# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIII No. 21 15 de Noviembre 2017


# Registro Nacional de Peso y Talla 2017, Dirección de Nutrición

## XLVII Concurso de pintura, dibujo y fotografía Salvador Zubirán 2017

# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

No. 571 15 de noviembre 2017


## CONTENIDO


EDITORIAL 1

SER INCMNSZ 2
- XLVII Concurso de pintura, dibujo y fotografía Salvador Zubirán 2017

PARA CONOCERNOS 4
- Registro Nacional de Peso y Talla 2017, Dirección de Nutrición

ENTÉRATE 6
- Curso de Bioética en el INCMNSZ
- Avances de Medicina Interna 2017
- XLIV Jornadas de Enfermería
- Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores

CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA 8
- Cultura de seguridad del paciente Acción 8

CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL 9
- Resistencia a la innovación estratégica

NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL 10
- Áreas naturales protegidas en México

COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN 11
- #DíaNaranja_incmnsz contra la violencia de niñas y mujeres

VOLUNTARIADO 12
- El Voluntariado contribuye con el cuidado del medio ambiente

ARTE Y CULTURA 13
- Agustín Víctor Casasola Segunda parte

VIDA INSTITUCIONAL 14
- Historia de la Academia Nacional de Medicina de México

VIDA LABORAL 15
- Consideraciones de Trata de Personas

TU SALUD
- 2º Encuentro por la Salud Integral 16

LA CULTURA DEL BIEN COMER 17
- Flor de calabaza
- Omelette de flor de calabaza

ESPACIO DE LECTURA
- La presencia del pasado, Enrique Krauze 18

SABÍAS QUE
- Efemérides de la salud 19

ESPACIO DEL LECTOR
- Agradecimiento al Instituto 20

TU HISTORIA CON EL INSTITUTO
- Ofrendas del Día de Muertos en el INCMNSZ 21

HABLEMOS DE
- La alegría en el servicio para alcanzar la excelencia 22

CAMPAÑA INSTITUCIONAL 23

ANUNCIOS 24



La Camiseta es una publicación quincenal del Instituto. Los artículos publicados son responsabilidad del autor.

El INCMNSZ siempre se ha caracterizado por contribuir con sus investigaciones en la creación de las políticas públicas en materia de salud del país. En esta ocasión, la Dirección de Nutrición, a través del equipo de trabajo del Dr. Abelardo Ávila Curiel, investigador de dicha Dirección, elaboraron el Registro Nacional de Peso y Talla, mediante el cual se censó a más de catorce millones de niños de primaria de todo el país. La información de esta acción sin precedentes, se presenta en la sección Para Conocernos.

Una de las tradiciones institucionales que expresa el sentir de lo que representa para los integrantes del INCMNSZ formar parte de él, es el XLVII Concurso de pintura, dibujo y fotografía Salvador Zubirán 2017. En la sección Ser INCMNSZ, se da a conocer la información al respecto.

La enseñanza es uno de los pilares del INCMNSZ. En la sección Entérate, se publica información relativa a ello, a través de cuatro eventos que tuvieron lugar en el Instituto: Curso de Bioética en la práctica e Investigación Clínica, Curso de Avances de Medicina Interna 2017, XLIV Jornadas de Enfermería y Curso Taller Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores.

El cuidado y protección al medio ambiente se ha consolidado como parte de las acciones del Instituto; a este esfuerzo se suma el Voluntariado, quien en esta ocasión da a conocer la donación de contenedores para PET que hizo, para facilitar la donación y recolección del mismo. Violeta Arciniega Fuentes, en la sección Voluntariado, informa al respecto.

La Lic. Palmira de la Garza y Arce, en la sección Arte y Cultura, cierra la información relativa al fotógrafo Agustín Víctor Casasola, un ícono de la fotografía de la Revolución Mexicana, reconocido mundialmente por sus extraordinarias manifestaciones artísticas en un periodo de gran importancia para la nación.

En la sección Tu Salud, se da a conocer una faceta de la acción social y asistencial del Instituto que al ir más allá de sus muros y llevar información que permite prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida de la comunidad tlalpense, participó en el 2º Encuentro por la Salud Integral.

Algunas efemérides de la salud, presentadas en la sección Sabías que, son: 1º de noviembre, inicio de la campaña contra la Influenza Estacional; 6 de noviembre, Día Mundial del Paludismo en las Américas; del 6 al 10 de noviembre, segunda semana de Salud Bucal y 8 de noviembre, Día Mundial de la Radiología.

La alegría como una emoción necesaria en el servicio se presenta en la sección Hablemos de, en la que se hace una reflexión en torno a la Red Europea para la Alegría que propone algunas sugerencias para convertir la alegría en un hábito.

Más de cuatro décadas descubriendo talentos

# XLVII Concurso de pintura, dibujo y fotografía Salvador Zubirán 2017

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El pasado 20 de octubre, en el lobby del auditorio principal del INCMNSZ, tuvo lugar la entrega de diplomas a los ganadores del XLVII Concurso de pintura, dibujo y fotografía Salvador Zubirán 2017 que en esta ocasión, tuvo por tema: Para conocer el Instituto, enséñanos las actividades que realizas en tu lugar de trabajo.

La ceremonia fue presidida por el Dr. Héctor Bourges Rodríguez, Director de Nutrición del INCMNSZ, quien entregó los reconocimientos a los ganadores del concurso. De igual forma, estuvieron presentes la Lic. Palmira de la Garza y Arce, Coordinadora de Arte y Cultura y la Dra. Herlinda Madrigal Fritsch, Jefa del Departamento de Vigilancia Epidemiológica del Instituto.

Por su parte, la Lic. Palmira de la Garza señaló que por 47 años se ha llevado a cabo el concurso a través del cual, se han descubierto muchos talentos y cualidades de gente que no se dedica como eje principal de sus actividades a las manifestaciones artísticas, ya que su trabajo es otro en la institución. Sin embargo, el concurso es una oportunidad para desarrollar aptitudes artísticas, por lo que felicitó a los premiados y les agradeció su participación. En su oportunidad, la Dra. Herlinda Madrigal destacó que este concurso lleva más de cuatro décadas, entre otras cosas gracias a la participación de los concursantes, y al interés de las autoridades institucionales que continúan apoyando el proyecto.

El jurado estuvo integrado por personal calificado de la Facultad de Artes y Diseño de la UNAM. Las obras estuvieron expuestas del 9 al 20 de octubre en el Vestíbulo del Auditorio Principal del INCMNSZ. Los ganadores fueron:

Categoría pintura

Primer lugar:
Dr. Jorge Oseguera Moguel.
Obra: Prehispánico 1.

Segundo lugar:
Dr. Javier Eduardo Anaya Ayala.
Obra: Aneurisma Aórtico

Tercer lugar:
Alejandro de la Cruz Rodríguez
Obra: La pandilla

Categoría dibujo

Primer lugar:
Alejandro Ramírez Islas.

