



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIII No. 20

31 de Octubre 2017

Entrega de premios, estímulos y recompensas por antigüedad 2017

La AMINNSZ celebró su LIX Reunión Anual



Dr. Javier Elizondo Rivera



Dr. Ezequiel López Amor



C. Margarita Conrado Vázquez



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

No. 570

31 de octubre 2017

CONTENIDO

EDITORIAL	1	VIDA INSTITUCIONAL	14
SER INCMNSZ	2	• Academia Nacional de Medicina de México	
• Premios, estímulos y recompensas por antigüedad 2017		VIDA LABORAL	15
PARA CONOCERNOS	4	• Consideraciones de Trata de Personas	
• LIX Reunión Anual de la AMINNSZ		TU SALUD	16
ENTÉRATE	6	• Momentos para la higiene de manos	
• Curso de Neurogastroenterología y motilidad gastrointestinal		LA CULTURA DEL BIEN COMER	17
• Fin de Cursos de Posgrado en Enfermería		• Amaranto nutritivo y delicioso	
• Obesidades en el ciclo de la vida		• Pescado con costra de amaranto al romero en salsa de frijol	
• Jornadas de Farmacovigilancia	8	ESPACIO DE LECTURA	18
CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA	9	• Hija de la fortuna Isabel Allende	
• Registro y análisis de eventos centinela, eventos adversos y cuasifallas		SABÍAS QUE	19
CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	10	• Efemérides de la salud	
• Detección de necesidades		ESPACIO DEL LECTOR	20
NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	11	• Pacientes, familiares y personal médico, unidos contra la enfermedad	
• Gracias a tu participación, más de 5,000 kilos		TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	21
COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	12	• Gracias a todo el equipo de trasplantes. Su apoyo es invaluable	
• Nutrición y Estilo de vida en pantallas y La Camiseta		HABLEMOS DE	22
VOLUNTARIADO		• Humanismo y Servicio en la Atención: prioridad del INCMNSZ	
• Ayudar es maravilloso		CAMPAÑA INSTITUCIONAL	23
ARTE Y CULTURA		ANUNCIOS	24
• Agustín Víctor Casasola			

Una de las ceremonias más representativas para el INCMNSZ es la de entrega de Estímulos, Premios y Recompensas por antigüedad 2017, la cual tiene lugar durante el mes de octubre, en el marco de nuestro aniversario. En esta ocasión, se entregaron medallas por 55 años de servicio a la Sra. Margarita Conrado Vázquez y a los doctores: Ezequiel López Amor y Javier Elizondo Rivera, así como a la Dra. Elena Pérez Gil por 50 años de servicio, siguiendo con una lista de personal que cumplió 40, 35, 30, 25, y 20 años. En la sección Ser INCMNSZ se informa al respecto.

En la sección Para Conocernos, se da a conocer otro de los eventos tradicionales del INCMNSZ, la reunión anual de la Asociación de Médicos del Instituto, que en esta ocasión conmemoró su LIX Reunión.

Cuatro eventos de gran relevancia se dan a conocer en la sección Entérate: Curso de Neurogastroenterología y Motilidad Gastrointestinal; Fin de Cursos de Posgrado en Enfermería; Obesidades en el ciclo de la vida y Jornadas de Farmacovigilancia Hospitalaria, los cuales fueron expresión de los tres ejes de acción del Instituto: asistencia, docencia e investigación.

El Sr. Rodrigo Alonso Vázquez, Director General de FarmaSmart, expresa el beneplácito y la satisfacción que representa para dicha organización, colaborar con el Voluntariado del Instituto para favorecer a los pacientes más necesitados, mediante la donación de medicamentos y la reducción de precios para pacientes del Instituto. En la sección Voluntariado, se publica dicha información.

La Lic. Palmira de la Garza y Arce, en su sección Arte y Cultura, da a conocer información sobre el fotógrafo Agustín Víctor Casasola, quien es uno de los grandes documentalistas en la historia de Latinoamérica.

En la sección, Tu Salud, la Dra. Yesica E. Andrade Fernández, adscrita a la Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad del Instituto, explica los cinco pasos de la higiene de manos, como una medida de prevención de enfermedades.

Algunas efemérides de la salud que se conmemoran en la segunda quincena de octubre se dan a conocer en la sección Sabías que, tales como: 15 de octubre, Día Mundial del Lavado de manos; 16 de octubre, Día Mundial de la Alimentación; 17 de octubre, Día Mundial Contra el Dolor y 19 de octubre, Día Mundial Contra el Cáncer de Mama.

Humanismo y Servicio son dos conceptos que comparten el mismo sentido: dar a otro para ayudarlo a cubrir alguna carencia o satisfacer una necesidad. Dicha información se ofrece en la sección Hablemos de.

Pertenencia Institucional

Premios, estímulos y recompensas por antigüedad 2017

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El pasado 16 de octubre, en el auditorio principal del INCMNSZ, tuvo lugar la ceremonia de entrega de premios, estímulos y recompensas 2017. En ella se reconoció al personal que ha permanecido en el Instituto por 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50 y 55 años. La ceremonia estuvo presidida por el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General; los doctores: Manuel Campuzano Fernández y Fernando Gabilondo Navarro, ex directores; el Dr. José Sifuentes Osornio; Director de Medicina; el Dr. Samuel Ponce de León Rosales, Director de Enseñanza; el Dr. Gerardo Gamba Ayala, Director de Investigación; el Dr. Raúl Rivera Moscoso, Director de Planeación y Mejora de la Calidad; el L.C. Carlos Osornio Pineda, Director de Administración y la Lic. María Eva Sánchez Reséndiz, Presidenta del Sindicato Único de Trabajadores del Instituto.

El Dr. Kershenobich expresó que ésta ceremonia en particular es la más representativa y significativa del Instituto, ya que es una expresión del amor que los integrantes del INCMNSZ tienen por él, y es reflejo de que para quienes integran el Instituto, este es su segunda casa.

Esta es la mejor ceremonia de todas las que se llevan a cabo en el Instituto, entre otras cosas, porque es una manera de reconocer la permanencia y pertenencia institucional de todos los integrantes del mismo. El día de hoy, se expresa lo que significa el Instituto para cada uno de nosotros, y a manera de ejemplo, el caso del reconocimiento especial que deseo hacer en la persona de Alicia Pedregal Mandujano; ella ha tenido una labor humanitaria muy destacada en el Instituto. Hizo esa labor, no necesariamente con palabras, sino con el corazón, como muchos de los que estamos aquí, que han sido premiados.

Relación de personal por años de servicio 2017

55 AÑOS

JAVIER ELIZONDO RIVERA
EZEQUIEL LOPEZ AMOR
MARGARITA CONRADO VAZQUEZ

50 AÑOS

SARA ELENA PEREZ GIL ROMO

40 AÑOS

ELVIA ALVARADO AGUILAR
JULIA CORIA CARRASCO
ISABEL GALVAN LOPEZ
TERESITA GARCIA ORTEGA
RAQUEL LOPEZ JUAREZ
MARINA MARTINEZ BECERRIL
JOSEFA MENDOZA ALATORRE
SOFIA CATALINA MONSALVO RUEDA
OSVALDO M. MUTCHINICK B.
VIRGINIA QUEVEDO JIMENEZ
MA.DE JESUS REYNALDA ROSAS R.
ALBERTO MIGUEL YSUNZA OGAZON

35 AÑOS

ROSARIO BELTRAN VARGAS
TERESA BELMONT PEREZ
MARIA ADELA CERON GOMEZ
EFRAIN M. CONTRERAS RODRIGUEZ
CATALINA DE LA PAZ CHACON
CONSTANCIO ENRIQUEZ CRUZ
JULIO GRANADOS ARRIOLA
JUAN GUZMAN MUÑOZ
ILDEGARDA REYES GONZALEZ
BEATRIZ ROMERO RODRIGUEZ
ALEJANDRA ROSALES HERNANDEZ
MARIA C. CARMINA RUIZ GONZALEZ
MA. DE LOS ANGELES SANCHEZ M.
TEODORO SOSA SANCHEZ
MARIA LUISA VELASCO PEREZ

30 AÑOS

REYNA MARIA AGUILAR DE JESUS
CARLOS ALBERTO AGUILAR SALINAS
GABRIELA ALVAREZ GONZALEZ
LEONOR ARIAS REZA

VICTORIA BAHENA RIOS

SILVIA BAUTISTA MARTINEZ
MARIA EUGENIA CAMPOS AVILA
MARIA LORENA CASSIS NOSTHAS
ROSARIO CERVANTES BERMUDEZ
ROSA MARIA CISNEROS FLORES
MAGDALENA DELGADO SOTO
LUZ MARIA ESPINOSA CORTES
ANGEL ESTRADA RASSO
GLORIA GALICIA CABELLO
GERARDO GAMBA AYALA
MARTINIANO GARCIA GARCIA
CARLOS EDMUNDO GARCIA PADILLA
JOSE ANTONIO GONZALEZ PEREZ
JUAN GONZALEZ RODRIGUEZ
FRANCISCO JAVIER GUERRERO ACOSTA
MIGUEL F. HERRERA HERNANDEZ
MARTHA ASUNCION HUERTAS JIMENEZ
RAMIRO JIMENEZ TORRES
MARIA ARMIDA JUAREZ CISNEROS
MA. MERCEDES JUAREZ VAZQUEZ
MARIA DEL CARMEN LANDA DELGADO

