS](#) [#AmnistiaIHSS](#) [#Honduras](#) [#SeguridadSocial](#) [#IHSSinforma](#) [#SaludIHSS](#) [#IVM](#) [#RPIHSS](#)



### ¿Qué hace cuando un empleado tiene una situación crítica y no tiene Seguro Social?

Muchas veces la persona requiere atención inmediata para salvar su vida...



### ¡Póngase al día con la Amnistía!

Al estar al día en el Seguro Social tiene acceso a las áreas de Emergencias y otros servicios de salud que pueden hacer la diferencia en situaciones críticas.

¡Póngase al día con el Seguro Social!



Atención al Cliente y Emergencias  
**2263-4621**



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 9:57



Señor Patrono: aproveche la Amnistía del IHSS, así se beneficia su empresa, sus colaboradores y familias, y a Honduras.

#IHSS #AmnistiaIHSS #Honduras #SeguridadSocial #IHSSinforma #SaludIHSS #IVM #RPIHSS

**¡Póngase al día con la Amnistía!**  
Al estar al día en el Seguro Social mejorará la productividad de su empresa porque tendrán acceso a todos los servicios preventivos.  
2263-4621

**¿Qué hace cuando se enferma un empleado y no tiene Seguro Social?**  
La mayoría de veces, los costos de atenciones médicas privadas pueden ser muy altos... e impactar negativamente en la productividad de su empresa.



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

10 de octubre a las 7:24



<https://youtu.be/o0lQR5IRIU4?si=M6rK3j0JxfAqbCb>

Con el importante apoyo de la Licenciada Julia Amanda Jaime, Interprete Garífuna, este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#... Ver más



¡Síguenos!

## ¡Hablemos de Cáncer de Mama!

Lic. Julia Amanda Jaime  
Audio: Garífuna



YOUTUBE.COM

Importancia del Autoexamen de mamas, audio garífuna

Con el importante apoyo de la Licenciada Julia Amanda Jaime, Interprete Garífuna, esta semana ...



¡Póngase al día con la Amnistía!

#IHSS #SeguridadSocial #Honduras #AmnistíaIHSS #IVM #SaludIHSS #RPIHSS



## ¡Póngase al día con la **Amnistía!**

**No Pago de Recargos, Multas e Intereses**



## ¿Qué es **Amnistía?**

Es la dispensación del pago de multas, recargos e intereses impuestos por falta de pago de los Patrones al Instituto Hondureño de Seguridad Social de los aportes a que están obligados los patrones del sector público y privado; a cambio de realizar el pago de la deuda principal en forma legal e documentar y garantizar el adeudo, al amparo de la emisión y urgencia de un Decreto aprobado por el Poder Legislativo.



### Beneficiarios Directos del Decreto de Amnistía

Los patrones del sector público o privado que presentan mora por falta de pago de los aportes patronales y de trabajadores al IHSS, que no tengan planes o compromisos de pago vigentes derivado de procesos anteriores de amnistía.



### Beneficiarios Indirectos del Decreto de Amnistía

Los trabajadores de los patrones obligados del sector público y privado, a quienes se les restablece el acceso a los servicios de salud y protección social.

## **Amnistía**

**No Pago de Recargos, Multas e Intereses**

Atendemos sus dudas  
y consultas

**PBX 2263-4621**





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

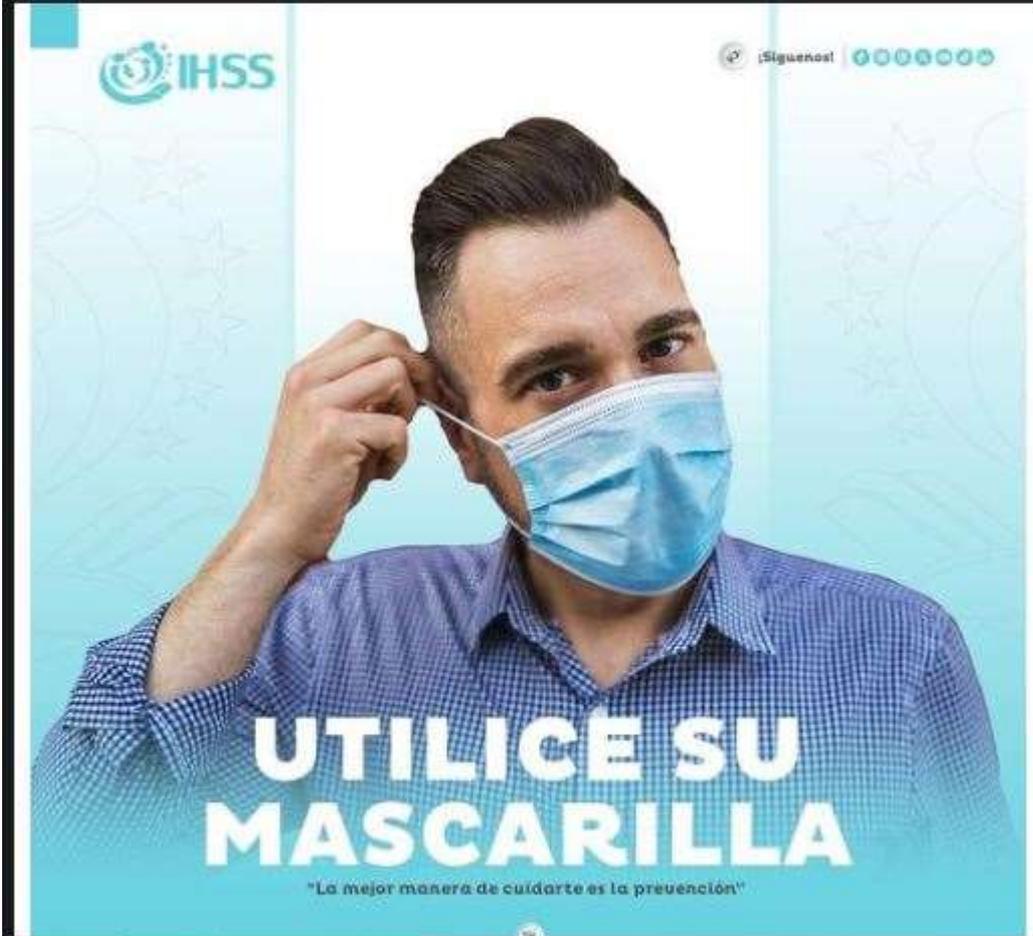
10 de octubre a las 6:09 · 🌐



👤 | Hábitos saludables de rutina

Los centros para el control y la prevención de enfermedades, recomiendan a las personas de alto riesgo que utilicen una mascarilla que les brinde la mayor protección posible.