Segundo lugar:
Rebeca Pacheco López.

Tercer lugar:
Alejandro de la Cruz Rodríguez

Categoría fotografía

Primer lugar:
Dr. Juan Pablo Pantoja Millán

Segundo lugar:
Francisco Hidalgo Guillén.

Tercer lugar:
Dr. Juan Pablo Pantoja Millán.

Categoría Infantil

Primer lugar:
Juan Pablo Anaya Iberri.
Segundo lugar.
América Alexandra de la Cruz González

Tercer lugar:
América Alexandra de la Cruz González

Dr. Javier Eduardo Anaya Ayala, adscrito al Programa de Maestría y Doctorado en la Dirección de Cirugía.

Segundo lugar

Es una oportunidad para todas las personas que forman parte del Instituto de expresar nuestras ideas artísticas y asociarlas con temas relacionados con la medicina; son ideas en las que se expresan sentimientos y pensamientos unicamente con imágenes. Para mí ha sido un privilegio participar por segundo año consecutivo porque me dio la oportunidad de seguir aportando en la parte artística del Instituto.

Sin duda este tipo de eventos impulsan y estimulan a las nuevas generaciones y a todos los trabajadores a desarrollar su creatividad; de hecho, ya desde ahora, se está invitando a participar para el siguiente año. Por último quiero agradecer profundamente al comité organizador la invitación y a los jueces el reconocimiento.

Dr. Juan Pablo Pantoja Millán, adscrito a la Dirección de Cirugía.

Tercer lugar

Decidí participar, por un lado, porque me gusta mucho el arte y por el otro porque el tema era algo muy interesante.

Es importante que se lleven a cabo este tipo de eventos porque en la vida no todo es la medicina, ni el trabajo, es fundamental tener un pequeño espacio de cultura y convivencia diferente a nuestra actividad principal.

El Instituto ha hecho un trabajo grandioso en la difusión y fomento a la cultura en general. En el hospital se tiene mucho tiempo promoviendo el arte con la exposición de las obras y con este concurso que cada año se lleva a cabo.

Más de 14 millones de escolares de primaria de todo el país censados

# Registro Nacional de Peso y Talla 2017 Dirección de Nutrición

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

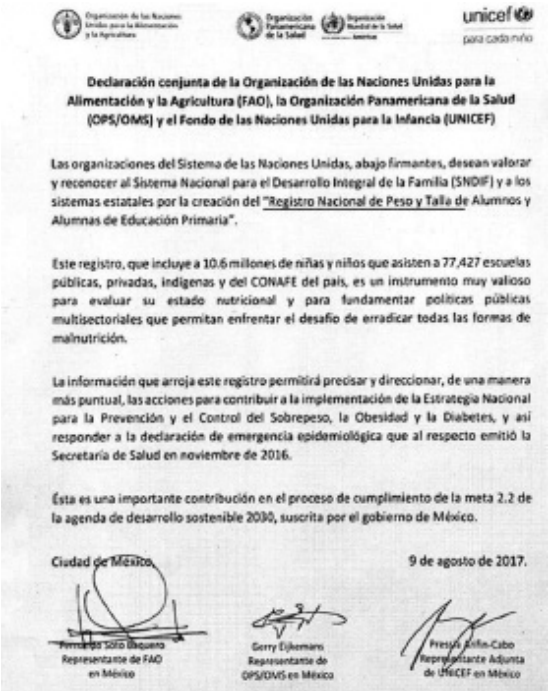
Como un importante logro, a escala nacional e internacional, fue considerado el Registro Nacional de Peso y Talla (RNPT) realizado por la Dirección de Nutrición. En dicho registro se reúne la información sobre mediciones de peso y talla de las alumnas y alumnos de todas las escuelas primarias del país, correspondiente a 14´294,079 alumnos de 106 mil escuelas de las 32 entidades federativas.

El Dr. Abelardo Ávila Curiel, investigador de la Dirección de Nutrición del INCMNSZ y Coordinador del Registro comentó que el RNPT cuenta con información digitalizada y procesamiento automático en tiempo real y en línea, georreferenciado, transparente y con rigurosa protección de los datos personales, para conocer con certeza el estado de nutrición de todas las niñas y niños, así como su evolución en el tiempo y poder así construir un sistema de inteligencia epidemiológica ya que el conocimiento oportuno del estado de nutrición de la población escolar hace posible la definición y evaluación de las políticas públicas en materia de salud, alimentación, nutrición y educación.

La presentación de este material tuvo lugar el 14 de agosto en el Instituto, en una ceremonia presidida por el Dr. David Kershenobich, Director General del INCMNSZ; el Mtro. Ismael Ordoñez, Jefe de la Unidad de Atención a la Población Vulnerable del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) en representación de la Mtra. Laura Barrera, Directora General del mismo; el Dr. Eduardo Jaramillo, Director General de Promoción de la Salud de la Secretaría de Salud; la Dra. Teresa Shamah, Directora de Vigilancia Epidemiológica de la Nutrición del Instituto Nacional de Salud Pública y el Dr. Héctor Bourges, Director de Nutrición del INCMNSZ.

Dr. Abelardo Ávila Curiel

La FAO, la OPS-OMS y la UNICEF realizaron una declaración conjunta en reconocimiento por la creación de éste registro.



Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura — Organización Panamericana de la Salud — Organización Mundial de la Salud América — unicef para cada niño

**Declaración conjunta de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)**

Las organizaciones del Sistema de las Naciones Unidas, abajo firmantes, desean valorar y reconocer al Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) y a los sistemas estatales por la creación del "Registro Nacional de Peso y Talla de Alumnos y Alumnas de Educación Primaria".

Este registro, que incluye a 10.6 millones de niñas y niños que asisten a 77,427 escuelas públicas, privadas, indígenas y del CONAFE del país, es un instrumento muy valioso para evaluar su estado nutricional y para fundamentar políticas públicas multisectoriales que permitan enfrentar el desafío de erradicar todas las formas de malnutrición.

La información que arroja este registro permitirá precisar y direccionar, de una manera más puntual, las acciones para contribuir a la implementación de la Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, y así responder a la declaración de emergencia epidemiológica que al respecto emitió la Secretaría de Salud en noviembre de 2016.

Ésta es una importante contribución en el proceso de cumplimiento de la meta 2.2 de la agenda de desarrollo sostenible 2030, suscrita por el gobierno de México.

Ciudad de México, 9 de agosto de 2017.

Fernando Soto Baquero, Representante de FAO en México — Gerry Eijkemans, Representante de OPS/OMS en México — Presta Anfin-Cabo, Representante Adjunta de UNICEF en México

Declaración conjunta FAO, OPS-OMS y UNICEF

Dr. Héctor Bourges Rodríguez

Durante su presentación, el Dr. Bourges destacó que la Dirección de Nutrición del Instituto está cumpliendo 60 años de dedicación al estudio de la nutrición humana y animal en nuestro país y de los alimentos mexicanos y que el Registro Nacional de Peso y Talla representa una herramienta actual para definir con notable oportunidad el estado de nutrición y la ubicación geográfica de cada escolar estudiado.