ANA MARIA MALDONADO M.
 VERONICA MARTINEZ GARCIA
 BLANCA ESTELA MEDINA CARRANZA
 ROBERTO FELIX MONTOYA A.
 IRENE ROSALIA MORALES SALAZAR
 MARIA NAVARRETE NAVA
 BEATRIZ NEGRETE CARRANZA
 MA. DEL ROCIO ORTEGA HERNANDEZ
 MARIA DE LOURDES OVIEDO MORENO
 ALEXIS X. PALACIOS MACEDO QUENOT
 MA. DOLORES RAMIREZ BENITEZ
 LUIS PEREZ RODRIGUEZ
 JULIO CESAR PEYRET SALINAS
 GABRIELA PIÑA SERRANO
 FRANCISCO RAMIREZ MEDINA
 PEDRO F. RAMIREZ MENDOZA
 FRANCISCO RAMIREZ RAMOS
 MARIA PATRICIA RENDON GARCIA
 ALFREDO ADOLFO REZA ALBARRAN
 JUAN MANUEL RIOS TORRES
 DAVID SANCHEZ DIAZ
 MATILDE SANCHEZ RUIZ
 JOSE TOMAS SANCHEZ UGARTE
 MARIANO J. SOTOMAYOR DE ZAVALA
 AGUSTINA TAPIA GARCIA
 IGNACIA TELLEZ MUNGUIA
 ALEJANDRO VALDEZ C.
 MARCELA AURORA VAZQUEZ H.
 MARIA DE LOURDES VEGA GERARDO
 EVA VELASCO AVILA

25 AÑOS

MARIA GRACIELA AGUILAR ESCOBEDO
 VERONICA ALVAREZ DURAN
 YOLANDA AVILA ROMERO
 ROSA BAEZ MARTINEZ
 MONICA IVONNE BARRERA ZEBADUA
 LOURDES BOECK QUIRASCO
 GUADALUPE CAPULTITLA GOMEZ
 MA. DEL REFUGIO CARRASCO QUINTERO
 ELSA CASTRO DIAZ
 LETICIA CERVANTES ROSALES
 TOBIAS CHAVEZ CISNEROS
 ROCIO COATL RAMOS
 ELIA CORTAZAR BALCAZAR
 IGNACIA ROSA MARIA CORTES TENORIO
 MARI CARMEN CRUZ NAJERA
 JOSE LUIS CRUZTITLA CARRILLO
 PATRICIA DURAN GONZALEZ
 CECILIA FRANCISCA ESPINOSA MORENO
 PATRICIA ESPINOSA MOYA
 MARIA ESTELA ESPINOSA PADRON
 MARIA IRMA ESPINOSA POBLANO
 MA. DE LOS ANGELES ESPINOSA CUEVAS
 ALMA ESTANES HERNANDEZ
 LAURA ISABEL ESTRADA JOE
 MARIBEL FIGUEROA BOLAÑOS
 MANUEL FLORES CASTILLO
 MARIA SALOME FLORES LEDESMA
 MIREYA FLORES RODRIGUEZ
 ADRIANA PATRICIA FUENTES OROZCO
 ROSA ISELA GALICIA TOVAR
 MARINA GARCIA MARTINEZ
 ELSY AIDEE GARCIA VILLEGAS
 ADRIANA BARBARA GARDUÑO PEREZ
 ELIA GARDUÑO PONCE
 MARIA EULALIA GONZALEZ ALARCON
 TERESA GONZALEZ JIMENEZ
 ALI HALHALI BAGHDAD

VERONICA HERNANDEZ OLVERA
 ADRIANA HERNANDEZ ORDUÑA
 HILARIA HERNANDEZ REYES
 MARIA ADELA JIMENEZ CERVANTES
 MARIA GUADALUPE JIMENEZ SANTANA
 ANA LAURA LARA SALAZAR
 JESUS LOPEZ CAMACHO
 MAYTE LOPEZ CAMACHO
 RAFAEL SALVADOR MARTINEZ VELEZ
 GEORGINA DOLORES MEDINA ALONSO
 AMALIA MENDOZA COLMENARES
 LETICIA MENDOZA VELAZQUEZ
 BEATRIZ MERINO ZEGERINO
 SARA MONTAÑO BENAVIDES
 JUAN MONTEJO VARGAS
 MARIA DE LOURDES MONTOYA TORRES
 GIL ISRAEL NAJERA HERVIS
 MIRIAM NAVARRETE CORTES
 MARIA CONCEPCION NOLASCO MIGUEL
 MARTIN OLIVARES VALDERRAMA
 OLGA LIDIA OLMOS FLORES
 MARIA TERESA ORDUÑA PEREZ
 EVA MARGARITA PALOMO AYALA
 GRACIELA PEÑA OLIVARES
 CLAUDIA PEREZ CERON
 ASALEA PEREZ GOMEZ
 JUANA ALEJANDRA PEREZ OROZCO
 SANDRA POPOCA YAÑEZ
 GRISELDA PUERTO AVILA
 LUZ GUADALUPE RAMIREZ CAMARILLO
 ALEJANDRO RAMIREZ ISLAS
 JOSE RAMIREZ MIRANDA
 JOSE LUIS RAMIREZ RAMIREZ
 MARIA MARTHA REYES ARZATE
 MARIA DEL RAYO REYES AVILA
 JAVIER REYES MOYA
 MARIA SANDRA RIVERA CONTRERAS
 CARMEN ROBLES PINACHO
 MARIA DEL ROSARIO RODRIGUEZ GUILLEN
 REYNA ROMERO GALICIA
 JOSE ALONSO RUMOROSO GARCIA
 KARINA SALAS MERCADO
 CARMEN SAMANO HERNANDEZ
 PATRICIA SANCHEZ CANALES
 JAIME SANCHEZ PASTENES
 SANDRA SANDOVAL RAMIREZ
 ROSARIO SANTIAGO CRUZ
 IVONNE SUSANA SANTOS LEDESMA
 LUIS MIGUEL SANTOS LOPEZ
 JUAN GERARDO SIERRA MADERO
 MARIA SARA SIXTOS ALONSO
 FRUCTUOSO SORCIA GOMEZ
 GUILLERMO SORIANO VELAZQUEZ
 LAURA TAPIA PACHECO
 MA. DE LOS ANGELES TENORIO REYES
 GUADALUPE ERENDIRA TORRES ANGELES
 MARIA DEL CARMEN TORRES AVILA
 ANA LILIA TRONCOSO MALDONADO
 ELSA VALVERDE URBINA
 MARIA GUADALUPE VAZQUEZ SANCHEZ
 ANTONIO VELAZQUEZ GONZALEZ
 ESTHER ZAGOYA PEREZ
 MARIA TERESA ZAVALA MORALES
 MARIA JOSEFINA ZUÑIGA LUGO

20 AÑOS

ALMA PATRICIA ACOSTA BLANCO
 RAFAEL AGUILAR RAMIREZ

GEORGINA AGUILAR ZAMORA
 GRETA NATALIA ALFARO TORRES
 MIGUEL ANGEL ALVA PLATA
 JUDITH APARICIO ESPAÑA
 PATRICIA BARCENAS BAUTISTA
 DELIA BORUNDA NAVA
 ALMA ROSA BRITO ZUÑIGA
 LUIS CARLOS CHAN NUÑEZ
 ROBERTO CHAVIRA RAMIREZ
 JORGE ALFREDO CANO H.
 MARIA ARACELI CRUZ HURTADO
 MARTA M. DURAND CARBAJAL
 KENIA MELINA ESCOBEDO LOPEZ
 BRUNO ESTAÑOL VIDAL
 JAVIER ESTRADA ROMERO
 ARACELI FRANCO RAMOS
 ROSA GAMINO GODOY
 RODRIGO ANTONIO GARCIA ZEPEDA
 CLAUDIA C. GONZALEZ GONZALEZ
 ARACELI GONZALEZ RODRIGUEZ
 MONICA GUEVARA CANIZAL
 LETICIA HERNANDEZ D.
 RICARDO HERNANDEZ H.
 JUSTO MIGUEL HERNANDEZ M.
 ERNESTO MANUEL HERRERA J.
 VIOLETA IBARRA GONZALEZ
 DANIEL JIMENEZ GALICIA
 KARINA LILIANA JIMENEZ JIMENEZ
 SANDRA JUAREZ ARELLANO
 ANA ROSALIA LIRA REYES
 CIRILO JUAN JOSE LOPEZ A.
 MARIA DEL ROCIO LOPEZ C.
 ANGELINA LOPEZ ESTRADA
 MARIA AURELIA LOPEZ H.
 DAVID LOPEZ JAIMES
 JOSE LUIS LOPEZ MORENO
 JESUS LAZARO LOPEZ VELAZQUEZ
 FLORENTINO MARTINEZ MARTINEZ
 JUAN S. MARTINEZ MENDEZ
 JUAN JESUS MEJIA FERNANDEZ
 ELPIDIO MENESES MORALES
 MARIO MIRANDA ARAIZA
 HERIBERTO NEGRETE PEREZ
 CLAUDIA OVALLE JUAREZ
 JUAN PABLO PANTOJA MILLAN
 JESUS PARGA YEPEZ
 UBALDO PEREZ NAJERA
 JOSE LUIS RAMIREZ CAZARES
 JORGE ANTONIO REYES GUERRERO
 FRANCISCO RIVERA MARTINEZ
 CESAR ALBERTO RODRIGUEZ ACOSTA
 MARITZA ROSAS ARRIAGA
 MARTIN GABRIEL ROSAS TORRES
 LILIANA RUIZ ARREGUI
 FABIAN SANCHEZ MASTRANZO
 PETRA ELENA SANCHEZ VARGAS
 VIRGINIA SANTIAGO CANO
 ABEL JESUS NER SANTIAGO RINCON
 MARIA GUADALUPE SOLANO PEREZ
 ADA ELDA SOLARES SOSA
 IGNACIO TOLEDO HERNANDEZ
 IRENE TORRES ACOSTA
 JUAN MANUEL TORRES ORNAIZ
 GALDINO VICTORIANO FRANCO
 ALBERTO VIELMA VALDEZ
 EMMA ZENAIDA VIVEROS OLGUIN
 GERARDO ZAMORANO PABLO

