



# La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIV No. 1

15 de Enero 2018

## **Enf. Eloisa Becerril Nieto, ganadora del Premio a la Solidaridad Humana Salvador Zubirán 2017**

Día de la Enfermera en el INCMNSZ



Enf. Eloisa Becerril Nieto



# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 575

15 de enero 2018

## CONTENIDO

<b>EDITORIAL</b>	1	<b>VIDA INSTITUCIONAL</b>	14
<b>SER INCMNSZ</b>	2	• La Academia Nacional de Medicina de México	
• Obtener el Premio a la Solidaridad Humana 2017 es un gran honor Enf. Eloisa Becerril Nieto		<b>VIDA LABORAL</b>	15
<b>PARA CONOCERNOS</b>	4	• ¿Masculinidades?	
• Día de la Enfermera en el INCMNSZ		<b>TU SALUD</b>	16
<b>ENTÉRATE</b>	6	• La depresión es más que un sentimiento de tristeza	
• Día Internacional de la Física Médica		<b>LA CULTURA DEL BIEN COMER</b>	17
• Curso Internacional, Medicina Nuclear		• Betabel	
• Dirección de Nutrición		• Sopa de betabel	
Dr. Héctor Bourges Rodríguez		<b>ESPACIO DE LECTURA</b>	18
<b>CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA</b>	8	• Si hubiera un mañana Sidney Sheldon	
• Barreras para el cambio de la cultura de seguridad del paciente		<b>SABÍAS QUE</b>	19
<b>CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL</b>	9	• Efemérides de la salud	
• Metas laborales: la administración del tiempo		<b>ESPACIO DE LECTOR</b>	20
<b>NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL</b>	10	• Curso Taller Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores	
• El daño al Medio Ambiente por el abandono de residuos		<b>TU HISTORIA CON EL INSTITUTO</b>	21
<b>COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN</b>	11	• Ser parte del INCMNSZ es un orgullo incomparable	
• La Camiseta en la página Institucional		<b>HABLEMOS DE</b>	22
<b>VOLUNTARIADO</b>	12	• Vigilancia, principal enfoque de seguridad para el personal	
• Podré curarme gracias a ustedes		<b>CAMPAÑA INSTITUCIONAL</b>	23
<b>ARTE Y CULTURA</b>	13	<b>ANUNCIOS</b>	24
• Juan Rulfo			

**E**n el marco del Día de la Enfermera, el 6 de enero; el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, entregó el Premio a la Solidaridad Humana Salvador Zubirán 2017 a la Enf. Eloisa Becerril Nieto, quien destacó por su desempeño con humanismo, profesionalismo y compromiso. En la sección Para Conocernos se informa al respecto. De igual forma, en la sección Ser INCMNSZ, la propia ganadora nos da algunas impresiones de lo que representó ser la ganadora de tal distinción, y las otras candidatas postuladas, hacen alusión al significativo hecho de haber sido postuladas al premio.

El Departamento de Medicina Nuclear del Instituto conmemoró el Día Internacional de la Física Médica (7 de noviembre) y llevó a cabo el Curso Internacional de Calibración de Equipos PET/CT; en la sección Entérate se da cuenta de ello. De igual forma, en esta misma sección, el Dr. Héctor Bourges, expone un recuento de 60 años de trayectoria de la Dirección de Nutrición a su cargo.

La Lic. Palmira de la Garza, en la sección Arte y Cultura, expone la trayectoria artística de Juan Rulfo, fotógrafo y escritor mexicano. Violeta Arciniega Fuentes, en la sección Voluntariado, continúa dando a conocer las cartas de agradecimiento de algunos de los pacientes que han sido apoyados por este grupo de mujeres.

En la sección Tu Salud, la Dra. María de los Ángeles Vargas Martínez, Coordinadora del Servicio de Psiquiatría de Enlace del Departamento de Neurología y Psiquiatría del INCMNSZ, da a conocer algunos aspectos de la depresión.

La efemérides de la salud de la primera quincena de enero se menciona en la sección Sabías que; 6 de enero, Día de la Enfermera, en el que se dan a conocer algunas cifras de la Enfermería en el país.

En la sección Hablemos de, se da la bienvenida a NADIE, el nuevo integrante del INCMNSZ que nos ayudará a favorecer mejores condiciones de seguridad en el Instituto, como una de sus primeras acciones en el mismo.

Pulcritud, respeto y compromiso

# Obtener el Premio a la Solidaridad Humana 2017 es un gran honor

Enf. Eloisa Becerril Nieto

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El pasado 4 de enero, en el marco de la celebración del Día de la Enfermera (6 de enero), la Enf. Eloisa Becerril Nieto, adscrita a la Clínica de Radio-Oncología del Instituto, recibió el Premio a la Solidaridad Humana Salvador Zubirán 2017.

En entrevista, la galardonada expresó la gran satisfacción y honor que representa para ella haber sido la ganadora de uno de los premios más codiciados de enfermería en el Instituto, ya que se otorga a la enfermera que se distinguió por la excelencia en su desempeño profesional con humanismo.

El Premio a la Solidaridad Humana Dr. Salvador Zubirán 2017 representó para mí, un honor y una motivación más en mi vida profesional.

Quiero agradecer a mis compañeras que me postularon, por considerarme una candidata con posibilidades de ganar. Muchas gracias a ellos, que en ocasiones anteriores ya me habían comentado que deseaban postularme, pero que por diversas razones yo no había aceptado.