#IHSS #PAISFC #SaludIHSS #Honduras #SeguridadSocial





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 19:26



La Amnistía del IHSS está vigente... su empresa puede tener acceso a esta opción de pago de cuotas atrasadas sin recargos, multas o intereses.

¡Llame ya!

#IHSS #IHSSinforma #SeguridadSocial #Honduras #AmnistiaIHSS



¡Póngase al día  
con la **Amnistía!**

No Pago de Recargos, Multas e Intereses



Si realiza el pago de todas sus planillas vencidas directamente a través de los siguientes bancos: ATLANTIDA, BAC, BANPAIS, FICOHSA, LAFISE, OCCIDENTE, PROMERICA, aplica automáticamente al descargo de los recargos y de las multas que se hayan generado.

¡Recuerde que con sus pagos al día, se habilitan los servicios de atención a la salud de sus empleados y sus trámites administrativos!



¡NO OLVIDE!

Su planilla se genera entre los días 9 y 15 de cada mes, la que se remite al correo electrónico que usted tiene registrado en nuestro sistema y debe realizar el pago antes de la fecha máxima de vencimiento, para evitar que se generen recargos y multas de acuerdo a la Ley del Seguro Social y su Reglamento.



**Amnistía**

No Pago de Recargos, Multas e Intereses



Atendemos sus dudas  
y consultas

PBX +504 **2263-4621**





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 17:37 · 🌐

...

📌 | Este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosalHSS 🌸 #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC



## Cómo realizar el autoexamen de *Cáncer de Mama*

El Autoexamen de las mamas se debe realizar de manera regular una vez al mes, para acostumbrarse a sentir sus senos, esto le ayudará a identificar cambios en el tejido mamario; y acudir a consulta médica si encuentra algo nuevo o diferente.



**1** Busque enrojecimientos, bultos o hundimientos en tus senos



**2** Revise que ambos senos estén al mismo nivel.



**3** Repita estos pasos, pero con los dos brazos arriba.



**4** Toque los senos con tres dedos en forma circular



**5** Repita los pasos anteriores pero ahora



**6** Prestone cada pezón.



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 14:01 · 🌐

...

👉 | Hábitos saludables de rutina

1. Mójate las manos con agua limpia y corriente, ya sea tibia o fría.
2. Aplica bien el jabón y haz espuma.
3. Frótate las manos vigorosamente durante al menos 20 segundos. ... Ver más





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 12:58 · 🌐



✂️ | Ante el dengue no bajas la guardia.

Erradicar el virus está en nuestras manos. 🙌

#IHSS #IHSSinforma #Honduras #SeguridadSocial #SaludIHSS #PAISFC #Todoscontraeldengue #EliminemosLosCriaderos #SinDengue



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 11:53 · 🌐



El IHSS tiene vigente el proceso de amnistía este 2024, beneficiando a muchas empresas a nivel nacional; pero sobre todo con el propósito de darle seguridad social a los trabajadores de Honduras.

#IHSS #Honduras #SeguridadSocial #AmnistiaIHSS



YOUTUBE.COM

**Amnistía, ante una emergencia**

El IHSS tiene vigencia el proceso de amnistía este 2024, beneficiando a muchas empresas a nivel nacional; pero sobre todo con el propósito de darle seguridad...





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 11:05 · 🌐



El Régimen de Invalidez, Vejez y Muerte del IHSS solicita su apoyo en la siguiente encuesta de satisfacción, de conformidad a los lineamientos establecidos por la Comisión Nacional de Bancos y Seguros.

#IHSS #Honduras #IVM #SeguridadSocial



DOCS.GOOGLE.COM

ENCUESTA DE SATISFACCION DE USUARIOS FINANCIEROS DEL IHSS

Enviar mensaje



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 9:18 · 🌐



El Régimen de Enfermedad-Maternidad solicita su apoyo en la siguiente encuesta de satisfacción de los servicios de salud que se brindan en las clínicas y hospitales propios del Seguro Social a nivel nacional, con el propósito de mejorar la calidad de los mismos.

Favor, ingrese al siguiente enlace: <https://forms.gle/FH6awKuEP1nwo1aXA>

#IHSS #PAISFC #Honduras #SaludIHSS #SeguridadSocial



DOCS.GOOGLE.COM

Encuesta de Satisfacción de Usuarios del Régimen de Enfermedad-Maternidad

Esta encuesta tiene como propósito de mejorar la atención en las Unidades de Salud propias del IHS...



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

9 de octubre a las 8:45 · 🌐

...

🎧 | Con el importante apoyo de Alexandra Rodríguez Yackuarel, Interprete Misquita, este mes queremos resaltar la importancia del autoexamen de mamas, como una acción preventiva contra el cáncer de mama.

"Revisa hoy, vive mañana. El poder está en tus manos."

#IHSS #Honduras #MesRosalHSS 🇸🇻 #SeguridadSocial #orgulloIHSS #SaludIHSS #PAISFC



¡Síguenos!



## ¡Hablemos de Cáncer de Mama!



Alexandra Rodríguez Yackuarel

Audio: Misquita mairin



YOUTUBE.COM

**Importancia del autoexamen de mamas, audio en misquito**

🎧 | Con el importante apoyo de Alexandra Rodríguez Yackuarel, Interprete Misquita, esta semana qu...



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

8 de octubre a las 16:23 · 🌐



En el mes que se celebra el Día de los Adultos Mayores, hoy se realizaron varias actividades en el Centro Especializado de Atención Integral al Adulto Mayor (CEAIAM), con la participación de los grupos de gimnasia psicofísica, coro, grupo de danza y baile de dicho centro, quienes deleitaron a los presentes y le robaron una sonrisa que los llena de vida y esperanzas, compartiendo con ellos un pequeño convivio. Porque ser Adulto Mayor no es sinónimo de abandono, es más hay que... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

8 de octubre a las 15:59 · 🌐

...

La Máster, Kelis Turcios, jefa de quirófano del Hospital Regional del Norte, representó al IHSS en el XII Congreso Chileno e Internacional de Quemaduras, celebrado recientemente en Santiago de Chile, donde fueron seleccionados y presentados numerosos trabajos científicos sobre el manejo de quemaduras.

Durante el congreso, en el que participaron alrededor de 15 países, se incluyó a Honduras con la presentación del caso clínico del Hospital Regional del Norte, con la con... [Ver más](#)





El podólogo/a es el profesional sanitario universitario con los conocimientos, habilidades y aptitudes para realizar las actividades dirigidas a la prevención, al diagnóstico y tratamiento de las afecciones y deformidades de los pies, mediante procedimientos terapéuticos podológicos. Actúa de forma autónoma o dentro de un entorno pluri o multidisciplinar, con una identidad bien definida.