Encuentro académico y social

LIX Reunión Anual de la AMINNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Durante el 13 y 14 de octubre se celebró en el Instituto, la LIX Reunión Anual de la Asociación de Médicos del INCMNSZ (AMINNSZ), en el marco del 71 aniversario del mismo, con el objetivo de tener un encuentro académico y social entre sus agremiados, así como, compartir sus experiencias en la práctica médica.

La reunión fue presidida por el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ; el Dr. Marco Antonio Adame Aguilera, presidente de la AMINNSZ; los doctores Manuel Campuzano Fernández y Fernando Gabilondo Navarro, miembros del Consejo Consultivo de la misma y la Dra. Margarita Fernández, Tesorera.

En el mensaje inaugural el Dr. Adame destacó que pese a la distancia, los médicos egresados del Instituto, acuden a las reuniones anuales, en un reencuentro en el que hay remembranzas, pero también intercambio académico y socio-cultural.

Nuestra institución cumple 71 años de haber sido fundada, el 12 de octubre de 1946, y a partir de 1958, hace 59 años, los miembros egresados de Nutrición nos reunimos anualmente; procedentes de todas partes de México y del extranjero para tener un encuentro académico y social, en el que estrechamos los lazos de afecto y amistad que adquirimos por el paso en Nutrición y así continuamos.

En estos reencuentros surgen con alegría las memorias y los recuerdos de los egresados, muchas veces, separados por la distancia, pero que permanecen cerca porque las generaciones y el amor que nos inculcaron a nuestro Instituto con ese bagaje de conocimientos médicos, humanos, técnicos y ahora llenos de solidaridad en nuestro país, que quedó demostrado recientemente, en una entrega sin límites de tiempo y esfuerzo. Por eso Nutrición reafirmó, una vez más, el orgullo de continuar siendo líder de las instituciones de salud, y lo que lo mantiene contra esas adversidades es la mística.



De izquierda a derecha: Dr. Fernando Gabilondo Navarro, Dr. Marco A. Adame Aguilera, Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Dr. Manuel Campuzano Fernández y Dra. Margarita Fernández

Por eso estamos aquí, fortalecidos por la convivencia y la actitud de nuestros residentes y por la experiencia y calidad científica de nuestros médicos adscritos, disfrutando del abrazo cariñoso de nuestros compañeros de generación que vienen de todo el país y así, no pasaremos por alto nuestra reunión y el aniversario del Instituto.

El primer día, la reunión contempló dos simposios: Bioética, coordinado por el Dr. Patricio Santillán Doherty, quien destacó la importancia de hacer ciencia con conciencia; ya que es la única manera de avanzar sin deshumanizarse. Los participantes en este simposio fueron los doctores: Luis Muñoz Fernández, Arturo Galindo Fraga y el propio Patricio Santillán Doherty. El segundo fue Fundaciones en salud: del concepto a la realización, coordinada por el Dr. Francisco Javier Reynaga García, quien destacó la importancia de estas organizaciones para favorecer el avance de la ciencia y apoyar la prevención y tratamiento de enfermedades. Los participantes en este fueron la Fundación Rodolfo Padilla, Fundación Kardias, FunSaEd y Fundación Carlos Slim. En este mismo bloque, la Dra. Judith González Sánchez presentó la plática de Manejo de Crisis.

El segundo día tuvo lugar el Simposio “Los hijos de los hijos de Nutrición”, coordinado por la Dra. Marina Rull Gabayet, en el que participaron los doctores: Bernardo Gabilondo Pliego, Fernando Gabilondo Navarro, Jorge Hernández Calleros y Jorge Hernández Ortiz. Al término de cada simposio, se presentaron trabajos libres elaborados por médicos residentes del Instituto.

Durante el segundo día también se llevó a cabo la Sesión de Residentes, con la plática “La Medicina Interna fuera del Harrison”, realizada por el Dr. Carlos Alejandro Nava Santana, en la que expresó la visión de los médicos residentes más allá de la teoría y los conocimientos aprendidos en el libro, además de las vivencias que enfrentan en el día a día en la atención médica.

Posteriormente tuvo lugar la Conferencia Nominativa: Enfermedad por hígado graso no alcohólico, en la que el Dr. Francisco Javier Gómez Pérez dio a conocer aspectos relevantes del tema. Al término de esta, se llevó a cabo la premiación de los trabajos libres ganadores para concluir con el mensaje del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, que expresó su beneplácito de la celebración de la misma y la oportunidad de poder tener un reencontro de los médicos egresados del Instituto. Finalmente, se llevó a cabo la Asamblea General de la AMINNSZ para cerrar con la tradicional comida de la Amistad.



Asistentes a la LIX Reunión Anual del AMINNSZ

El INCMNSZ como sede de primer nivel

Curso de Neurogastroenterología y motilidad gastrointestinal



El Departamento de Gastroenterología del Instituto, llevó a cabo el Curso Neurogastroenterología y Motilidad Gastrointestinal el mes de junio, en el que profesores mexicanos y del extranjero, expusieron hallazgos sobresalientes de este campo del saber.

La inauguración estuvo a cargo del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ, quien expresó que destaca la representatividad que tiene el Departamento de Gastroenterología en el país y en el extranjero, así como, que el curso permitió el intercambio de información entre diversos centros de especialidad, investigadores y clínicos de esta rama de la medicina. El Dr. Aurelio López Colombo, Presidente de la Sociedad Mexicana de Gastroenterología señaló que fue un privilegio avalar un curso de tan especiales características, realizado en el INCMNSZ, que fue una sede de primer nivel, ya que es un centro en donde no solo se forman especialistas, sino líderes de opinión, de investigación y de educación.

Especialidades en Adulto en Estado Crítico y en Enfermería del Anciano

Fin de Cursos de Posgrado en Enfermería

El 3 de julio tuvo lugar en el auditorio del Instituto, la ceremonia de fin de cursos de posgrado de Enfermería. Se graduaron 25 enfermeras en la especialidad de Enfermería del Adulto en Estado Crítico y 15 en Enfermería del Anciano. La Escuela de Enfermería del INCMNSZ "María Elena Maza Brito", está incorporada a la UNAM y ha formado a más de mil enfermeras de nivel técnico y de posgrado, y cerca de 200 licenciados en Enfermería y Obstetricia en su historia. Actualmente 145 realizan cursos de especialidad en la misma.

La ceremonia estuvo presidida por el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, quien destacó la importante y trascendental labor del cuerpo de enfermería, así como su liderazgo y su compromiso con el paciente, la investigación y la docencia. En este último, destacó el nivel académico de la enseñanza en enfermería del Instituto quienes además, brindan atención con humanismo al enfermo.



XIV Curso de Obesidad

Obesidades en el ciclo de la vida

Con el objetivo de ofrecer a los profesionales de la salud, información sobre prevención y tratamiento de la obesidad en sus diferentes etapas y para la diversidad de enfermos que la padecen, tuvo lugar del 5 al 7 de julio el XIV Curso de Obesidad, Obesidades en el ciclo de la Vida: Oportunidades de Prevención y Tratamiento. Dicho curso fue organizado por la Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria del INCMNSZ, a cargo del Dr. Eduardo García García, quien además expuso el tema: La ética de la cirugía bariátrica; en la que hizo una reflexión en las oportunidades reales que da esta intervención para el paciente.

El evento fue inaugurado por el Dr. David Kershenovich Stalnikowitz, Director General del Instituto, quien expresó la importancia de abordar el tema, ya que la obesidad se ha consolidado como un problema grave de salud en México y en muchas partes del mundo.