Narró que en 1997, egresó de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia y realizó su servicio Social en el INCMNSZ. Una vez que lo terminó se fue a la iniciativa privada a trabajar, pero un año después, le llamaron del INCMNSZ para proponerle que se incorporara como trabajadora, lo que le representó una gran oportunidad para su desarrollo profesional y decidió tomar el reto, por lo que asistió a las entrevistas y presentó los exámenes que le solicitaron, siendo aceptada en 1999.

Mi primera impresión cuando llegué al Instituto fue el de un lugar en el que se trabaja con pulcritud y respeto. Durante la formación de mi Profesión, roté por otras instituciones en donde la atención y forma de trabajo era diferente. Me impresionó como trabajaban aquí; el personal tenía respeto, compromiso y organización, brindando servicios de calidad y calidez, eso me agradó mucho, lo que marcó gran diferencia de donde trabajé.

Narró que ingresó en primer lugar al área de hospitalización, en el segundo piso, posteriormente estuvo rotando cinco meses por la Unidad de Terapia Intensiva, después en Estancia Corta, por doce años, hasta que el año pasado, en diciembre, la asignaron a la Unidad de Radio-Oncología, en donde le gusta realizar su trabajo lo mejor posible y en donde también ha recibido grandes satisfacciones.

Creo que la mayor satisfacción que he recibido a lo largo de mi carrera, es el agradecimiento de los pacientes, ya que ello me permite visualizar la forma en que he contribuido para mejorar su calidad de vida, mediante una atención de excelencia y con humanismo a los pacientes que acuden aquí.

Un gracias y gesto de afecto de los pacientes es una gran satisfacción. Es un sentimiento que gozo muy peculiar, cuando los pacientes tiene una evolución favorable. Ver la cara de satisfacción y felicidad que tienen cuando egresan del Instituto, es algo indescriptible.

Añadió que la profesión de Enfermería está impregnada de humanismo, que ella trata de poner en práctica siendo empática con el paciente, pensando que podría ser ella la que estuviera recibiendo la atención médica y los atiende bajo esos lineamientos; que le gustaría que la trataran de esa manera y así lo hace.

Tenemos que ponernos en el lugar de los pacientes; vivir el momento que ellos están teniendo para poderlos comprender. Es fundamental tratarlos con respeto, cariño y amor. De igual forma, es importante darles su espacio, eso es vital para que el mismo paciente tenga confianza con nosotros y no se sienta invadido.

Por otro lado, afirmó que trabajar en la Unidad de Radio-Oncología es muy satisfactorio porque los pacientes que acuden a quimioterapias, requieren apoyo, comprensión y mucha comunicación efectiva que les permita tener tranquilidad antes, durante y después de las quimioterapias y en ello, ella pone mucho énfasis, además de las acciones del tratamiento médico que tienen que efectuar.

Explicó que la Unidad de Radio-Oncología es un área nueva en la que ella realiza diversas actividades, tales como la recepción de pacientes, en el que tienen el primer contacto y este momento es muy importante para darle tranquilidad al paciente que viene muy angustiado; se les explica todo el procedimiento y se les resuelven sus dudas, que son muchas.

Finalmente, les expresó un mensaje a sus compañeras enfermeras de nuevo ingreso: No debemos olvidar tener siempre empatía y recordar que una de las razones de ser en esta profesión, son los usuarios por lo que debemos facilitar su estancia en nuestra institución, brindando una atención de excelencia, a través de un trato con profesionalismo, respeto y humanismo.



Enf. Eloisa Becerril Nieto

Profesionalismo, entrega y compañerismo en Enfermería

## Día de la Enfermera en el INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El pasado 4 de enero del 2018, se llevó a cabo la celebración del Día de la Enfermera (6 de enero) en el auditorio principal del INCMNSZ. El evento fue presidido por el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, quien agradeció al equipo de enfermería su profesionalismo, entrega y compañerismo, reconociendo su importancia en el continuo de la profesión médica y su participación que ha permitido que el Instituto sea reconocido nacional e internacionalmente.

En el presidium además estuvieron presentes los doctores: Manuel Campuzano Fernández, ex Director del Instituto; José Sifuentes Osornio, Director de Medicina; Miguel Ángel Mercado Díaz, Director de Cirugía y las Licenciadas en Enfermería: Marina Martínez Becerril, Subdirectora de Enfermería y María Paula Nájera Ortiz, Jefe del Departamento de Enfermería; así como los Maestros: Silvino Arroyo Lucas, Jefe del Departamento de Educación e Investigación en Enfermería y Araceli Jiménez Méndez, Jefe del Departamento de Escuela de Enfermería.

El Dr. Kershenobich reconoció de manera especial al Dr. Manuel Campuzano, ya que junto con el Dr. Salvador Zubirán, fueron los creadores del Premio a la Solidaridad Humana, que cada "Día de la Enfermera", se entrega a quien se distinguió a lo largo del año por ejercer su profesión con humanismo, ética, excelencia y compromiso.

Así mismo, felicitó a todas las enfermeras y enfermeros en su Día y les agradeció su solidaridad con el Instituto y con los pacientes en la contingencia del sismo del 19 de septiembre del 2017. Hecho que, afirmó, está ligado al Premio de la Solidaridad Humana, ya que en ambos, quedan de manifiesto los valores, el conocimiento y el alto sentido humano de la práctica de enfermería en el Instituto. Es un excelente reflejo, aseveró, de la mística institucional que privilegia el compromiso con los pacientes.

Respecto al Premio Solidaridad Humana 2017, el Dr. Kershenobich, destacó que Alicia Tonis Mayen, Eva Velazco Ávila, Reyna Romero Galicia y Eloísa Becerril Nieto (candidatas y la última, ganadora del premio) se caracterizan por su profesionalismo y liderazgo institucional y no le queda duda, que reflejan las características de todo el cuerpo de enfermería del INCMNSZ, a quien hizo extensiva la felicitación y precisó, usando las palabras del maestro Zubirán: contamos con el mejor cuerpo de enfermería del país.