🌐 Español 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔 🔔

# 08 | Día Mundial del Podólogo

Octubre



  
"Darse a los otros."  
El poder está en las manos



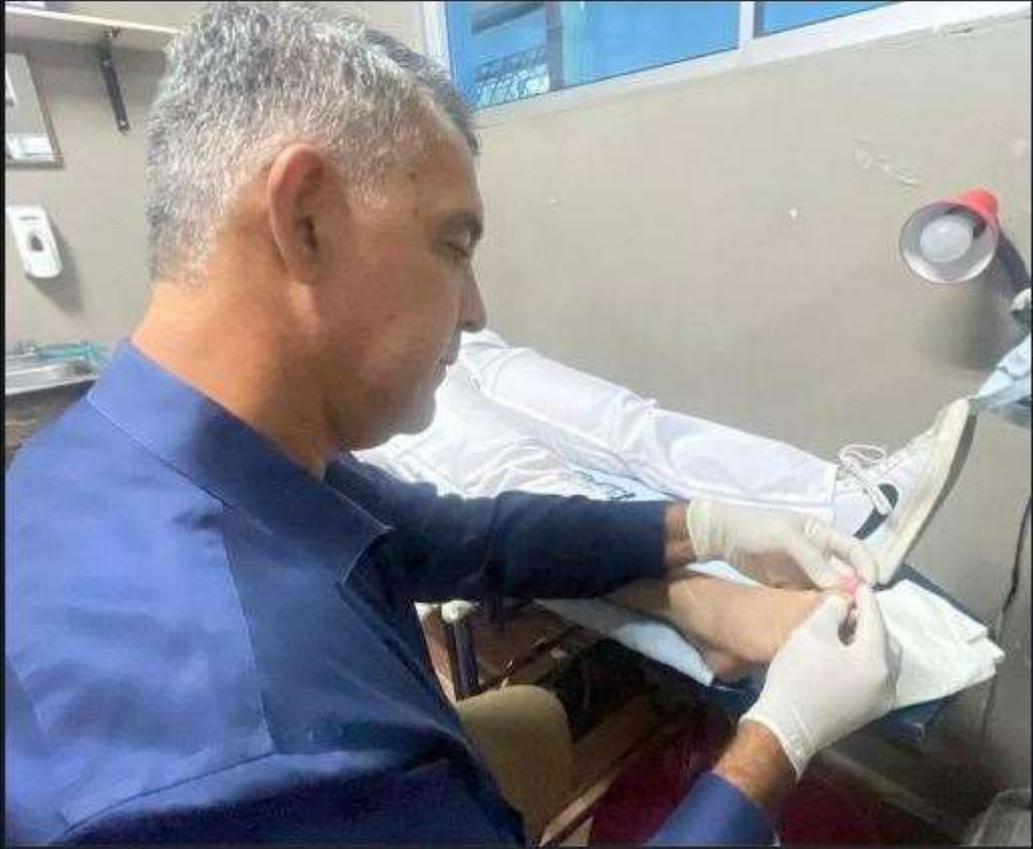
IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

8 de octubre a las 15:32 · 🌐



Hoy, 8 de octubre, se conmemora el Día Internacional de la Podología, una fecha que destaca la importancia de esta especialidad médica dedicada al estudio, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades de los pies.

En el Hospital Regional del Norte, la unidad Cardio-Metabólica ofrece este importante servicio a nuestros afiliados, donde el Dr. Jesús Dagoberto Perdomo Chávez, médico podiatra les brinda atención especializada en el cuidado del pie, especialmente del pie diabét... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

8 de octubre a las 13:34 · 🌐

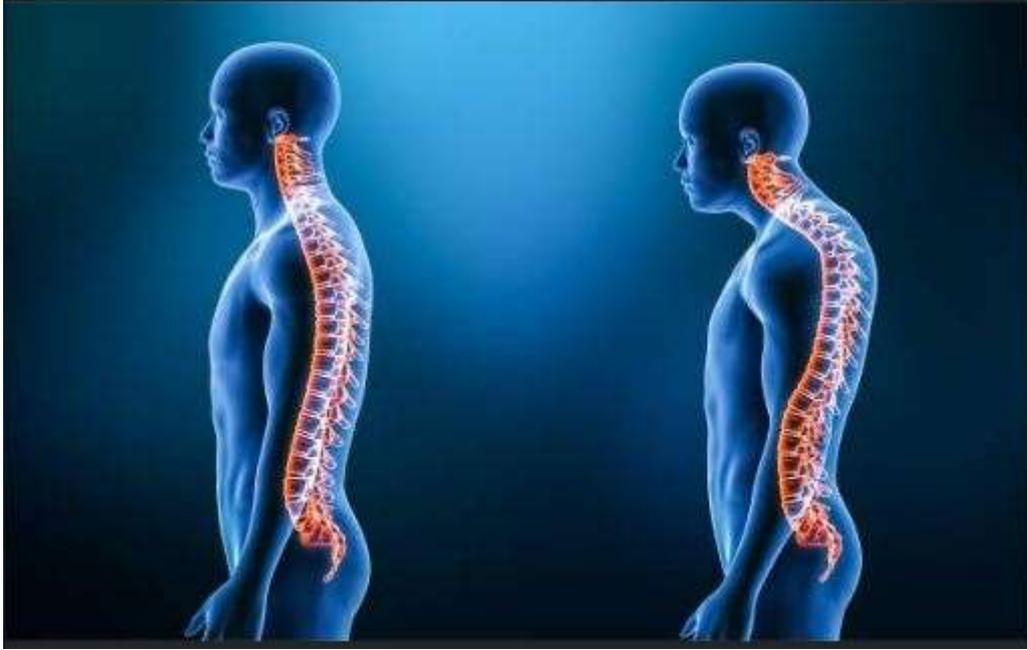


¿Qué es la cifosis?

Es una curvatura anormal de la columna vertebral. Es más común en las mujeres de edad avanzada y suele tener relación con la osteoporosis.

Algunas personas padecen dolor de espalda y rigidez. No presentan síntomas, salvo por una exagerada curvatura hacia adelante de la espalda. Sin embargo, la cifosis grave puede causar dolor y deformación.

... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

8 de octubre a las 11:53 · 🌐



Hoy se conmemora el Día Internacional de la Podología

La Licenciatura en Podología es la carrera que forma profesionales de alto nivel, con conocimientos científicos y multidisciplinarios, con habilidades para evaluar, prevenir, diagnosticar, y tratar desde el punto de vista médico, quirúrgico y de rehabilitación las afecciones y deformidades del pie. El origen etimológico de este término proviene del griego "podos" (pie) y "logos" (estudio).