Crear sinergismos entre el personal de atención médica

Jornadas de Farmacovigilancia

Del 19 al 20 de julio tuvieron lugar en el INCMNSZ, las Jornadas de Farmacovigilancia, organizadas por la Asociación de Químicos del Instituto, presidida por la Química M.A.D. María Antonieta Valladares Mandaluni, quien está adscrita al Laboratorio Central y por la Red Latinoamericana de Farmacovigilancia y Tecnovigilancia.

El objetivo de las jornadas fue crear conciencia en los químicos, sobre la importancia que tiene la farmacovigilancia en la calidad y seguridad del paciente; así como el sinergismo que debe darse entre personal médico, de enfermería y químicos para llegar al objetivo principal que es el bienestar del paciente. De igual forma la Química Valladares, destacó que las jornadas tuvieron la intención de difundir las nuevas áreas del químico y motivarlos a que se interesen y participen más en estos temas, ya que el perfil del profesional químico ha evolucionado para responsabilizarse ahora de tareas asistenciales adicionales al laboratorio clínico y se ha incorporado a las labores farmacéuticas, en particular la farmacovigilancia.



Acciones esenciales de seguridad del paciente

Registro y análisis de eventos centinela, eventos adversos y cuasifallas

Acción 7

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández/Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad

La OMS menciona que es necesario comprender los problemas y los factores que contribuyen a crearlos. Para eso, es necesario perfeccionar los sistemas de notificación y aprendizaje sobre la seguridad del paciente.

Se trata de lo siguiente:

- 1 Identificar y corregir las fallas.
- 2 Prevenir la repetición de eventos.
- 3 Crear una base de datos.
- 4 Ofrecer un entorno seguro para la atención del paciente.



Imagen elaborada por la Dra. Yesica E. Andrade Fernández

Calidad en la gestión: pieza clave del éxito institucional

Detección de necesidades

Mtro. Jovani Emmanuel Torres García / Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad
Mtra. Perla Anaid Rangel López / Co-autor invitado

La motivación es determinante en el éxito de una organización, es todo un arte; porque no todos tenemos las mismas necesidades ni el mismo detonante motivacional; mientras que un cierto incentivo para el trabajo puede funcionar para un miembro del equipo, no necesariamente tal incentivo motivará a los demás.

Es necesario pensar en las verdaderas necesidades de la gente antes de pensar en motivarlos. Para identificar las necesidades motivacionales de un equipo de trabajo se requiere realizar un “Diagnóstico y Evaluación de Factores Motivacionales”, que permitan formular estrategias óptimas de elementos que pueden ser factor de motivación para un equipo de trabajo.

Los principales instrumentos para evaluar la motivación son:

- La observación directa y sondeo con colaboradores de confianza.
- Cuestionarios de análisis.
- Entrevistas personales directas.
- Análisis de los puestos de trabajo.

La metodología para la formulación de un diagnóstico motivacional requiere del planteamiento de un objetivo general: “identificar áreas de mejora y desarrollar recomendaciones que se puedan poner en práctica para mejorar la motivación del equipo de trabajo”.

La herramienta más útil es la aplicación de un “cuestionario de análisis”, a los diferentes miembros del equipo o a una muestra representativa de la Institución.

Para la formulación de las preguntas del “cuestionario de análisis”, se deberán considerar factores bien delimitados, tales como: percepción del rol, sentido de pertenencia, relaciones laborales, promoción, capacitación, seguridad, responsabilidad, salario y condiciones de trabajo, entre otros.

Una vez formulado el cuestionario, se debe proceder a su aplicación, para realizar el análisis de los resultados, los cuales deben ser clasificados para determinar los factores motivacionales predominantes en los miembros del equipo.

A partir de ello será posible formular estrategias motivacionales específicas para el equipo de trabajo en cuestión.

Tapas pro ayuda

Gracias a tu participación, más de 5,000 kilos

T.S. Claudia Márquez Enríquez

Con el objetivo de favorecer el cuidado del medio ambiente y beneficiar a nuestros pacientes, en el mes de junio de 2016, dio inicio la campaña Tapas Pro Ayuda, que ha contado con gran participación por parte de nuestros pacientes, familiares, trabajadores y asociaciones de diversas ramas, quienes constantemente entregan tapa roscas. El INCMNSZ está en proceso de entregar las primeras ayudas a pacientes y/o sus familiares.

A un año de realizar la primera venta de tapa roscas en octubre del 2016, los recursos obtenidos son los siguientes:

Fecha	Kilogramos	Cantidad obtenida
Primera venta: 25 octubre 2016	1, 151 kg	\$ 3,217.00
Segunda venta: 31 enero 2017	805 Kg	\$ 2,012.00
Tercera venta: 19 de abril 2017	926 kg	\$ 2,670.00
Cuarta venta: 17 de julio 2017	1, 163 kg	\$ 3,489.00
Quinta venta: 07 de sept. 2017	908.5 Kg	\$ 2,725.00
Sexta venta: 23 de octubre 2017	463 Kg	\$ 1,389.00
Total	5,416.5 Kg	\$15,502.00

Así mismo el 27 de mayo se llevó a cabo el cierre de campaña del Tapatón 2017; en el cual nuestro Instituto hizo entrega de 777.2 kg de tapas. Esta cantidad de tapas fue sólo del mes de mayo y la colecta fue exclusivamente para apoyar al TAPATON 2017 (no está contemplada dentro de los resultados arriba expuestos). También nos sumamos a campañas paralelas que requieren apoyo, por lo que, lo recolectado del 15 de octubre al 15 de noviembre de este año, será donado a la Fundación VAPORTI contra el cáncer de páncreas.

De esta forma, el Instituto no sólo contribuye con el cuidado del ambiente y proporciona ayuda a pacientes de escasos recursos, sino también se suma a otras asociaciones con el objetivo de beneficiar a otros grupos vulnerables que lo requieren.

¡Te invitamos a seguir participando!
¡Gracias, tu ayuda hace la diferencia!

Alimentación y hábitos saludables

Nutrición y Estilo de vida en pantallas y La Camiseta

Dirección de Comunicación Institucional y Social/Depto. de Comunicación y Vinculación

Con el fin de orientar al público en general en temas de alimentación y hábitos saludables, la Dirección de Comunicación Institucional y Social del INCMNSZ, a través del Departamento de Comunicación y Vinculación, ha creado la sección Nutrición y estilo de vida, la cual forma parte del contenido que se proyecta en las pantallas de las salas de espera de la Consulta Externa. Dichos temas, validados por la Dirección de Nutrición de este Instituto, constan de recetas, trivias, ideas para un estilo de vida saludable e información nutrimental.

Estas actividades están a cargo de la Lic. Carmen Amescua Villela quien también con el objetivo de difundir recetas mexicanas de alto valor nutrimental, colabora para la sección Cultura del bien comer, publicada de manera quincenal en La Camiseta.



**Nutrición y
estilo de vida**

IDEAS SALUDABLES

NUTRICIÓN INFANTIL

Incluir en el desayuno una porción de alimento de cada grupo:

- Verdura o fruta
- Cereal
- Leche, lácteos, leguminosas, huevo o carne.

Es recomendable que los niños lleven un refrigerio de casa a la escuela para evitar el consumo de productos con alto contenido de azúcar o grasa.

Dirección de Nutrición

INCMNSZ
Nutrición y estilo de vida



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Quelite	Sopa de quelites cenizos
<p>La palabra quelite viene del náhuatl "quilitl", que se utiliza para designar a las plantas de follaje o hierbas silvestres comestibles. Desde el punto de vista nutricional, los quelites son importantes para completar la dieta. Algunos se usan además con propósitos medicinales. Crecen de manera espontánea a la orilla de carreteras o en terrenos principalmente en épocas de lluvias.</p> <p>Si los compras en el mercado busca que sean frescos y tiernos. Evita los secos o marchitos. Procura cocinarlos el mismo día para evitar que se deshidraten.</p> <p>Los quelites contienen vitamina A que protege la vista y es antiinfecciosa, vitamina C favorecedora de la cicatrización, riboflavina (vitamina B12) esencial para un crecimiento adecuado. Además nos proporcionan calcio y potasio así como hierro que se utiliza para la formación de los glóbulos rojos en la sangre.</p>	<p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 manojos (1 kg.) de quelites (limpios) 2 litros de caldo de pollo 4 cucharadas de cebolla picada ¼ de barra de mantequilla Al gusto Sal <p>Manera de hacerse:</p> <p>Picar el quelite y la cebolla. Colocar en una cacerola con la mantequilla derretida y sofreír a fuego lento. Agregar el caldo de pollo y la sal al gusto. Hervir durante 5 minutos y servir caliente.</p> <p>Nota:</p> <p>Al servir se puede aderezar con trocitos de queso para fundir, o durante el hervor con pizcas de carne de pollo.</p> <p style="font-size: x-small; margin-top: 10px;">Referencia: Los Quelites un tesoro culinario INCMNSZ</p>

comunicación y vinculación

FarmaSmart, apoya a 20 pacientes cada mes

Ayudar es maravilloso

Rodrigo Alonso Vázquez

Segunda y última parte

Violeta Arciniega Fuentes

Farmasmart es una organización que apoya a pacientes de escasos recursos del Instituto, al proporcionarles medicamentos y/o ofrecérselos a precios más bajos. Lo anterior, a través del Voluntariado del INCMNSZ, quien les expresa su agradecimiento.