Otro aspecto que resaltó el Director General del Instituto sobre el grupo de Enfermería del INCMNSZ, fue la forma en que desarrolla y sigue un método de trabajo y se refirió específicamente al del Expediente Clínico Electrónico y la adopción de la Taxonomía NANDA, creada en 1973, por la Asociación de Enfermeras Americanas (North American Nursing Diagnosis Association) para la elaboración, actualización y difusión de una clasificación de diagnósticos de enfermería, que desde el 2002 es una referencia a nivel mundial.

Explicó que es un sistema clasificatorio en el que aparecen ordenados los diagnósticos de enfermería en dos niveles, con 13 dominios, 47 clases 235 diagnósticos. Lo que se traduce directamente en beneficio de los pacientes, al proporcionarles atención con seguridad y calidad que está respaldado por más de 4 mil publicaciones científicas a nivel mundial.

Lo anterior, acotó, es una manera de destacar el profesionalismo de las enfermeras al haber adoptado este sistema y es, en la publicación de resultados de ello, lo que distingue al cuerpo de Enfermería, ya que además de la práctica, realizan educación e investigación de primera línea, lo que se traducen en el desarrollo de habilidades y toma de decisiones del personal de Enfermería.

Para concluir, destacó que para traducir las actividades de excelencia que realiza Enfermería y darles contexto, la mejor forma es a través de una publicación que promueve la práctica de la especialidad. Es así como se reestructuró la Revista Mexicana de Enfermería, dotándola de un nuevo cuerpo editorial para que pueda estar en los distintos índices de publicación e invitó a las enfermeras a participar en esa tarea de traducir y compartir su conocimiento y experiencias, que a la vez fortalece a la revista.

Por su parte, la Lic. en Enf. Marina Martínez Becerril, Subdirectora de Enfermería del INCMNSZ señaló que el proceso evolutivo de la profesión de Enfermería ha marcado, en las últimas décadas, hechos sin precedentes que son el resultado de una transición importante en materia de profesionalización que responde a la necesidad de atención a la salud de las colectividades. El tener plena conciencia de ello, permite ejercer un cuidado integral y no fragmentado al paciente.

Agregó que hay que recordar que se atienden personas y todas sus necesidades bio-psico-sociales y espirituales que en ellas convergen. Por ello, en el INCMNSZ, el cuidado de la vida humana adquiere otra dimensión que va más allá de atender a pacientes; es la plena comprensión de la conducta y respuestas humanas.

Explicó que en el INCMNSZ se proyecta a la Enfermería como la estirpe que tienen los mexicanos y es precisamente esa unión, la que se sigue trabajando e impulsando, porque unidos en lo que somos y en lo que hacemos, bajo esa filosofía de trabajo; solo así se podrá cumplir con el objetivo principal que es el otorgamiento de la calidad en los servicios de salud a nuestros usuarios.

Para concluir, expresó su agradecimiento al grupo de enfermería del INCMNSZ porque a través de su profesión logran hermanar conocimiento, responsabilidad y dedicación para dar cumplimiento al legado de enfermería que es el cuidado a la vida humana.



Mtra. Araceli Jiménez Méndez, Dr. Manuel Campuzano Fernández, Lic. en Enf. Marina Martínez Becerril, Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Dr. José Sifuentes Osornio, Lic. en Enf. María Paula Nájera Ortiz, Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz y Mtro. Silvino Arroyo Lucas

Celebración en el INCMNSZ

## Día Internacional de la Física Médica

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Con la intención de celebrar en el INCMNSZ, el Día Internacional de la Física Médica, el pasado 7 de noviembre se llevó a cabo en el auditorio principal del Instituto una serie de pláticas y conferencias al respecto, en las que se contó con la presencia de ponentes nacionales e internacionales.

El evento fue inaugurado por el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, y contó con la presencia de los expertos a nivel mundial: MS Donna Stevens del Kaiser Permanente Sunnyside Medical Center y en la Mesa Redonda: Dra. Christian y M. en C. Eurídice Rioja del INCMNSZ, M. en C. Héctor Galván del INCAN y Dra. Guerda Masillon, del IFUNAM. Así mismo, estuvieron presentes: Dr. Rubén Foissón, Presidente de la División de Física Médica de la Sociedad Mexicana de Física.



Calibración de Equipos PET/CT

## Curso Internacional, Medicina Nuclear

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Con el objetivo de proporcionar información sobre el manejo y funcionamiento del equipo PET/CT, instalado en el Departamento de Medicina Nuclear del INCMNSZ, se realizó un curso.

El pasado 30 de noviembre de 2017, el Organismo Internacional de Energía Atómica llevó a cabo el curso Calibración de Equipos PET/CT, impartido por el Dr. Josep María Martí Climent, experto de la Universidad de Navarra, España.

El Dr. Martí, destacó que el primordial aspecto es proporcionar conocimientos y a su vez, se realizarán prácticas de manejo del PET/CT. Se implementaron acciones de control de calidad al verificar el funcionamiento y calibración del mismo. El equipo permite hacer un diagnóstico acertado, sobre todo, en pacientes oncológicos.

Antecedentes, 60 Aniversario

## Dirección de Nutrición

Dr. Héctor Bourges Rodríguez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Como parte de la ceremonia conmemorativa del 60 aniversario de la Dirección de Nutrición, su Director, el Dr. Héctor Bourges Rodríguez hizo un recuento de lo que ha sido esta Dirección a lo largo de seis décadas y destacó su importante labor para la elaboración de políticas públicas en materia de salud y nutrición en el país.