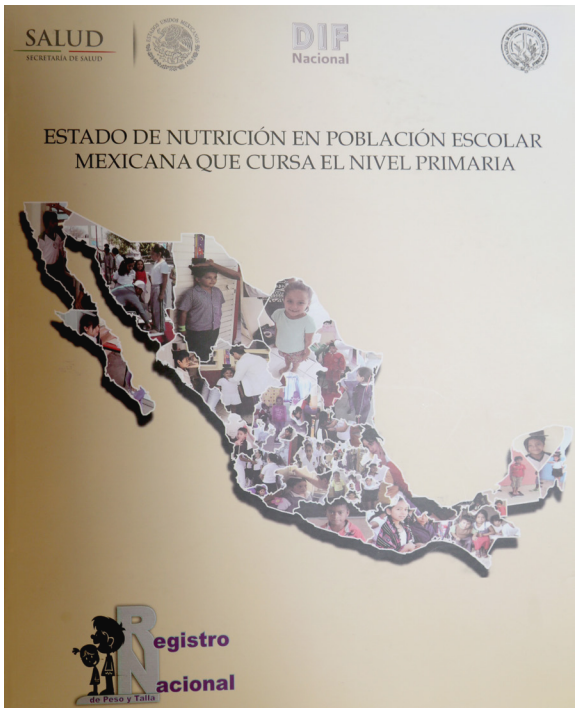
Esto da la posibilidad de vigilar persona por persona, niño por niño, su estado de nutrición. Destacó también la labor del Dr. Abelardo Ávila Curiel y su grupo de trabajo, por la promoción del registro, su planificación técnica, la coordinación del proyecto y la integración de un número tan amplio de datos que da la posibilidad de actuar de acuerdo con el problema identificado

Por su parte, el Dr. David Kershenobich expresó su satisfacción por la presentación del registro y reflexionó respecto a la importancia de contar con información que genere avance científico y permita hacer publicaciones en política de salud. La recopilación de los datos es una de las armas más importantes que tiene la investigación y este registro es un ejemplo de ello.

De igual forma, destacó la importancia de que el RNPT pueda servir como base para un sistema de inteligencia epidemiológica.

En su oportunidad el Mtro. Ordoñez expresó que México como el resto de los países de América latina y el caribe, enfrenta retos como la desnutrición, sobrepeso y obesidad, por lo que para garantizar el derecho a la alimentación de las niñas y niños, el DIF ha impulsado la alimentación de calidad desde hace de 40 años a través de la estrategia integral de asistencia social alimentaria y que con el propósito de conocer el estado de nutrición de los niños e instrumentar un sistema eficaz de vigilancia epidemiológica, el DIF buscó el apoyo del INCMNSZ. Así mismo, afirmó que la investigación es crucial para el desarrollo de políticas públicas sustentadas en cimientos firmes por lo que los resultados del Registro permitirán evaluar y dirigir las acciones para la prevención y control del sobrepeso y la obesidad, así como la reorientación de los programas alimentarios sustentados en datos duros.

Para concluir su participación señaló que es importante reconocer que ningún actor por si solo puede pretender ser el protagonista en el desarrollo de las políticas alimentarias y que es prioritario el trabajo coordinado y multidisciplinario para la creación de estrategias internacionales e interinstitucionales para alcanzar el objetivo.



Ciencia y ética, un binomio inseparable

# Curso de Bioética en el INCMNSZ

El 4 de septiembre tuvo lugar en el auditorio principal del INCMNSZ, el curso de Bioética en la práctica e Investigación Clínica, un enfoque aplicado, dirigido a investigadores y clínicos con el objetivo de destacar la importancia de realizar investigación sustentada en principios éticos que permitan hacer ciencia, así como, reflexionar sobre los dilemas de la investigación.

Los coordinadores del curso fueron los doctores Carlos Aguilar Salinas, Presidente del Comité de Investigación del INCMNSZ; Arturo Galindo Fraga, presidente del Comité de Investigación del Instituto y Alejandra Armenta Espinosa, vocal del Comité de Investigación del Instituto, quienes destacaron la importancia de crear conciencia y reforzar en los investigadores y clínicos investigar bajo los límites y los parámetros de la bioética. El Dr. Carlos Aguilar Salinas inauguró el curso, y destacó que en el Instituto la bioética es uno de los elementos básicos para desarrollar investigación, y que el objetivo del curso era resaltar y poner en claro todos los conflictos e intereses que se ponen en juego cuando se realiza investigación, así como, los posibles dilemas éticos que se confrontan.

Mejorar el manejo clínico de los pacientes

# Avances de Medicina Interna 2017

Con el objetivo de mejorar la habilidad de los participantes para resolver el manejo clínico de los pacientes, así como, adquirir información de avances en fisiopatología, prevención, diagnóstico y tratamientos de enfermedades relevantes se llevó a cabo el curso Avances de Medicina Interna, el 7 y 8 de septiembre, en el auditorio principal del INCMNSZ. El Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto inauguró el curso y destacó que una de las ventajas del curso es que da la posibilidad a los médicos asistentes de interactuar con los ponentes de las diferentes disciplinas que han sido convocados de todo el mundo por ser los mejores en su especialidad.

El Director del curso fue el Dr. Alfonso Gulias Herrero, Subdirector de Servicios Médicos del Instituto, quien destacó que este curso se está volviendo una tradición en el instituto por su relevancia.

Desde una visión Antropológica

# XLIV Jornadas de Enfermería

Proponer una visión holística de la Enfermería en la que el componente antropológico esté presente, fue el tema central de las XLIV Jornadas de Enfermería, la Transmisión Epistemológica del Cuidado de Enfermería desde una postura antropológica, que se llevaron a cabo el 5 y 6 de octubre en el auditorio principal del INCMNSZ.

La inauguración estuvo a cargo del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, quien destacó que las Jornadas son muy importantes, ya que el tema tiene que ver con el aspecto del cuidado de la calidad en el servicio y eso se puso en práctica durante los eventos desafortunados del terremoto, en el Instituto se pudo reflejar muy bien ese aspecto y enfermería jugo un papel muy importante en ello, por otro parte, contribuye a redondear la labor de la enfermería del INCMNSZ.

Algunos de los temas tratados fueron: Antropología del cuidado de enfermería y la medicina alternativa a pesar de la ciencia. De igual se tuvo un concurso de carteles sobre el tema de las jornadas, los cuales fueron expuestos en el lobby del auditorio.

Clausura del curso-taller

# Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores

El pasado 16 de octubre al filo de las 14:00 horas, en las instalaciones del Servicio de Geriatría del INCMNSZ, a cargo del Dr. Alberto Ávila Funes, tuvo lugar la clausura del curso taller Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores, coordinado por la Lic. en T. S. Silvia Bautista Martínez quien señaló que bajo el lema cuidándonos para cuidar, se capacita a personas que tienen a su cargo el cuidado de personas adultas mayores. La clausura del curso estuvo a cargo del Dr. Ávila Funes quien manifestó su satisfacción de que el curso cada año sea más solicitado por pacientes y sus familiares y hasta por profesionales del cuidado de personas adultas mayores. De igual forma que en cada curso que inicia se van sumando temas que lo fortalecen.