El podólogo, es el médico que ... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

8 de octubre a las 8:31 · 🌐

...

Hoy es el Día Internacional de la Podología. La podología es una rama de la medicina que se encarga del estudio, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades de los pies, aplicando diversas técnicas terapéuticas.

Frecuentemente, los podólogos trabajan en colaboración con otros profesionales de la salud, como médicos de atención primaria, endocrinólogos, y fisioterapeutas, para tratar a pacientes con condiciones que requieren un enfoque interdisciplinario. Esto es especialme... [Ver más](#)





**IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social**

7 de octubre a las 10:56



La neuralgia del trigémino, también llamada tic doloroso, es una afección de dolor crónico que afecta el nervio trigémino. Este nervio es responsable de la sensación en la cara, incluida la boca.

El nervio trigémino se encarga de transportar la sensación que percibe el rostro al cerebro.

Este dolor facial puede variar de moderado a intenso y suele producirse al masticar, hablar o cepillarse los dientes; es más común en las mujeres mayores de cincuenta años... Ver más



siguenos |

07 de octubre

## Día Internacional de la Neuralgia Trigeminal



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



Esperamos que hayas disfrutado estas vacaciones, te deseamos un regreso seguro.

#SeguroSocialSiempre

**IHSS Seguro 24/7**

*En estas vacaciones*

**Para un regreso seguro de unas vacaciones**  
Debes tomar en cuenta las siguientes recomendaciones.

- ✓ Revisa **el vehículo** antes de salir para **verificar** que todo esté bien.
- ✓ Trata de **descansar** lo suficiente para así evitar el **agotamiento** mientras manejas.

**IHSS Seguro 24/7**

Planificar **el trayecto**. Los lugares para realizar tu **descanso con** seguridad.

Coloca **correctamente** el equipaje. Recuerda que no deben **haber objetos** sueltos.

Si es necesario, deja **preparado** el GPS antes de iniciar la marcha y por supuesto, **no lo manipules** durante la conducción **ni utilices el** teléfono móvil.

- ✓ Ten siempre un **botiquín de primeros auxilios** por cualquier eventualidad.
- ✓ No ingerir bebidas **alcohólicas**.



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

6 de octubre a las 9:41 · 🌐



La parálisis facial periférica, conocida por muchas personas como "derrame facial", es una condición que hace que los músculos de un lado de la cara dejen de funcionar de repente. Esto ocurre porque el nervio que controla los movimientos de la cara se inflama o se daña, generalmente por una infección viral.

La persona siente que se le "desvía" la cara, le cuesta sonreír o cerrar el ojo del lado afectado, y puede tener problemas para hablar o comer.

También es común que la... [Ver más](#)



¡Síguenos!

**6**  
Octubre

Día Mundial de la  
**Parálisis**  
**Cerebral**



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

5 de octubre a las 11:00 · 🌐



Nuestra Honduras es hermosa, visítala...

El IHSS te desea una Semana Morazánica segura...¡Recuerda que tu bienestar es lo más importante!

#SeguroSocialSiempre



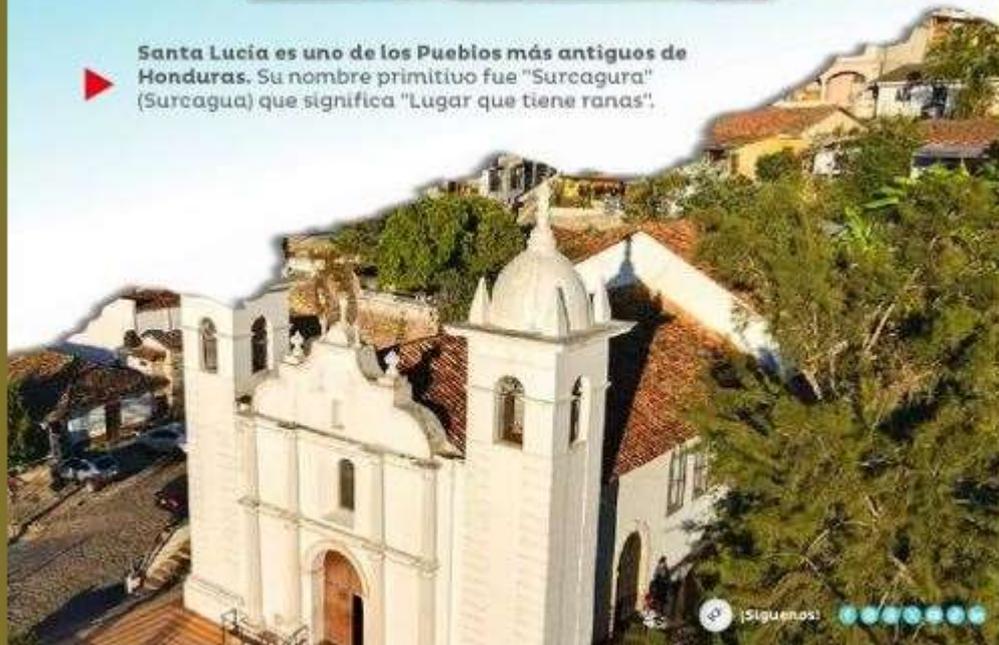
#SeguroSocialSiempre

Santa Lucía

Seguro 24/7



Santa Lucía es uno de los Pueblos más antiguos de Honduras. Su nombre primitivo fue "Surcagura" (Surcagua) que significa "Lugar que tiene ranas".



Síguenos!