Para ilustrar la brillante trayectoria e importante tradición de investigación en Nutrición de la Dirección que, en sus palabras, debe inspirar a las nuevas generaciones a labrar un futuro igualmente brillante, comenzó narrando como en 1957 se unieron el Instituto Nacional de Nutriología y el Hospital de Enfermedades de la Nutrición para dar lugar al Instituto Nacional de Nutrición y, con él, se creó la División de Nutrición antecedente de la actual Dirección de Nutrición.

Señaló que en esta Dirección se hicieron las primeras encuestas (más de 60) de nutrición del país, se preparaban las hojas nacionales de balance de alimentos, se realizaron estudios pioneros muy importantes sobre anemias, pelagra, lactancia, desarrollo humano en Tezonteopan, composición de leche humana, espirulina, soya y amaranto y se diseñaron siete productos que tuvieron éxito en programas alimentarios. Recordó la importancia del PRONAL de CONACYT en el desarrollo de la Dirección en los setenta y ochenta, la estructuración de una Política Nacional de Nutrición que influyó en la creación del Sistema Alimentario Mexicano SAM y luego de la Comisión Nacional de Alimentación.

Recordó así mismo el establecimiento de la Unidad Metabólica y la Planta Piloto, la fundación de la revista Cuadernos de Nutrición en 1981, la organización del IX Congreso Internacional de Nutrición, de dos Congresos Latinoamericanos (Cholula y Acapulco) y del histórico Taller sobre Factores Genéticos en la Nutrición 1982 en Teotihuacan y destacó los estudios sobre requerimientos de proteínas, Trastornos de la Conducta Alimentaria, pérdidas de nutrimentos en sudor, anticonceptivos hormonales y vitaminas, nutrición y respuesta inmune, Síndrome de Sjögren, deficiencia de lactasa intestinal, fibras alimentarias, sodio, vitamina D y metabolismo de calcio, los estudios sobre rumiantes y, en el medio rural, nuestra presencia en Coetzalan, Valle de Solís, la sierra y la costa de Oaxaca, San Luis Potosí, el chichonal y varias zonas de Chiapas y la zona Mazahua del Estado de México.

Concedió también especial importancia a la participación de la Dirección en diversas normas, entre ellas la que guía la orientación alimentaria y tiene como emblema el Plato del Bien Comer, la certificación de sus laboratorios de análisis desde hace más de 30 años, la publicación de las Tablas de Composición de Alimentos, la obtención de dos marcas y tres certificados de invención y recientemente el liderato para establecer las recomendaciones de ingestión de nutrimentos, el desarrollo de la nutriología molecular con una notable productividad y el Registro Nacional de Peso y Talla, además de la labor de asesoría a diversas autoridades.

Para terminar puntualizó que la Dirección ha sido innovadora en la tecnología alimentaria y nutriología animal con propósitos nutricios, en la nutriología molecular y en la nutriología clínica que se formalizó en su seno.

“Qué tenemos que conocer...”

# Barreras para el cambio de la cultura de seguridad del paciente

Segunda parte

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

Tal como lo menciona la parábola de la rana hervida, existen diferentes barreras por las cuales no se pudo solidificar una cultura de seguridad del paciente dentro de la organización.

A continuación mencionaremos algunas de ellas:

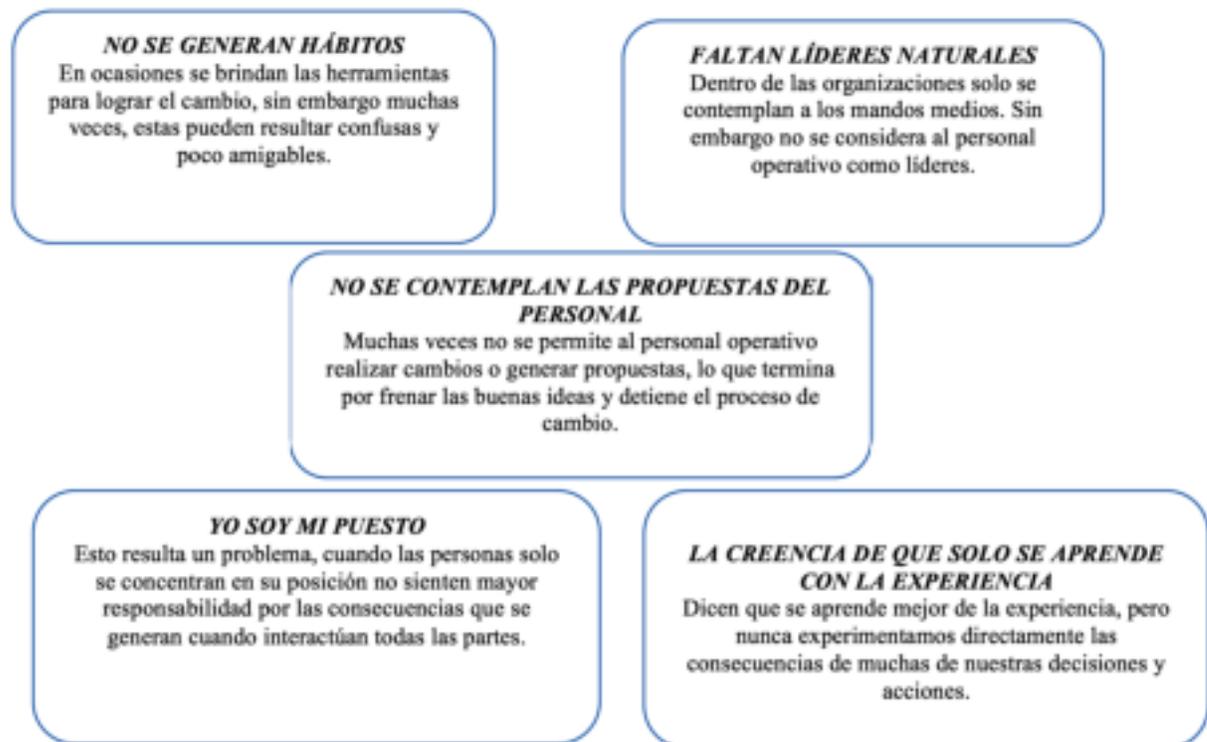


Imagen proporcionada por: Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández

Como ya se mencionó, para lograr un cambio en la cultura de seguridad del paciente es necesario vencer estas barreras. La siguiente pregunta es, ¿cómo logramos ese cambio de cultura? Para responderlo tomaremos como base los “8 pasos de Kotter para un cambio de cultura” adaptados para el ámbito hospitalario, los cuales describiremos en la siguiente edición.

# Metas laborales: la administración del tiempo

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

Empezamos un año más y un recurso fundamental para la consecución de las metas y objetivos laborales es el Tiempo, pues es un recurso imposible de recuperar cuando se desaprovecha; por ello resulta indispensable conocer y ocuparnos en adoptar prácticas eficientes de organización y planificación.

Una herramienta fundamental para gestionar nuestras tareas es la matriz de Eisenhower popularizada por Stephen Covey en su bestseller: Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva. Esta matriz básicamente ofrece una guía para la clasificación de nuestras tareas en cuatro grupos basados en dos ejes por: Urgencia e Importancia.

**Cuadrante 1. Importante-Urgente:** Es necesario identificar y clasificar todas las tareas tales como: Reportes con fechas de vencimiento, actividades que generan retrasos o actividades que representen una crisis. Por ejemplo, para un taxista arreglar su automóvil averiado es una actividad que se sitúa en este cuadrante. La acción principal para este tipo de actividades se puede resumir en: ¡Solúcionalo ya!

**Cuadrante 2. Importante-No Urgente:** Es necesario clasificar actividades de prevención o planificación para el logro de los objetivos, por ejemplo realizarse un chequeo médico de rutina. La acción principal para este tipo de actividades se puede resumir en: ¡Agéndalo y Planifícalo!

**Cuadrante 3. No importante-Urgente:** Se deben clasificar actividades que nos roban el tiempo y que a menudo son tareas que no nos corresponde atender.

Un ejemplo de este tipo de actividades para un Químico es atender el teléfono, reuniones irrelevantes o interrupciones innecesarias. La acción principal para este tipo de actividades se puede resumir en: ¡Delega y haz lo tuyo!

Finalmente en el Cuadrante 4. No importante-No Urgente: Se clasifican toda aquellas actividades que no aportan nada al cumplimiento de los objetivos; tales como: revisar redes sociales en horas laborales, escuchar música, platicar en exceso asuntos no laborales etc. La acción principal para este tipo de actividades se puede resumir en: ¡Olvídalo!

Recuerda: El verdadero desafío es la administración de nosotros mismos: Tomar el control del tiempo y actividades, usándolas a favor del cumplimiento de nuestros objetivos laborales.

Matriz de la administración del tiempo

	URGENTE	NO URGENTE
IMPORTANTE	Crisis Problemas Vencimiento de plazos	Mejorar habilidades Establecer relaciones Prevención Reconocer oportunidades
NO IMPORTANTE	Interrupciones Leer correo Reuniones Llamadas de teléfono Actividades populares	Perder el tiempo Actividades agradables sin objetivo definido

Imagen proporcionada por: Mtro. Jovani Emmanuel Torres García

Cuidemos nuestro entorno

## El daño al Medio Ambiente por el abandono de residuos

Biol. Abdala Rodríguez Assad/Coordinación de Control Ambiental

La cantidad de basura abandonada en la naturaleza es cada vez mayor, hasta el punto de que los expertos estiman que en 2050 habrá más plástico que peces en los océanos. Tirar residuos en la naturaleza causa graves impactos en el medio ambiente y la economía.

Los impactos ambientales en los ecosistemas marinos son diversos: la ingesta de basura por parte de animales que lo confunden con alimento que incluso pueden morir por ello; los daños físicos en los animales que pueden causarles heridas incluso letales y los efectos sobre la salud humana; acumulación y dispersión de sustancias tóxicas en todo el planeta.

La degradación de los ecosistemas marinos, en especial los costeros, se han acelerado de manera notable en los últimos tres siglos, según diversos estudios, y en el peor de los casos se han generado zonas muertas donde se hace imposible la vida marina.

Los científicos han descubierto 400 zonas muertas por todo el planeta. Algunas debido al problema de la suspensión de partículas contaminantes en el agua y otras por el abandono de residuos sólidos como bolsas, espuma y otros desechos vertidos a los océanos desde tierra o desde barcos en el mar.

Los objetos que con más frecuencia se abandonan en la naturaleza son bolsas de plástico, colillas y botellas o botes de plástico, tapas, taponos, bolsas de golosinas, envoltorios de chucherías y helados. La acción de los humanos es vital para evitarlo.



[https://harmonia.la/imagen\\_nota/basura\\_mar\\_consecuencias.jpg](https://harmonia.la/imagen_nota/basura_mar_consecuencias.jpg)

Ediciones desde el 2015

# La Camiseta en la Página Institucional

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

A más de dos décadas de existencia, La Camiseta, ha ido evolucionando y transformándose para satisfacer las necesidades de los lectores; así como, ser el Órgano Oficial de Comunicación Interna del INCMNSZ acorde a los tiempos modernos. Por ello, desde el 2015, se encuentra disponible en la Página Institucional.