Por su parte, los egresados coincidieron en señalar que este curso, además de ayudarles a saber de que forma deben atender a las personas que tienen a su cargo, les permitió entender que para cuidar no solo basta hacerlo con amor, es necesario también, tener el conocimiento y autocuidarse, ya que de lo contrario, no pueden apoyar a sus enfermos. De igual forma, destacaron que el INCMNSZ es la única institución que da un servicio integral para el paciente y sus familiares, por lo que están muy agradecidos con él.

Acciones esenciales de seguridad del paciente

# Cultura de seguridad del paciente

## Acción 8

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

La última acción esencial es la cultura de seguridad del paciente, la cual refleja de alguna manera la implementación de las 7 acciones previas.

La seguridad del paciente se define como la ausencia de accidentes o lesiones prevenibles producidos durante el proceso de atención en salud. Incluye todas las acciones, elementos estructurales, procesos, instrumentos y metodologías soportadas con la evidencia científica.

Para contar con una cultura de seguridad del paciente dentro de una institución, es importante contemplar las actitudes y percepciones de los trabajadores de salud respecto a los temas de seguridad del paciente, a sus necesidades y a sus propuestas de mejora.

Podemos reconocer que una institución tiene sólida una cultura de seguridad del paciente, cuando tiene la capacidad de reconocer que todas las actividades que se realizan en su institución son de alto riesgo y propensas a que sucedan errores, propiciando un entorno que no culpabilice y en el que los individuos puedan notificar errores o cuasi fallas sin ser castigados.

Los principios básicos para la cultura de seguridad son:

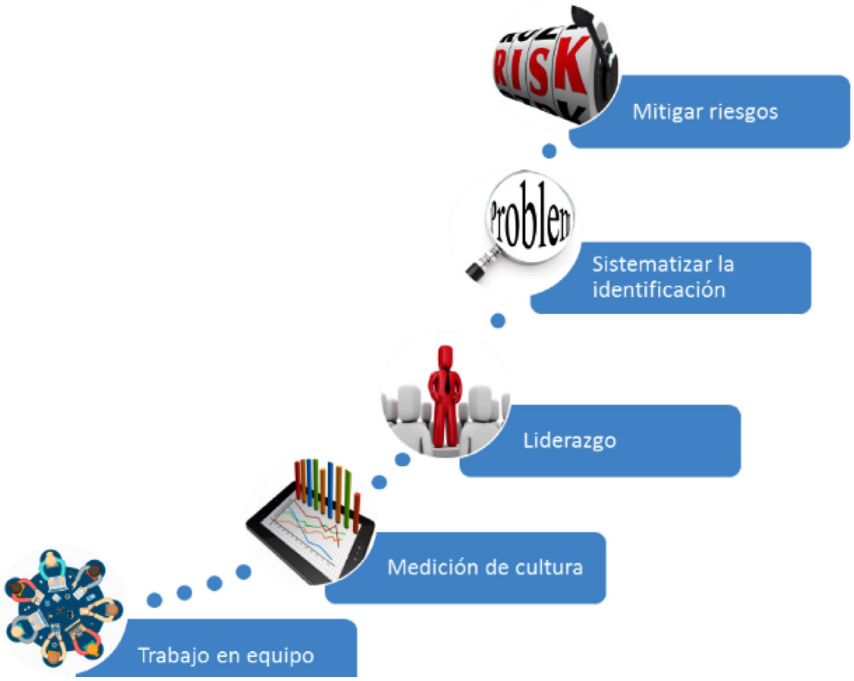



Imagen elaborada por la Dra. Yesica E. Andrade Fernández

Calidad en la gestión: pieza clave del éxito institucional

# Resistencia a la innovación estratégica

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

La resistencia al cambio tiene una desventaja: obstaculiza la adaptación y el progreso.

La innovación es el resultado de un proceso complejo e interactivo en el que intervienen tecnologías, recurso humano, formaciones profesionales, capacidades organizativas, diseños, y otros factores intangibles de la actividad empresarial. Es por lo tanto, el arte de transformar el conocimiento en riqueza y calidad de vida (Innovarium, 2003).

La innovación estratégica está ligada a la resistencia al cambio. Gran parte de las estrategias innovadoras que se presentan en las organizaciones tienden a ser rechazadas por la Alta Dirección, esto debido, a la racionalidad y visión de las personas, recordemos que convivimos con diferentes tipos de generaciones, cada una de ellas tiene sus limitantes y aportaciones. Sin embargo, las personas se aferran a los paradigmas existentes en los procesos de trabajo (tecnologías de la información, impacto social, capital humano, etc.), el confort de gestión garantiza su estabilidad en el mercado, por ello difícilmente se arriesgan al adoptar cambios que involucren su estabilidad.

Obstáculos a la Innovación Estratégica:

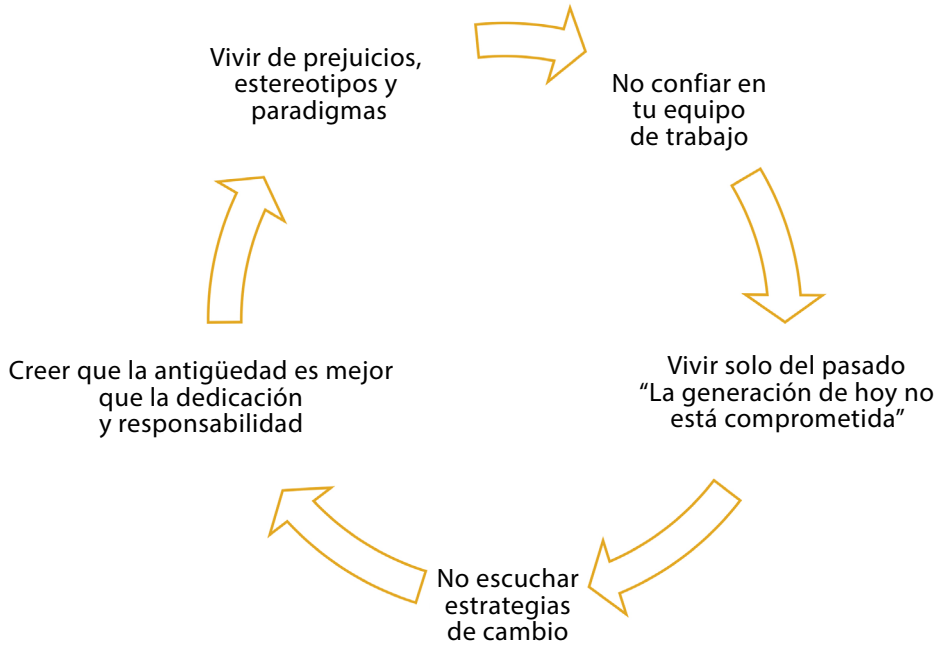



Imagen proporcionada por el autor

100 años de conservación

# Áreas naturales protegidas en México

Biol. Abdalá Rodríguez Assad/Coordinación de Control Ambiental

A partir del 27 de noviembre de 1917 siendo el presidente Venustiano Carranza, se decretó el primer parque nacional: El Desierto de los Leones. México dio un primer paso en la protección de la biodiversidad y de los servicios ambientales que ofrecen los ecosistemas. Se establecieron áreas protegidas, que son un espacio geográfico definido, reconocido, dedicado y gestionado, mediante medios legales para conseguir la conservación a largo plazo de la naturaleza y de sus servicios eco-sistémicos y sus valores culturales asociados.