A continuación se publica la entrevista realizada al Sr. Rodrigo Alonso Vázquez, Director General de la misma:

1.- ¿Por qué decidieron ayudar al Voluntariado?

Nos interesa poder ofrecer a todos nuestros clientes un precio justo y más al Voluntariado, que se dedica a ayudar a pacientes que no cuentan con los recursos suficientes para poder hacerse cargo de estos gastos. Sabemos lo caro que pueden llegar a ser varios tratamientos y tratamos de ayudar con nuestro granito de arena.

2.- ¿Qué representa para ustedes ayudar al Voluntariado?

Nos da mucho gusto como empresa poder ayudar con lo que sea, a una Institución como es el INCMNSZ, a través del Voluntariado.

3.- ¿Desde hace cuánto tiempo ayudan al Voluntariado?

Desde septiembre del 2013 (4 años).

4.- ¿Tiene un estimado de cuántas ayudas ha otorgado o a cuántos pacientes ha beneficiado con sus acciones?

Si, alrededor de 20 personas al mes.

5.- ¿Qué mensaje le daría a los pacientes que ha apoyado?

Que esperamos que le sigan echando muchas ganas y que siempre contarán con nuestro apoyo.

6.- ¿Qué mensaje le daría a los integrantes del Instituto?

Que sigan con su trabajo, ya que tiene un gran impacto en las personas que ayudan, en sus familias y en la sociedad en general. Trabajar en el Voluntariado es grandioso y son un ejemplo a seguir para todos.

**Súmame al esfuerzo,
tu también puedes ayudar al Voluntariado**

Pionero de la fotografía documental en Latinoamérica

Agustín Víctor Casasola

Primera parte

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Nace en la Ciudad de México el 28 de julio de 1874; fue uno de los primeros fotógrafos documentalistas de Latinoamérica, atribución conseguida por su actuación como fotógrafo de prensa durante la Revolución Mexicana.

Fue hijo de Juan Crisóstomo Casasola y Dolores Velasco, desde muy joven comenzó a trabajar en talleres tipográficos, y a los veinte años de edad comenzó a desempeñarse como reportero en distintos periódicos. En 1898, empezó a trabajar como reportero gráfico en el diario El Demócrata.

Ya como fotógrafo establecido en la Ciudad de México, funda en 1903 la Asociación Mexicana de Periodistas y en 1911 la Sociedad de Fotógrafos de Prensa.

Inició su carrera como tipógrafo en el diario El Imparcial, ascendió a reportero de los diarios mexicanos: El globo, El popular, El Universal, El tiempo y El imparcial.

En 1894 se convirtió en fotógrafo. Se le acredita el haber fundado la primera Agencia Mexicana de prensa y la Agencia Fotográfica Mexicana. Posteriormente recibió el agradecimiento del presidente interino, Francisco León de la Barrera, por inaugurar una nueva fase de libertad en la prensa fotográfica.

En 1900 inicia lo que se llamaría el archivo Casasola: un archivo fotográfico que luego estaría al servicio de la historia de México. Este archivo que se transformaría en una obsesión vital para Víctor, contiene hechos políticos de relevancia, imágenes de la vida cotidiana, fiestas, actos sociales y religiosos.



Fotógrafo Agustín Víctor Casasola



Fotografía de Agustín Víctor Casasola

Historia

Academia Nacional de Medicina de México

Francisco Fernández del Castillo

Lic. Gabriela Rubello Marín

En el año de 1732, en la casa del Dr. Nicolás José de Torres se fundó una Academia de Medicina, antecedente de la Sociedad Médica del hospital de Jesús. Es interesante señalar que en esos años México era la Nueva España y que esta Academia fue posible gracias a una Cédula Real, por la cual se autorizaban las actividades académicas de un grupo de mexicanos encabezados por Nicolás de Torres.

En el año de 1790 Manuel O'Sullivan obtuvo permiso del Virrey Conde de Revillagigedo para fundar en su casa una Academia de Medicina.

En 1802 se estableció en el Hospital de San Pedro Apóstol de Puebla una Academia de Medicina, Anatomía y Farmacia. La producción científica de esta corporación incluyó el Ensayo para la Materia Médica Mexicana.

Otra agrupación colegiada fue la que fundaron los cirujanos José Ruiz y Pedro Escobedo en 1825. El Dr. Manuel Carpio narra que en esa Academia los estudiantes y los médicos podían practicar operaciones en cadáveres.

Entre 1830 y 1833 los doctores Agustín Arellano, José Terán, e Ignacio Torres fundaron la Sociedad Médica del Distrito Federal.

El antecedente formal de la actual Academia fue la que fundaron en 1836 los doctores Casimiro Liceaga, Manuel Carpio e Ignacio Erazo.



1970 Mural de Alfonso Villanueva Manzo

De izquierda a derecha: Ángel Gaviño, Eduardo Liceaga, Manuel Carpio, Miguel Jiménez, Gabino Barreda, Rafael Lucio, Leopoldo Río de la Loza, Rafael Lavista, José Terrés y Manuel Soriano.

Recepción de la Academia Nacional de Medicina, Av. Cuauhtémoc No. 330, Ciudad de México

El INCMNSZ a favor de la dignidad humana

Consideraciones de Trata de Personas

Primera parte

Dirección de Administración

El mes de septiembre de 2017, en el auditorio principal del Instituto se llevó a cabo la conferencia denominada El papel del sector salud en el combate a la trata de personas. Hacia la creación Políticas Públicas del derecho a la salud de las víctimas de la trata de personas”.

Al respecto y por la importancia y actualidad del tema referido, en este número y en siguientes entregas haremos la presentación del “Protocolo para el Uso de Procedimientos y Recursos para el Rescate, Asistencia, Atención y Protección de Víctimas de Trata de Personas”, ya que éste instrumento normativo tiene por objeto materializar los supuestos a los que se refiere su propio título o nombre.

En ese orden de ideas se expondrán fragmentos del contenido del referido protocolo que podrán ser útiles al interior de este Instituto, así se dice que:

“Este Protocolo brinda herramientas para favorecer la colaboración y comunicación entre las instancias gubernamentales en el ámbito federal y Organismos de la Sociedad Civil, para brindar una respuesta integral a las víctimas de trata de personas con enfoque de derechos humanos a partir de las obligaciones establecidas”.

Vale decir que el Protocolo se basa en los enfoques de protección de los derechos humanos, perspectiva de género y protección de los derechos de niños, niñas y adolescentes, buscando priorizar la asistencia y protección de las víctimas, evitando la victimización secundaria y aportando elementos para la investigación del delito.

El contenido de éste documento podría aplicar en beneficio de nuestro desenvolvimiento personal y laboral.

¡Juntos hacia la excelencia!

Mtro. Carlos Augusto Sánchez Morales
Fernando Rodríguez

El contenido del presente artículo está tomado y adaptado para su publicación del contenido de la ley y el protocolo de trata de personas. Dicha información es pública y por tanto accesible para cualquier ciudadano.

La Ley General en materia en su artículo 10 conceptualiza a la Trata de Personas como “...toda acción u omisión dolosa de una o varias personas para captar, enganchar, transportar, transferir, retener, entregar, recibir o alojar a una o varias personas con fines de explotación [...] se entenderá por explotación de una persona a: la esclavitud, la condición de siervo, la prostitución ajena u otras formas de explotación sexual, la explotación laboral, el trabajo o servicios forzados, la mendicidad forzada, la utilización de personas menores de dieciocho años en actividades delictivas, la adopción ilegal de persona menor de dieciocho años, el matrimonio forzoso o servil, el tráfico de órganos, tejidos y células de seres humanos vivos y la experimentación biomédica ilícita.”

Fuente:<https://www.gob.mx/segob/documentos/protocolo-para-el-uso-de-procedimientos-y-recursos-para-el-rescate-asistencia-atencion-y-proteccion-de-victimas-de-trata-de-personas>