La forma de acceder a ella es muy sencilla y la puedes consultar desde cualquier computadora que esté conectada a la web: ya sea que se encuentre en tu área de trabajo, en tu casa o en cualquier otro sitio. El procedimiento es muy sencillo; a continuación te presentamos un esquema para que sepas como hacerlo:

Paso 1: introducir la dirección de la página



Paso 2: Seleccionar



Paso 3: Seleccionar



Paso 4: Seleccionar la edición que se desea leer



Soy paciente de Hematología

## Podré curarme gracias a ustedes

Violeta Arciniega Fuentes

Señores Donantes:

Les quiero agradecer el donativo que nos han hecho del tratamiento de mi Quimioterapia Vivo en el Estado de Morelos y tengo una enfermedad que se llama Linfoma y necesito para cuidarme de Quimioterapia

Quiero agradecerles por el donativo que me brindan, les mando muchas bendiciones a ustedes y a toda su familia. y nuevamente les agradezco que podré curarme gracias a ustedes Muchas, muchas gracias. Dios les bendiga hoy y siempre.

José Renato Sánchez Ayala.  
Soy paciente de Hematología.

## Fotógrafo y escritor

# Juan Rulfo

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Nació en Sayula, Jalisco el 16 de mayo de 1917. Se dedicó a la fotografía durante los años treinta del siglo XX. A la par que escribía sus primeras narraciones tomaba fotografías. Incluso puede decirse que antes de ser escritor fue fotógrafo, pues existen negativos de la primera mitad de la década de los treinta y escritos hasta la segunda.

Tuvo predilección por la cámara Rolleiflex. Su acervo visual asciende a cerca de 7,000 negativos, la mayoría de ellos en blanco y negro, pues aunque trabajó con película a color lo hizo en menor medida.

Cultivó los géneros del retrato, el paisaje y la arquitectura, entre los que pueden situarse escenas de ambiente rural y urbano, imágenes aéreas y de corte indigenista. Realizó series fotográficas de temas específicos como la danza, los ferrocarriles, los Mixes, el tabaco en Valle Nacional, Oaxaca y el cine.



Juan Rulfo

Su primera participación en cine se dio en 1955 como guionista del documental *Danzas mixes*, mismo año que trabajó como asesor de verosimilitud histórica en *La Esmeralda*, con Roberto Gavaldon quien un año después, lo instigó a participar en la filmación del documental *Terminal del Valle de México* y en 1959 Antonio Reynoso y Rafael Corkidi lo invitaron a escribir el cortometraje *El despojo*. Durante estos rodajes practicó la fotografía, por lo que en su acervo se cuenta con un importante número de imágenes que corresponden a dichas filmaciones, pero que dan un punto de vista diferente al de los directores y fotógrafos de las películas.

En la década de los sesenta, tuvo otras participaciones en cine como guionista en *Paloma herida* (1962), *La Fórmula secreta* (1964) y, como actor en *Este pueblo no hay ladrones* (1964). Además cabe señalar que desde 1955 hasta la actualidad sus cuentos y novelas se han adaptado en el cine. Muere en la CDMX el 7 de enero de 1986.

Historia

# La Academia Nacional de Medicina de México

Francisco Fernández del Castillo

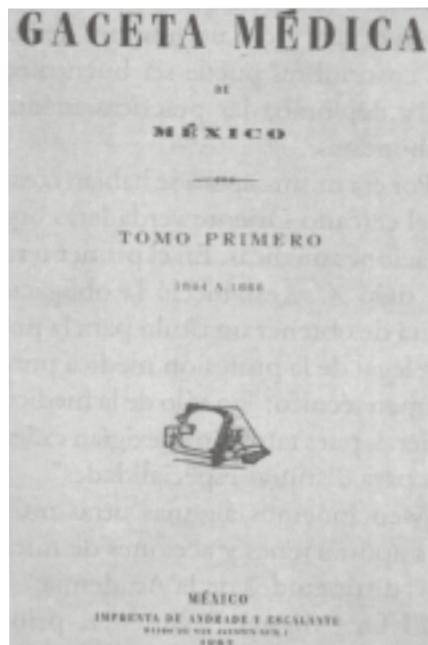
Lic. Gabriela Rubello Marín

En 1906, el maestro Justo Sierra, secretario de Instrucción Pública hizo posible que: el Estado haya reconocido su deber, estimular la investigación científica.

Se establecieron premios en efectivo para trabajos de investigación convocados por la Academia.

Esta actividad permanente respaldada por la investigación ininterrumpida desde hace más de un siglo y publicada en la Gaceta Médica, cuyo primer fascículo se publicó en 1864.

La visión progresista de los académicos se proyectó fuera de su ámbito y estableció relaciones con Academias de otros países americanos y europeos, de lo que surgió un valioso intercambio de conocimientos a través de la Gaceta, entre otros medios, que ayudó a elevar los niveles de excelencia de los participantes en una búsqueda de superación.



Gaceta Médica de México  
Tomo Primero 1864-1866

Perspectiva de género

## ¿Masculinidades?

Segunda parte

Dirección de Administración

Con la finalidad de dar continuidad a la primera entrega correspondiente a este mismo tema y de igual forma, robustecer el conocimiento adquirido en consecuencia de la asistencia a la conferencia denominada Masculinidades y Salud, que se llevó al cabo en este Instituto en los meses previos, seguidamente se plasmarán más elementos alusivos. Entonces considerando que tenemos un antecedente respecto a la perspectiva de género y la existencia de estereotipos que disminuyen el sano y buen desenvolvimiento y/o convivencia social, abundaremos en términos y prácticas pues si tales continúan utilizándose podrán limitarse a quienes se les dirijan sus respectivas posibilidades de desarrollo de ciertas capacidades personales, culturales, sociales, económicas, políticas, deportivas, emocionales, entre otras.