Las áreas naturales protegidas tienen la función de conservar la biodiversidad representativa de los ecosistemas para asegurar el equilibrio y la continuidad de los procesos evolutivos y ecológicos y cuyas características no han sido esencialmente modificadas. Preservan diferentes ecosistemas como: selvas, desiertos, bosques, arrecifes de coral, playas, manglares, bosques de niebla, humedales, cavernas y altas montañas; que proveen diversos servicios ambientales y ayudan a mitigar tanto los efectos del cambio climático, como el de diferentes eventos meteorológicos externos. También constituyen verdaderos motores del desarrollo sustentable, detonando a través de actividades productivas, indispensables para el desarrollo.

Las principales áreas protegidas y reservas naturales de México son:

- Flora, fauna del corredor biológico Chichinautzin.
- Parque Nacional Grutas de Cacahuamilpa.
- Parque Nacional Iztaccihuatl Popocatépetl.
- Área Protegida de flora y fauna Nevado de Toluca.
- Reserva de la biosfera Sierra Gorda.
- Reserva de la biosfera Tehuacán Cuicatlán.
- Reserva de la biosfera Río Celestún.
- Reserva de la biosfera de Sian Ka'an.
- Hierve el agua.
- Parque Nacional Marino, Arrecifes de Xcalak.
- Parque Natural Sima de las Cotorras o fosa de las cotorras.
- Parque Nacional Cañón del Sumidero.

Hoy en México después de 100 años se han tenido importantes avances encaminados hacia la conservación de la biodiversidad, pues ya se cuenta con 182 áreas naturales protegidas, con una extensión de 90.8 millones de hectáreas. La conservación de los recursos naturales garantiza el bienestar de las presentes y futuras generaciones.

Esfuerzo conjunto: Secretaría de Salud e INCMNSZ

# #DíaNaranja_incmnsz contra la violencia de niñas y mujeres

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

En el marco del apoyo que el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición ha otorgado a la Secretaría de Salud, a través del Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva, Igualdad de Género en Salud; el Departamento de Comunicación y Vinculación, ha difundido a través de diversas herramientas de comunicación la Campaña Naranja, cuyo objetivo es concientizar a la sociedad en general que las mujeres y niñas no tengan violencia, y el color naranja es el distintivo para ello.

Esta campaña en contra de la violencia se conmemora los 25 de cada mes; fecha en la cual se trabajan diversos materiales en la Secretaría de Salud a través de carteles, banners, etc., y en el INCMNSZ se trabaja en los siguientes medios:

Foto de portada y perfil en el Facebook del INCMNSZ, la cual se encuentra homologada con la Secretaría de Salud.

Cada mes se han tomado fotos de diversas áreas del Instituto, que se han solidarizado con esta Campaña, y como muestra de ello se visten de naranja o portan un listón, mascada o bufanda.

Collage de fotos de Día Naranja en nuestra página Institucional, en la cual aparecen las fotos de diversas áreas del Instituto que han apoyado en la Campaña.

Carteles. Asimismo se han diseñado carteles acordes a la campaña que manda el Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva, Igualdad de Género en Salud y se han puesto en los pizarrones institucionales. Es importante mencionar que los enlaces del Instituto en materia de comunicación, médica y administrativa han estado trabajando en diversas reuniones con la Secretaría de Salud para apoyar este esfuerzo de manera conjunta.

Donación de contenedores para PET

# El Voluntariado contribuye con el cuidado del medio ambiente

Violeta Arciniega Fuentes

El objetivo del Voluntariado es recolectar recursos para apoyar a pacientes y una forma de hacerlo, es generar las condiciones para que las personas aporten ayuda con sus acciones, en especie o en efectivo para favorecer la condición de los pacientes que lo requieran.

En este contexto, el Voluntariado del Instituto, donó a la Dirección de Comunicación Institucional y Social del Instituto, tres contenedores para PET, para que el personal del Instituto done sus emba–ces de PET y estos puedan ser vendidos, a través de la gestión del Departamento de Comunicación y Vinculación, quien a su vez, entregará los recursos económicos que se obtengan para ayudar a pacientes que no cuentan con suficiente dinero para su tratamiento médico.

De esta forma, el Voluntariado contribuye desde dos ángulos con las acciones asistenciales del Instituto. Por un lado, promueve la protección del medio ambiente y por el otro, genera el reciclaje de materiales que pueden ser vendidos para ser utilizados en favor de nuestros pacientes, que son la razón de ser del Instituto.

Te invitamos a que te sumes a estas acciones solidarias, trayendo todo el PET que ya no necesites y solicitándolo con tus familiares y amigos, y lo deposites en los contenedores. Con tu ayuda, podremos hacer cada día más, por quien más lo necesita.

Pionero de la fotografía documental en Latinoamérica

# Agustín Víctor Casasola

Segunda parte

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Como reportero fotográfico del diario El Imparcial, durante la Revolución abrió una agencia de información gráfica en 1912 que colaboraba a través de la fotografía con algunas revistas mexicanas y extranjeras. También ofrecía sus servicios a periódicos y público en general. Su hermano Miguel, sus hijos y nietos formaron parte de dicha agencia. A finales de 1912 la agencia se había expandido, y cambió su nombre a Agencia Mexicana de Información Fotográfica. La agencia atrajo a más fotógrafos y comenzó a comprar fotografías a agencias extranjeras y fotógrafos aficionados para su posterior venta a los diarios. Cuando El Imparcial dejó de editarse en 1917, Casasola recuperó los archivos del diario, compilando muchas de sus fotografías en el "Álbum histórico gráfico", que cubre los sucesos de la Revolución Mexicana. Sólo logró imprimir los primeros seis volúmenes, que cubren los años de 1910 a 1912, por falta de interés del público. En 1920, junto a otros fotógrafos mexicanos de renombre, fundó la Asociación Mexicana de Fotógrafos de Prensa.