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

5 de octubre a las 10:03 · 🌐



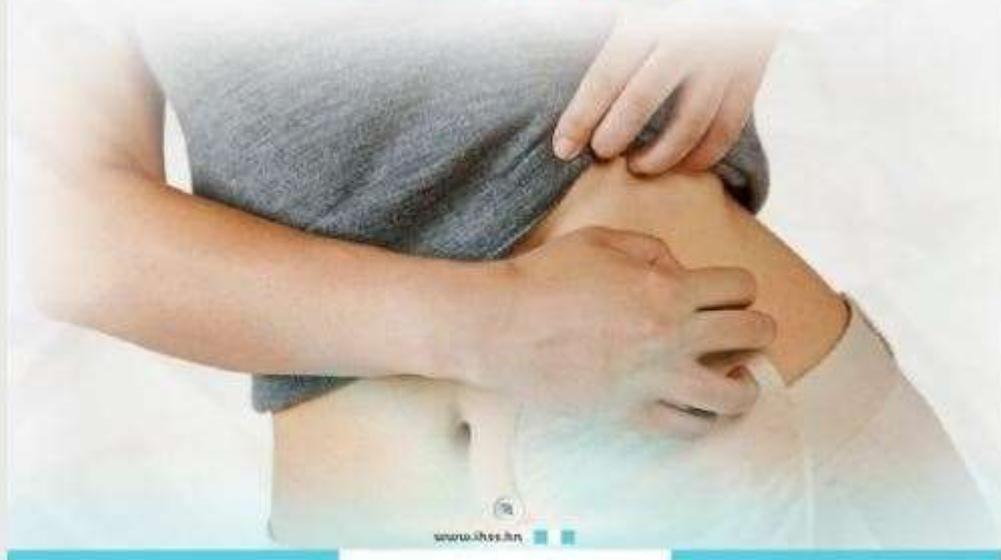
Un paciente ostomizado es aquel que ha sufrido una ostomía, operación en la que se practica un orificio en el abdomen para sacar fuera el tubo digestivo o urinario, y que permite el paso de los desechos a esos envases, conocidos como bolsas recolectoras.



¡Síguenos!    

**5**  
Octubre

# Día Mundial del Paciente Ostomizado



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)  



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

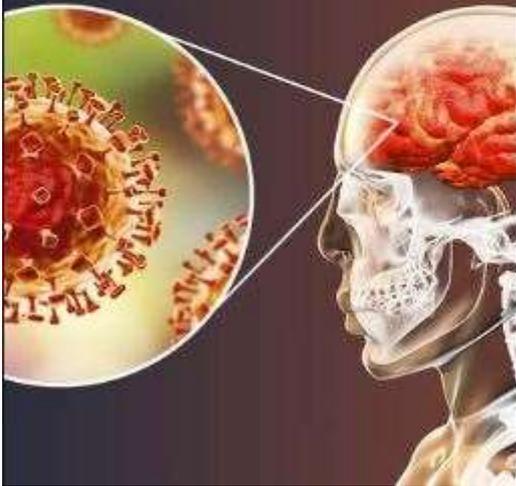
5 de octubre a las 9:30 · 🌐



La meningitis es una inflamación de las meninges, que son las membranas que recubren y protegen el cerebro y la médula espinal.

Esta inflamación puede ser causada por infecciones, ya sean bacterianas y virales.

Causas:... [Ver más](#)





Esperamos que hayas disfrutado estas vacaciones, te deseamos un regreso seguro.

#SeguroSocialSiempre

**En estas vacaciones**

**Para un regreso seguro de unas vacaciones**  
Debe tomar en cuenta algunas recomendaciones.

- ✓ Revisa **el vehículo** antes de salir para **verificar** que todo esté bien.
- ✓ Trata de **descansar** lo suficiente para así evitar el **agotamiento** mientras manejas.

**Planificar el trayecto.** Los lugares para realizar tu **descanso con** seguridad.

Coloca **correctamente** el equipaje. Recuerda que no deben **haber objetos** sueltos.

Si es necesario, deja **preparado** el GPS antes de iniciar la marcha y por supuesto, no lo manipules durante la conducción. **No utilices** el teléfono móvil.

- ✓ Ten siempre un **botiquín de primeros auxilios** por cualquier eventualidad.
- ✓ No ingerir bebidas **acondicas**.



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

5 de octubre · 🌐



La meningitis es la infección e inflamación del líquido y de las membranas que rodean el cerebro y la médula espinal. Estas membranas se denominan meninges.



¡Síguenos! 🔔🔔🔔🔔🔔🔔

**5**  
Octubre

Día Mundial de la  
**Meningitis**



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



Te recordamos como cada viernes que el fin de semana, la Clínica Periférica No.1 del Barrio Abajo en Tegucigalpa, está atendiendo consulta externa, pediatría, vacunas, farmacia y laboratorio. También puedes afiliarte en un horario que abajo lo indicamos

La atención es para todos los derechohabientes que están afiliados en las diferentes periféricas de la ciudad capital.



# Horario de atención Fin de Semana

Barrio abajo  
Clínica Periférica N°1

## Consulta Externa

- Ginecología
- Farmacia
- Pediatría
- Medicina General
- Inyecciones y curaciones



De 7:00 A.M  
a 7:00 P.M

## Vacunas



De 7:00 A.M  
a 3:00 P.M

## Farmacia

Se Realizan:

- Hemograma
- Orina
- Heces
- Prueba de Covid
- Prueba de Embarazo



De 7:00 A.M  
a 4:00 P.M



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

4 de octubre · 🌐



Nuestra Honduras es hermosa, visítala...

El IHSS te desea una Semana Morazánica segura...¡Recuerda que tu bienestar es lo más importante!  
#SeguroSocialSiempre





Semana Morozánica  
**Seguro**  24  
07

*En estas vacaciones*

**Cuida** tu piel  
hoy para que  
no te  
**arrepientas**  
mañana.

#SeguroSocialSiempre



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

4 de octubre · 🌍



Sonreír es una de las respuestas instintivas que nos caracteriza como humanos, la expresión más notoria de la alegría y la felicidad. 😊



¡Síguenos! 🔗

**4**  
Octubre

Día Mundial de la  
**Sonrisa**



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

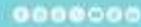
3 de octubre · 🌐



¿Sabías qué? 🤔



Síguenos!



## ¿Sabías qué?

Las personas que no duermen lo suficiente tienen mayor riesgo para obesidad, presión arterial alta, **ataque cardíaco**, diabetes y depresión.