Es fácil advertir que los estereotipos existen y son frecuentemente utilizados dejando a un lado la perspectiva de género, un ejemplo de esto es que regularmente, a los hombres se le asignen tareas que comúnmente se relacionan con: la provisión de recursos, el mantenimiento y el sustento familiar, mismas que son consideradas tareas productivas y que están valoradas económica, cultural y socialmente.

Este primer supuesto permite que concluir en la generalidad que los hombres suelen ser personificados con profesiones de más estatus social, colocándolos en el ámbito público,... con más influencia y poder en el ámbito político, empresarial, de comunicación y en el religioso.

Para abonar a lo planteado antes, con gran sorpresa comento que en la actualidad muchos hombres, siguen sin participar en las tareas reproductivas y sin asumir sus responsabilidades ni en las tareas domésticas ni en los cuidados a las personas dependientes (menores, mayores y personas enfermas). Lo cual trae como consecuencia en muchos casos la disminución o pérdida de la posibilidad de desarrollar valores asociados a la afectividad, la empatía y la comprensión que requiere el acto de cuidar...

### JUNTOS HACIA LA EXCELENCIA

Autores: Maestro Carlos Augusto Sánchez Morales y Fernando Rodríguez

[1] Daniel Estrada Zúñiga. Versión escrita del contenido de la Conferencia. - ¿Masculinidades? Secretaría de Salud. Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva.

[2] Op.cit

[3] Ibidem pag.

[4] Idem

[5] Idem

[6] Idem

En 2020, podría ser la 2ª causa de incapacidad laboral

## La depresión es más que un sentimiento de tristeza

Dra. María de los Ángeles Vargas

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

La Dra. María de los Ángeles Vargas Martínez, Coordinadora del Servicio de Psiquiatría de Enlace del Departamento de Neurología y Psiquiatría del INCMNSZ, señaló que de acuerdo a proyecciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el 2020, la depresión podría colocarse como la segunda causa de incapacidad laboral en el mundo.

Explicó que es una enfermedad mental del estado del ánimo que se caracteriza por la presencia de tristeza. Sin embargo, sentirse triste no es estar deprimido; es necesario que además se presenten, por lo menos durante dos semanas, los siguientes síntomas:

- Falta de interés en situaciones, cosas y personas que solían interesarle.
- Pérdida de la capacidad de disfrutar de las cosas que en otro momento le hubieran emocionado o causado placer.
- Presencia de sentimientos de culpa.
- Autoestima baja.
- Trastornos del sueño y del apetito.
- Cansancio injustificado.
- Falta de concentración.
- Irritabilidad.
- Sensibilidad y tendencia a llorar con facilidad.
- Sensación de que sus problemas no tienen solución.

Aclaró que cuando se detectan las manifestaciones arriba señaladas es necesario estar alertas y de inmediato, buscar ayuda profesional, ya que la persona con depresión, de no ser atendida, puede intentar suicidarse o en el peor de los casos, llegar al suicidio consumado.

Agregó que en México, la depresión es un problema de salud que no es detectado oportunamente, ya sea porque no todos los médicos generales la diagnostican o porque las personas, aún tienen cierto tabú al respecto, evitan dar a conocer síntomas que puedan llevarlos a tener un diagnóstico de depresión. O bien, cuando un familiar presenta síntomas, se suele minimizar el asunto.

Por lo anterior, instó a la población a que ante la menor sospecha de depresión de algún familiar o amigo, acudan de inmediato con el especialista, ya que él podrá ayudarlos a descartar el diagnóstico o bien, en caso de ser afirmativo, indicarles cuál es la mejor manera para manejar el padecimiento.

## Betabel

El betabel es una raíz de sabor dulce, rica en azúcar, fibra y nutrientes como el potasio, el sodio, calcio y vitaminas B. Contiene folatos que son necesarios para producir ADN y otros tipos de material genético. Es una fuente de hierro de fácil asimilación para el organismo por lo cual se recomienda en casos de anemia. Se considera un alimento cardiosaludable que ayuda también a la prevención del cáncer, ya que proporciona carotenoides, flavonoides y sustancias antioxidantes como la vitamina C. Los betabeles comúnmente se preparan hervidos, asados o adobados y son más fáciles de pelar después de cocerlos. También se pueden rallar en crudo para añadir color y un sabor crujiente a las ensaladas.

Cuando los compre, busque aquellos firmes y no "acolchonados". Para conservarlos por dos o tres semanas guárdelos en el refrigerador sin lavar. El betabel posee hojas comestibles en su parte superior, las cuales contienen beta carotenos, calcio y hierro; éstas pueden cocerse para su consumo de igual manera que las espinacas.



## Sopa de betabel



Rinde para 4 porciones

Ingredientes:

2 tazas	de betabel cocido y pelado
5 tazas	de jugo de naranja natural colado
4 cucharadas	de pistache o cacahuate pelado y picado
4 cucharaditas	de crema baja en grasa para adornar
Al gusto	sal y pimienta

Manera de hacerse:

Poner a cocer el betabel en un recipiente con agua durante 30 minutos o hasta que esté cocido.

Retirar la cáscara, cortar en cuadritos y moler en licuadora con el jugo de naranja. Salpimentar al gusto.