En 1917, Agustín Casasola sirvió como Vicecónsul de México en el Consulado de Carrera de México en Nogales, Arizona, cuando el Cónsul titular fuera José Delgado, como consta en una fotografía que actualmente se encuentra en el Consulado de Carrera de los Estados Unidos de América en Nogales, Sonora. En dicha fotografía aparece el General Álvaro Obregón, acompañado del Cónsul Delgado y del Vicecónsul Agustín Casasola, donde a este último, se le ve portando una cámara fotográfica en su mano izquierda.

Para la década de 1920 las imágenes del archivo Casasola se publicaban en la revista Rotográfico, donde se difundía una página entera con reportajes sobre temas del pasado, lo ocurrido con hechos políticos, sociales y fiestas. Sus fotografías tenían el fin de documentar la historia de México en sus aspectos político, militar, social y cultural. Agustín Casasola muere el 30 de marzo de 1938 dejando un magnífico acervo fotografías que conforman el archivo Casasola.

Fotógrafo Agustín Víctor Casasola

Su antecedente, la Sociedad Médica del Distrito Federal

# Historia de la Academia Nacional de Medicina de México

## Francisco Fernández del Castillo

Lic. Gabriela Rubello Marín

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, quienes compartían la cátedra en el recién creado Establecimiento de Ciencias Médicas, del cual fue su primer director el Dr. Liceaga, quien es justo mencionar, actuó en defensa de la patria durante la invasión norteamericana de 1847.

El primer Presidente de la Academia de Medicina de México fue el Dr. Manuel Eulogio Carpio y Hernández, quien dirigió el Periódico de la Academia, digno antepasado de la Gaceta Médica. La sede de la Academia fue el antiguo Hospital de los Betlemitas.
En su época de estudiante en Puebla, don Manuel Carpio deseaba seguir la carrera de medicina en la ciudad de México, pero carecía de recursos.

En su afán de superarse, organizó una Academia de Medicina de carácter privado con un grupo de jóvenes, quienes solicitaron para ello a los médicos de la ciudad de Puebla que les impartieran clases en el Hospital de San Pedro.

Este fue un impulso admirable y gran visión de un joven talentoso. Poco después, por su brillante desempeño, se le concedió una pensión y pudo viajar a México donde se graduó como médico.

1791-1860 Manuel Eulogio Carpio Hernández. Poeta, Médico, Maestro y Político

El INCMNSZ a favor de la dignidad humana

# Consideraciones de Trata de Personas

Segunda parte

Dirección de Administración

Así las cosas y con la intención de dar continuidad al primer acercamiento que se tuvo con el denominado Protocolo para el Uso de Procedimientos y Recursos para el Rescate, Asistencia, Atención y Protección de Víctimas de Trata de Personas, en la primera entrega de cuatro, que se tienen planteadas, se mostrarán más elementos al respecto.

Seguidamente muestro un esbozo de las implicaciones de este protocolo en el ámbito personal y profesional.

La protección a víctimas comprende las acciones implementadas por las instancias encargadas de la detección, identificación y rescate de las víctimas, que buscarán proporcionar un lugar seguro a la víctima a través del refugio, albergue y Casa de Medio Camino, así como brindar el entorno seguro a través de la asistencia y atención.

La asistencia y atención son medidas de apoyo de carácter integral que se brindan a las víctimas desde el momento de su identificación o rescate hasta su reincorporación plena a la sociedad, que pueden ser entre otros: atención médica, psicológica, trabajo social, acompañamiento y asesoría jurídica, apoyos sociales, etc.

La víctima de trata de personas debe ser la prioridad del servidor y la servidora pública, y por lo tanto, en todo momento se deberá reconocer su dignidad y garantizar sus derechos humanos de acuerdo a lo establecido por la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y a los tratados internacionales de los que México es parte.

Este protocolo del que hemos hablado, funge como una herramienta de actuación e intervención, de esa suerte establece procesos comúnes que identifican:

1. Qué se hace: refiere a las actuaciones que se deben hacer para materializar el resultado del proceso emprendido con base en los principios rectores.
2. Quién lo hace: refiere a las instituciones que deben intervenir en cada parte del proceso.
3. Cuándo se hace: puntualiza el momento en el que se debe llevar a cabo cada paso en cada fase."

Continuará

MAESTRO CARLOS AUGUSTO SÁNCHEZ MORALES
FERNANDO RODRÍGUEZ

Nota: 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 forzosa, 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.".

El INCMNSZ, comprometido con la salud de los Tlalpenses

# 2º Encuentro por la Salud Integral

Primera parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Escenario principal de la Delegación de Tlalpan

Con el objetivo de ser un puente de comunicación entre la sociedad, las instituciones de salud y los expertos en temas y líneas de investigación sobre medicina y psicología, se llevó a cabo el 2º Encuentro por la Salud Integral, mediante el cual se favoreció la toma de conciencia sobre la importancia de procurar la salud integral de las personas. El evento tuvo lugar el 29 de octubre en el centro de la Delegación Tlalpan, paralelamente con el 94 Encuentro de Ciencias, Artes y Humanidades. Las instituciones participantes fueron: la Delegación Tlalpan, la Facultad de Psicología y Medicina de la UNAM, el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) y el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz. El tema central fueron los trastornos de la conducta alimentaria, adicciones, depresión y estrés postraumático.

Los encargados de realizar la apertura del evento fueron: el Mtro. Ángel Mauren Rodríguez, Coordinador General de ambos encuentros y de la coordinación de investigación científica de la UNAM; el Dr. Germán Palafox Palafox, Director de Psicología de la UNAM; el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ, la Dra. María Elena Medina Mora, Directora General del Instituto Nacional de Psiquiatría, la Dra. Claudia Sheinbaum Pardo, Delegada de Tlalpan; el Mtro. Samuel Salinas Álvarez, Director General de Desarrollo Social de la Delegación de Tlalpan; la Mtra. Teresa Zacarías, Directora General de Cultura de la Delegación Tlalpan; el Lic. Ricardo Núñez Muñoz, Embajador de Chile en México; y la Mtra. Sonia Dasa, Presidenta de la Asociación Salvador Allende.

El Dr. David Kershenobich agradeció a la Delegación de Tlalpan la oportunidad de llevar a la sociedad información útil sobre prevención de la salud, ya que el interés del Instituto es estar cerca de la comunidad a la que pertenece (Tlalpan), favoreciendo la salud entre la población con información que permita prevenir enfermedades y tener un estilo saludable de vida. De igual forma, se comprometió a que el próximo año el INCMNSZ participará en el Tercer Encuentro por la Salud Integral. En ese mismo sentido, la delegada de Tlalpan, la Dra. Claudia Sheinbaum agradeció al Instituto por su interés en la salud de la comunidad de Tlalpan y destacó la importancia de prevenir las enfermedades y de informar a la sociedad sobre temas de salud, mediante este tipo de eventos.

# Flor de calabaza

La composición nutrimental de estas plantas en términos generales, es similar a la de otras verduras de hoja. Contiene poca energía y cantidades considerables de agua (más del 75%) y entre sólidos (25%) se encuentran hidratos de carbono, fibras y pequeñas cantidades de lípidos.