Disminución del riesgo de infecciones nosocomiales

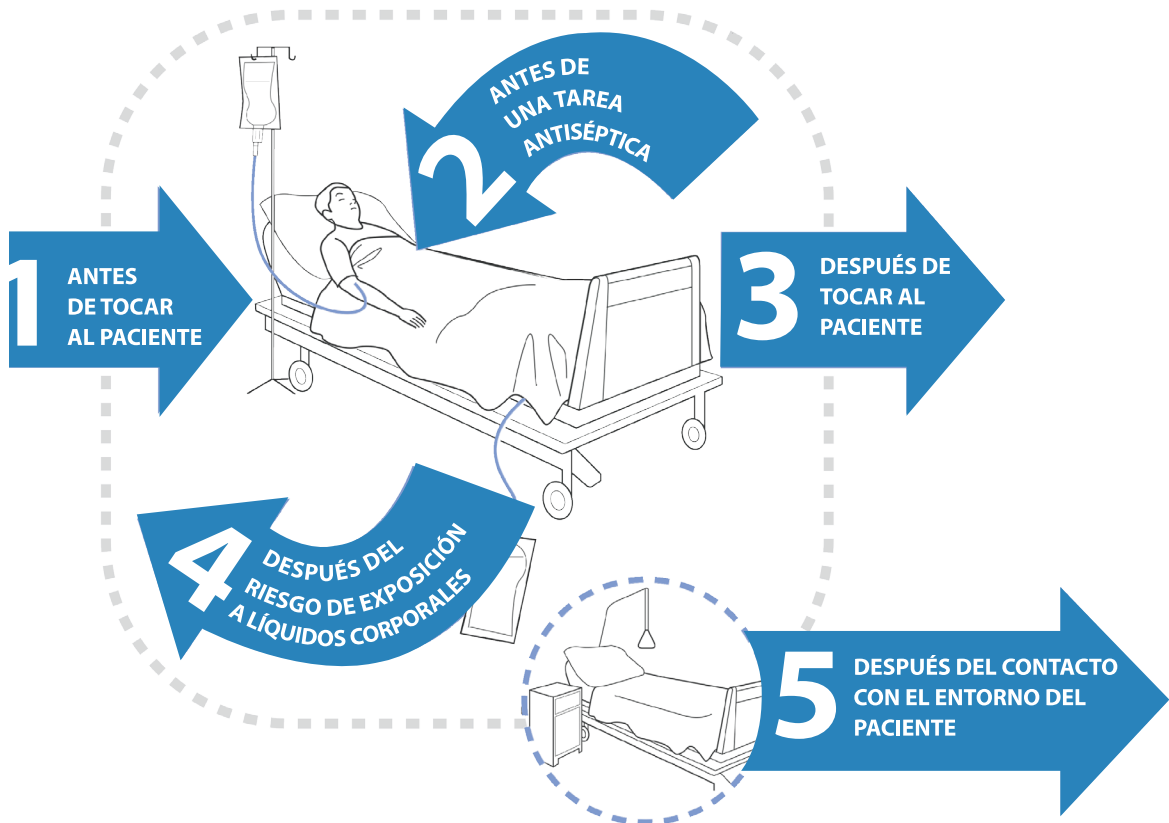
Momentos para la higiene de manos

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández/Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad

Los cinco momentos para la higiene de manos fueron diseñados como un modelo de referencia para una adecuada realización, enseñanza y evaluación de la higiene de las manos. Este enfoque trata de incluir no solo al personal sino también al paciente.

El sensibilizar al personal de atención a la salud sobre la realización y aplicación de estos momentos disminuye la variación y favorece el cumplimiento de los mismos. Cada uno de esos momentos tiene relevancia, ya que está demostrado que, en ellos es donde se presenta un mayor riesgo de transmisión de gérmenes a través de las manos.

RECUERDA: “NO SOLO PROTEGES A TU PACIENTE, TE PROTEGES TÚ”



Amaranto nutritivo y delicioso

El amaranto es uno de los alimentos más ricos y nutritivos de México. Actualmente es uno de los productos preferidos por los deportistas y astronautas, debido a que es fácil de transportar y contiene muchas proteínas.

Rico en minerales, contiene lisina (aminoácido de alto valor biológico), el cual ayuda a la memoria, inteligencia y alto aprendizaje, y es bajo en grasas.

El amaranto es un producto dietético, es un fuente saludable de carbohidratos, proporciona energía, y es rico en fibra dietética. Es 100% digestivo.

El amaranto está a la par de las propiedades de la leche y posee el doble de proteínas que el arroz.




CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL DEL
PACIENTE CON DIABETES CAIPaDi

Pescado con costra de amaranto al romero en salsa de frijol

Ingredientes:

10 cucharadas	de amaranto tostado
5 cucharadas	de romero fresco
5 filetes	de pescado 120 gramos
5 cucharadas	de aceite de maíz
1/2 kilo	de frijol cocido con caldo
1 1/2 piezas	de cebolla morada fileteada
4 piezas	de chile serrano rojo
10 ramas	de cilantro finamente picado
5 piezas	de limones (jugo)
7 cucharadas	de aceite de oliva
3 cucharadas	de vinagre de frambuesa
6 piezas	de fresas
Al gusto	pimienta, ajo y sal

Manera de hacerse:

Tueste el amaranto, muela el romero y mezcle con el amaranto. Reserve.

Salpimiente cada filete, añadiendo ajo. Caliente el sartén, agregue aceite y coloque uno a uno los filetes, por 12 minutos, de manera que no se deshagan. Espolvoreé con la preparación del amaranto por un solo lado y reserve. Mezclar los frijoles con un poco de caldo, cebolla, chile, cilantro, el jugo de limón y sal, sazonar al gusto. Reserve. Muela las 3 cucharadas de vinagre con las 6 fresas y cuele.

Agregar en un recipiente la preparación del vinagre, agregar el aceite de oliva en forma de hilo, mezclar, de manera que quede una preparación homogénea, lisa y brillante. Reservar.

Defensora de los derechos de la mujer

Hija de la Fortuna

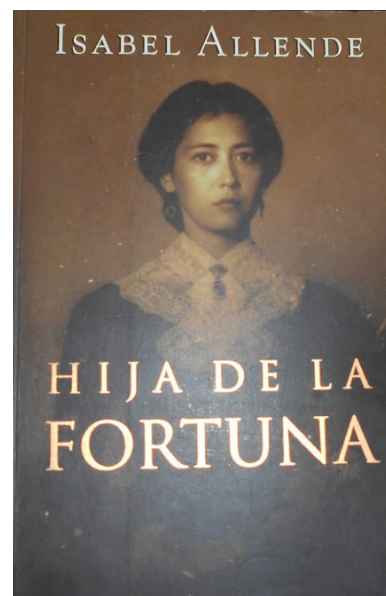
Isabel Allende

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Isabel Allende Llona, de nacionalidad Chilena-Americana, nació en 1942. Es escritora, periodista y profesora de Escritura Creativa y Literatura Latinoamericana. Por más de 25 años ha dado conferencias, seminarios y charlas internacionales sobre derechos de la mujer, política latinoamericana, escritura, proceso creativo, espiritualidad, y de su trabajo literario. Ha sido merecedora de varias distinciones, homenajes y premios. En 1995 creó la Fundación Isabel Allende que dirige desde entonces para ayudar a mujeres y niños. Entre sus principales obras están: La Casa de los Espíritus, De Amor y de Sombra, Eva Luna, El Plan Infinito, Paula, Afrodita, Hija de la Fortuna, Retrato en Sepia, La Ciudad de las Bestias, Mi País Inventado, entre otras.

La novela Hija de la Fortuna gira en torno a la mujer fuerte, que busca el amor y su propia identidad en una sociedad que no le cede espacio tan fácilmente.

En la colonia británica de Valparaíso en Chile, Eliza Sommers, huérfana desde el nacimiento, es educada por una señora solterona, con buenas intenciones llamada Miss Rose y su hermano Jeremy quién era más estricto. Justo después de que Eliza conoce y se enamora de Joaquín Andieta, un humilde empleado que trabaja para Jeremy, se descubre oro en las colinas del norte de California. Joaquín Andieta, al igual que muchos chilenos han caído presas de febriles sueños de riqueza, por lo que parte hacia el norte dispuesto a encontrar fortuna, y Eliza, ya embarazada, decide ir poco después en su búsqueda.



El viaje infernal, escondida en la bodega de un barco, y la búsqueda de su amante en una tierra de vida agitada de hombres solos y prostitutas que están enloqueciendo por la fiebre del oro, transforman a la joven inocente en una mujer fuera de lo común. Eliza recibe ayuda y afecto de su buen amigo y salvador, el médico chino Tao Chi'en, quien la llevará por un camino memorable de misterios y contradicciones de la condición humana. Hija de la fortuna es un retrato de una época marcada por la violencia y la codicia, donde sus personajes rescatan el amor, la amistad, la compasión y el valor.

Pasatiempo: Botes de Agua

Una madre manda a su hijo al río para que le traiga exactamente 3 litros de agua, Para ello le da un bote de 4 litros y otro de 9 litros ;cómo puede medir el niño con exactitud los tres litros sirviéndose únicamente de los dos botes?

Solución: Para obtener los 3 litros exactos con un bote de 4 y otro de 9, deberá llenar el bote de 4 litros tres veces, e irlo vaciando al bote de 9, por lo que con las primeras dos veces habrá vaciado 8 litros y en la tercera vez, sólo podremos vaciar un 1 litro en el bote de 9, de modo que restarán los 3 litros en el bote de 4.

Te recordamos que puedes solicitar libros en español o en inglés para préstamo a domicilio en el Espacio de Lectura, en el Departamento de Comunicación y Vinculación, ubicado en el segundo piso de la Unidad de Investigación, junto a la fuente del Quijote.

5 de octubre, Día Mundial del Lavado de manos

¡Nuestras manos, nuestro futuro!

El tema de este año es: ¡Nuestras manos, nuestro futuro!, que nos permite reflexionar sobre la importancia de lavarnos las manos para proteger nuestra salud y construir nuestro futuro. El lavado de manos con jabón es una de las intervenciones de salud pública más eficaces y baratas del mundo y es también, una manera accesible de prevenir las enfermedades y proteger la salud de pacientes y comunidades.