*Incluir el agua en tu dieta diaria.*



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



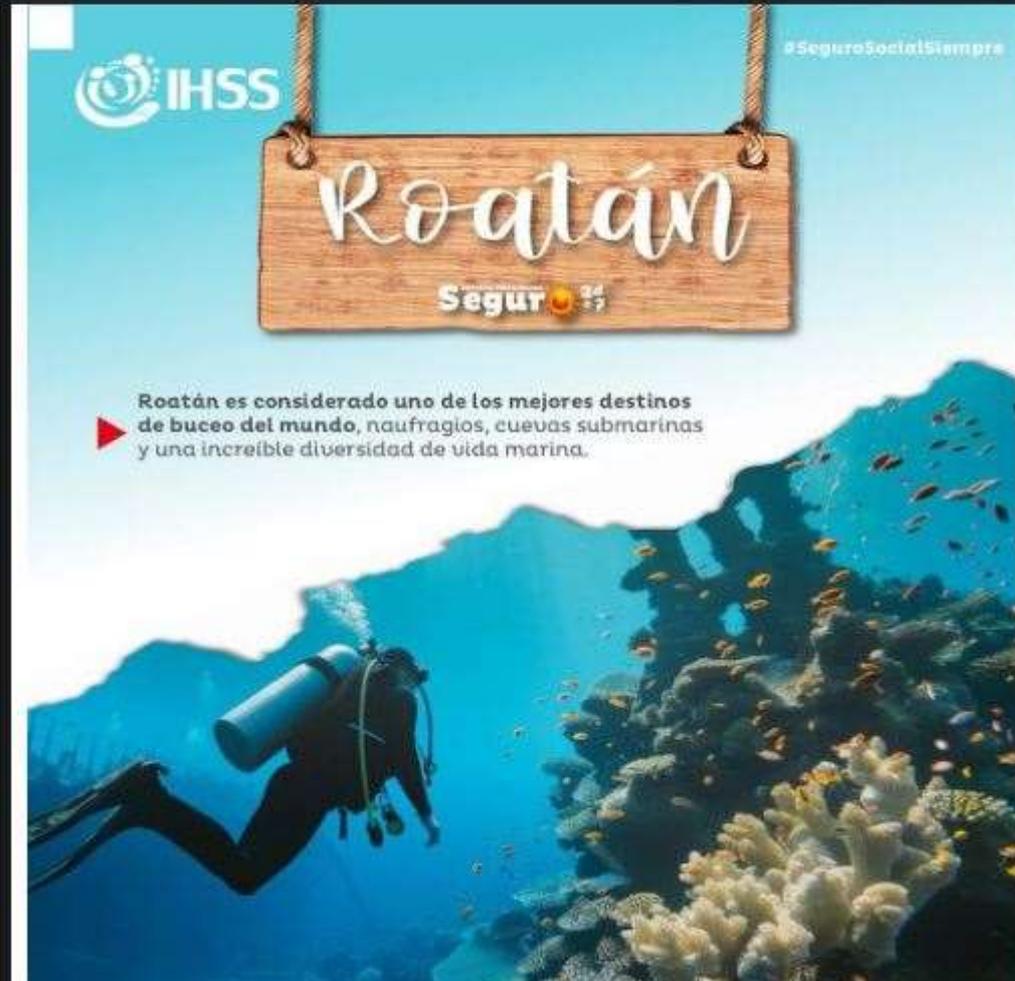
IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

3 de octubre · 🌐

Nuestra Honduras es hermosa, visítala...

El IHSS te desea una Semana Morazánica segura...¡Recuerda que tu bienestar es lo más importante!

#SeguroSocialSiempre





El IHSS te desea una Semana Morazánica segura...¡Recuerda que tu bienestar es lo más importante!



## Vacaciones Saludables

**1. Usar protección solar**  
30 minutos antes de exponerte al sol.



**2. Evita exponerte directamente al sol**  
entre las 10:00 a.m y 4:00 p.m.



Semana Morazánica  
**Seguro** 24/7



**3. Mantente hidratado**  
Toma entre 6 a 8 vasos con agua durante el día.



**4. Utiliza gorra y gafas**  
cuando estés al aire libre.

#SeguroSocialSiempre



*En estas vacaciones*  
**La belleza**  
**está**  
**en la piel.**

#SeguroSocialSiempre



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

3 de octubre · 🌐



Cada 03 de octubre se celebra el Día del Soldado para conmemorar la fecha del nacimiento del General José Francisco Morazán Quezada; destacando su espíritu revolucionario y su amor por Centroamérica.



03  
oct



RODOLFO MORALES  
SECRETARÍA DE FINANZAS

Conmemoración del nacimiento de  
**Francisco Morazán**  
¡Feliz día del Soldado!

[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

2 de octubre · 🌐

...

¿Sabías qué?! 🤔



¡Síguenos! 🔔📧📺📱

## ¿Sabías qué?

Si el estrés se vuelve abrumador, acude a un chequeo médico. El estrés continuado puede estar relacionado con afecciones mentales, como ansiedad y depresión. Estas afecciones también se relacionan con factores de riesgo para enfermedades cardíacas

Incluir el agua en tu dieta diaria.



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

2 de octubre · 🌐

...

Te deseamos una Semana Morazánica segura con tu familia

[#SeguroSocialSiempre](#)



Semana Morazánica  
**Segur**  24  
07

*En estas vacaciones*

Una **piel** sana  
es el mejor  
**accesorio.**

[#SeguroSocialSiempre](#)



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

2 de octubre · 🌐



La Policía Nacional de Tránsito te recomienda lo que debes tomar en cuenta en esta Semana Morazánica.



YOUTUBE.COM

Recomendaciones de la Policía Nacional de Tránsito en este feriado Morazánico





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

2 de octubre · 🌐

...

Celebramos este día por el aniversario del nacimiento Mahatma Gandhi, líder del movimiento de la Independencia de la India y pionero de la filosofía y la estrategia de la no violencia.



¡Síguenos!