Este tipo de flores contienen sustancias "bioactivas" a las que se les atribuyen efectos benéficos tales como polifenoles, antioxidantes que se asocian a la prevención de enfermedades cardiovasculares y otras enfermedades dege–nerativas, ácidos grasos poliinsaturados (Omega 3 y Omega 6) que pueden tener efectos antitrombóticos reduciendo la adherencia de plaquetas en las arterias y concentraciones de colesterol y triglicéridos en sangre, flavonoides que también presentan actividad antioxidante.

Bibliografía
1. Lara cortes E, Osorio Días P, et al. Contenido nutricional, propiedades funcionales conservación de flores comestibles. Revisión. Archivos latinoamericanos de nutrición. Vol. 63 Nº 3, 2013.
2. Cuadernos de nutrición. Volumen 36 número 1año 2013.

CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL DEL
PACIENTE CON DIABETES CAIPaDi

# Omellete de flor de calabaza

Ingredientes:

| | |
|---|---|
| 6 cucharaditas | de aceite de oliva |
| 6 cucharadas | de cebolla finamente picada |
| 3 dientes | de ajo finamente picados |
| 1 ½ tazas | de jitomate, sin semillas, cortados en cubitos |
| 1 pieza | de chile serrano finamente picado, |
| 3 piezas | de calabazas picadas en cubito |
| 3 ramos | de flor de calabaza, sin pistilo |
| 1½ cucharadas | de hojas de cilantro finamente picadas |
| 3 cucharadas | de epazote finamente picado |
| 12 claras | de huevo |
| 6 piezas | de huevos enteros |
| 9 cucharadas | de queso de cabra o panela |
| Al gusto | sal y pimienta |

Modo de preparación

Calentar en un sartén a fuego medio con tres cucharaditas de aceite, acitronar la cebolla y los ajos, y agregar el jitomate, el chile y las calabazas. Sofreir durante un minuto y añadir las flores de calabaza. Sazonar con sal y pimienta. Una vez cocidas espolvorear el cilantro y el epazote. Reservar. En un tazón batir las claras con los huevos y salpimentar. Calentar en un sartén de teflón pequeño a fuego medio con una cucharadita de aceite. Vertir una medida de cucharón del huevo, cubriendo todos los bordes del sartén, y separar con una espátula de plástico para que no se pegue. Antes de que termine de cocinarse voltearlo, agregar un poco de relleno en el centro y después el queso. Despegar con la espátula , doblarlo en media luna. Repetir la operación con el resto de los omelettes.

Una auténtica biografía de México

# La presencia del pasado, Enrique Krauze

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Enrique Krauze Kleinbort nació en la Ciudad de México en 1947, es un ingeniero, historiador y escritor liberal mexicano. Miembro de la Academia Mexicana de la Historia y de El Colegio Nacional, Director de la Editorial Clío y de la revista cultural Letras Libres. Fue condecorado con la Gran Cruz de la Orden de Alfonso X, el Sabio, por el gobierno español. Recibió el Premio Internacional de Ensayo Caballero Bonald.

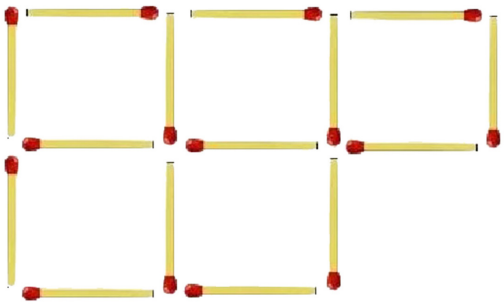
Ha escrito más de veinte libros, entre los que destacan Siglo de caudillos, Biografía del poder, La presidencia imperial, La presencia del pasado y Redentores. Ha producido más de 300 programas y documentales sobre la historia de México. En 2015 recibió la nacionalidad española.

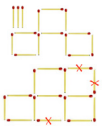
El libro La presencia del pasado, es una auténtica biografía de México, donde Enrique Krauze narra cómo en las diversas formas del pasado de México (el mundo prehispánico, la Conquista, la evangelización y la era virreinal) surgen las posturas de varios historiadores y escritores notables que vivieron el apasionado y dramático siglo XIX. En esta obra, se da a conocer un panorama inquietante y detallado del antepasado, donde los personajes de Krauze no son hombres de política, sino hombres del saber y que escribieron historia.

Estos hombres están en tensión creativa, entre el presente y el pasado: Manuel Orozco y Berra, Joaquín García Icazbalceta, José Fernando Ramírez, Lucas Alamán, Ignacio Ramírez, Ignacio M. Altamirano, Justo Sierra, Vicente Riva Palacio.

Autores que desde sus diversas posturas, creen en la necesidad de investigar, conservar y trasmitir la vasta memoria mexicana, instaurando una permanente y casi fervorosa presencia del pasado de nuestro México.

Pasatiempo: El juego de los 15 fósforos. Usted deberá sacar 3 fósforos y dejar en la nueva figura tres cuadrados.





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.

1º de noviembre, inicio de la Campaña contra la Influenza Estacional

## Se aplicarán más de 32 millones de vacunas en el país: SSA

Con el objetivo de prevenir el virus de influenza en la población, arrancó la Campaña de Vacunación Contra la Influenza Estacional 2017-2018, con la cual se aplicarán cerca de 32 millones de dosis en el país, de acuerdo a la Secretaría de Salud. Los grupos prioritarios son los adultos mayores, mujeres embarazadas, niños desde seis meses y hasta cinco años de edad, además de personal de salud, personas con diabetes, hipertensión, obesidad o enfermedad cardiovascular.

Fuente: https://www.gob.mx/salud/prensa/415-inicia-campana-de-vacunacion

6 de noviembre, Día Mundial del Paludismo en las Américas

## Demos un nuevo impulso para eliminar la enfermedad: OMS

Lograr la eliminación del Paludismo no será fácil, aseguró la OMS. Casi la mitad de la población mundial (3200 millones de personas) sigue estando expuesta al riesgo de contraerlo. Durante el último año se notificaron 214 millones de nuevos casos en 95 países. La eficacia de las medidas que permitieron ganar terreno en el presente siglo se ve ahora amenazada. Los mosquitos son cada vez más resistentes a los insecticidas.

Fuente: http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/world-malaria-day/es/

6 al 10 de noviembre, Segunda Semana de Salud Bucal

## Disminuir la incidencia de problemas bucales: SSA

De acuerdo a la Secretaría de Salud, el objetivo general de las semanas nacionales de salud bucal es enfatizar y facilitar el acceso a las acciones preventivas y curativas del Programa de Salud Bucal, con el fin de disminuir la incidencia y prevalencia de las enfermedades bucales que más afectan a la población, así mismo lograr un cambio positivo en sus hábitos higiénicos.