Fuente: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=

16 de octubre, Día Mundial de la Alimentación

Seguridad alimentaria para todos: FAO

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) conmemora el Día Mundial de la Alimentación el 16 de octubre, con el objetivo de promover la concientización y la acción a escala mundial para aquellos que padecen hambre y la necesidad de garantizar la seguridad alimentaria y dietas nutritivas para todos. El derecho a la alimentación es un derecho humano.

Fuente: <http://www.fao.org/world-food-day/2017/about/es/>

17 de octubre, Día Mundial Contra el Dolor

Alivio contra el sufrimiento físico: OMS

Con el objetivo de destacar la necesidad de encontrar un mejor alivio para el sufrimiento físico de enfermedades que causan dolor, se celebra el Día Mundial Contra el Dolor. El dolor está presente en más del 50% de las consultas de atención primaria; una de cada cinco personas padecen dolor crónico de moderado a grave, y una de cada tres no puede mantener una buena calidad de vida debido a las dolencias. La OMS propone que el dolor sea considerado como una enfermedad y que su alivio sea considerado como un derecho humano.

Fuente: <https://www.menarini-ca.com/prensa/notas-de-prensa/170-dia-mundial-contra>

19 de octubre, Día Mundial Contra el Cáncer de Mama

La prevención es el mejor tratamiento

El cáncer de mama es el tumor maligno más frecuente entre la población femenina. Concientizar a las mujeres sobre la importancia de conocer las técnicas de autoexploración mamaria, las revisiones periódicas y la mamografía, son fundamentales para poder detectarlo a tiempo, aseguró la Organización Mundial de la Salud al conmemorarse el Día Mundial Contra el Cáncer de Mamá.

Fuente: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=12910

Todos por el mismo objetivo

Pacientes, familiares y personal médico, unidos contra la enfermedad

Verónica Garduño Martínez (familiar de paciente trasplantado)

A lo largo de la vida, podemos tener muchas experiencias. Algunas nos dejan marcados para siempre, entre otras cosas, porque entendemos el sentido y el funcionamiento de las mismas. Quizás, el trabajo en equipo es una de las vivencias que entendemos en su gran dimensión cuando lo realizamos para conservar la vida y/o para que un familiar pueda tener calidad de vida. En mi caso fue así y lo aprendí en el INCMNSZ, en el Curso para Pacientes de Trasplante de Hígado y sus familiares, organizado por la L.T. S. Silvia López Yáñez, adscrita al Departamento de Gastroenterología.

Todo comenzó hace dos años, cuando mi esposo estuvo a punto de perder la vida a causa de una cirrosis que evolucionó de hepatitis autoinmune. Un doctor nos recomendó que fuéramos al INCMNSZ, pues era el mejor lugar para tratar esta enfermedad. Venimos y después de un protocolo de cerca de diez meses, en el que le hicieron muchos estudios, fue aceptado para realizarse un trasplante, que se efectuó con éxito en el 2015. Ahora goza de excelente salud.

Fuimos muy afortunados de haber sido acogidos en el Instituto y que alguien decidiera donar ese órgano que lo regresó a la vida. Por eso, yo invito a las personas a que donen sus órganos. La vida nos cambia cuando sabemos que hay alguien de nuestra familia que necesita un órgano. De igual forma, cuando nosotros vivimos esta experiencia, debemos ser portadores de este mensaje.

Hay un mensaje más que me gustaría expresar a los familiares de pacientes que son sometidos a trasplante. Deben tener toda la confianza en su equipo de atención médica, ya que tienen amplio conocimiento, tienen mucha experiencia y son personas muy humanas. Y algo muy importante, todos debemos trabajar en equipo, porque si los enfermos y sus familiares no hacen lo que tienen que hacer y no trabajan de forma coordinada con ellos, de nada sirve estar en el mejor Instituto del mundo y con los mejores médicos; mucho depende de nosotros como pacientes y familiares de los trasplantados y en este sentido, nos ayuda mucho el curso para Pacientes de Trasplante de Hígado y sus familiares, ya que en el mismo, ellos nos van acompañando en cada momento de la evolución del trasplante, nos dicen que sucederá y como debemos enfrentarlo.

Finalmente quiero aprovechar esta oportunidad para agradecer a todo el personal de atención médica por lo que hicieron por nosotros. Este es un hospital con gran humanidad. Todo el equipo de trabajo: médicos, enfermeras, trabajo social, etc., cada uno de ellos, ha sido un elemento crucial para nosotros, pues simplemente todos ellos regresaron a la vida a mi esposo.

Envía tu aportación a: camiseta.avisos@incmnsz.mx o llévala al Departamento de Comunicación y Vinculación, ubicado en el segundo piso de la Unidad de Investigación, a un lado de la fuente del Quijote.

Trabajar en equipo ha sido la clave del éxito

Gracias a todo el equipo de trasplantes. Su apoyo es invaluable

L.T. S. Silvia López Yáñez/Coordinadora del Curso para Pacientes de Trasplante de Hígado

Recientemente, concluimos el segundo Curso para Pacientes de Trasplante de Hígado y sus Familiares, que tengo el gusto de coordinar desde hace casi dos años. Por ello, considero que este es un buen momento para expresar mi agradecimiento y de forma especial, reconocer a todo el equipo de Trasplantes de Hígado por su importante labor y por el invaluable apoyo que me han proporcionado para la realización del curso. De igual forma, quiero agradecer a los pacientes y sus familiares que han asistido, ya que sin su participación, no sería posible la existencia del mismo.

A todos los integrantes del equipo gracias. Muchas veces no son vistos o conocidos los profesionales que participan en un trasplante, sin embargo todos son importantes y todos realizan una trascendental labor para que se llegue a un final exitoso. En este sentido, el Departamento de Gastroenterología, dirigido por el Dr. Luis Federico Uscanga Domínguez, me ha permitido realizar el curso que en este año, llegó a su edición número dos, por lo que le expreso mi agradecimiento; además de que me ha apoyado para el curso y lo ha hecho para otras acciones del ámbito de trabajo social que se desarrollan en esta área. De igual forma, quiero agradecer al Departamento de Trasplantes, comandado por el Dr. Mario Vilatobá Chapa, por todo el apoyo que nos han brindado en este curso y en otras acciones encaminadas al paciente trasplantado y sus familiares. A la L.T.S. Cecilia Ruíz González por su apoyo.

Este curso, ha pretendido proporcionar ayuda, orientación y apoyo a los pacientes trasplantados y sus familiares. Para alcanzar éste objetivo, hemos contado con la participación de médicos especialistas, enfermeras, nutriólogas, trabajadoras sociales y personal administrativo. De cada uno de los equipos que participan en los trasplantes para que les brinden información a los pacientes trasplantados y sus familiares. De esta forma, se preparan para detectar cuáles son los momentos que enfrentarán durante el proceso y si tienen dudas hay alguien calificado para responderlas y orientarlos sobre qué y cómo hacerlo. Por eso, muchas gracias por su tiempo y su disposición, la cual ha sido invaluable en el desarrollo de este curso.

Y finalmente, mi reconocimiento a nuestros pacientes y sus familiares, ya que sin su participación este curso no tendría una razón de ser. Todos los que han participado, nos han permitido aprender de cada uno de ellos. Muchas gracias, su participación y sus observaciones han sido muy valiosas para generar mejores contenidos y nos ha permitido explorar nuevas ventajas de oportunidad con la finalidad de brindarles un mejor servicio.

Comparte con nosotros tus vivencias, experiencias, anécdotas y sentir con el Instituto. Envía tu aportación a: camiseta.avisos@incmnsz.mx o llévala al Departamento de Comunicación y Vinculación, ubicado en el segundo piso de la Unidad de Investigación, a un lado del plaza del Quijote.

El paciente, nuestra razón de ser

Humanismo y Servicio en la Atención: prioridad del INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Humanismo y Servicio son dos conceptos que comparten el mismo sentido: dar a otro para ayudarlo a cubrir alguna carencia o satisfacer una necesidad. Por un lado, el humanismo es entendido como la acción que se lleva a cabo con el objetivo de ayudar a otro. Es realizado por una persona que siente afecto, compromiso o solidaridad hacia la gente, en especial, a los más débiles o necesitados. Y por otra parte, el servicio, se define como un conjunto de actividades que se realizan con la intención de satisfacer las necesidades de otra persona.