**2**  
Octubre

Día Internacional de la  
**NO Violencia**



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

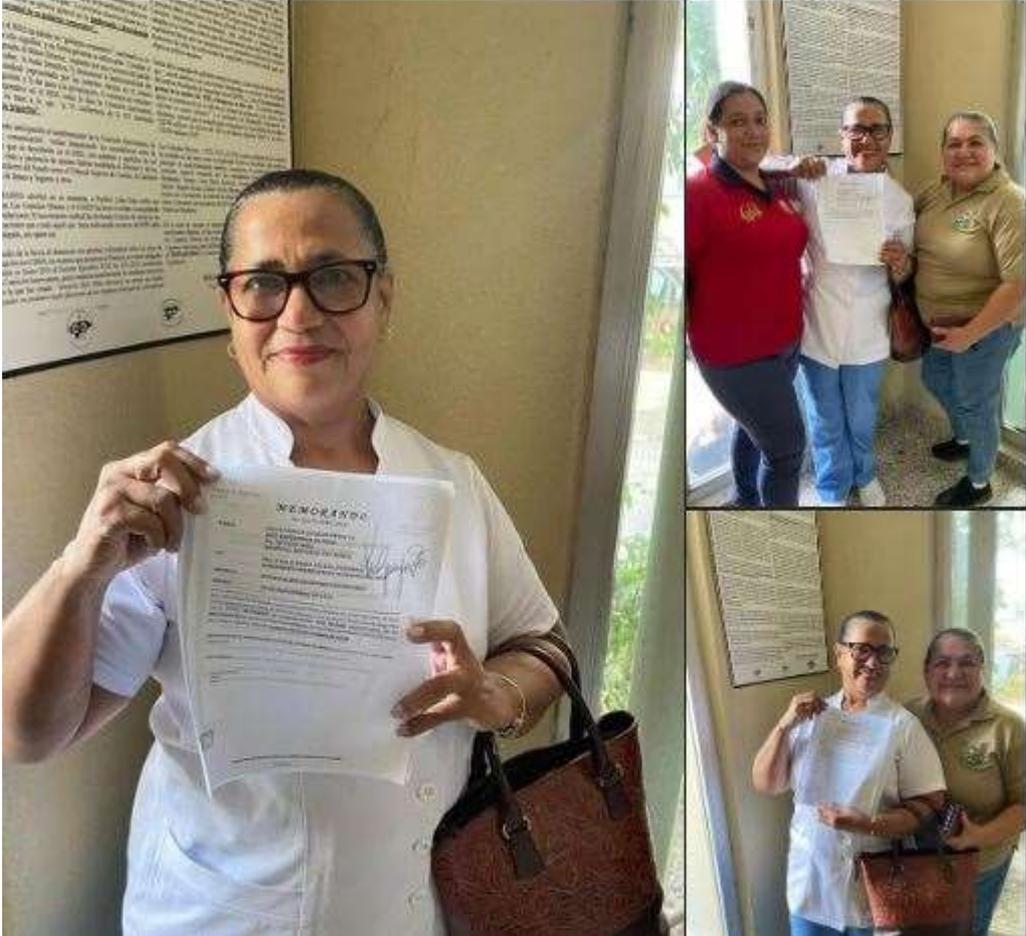
1 de octubre · 🌐



Hoy despedimos con mucho cariño y agradecimiento a la licenciada en enfermería Julia Jackson, quien, después de más de 30 años de entrega y compromiso, cierra su ciclo laboral en el Hospital Regional del Norte IHSS.

La Licenciada Julia ha sido no solo una empleada ejemplar, sino también una fuente de inspiración para todos los que hemos tenido el honor de trabajar a su lado.

A lo largo de estos años, nos ha enseñado que la enfermería va más allá del conocimiento técnico y ...  
[Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



Hoy es el Día Mundial de la Hepatitis C, una ocasión idónea para recordar el estigma que aún rodea a esta enfermedad.

La hepatitis C es una infección que, por lo general, cursa de forma asintomática hasta que los daños en el hígado comienzan a provocar síntomas, y eventualmente llegan a provocar cirrosis e incluso cáncer de hígado. De hecho, según la Organización Mundial de la Salud, hasta un 78% de los casos de cáncer primario de hígado y un 57% de los casos de cirrosis hep... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



¿Sabías qué? 🤔



Original · 🔒 🔒 🔒 🔒 🔒 🔒 🔒 🔒

## ¿Sabías qué?

El humo del cigarrillo **reduce el oxígeno en la sangre**, lo que eleva la presión arterial y la frecuencia cardíaca. Esto se debe a que el corazón tiene que **trabajar más** para suministrar suficiente oxígeno al cuerpo y al cerebro.

*Incluir el agua en tu dieta diaria.*



[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



**| PAGO DE SUBSIDIO O INCAPACIDAD AL 1 DE OCTUBRE DE 2024:**

- Régimen del Seguro de Atención de la Salud (EM: enfermedad común, accidente común y maternidad)
- Régimen del Seguro de Riesgos Profesionales (RP: accidente de trabajo y enfermedad profesional)



## Aviso

El Instituto Hondureño de Seguridad Social informa a sus derechohabientes que a partir de la fecha se habilitó el pago de subsidios para los dos regímenes: Atención de la Salud (EM) y Riesgos Profesionales (RP).

Regional	Planillas pagándose	
	Atención de la Salud	Riesgos Profesionales
Copán	42 - 2024	41 - 2024
SPS	42 - 2024	40 - 2024
Puerto Cortés	42 - 2024	41 - 2024
Olanchito	41 - 2024	30 - 2024
El Progreso	42 - 2024	41 - 2024
Tela	42 - 2024	41 - 2024
Tocoa	42 - 2024	36 - 2024
Villa Nueva	42 - 2024	41 - 2024
Choloma	42 - 2024	41 - 2024
Danlí	42 - 2024	41 - 2024
Choluteca	42 - 2024	41 - 2024
San Lorenzo	31 - 2024	29 - 2024
Siguatepeque	42 - 2024	41 - 2024
Comayagua	42 - 2024	41 - 2024
Juticalpa	42 - 2024	41 - 2024



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



Hoy se celebra el Día Internacional de las personas mayores y como siempre el Centro Especializado de Atención Integral al Adulto Mayor CEAIAM, realiza varias actividades a los pacientes que visitan dicho centro asistencial.

Quiénes le celebran por todo lo alto, en un bonito evento donde se realizó gimnasia psicofísica y la presentación de las candidatas y ganadoras de la señora independencia 2024 impartida por el licenciado Jaime López asimismo el grupo de baile catracho y ... Ver más



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



Si te estás preparando para viajar en estas fechas, no olvides estas recomendaciones.

[#segurosocialesiempre](#)



YOUTUBE.COM

Medidas de seguridad que debes tomar en cuenta en estas vacaciones de la Semana Morazánica.





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐

...

Esta es una enfermedad hereditaria poco frecuente en donde una persona no tiene una cantidad suficiente de una enzima llamada glucocerebrosidasa. Esto causa una acumulación de sustancias grasosas en el bazo, hígado, pulmones, huesos y, a veces, en el cerebro.



📍 Sigamos | 00000000

**01**  
Octubre

**Día Mundial de  
la Enfermedad  
de Gaucher**



  
Digno de ser tratado  
El poder está en tus manos



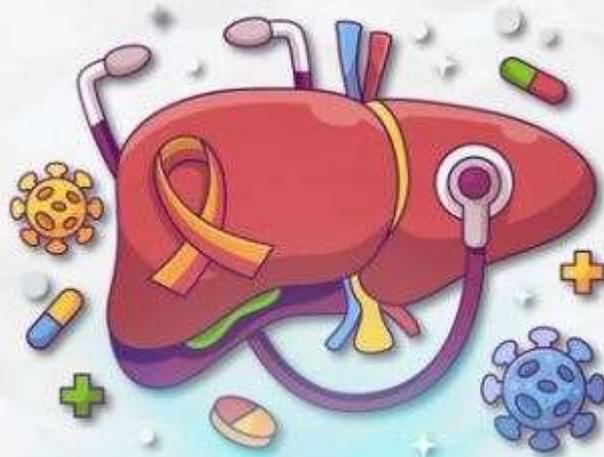
La transmisión del virus de la hepatitis C es sanguínea; la mayoría de las infecciones se producen por exposición a la sangre debido a prácticas de inyección o de atención de salud poco seguras, transfusiones de sangre sin analizar, consumo de drogas inyectables y prácticas sexuales que conllevan contacto con sangre



¡Síguenos! 🔗

**1**  
Octubre

# Día Internacional de la Hepatitis C





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐

...