Fuente: http://salud.edomexico.gob.mx/html/saludbucal/snsb_semnacsb.html

8 de noviembre, Día Mundial de la Radiología

## Aniversario del descubrimiento de los Rayos X

El Día Internacional de la Radiología (International Day of Radiology) se celebra todos los años el 8 de Noviembre, debido a que coincide con el aniversario del descubrimiento de los Rayos X en el año 1895 por parte de Wilhelm Conrad Röntgen. Es un día para concientizarnos del papel que juega la imagen médica en la atención sanitaria moderna, ya que con un acceso a servicios de imágenes de calidad con profesionales bien capacitados se pueden salvar vidas.

Fuente: http://www.cuandopasa.com/index.php?v=v77848g

Excelencia profesional y calidad de servicio

# Agradecimiento al Instituto

Verónica Garduño Martínez (familiar de paciente trasplantado)

4 de septiembre de 2017

Profundo agradecimiento

Por este conducto quiero expresar mi más Profunda y Sincera gratitud a éste noble Instituto. Soy Patricia Pereda y en Agosto de 2012 me trasladaron sumamente grave del Issemym en Toluca, Edo. de Méx. Desde que me recibieron y hasta el momento sólo he recibido cariño y la más excelente atención.

Especialmente agradecida con los Dres. Miguel Herrera, Juan Pablo Pantaja, Rubén Cortés, Antonio Espinoza de Los Monteros, Sergio Ponce de León y sus respectivos equipos médicos, jóvenes de excelencia como los Dres. Negrete y Baldovinos. De igual forma al Dr. Elizondo y su extraordinario equipo de Endoscopistas. Gracias a todos por salvar mi vida y después de haber estado en varias ocasiones a las puertas de la muerte, Gracias a Dios que actuó a través de ellos y hoy poder volver a tener una vida normal. Muy agradecida también con las enfermeras de 3er piso, a todos los camilleros y personal de intendencia por tratarme con tanto cariño y ayudarme a salir adelante. Gracias a tan noble Institución por su gran humanismo, excelencia profesional y calidad de servicio en todas sus áreas.

Sinceramente Patricia Pereda Ochoa y Fam.

**Profundo Agradecimiento**

4 de septiembre de 2017, 19:16

Para: camiseta.avisos@incmnsz.mx

Por este conducto quiero expresar mi más Profunda y Sincera Gratitud a este noble Instituto. Soy Patricia Pereda y en Agosto de 2012 me trasladaron sumamente grave del Issemym en Toluca, Edo.de Méx. Desde q me recibieron y hasta el momento sólo he recibido cariño y la más excelente atención. Especialmente agradecida con los Dres. Miguel Herrera, Juan Pablo Pantoja, Rubén Cortés, Antonio Espinoza de Los Monteros, Sergio Ponce de León y sus respectivos equipos médicos, jóvenes de excelencia como los Dres. Negrete y Baldovinos. De igual forma al Dr. Elizondo y su extraordinario equipo de Endoscopistas. Gracias a todos por salvar mi vida y después de haber estado en varias ocasiones a las puertas de la muerte Gracias a Dios que actuó a través de ellos y hoy poder volver a tener una vida normal. Muy agradecida también con las enfermeras de 3er.piso, a todos los camilleros y personal de intendencia por tratarme con tanto cariño y ayudarme a salir adelante. Gracias a tan noble Institución por su gran humanismo, excelencia profesional y calidad de servicio en todas sus áreas.

Sinceramente Patricia Pereda Ochoa y Fam.

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.

Nuestras tradiciones

# Ofrendas del Día de Muertos en el INCMNSZ

Primera parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Como cada año, el 2 de noviembre (Día de Muertos) es una tradición que se mantiene viva en el Instituto. En muchas de las áreas del mismo, se colocaron altares y ofrendas, recordando a muchos de nuestros compañeros que ya han fallecido, pero que dejaron una huella significativa en cada una de sus áreas. A continuación, imágenes de algunas de las ofrendas del Día de Muertos en el Instituto:

Dirección de Nutrición

Escuela de Enfermería

Dirección General

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.

Hacer por placer, no por obligación

# La alegría en el servicio para alcanzar la excelencia

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Desde la visión etimológica deriva del latín alicer o alecris que significa sentimiento grato y vivo que suele manifestarse con signos exteriores.

La alegría es una de las emociones que experimenta el ser humano en la vida. Desde el punto de vista de la psicología es un estado interior de bienestar general que genera altos niveles de energía y una poderosa disposición.

Por lo anterior, la alegría en el servicio se consolida como un elemento clave en las instituciones para alcanzar la excelencia. En el INCMNSZ estamos claros de ello, por lo que la mayoría de los integrantes del mismo, incluyen en su quehacer diario la alegría como un hábito en el desempeño de sus labores.

Al respecto, la Red Europea para la Alegría propone las siguientes sugerencias para convertir la alegría en un hábito:

Sugerencias para convertir la alegría en hábito:

- Elevar el nivel de autoestima del individuo.
- Llevar una vida ordenada y sencilla, disfrutando de las cosas pequeñas y cotidianas que están al alcance de cualquiera.
- Pensar siempre en positivo, no permitiendo la entrada a nuestra mente de derrotismos y actitudes deprimentes o desesperanzadoras.
- Conseguir que la ocupación o el trabajo sean fuente de alegría.
- Fomentar cada día, a cada instante, los sentimientos de aceptación, de conformidad, de complacencia y alegría de la realidad cotidiana.
- No te conformes con sentir la alegría dentro de ti, haz que aflore al exterior y contágiala a quienes te rodean con palabras, actitudes y gestos que les arrastren a compartir tu propia alegría.
- Aprende a no perder ni un instante en lamentaciones y quejas inútiles sobre algo que es irremediable, como el jarrón que se ha roto, un día lluvioso, el robo del coche.
- Convierte la alegría en fiel comparsa de tu vida, ya que es, sin duda, el ingrediente principal en el compuesto de la salud física, mental y psíquica.

Fuente: https://www.ecured.cu/Alegr%C3%ADa

# Actitud de **servicio** es...

Ofrecer una sonrisa

Trabajar con entusiasmo

Tener una actitud positiva

Ser gentiles

Ser siempre amables

Estar siempre de buen humor

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

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

# CONVOCATORIA

PARA ACOPIO DE

## LIBROS INFANTILES MATERIAL DIDÁCTICO Y PAPELERÍA

Estos materiales serán donados a la **Comunidad de Unión Hidalgo, Oaxaca,** **una de las comunidades más afectadas por el sismo**, para crear una **biblioteca infantil**.

Puedes entregar tus donaciones en el **Departamento de Reacción Hospitalaria para Desastres**, con la **Dra. Ariadna Marcela Colmenares Vásquez**, en un horario de **8:00 a 14:00** hrs.

**Las fechas de programadas para el traslado y entrega de estos materiales son el 31 de octubre y el 15 de diciembre del presente año.**

**Gracias**

El **socorro**
*en la necesidad,*
*aunque sea poco,*
**ayuda**
**mucho**

Mateo Alemán

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 escribenos a:
**lacamiseta.avisos@incmnsz.mx**

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

**www.incmnsz.mx**