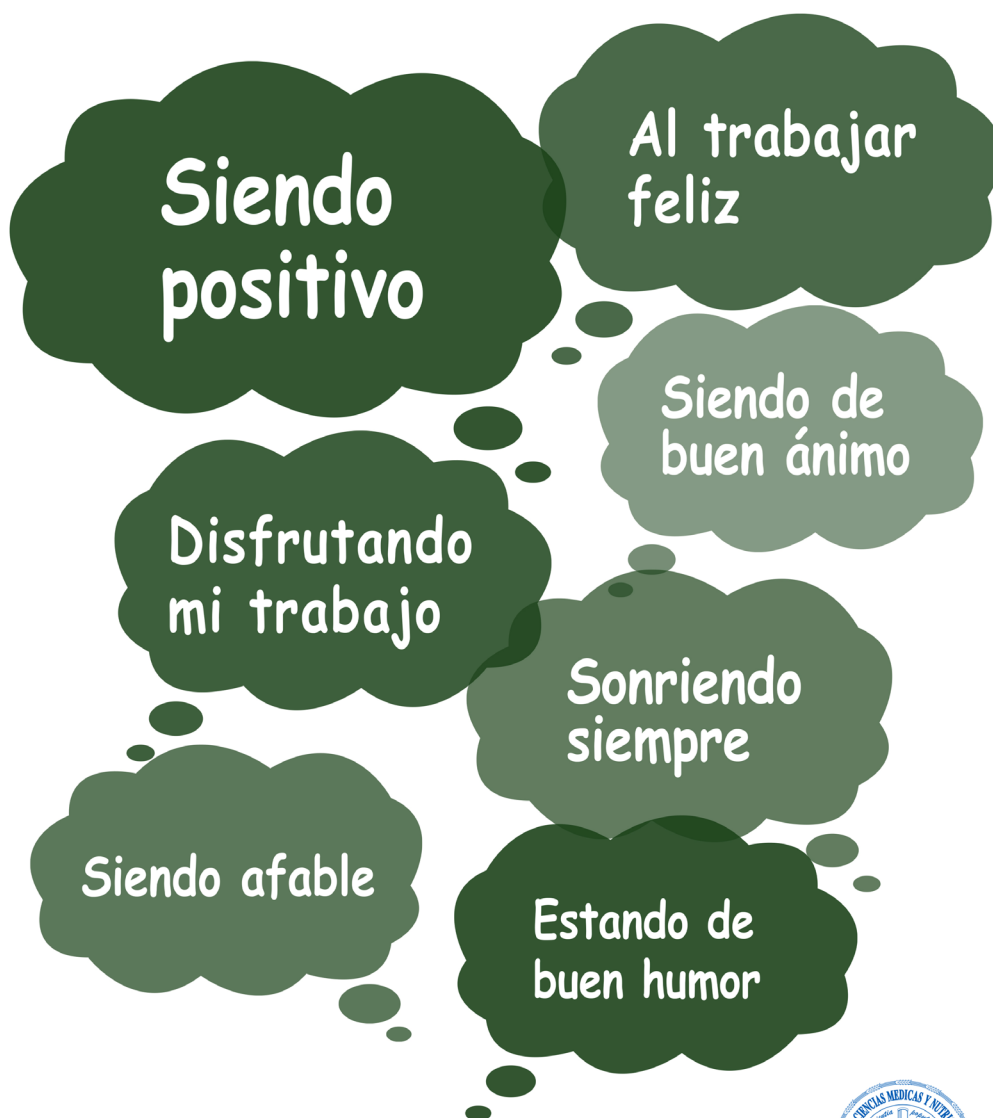
En este sentido, al combinar ambos conceptos, obtenemos lo que se conoce como servicio con humanismo, deseable en muchas instituciones; más aún, en una de atención médica, como es el Instituto. Afortunadamente, bajo este principio, nos desempeñamos los integrantes del INCMNSZ.

De acuerdo a lo anterior y siguiendo la visión del Dr. Martín Nizama-Valladolid, Investigador peruano de la Dirección Ejecutiva de Investigación peruano, asegura que el perfil del médico humanista contempla:

BONDAD	Es la primera de las cualidades que un médico necesita poseer para buscar primordialmente el bien del paciente en todo acto médico.
SABIDURÍA	El médico necesita conocimientos teóricos, habilidades, destrezas y gran sensibilidad humana y debe estar consciente de su preparación y ser capaz de reconocer sus limitaciones; y en caso necesario, estar dispuesto a buscar la ayuda del colega para solicitar su opinión o remitirle al paciente.
RESPECTO	Por el paciente y por la profesión que practica. Respetar al paciente significa tratarlo como ser humano. La presentación pulcra del médico es señal de respeto por sí mismo y por el paciente.
COMPASIÓN	Ser sensible al sufrimiento que padece otra persona. Compartir el dolor.
SOLIDARIDAD	El médico es un paradigma de solidaridad humana en la sociedad. Cuando se entrega generosamente a su profesión, obtiene el respeto, reconocimiento y gratitud de la comunidad a la cual se debe.
INTEGRIDAD	El médico íntegro asume cabalmente sus funciones.

Fuente: http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/spmi/v15n1/humanis_medico.htm

Puedo servir mejor...



Respuestas del personal del Instituto a la dinámica de fin de año 2016.



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

Derechos Reservados © 2017 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Lista de Reactivos que el Laboratorio de Ciencia y Tecnología de los Alimentos tiene para donar a quien los necesite.

Reactivo	Codificación CAS	Marca	Presentación	Lote	Cantidad disponible
1, 1, 1, 3, 3, 3-hexamethyldisilazane	999-97-3	J. T. Baker	500 ml	J13621	1
1, 1, 3, 3-tetramethoxypropane	102-52-3	Sigma	500 ml	123F-0056	1
Acetato de Etilo	141-78-6	Golden Bell	1L	0701737	1
Acetato de Sodio	6131-90-4	J.T. Baker	500 g	K23C230	1
Acetona HPLC	-	Fermont	4L	317133	2
Acetonitrilo	75-05-8	Sigma-Aldrich	1L	06546BG	1
Acetonitrilo	75-05-8	Merck	1L	2298466	1
Acetonitrilo	75-05-8	Merck	1L	1289659	1
Ácido Clohídrico	7647-01-0	Golden Bell	1L	803538	1
Ácido Clorhídrico	7647-01-0	Fermont	2,5L	248341	1
Ácido Clorhídrico	7647-01-0	Fermont	2,5L	120352	1
Ácido Clorhídrico	7647-01-0	Fermont	2,5L	219154	2
Ácido Clorogénico	327-97-9	Sigma	1 g	104K0722	1
Ácido Nítrico 70%	7697-37-2	Fermont	2,5L	219353	2
Ácido Nítrico 70%	7697-37-2	Fermont	2,5L	849452	1
Ácido Nítrico 70%	7697-37-2	Fermont	2,5L	505541	4
Ácido Nítrico 70%	7697-37-2	Fermont	2,5L	534441	1
Ácido Perclórico	76-01-90-3	J. T. Baker	500 ml	V13C54	1
Ácido Perclórico	7601-90-3	J.T. Baker	500 ml	K44478	1
Ácido Perclórico	7601-90-3	Fermont	2,5L	542252	1
Ácido Sulfúrico	7664-93-9	Fermont	1L	811353	1
Ácido Sulfúrico	7664-93-9	Fermont	1L	811353	2
Ácido Sulfúrico	7664-93-9	Fermont	1L	726352	1
Ácido Tiobarbiturico	504-17-6	J.T. Baker	100 g	G31586	1
Acido Tricloroacético Cristal	76-03-9	J.T. Baker	500 g	T25594	1
Agarosa	-	Sigma	50 g	125F-0271	3
Alcohol Butílico	71-36-3	Fermont	1L	220231	1
Alcohol Isobutílico	78-83-1	J.T. Baker	4L	A48613	1
Alcohol Isobutílico	78-83-1	Fermont	4L	033402	2
Bicarbonato de Sodio	1455-8	Fermont	500 g	514308	2
Bicarbonato de Sodio	144-55-8	J.T. Baker	500 g	M083391	1
Bicarbonato de Sodio Purificado	14-55-8	Fermont	500 g	125202	2
Carbonato de Calcio	471-34-1	J.T. Baker	500 g	528265	1
Ciclohexano	110-82-7	Caledon	1L	58018	3
Ciclohexano	110-82-7	Caledon	1L	58018	1

Está es solo una parte de la lista. Puede consultar los demás reactivos en dicho Departamento. Para mayor información comunicarse a las extensiones 2811, 2812, 2813, 2823 y 1576

Presta
auxilio
si quieres
hallarlo

Félix María de Samaniego



**INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN**

Misión

Somos una institución nacional de salud que realiza investigación, docencia y asistencia de alta calidad, con seguridad, honestidad, responsabilidad y compromiso social, en un marco de libertad y lealtad, al servicio del ser humano y su entorno.

Visión

Ser una institución de salud líder nacional e internacional por la excelencia en la asistencia, docencia e investigación con una red de centros afiliados que apliquen el mismo modelo integrador.

Valores

Calidad ● Compromiso social ● Excelencia ● Honestidad ● Humanismo
Lealtad ● Libertad ● Responsabilidad ● Seguridad ● Tolerancia

La Camiseta

Fundada en 1994

Director General

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Dirección de Comunicación Institucional y Social

Coordinación Ejecutiva

Jacqueline Pineda Pineda

Responsable Editorial

Dora A. Valenzuela de la Cueva

Diseño editorial, armado, retoque digital, fotografía y ortografía

Jorge Velázquez Hernández

Karina Salas Mercado

Ma. Concepción Nolasco Miguel

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación

Versión Digital

Samuel Rivera Flores



Si deseas colaborar escríbenos a:
lacamiseta.avisos@incmnsz.mx

Consulta la edición digital
www.innsz.mx/opencms/contenido/camiseta.html

www.incmnsz.mx