«Joven, defiende tu futuro»

La Clínica Periférica 3 Kennedy realizó la Celebración del Día Internacional del Adulto Mayor, en donde se les brindo la atención de

- Glucómetros.
- toma de presión arterial.
- Evaluaciones nutri... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



🌟 \*Capacitaciones de ASISTENCIA SOPORTE VITAL BÁSICO: Un Paso Más en la Formación Continua\* 🌟

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a la Universidad CEUTEC por su invaluable colaboración en la capacitación en Soporte Vital Básico, impartida al personal del Instituto Hondureño de Seguridad Social.

Estas formaciones no solo fortalecen nuestras habilidades, sino también refuerzan la unión y el compromiso de nuestro equipo hacia la salud y el bienestar de nuestra co... [Ver más](#)





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐

...

Nuestra Honduras es hermosa, visítala...

El IHSS te desea una Semana Morazánica segura...¡Recuerda que tu bienestar es lo más importante!  
#SeguroSocialSiempre



#SeguroSocialSiempre



▶ La Fortaleza de San Fernando de Omoa es el fuerte más grande de Centroamérica y el segundo mayor en todo el continente Americano.



Síguenos!





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐

Feliz Día del Adulto Mayor!

Hoy 1 de octubre, el Instituto Hondureño de Seguridad Social rinde homenaje a quienes han construido el camino sobre el que avanzamos.

Ustedes con su experiencia y sabiduría, son la base de nuestra sociedad y el ejemplo que nos guía. ... Ver más



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐

En cumplimiento a las directrices del Instituto de Acceso a la Información Pública, el IHSS solicita su apoyo en la siguiente encuesta sobre el Portal Único de Transparencia.

#IHSS #SeguridadSocial #TransparenciaIHSS #Honduras

## PARTICIPACIÓN CIUDADANA DEL IHSS

Su opinión nos ayuda a mejorar y a desarrollar iniciativas que aporten valor al IHSS -en cumplimiento de la Ley de Transparencia y Acceso a la Información Pública en Honduras- Por favor, conteste las siguientes preguntas, marcando la opción que corresponda.

\* Indicates required question



#IHSShonduras



#SEGURDmevacuna





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



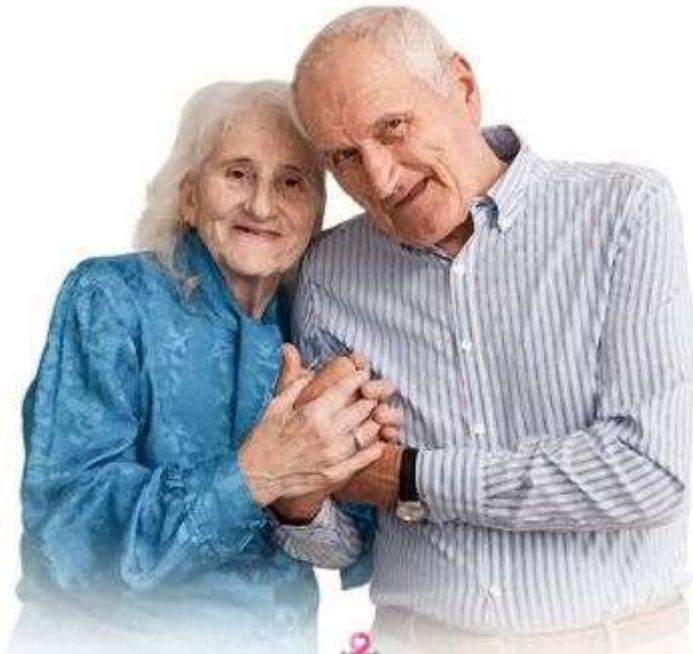
Hoy conmemoramos el Día Internacional de las Personas Mayores. Nuestros adultos mayores constituyen una pieza muy importante en la sociedad. Son transmisores de sabiduría y experiencia. Además, son los encargados de mantener unida a la familia, dar consejos y apoyo emocional, cuidar a los más pequeños, incluso de ayudar económicamente.



Seguros 00000000

# 01 | Día Mundial de las Personas Mayores

Octubre





El IHSS te desea una Semana Morazánica segura...¡Recuerda que tu bienestar es lo más importante!



## Vacaciones Saludables

**1. Usar protección solar**  
30 minutos antes de exponerte al sol.



**2. Evita exponerte directamente al sol**  
entre las 10:00 a.m y 4:00 p.m.



Semana Morazánica  
**Segura** 24/7

**3. Mantente hidratado**  
Toma entre 6 a 8 vasos con agua durante el día.



**4. Utiliza gorra y gafas**  
cuando estés al aire libre.

#SeguroSocialSiempre



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



Te deseamos una Semana Morazánica segura con tu familia

#SeguroSocialSiempre

**IHSS** **Semana Morazánica Segura 24/7**

En estas vacaciones  
La **piel** es la  
ventana del  
**cuerpo** al  
bienestar.

#SeguroSocialSiempre

[Siguenos!](#) [Facebook](#) [Twitter](#) [Instagram](#) [LinkedIn](#) [YouTube](#) [TikTok](#)

[www.ihss.hn](http://www.ihss.hn)



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social ha actualizado su foto de portada.

1 de octubre · 🌐



**Revisa hoy, vive mañana.**  
**El poder está en tus manos**



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

1 de octubre · 🌐



Antes de salir de viaje en esta Semana Morazánica, ten presente las siguientes recomendaciones



YOUTUBE.COM

Recomendaciones de seguridad en tu casa que debes de tomar en cuenta antes de salir de viaje-



¡Síguenos!

**1**  
Octubre

Día mundial de la  
**Urticaria**  
**Crónica**



www.ihss.hn



IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social ha actualizado su foto del perfil.

1 de octubre · 🌐





IHSS - Instituto Hondureño de Seguridad Social

7 de octubre a las 8:30 · 🌐



La neuralgia es una irritación o daño de un nervio que provoca dolor intenso. Esta enfermedad es más frecuente en la tercera edad, pero puede afectar a cualquier edad. Los tipos principales de neuralgia son:

- Neuralgia postherpética: dolor continuo después de un brote de herpes zóster.
- Neuralgia del trigémino: dolor como un fuerte pinchazo o calambre en parte de la cara.
- La neuralgia que afecta al nervio glossofaríngeo: es menos común, y provoca sensibilidad en la gargant... [Ver más](#)