Servir fría o caliente. Adornar con una cucharadita de crema y los cacahuates o pistaches.

## Una obra de intriga y misterio

# Si hubiera un mañana

### Sidney Sheldon

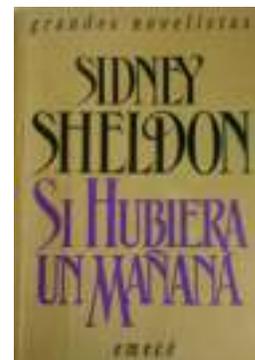
Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Escritor y guionista estadounidense, Sidney Sheldon, empezó su carrera en 1937 en Hollywood, California, donde colaboró en guiones de películas de clase B, escribió musicales para Broadway y redactó guiones para la Metro Goldwyn Mayer y los estudios Paramount.

Es creador de la serie televisiva *Mi bella genio*, de los años 60. En el cine destacó en la película *El solterón* y la menor que le hizo merecedor de un Óscar al Mejor guión original. En 1969 escribió su primera novela *Cara descubierta*, posteriormente, *Más allá de la medianoche*, *un extraño en el espejo*, *Lazos de sangre*, *El amo del juego*, *Si hubiera un mañana*, *Nada es eterno*, *Cuéntame tus sueños*, *¿Tienes miedo a la oscuridad?*, etc. Sheldon murió pocos días antes de cumplir 90 años.

Tracy Whitney es una hermosa joven, empleada bancaria que al enterarse de que su madre se suicidó por una estafa que le habían hecho, decide vengarla. Luego de su venganza infructuosa va a la cárcel y es condenada a quince años de prisión por un delito que no cometió y donde se ve obligada a sobrevivir en un mundo de mujeres rudas. Una vez en libertad, intenta nuevamente ajustar cuentas de su madre y de las fuerzas del crimen organizado, responsables de su condena. Para cumplir con su cometido hará uso de su inteligencia, su belleza, y la firme determinación de venganza, sin reparar en los medios utilizados, además contará con la ayuda de un personaje masculino, llamado Jeff.

*Si hubiera un mañana* es una obra de intriga y misterio que se convirtió en una miniserie de televisión protagonizada por Madolyn Smith Osborn.



Pasatiempo. Resuelve las siguientes adivinanzas de lógica.

- 1.- Un avión lleno de pasajeros, se estrella justo en la frontera entre España y Portugal... Pregunta: ¿Donde entierran a los sobrevivientes?
- 2.- Un hombre vive en el décimo piso de un edificio, cuando sale de casa toma el ascensor y baja a la calle, y cuando vuelve sube en el ascensor hasta el octavo piso y los dos restantes los sube por la escalera. Pregunta: ¿Por qué lo hace?
- 3.- Si Juan habla más bajo que Pedro y Carlos habla más alto que Pedro. Pregunta: ¿Habla Juan más alto o más bajo que Carlos?

Solución:  
 1. A los supervivientes no se los enterra  
 2. El hombre es muy bajito y solo llega hasta el botón del octavo piso del ascensor.  
 3. Juan es el que habla más bajo de los tres, y por lo tanto también más bajo que Carlos.

Fuente: [www.juegosdelogica.com](http://www.juegosdelogica.com)

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.

6 de enero, Día de la Enfermera

## En México, cerca de 500 mil personas dedicadas a la Enfermería

De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en México, existen cerca de 475, 295 personas que se dedican a la enfermería, una profesión que empezó como un oficio, pero conforme se ha ido profesionalizando se elevó a rango de licenciatura y en la actualidad, hay diversas especialidades para su campo.

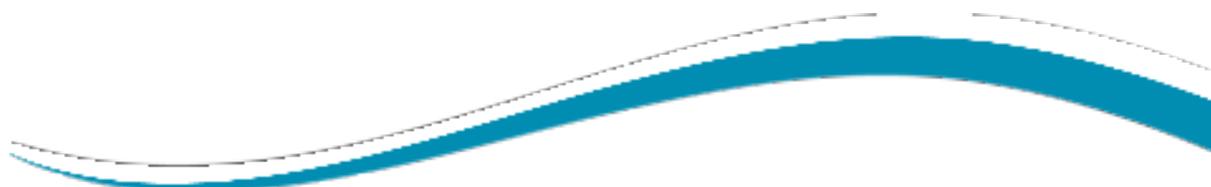
El INEGI señala también que ocho de cada diez personas que se dedican a la enfermería en la República Mexicana son mujeres; sin embargo, la cantidad de hombres que se interesan por esta labor va en aumento.

A nivel internacional existe un día oficial para celebrar a quienes con su esfuerzo mejoran significativamente la calidad de vida de los enfermos, éste se conmemora el 12 de mayo, pero en México, de acuerdo con la historia, el Dr. José Castro Villagrana, quien fuera director del Hospital Juárez en la Ciudad de México, expresó que las enfermeras eran un regalo de los Reyes Magos para los enfermos, por lo que desde el año 1931, cada seis de enero, se festeja un Día Nacional de la Enfermera.

Algunos datos relevantes de la Enfermería en México:

- Hay 475 mil 295 enfermeras/os en todo el país
- 85 de cada 100 son mujeres.
- El promedio nacional de enfermeras y enfermeros es de 3.9 por cada mil habitantes.
- La edad promedio del personal de enfermería es de 37 años; 61 de cada 100 enfermeras y enfermeros tienen menos de 40 años de edad.
- Ganan en promedio 50.7 pesos por hora laborada.
- La enfermería es una de las ocupaciones más respetadas y valoradas por la sociedad en México, considerado así por 33.9% de la población del país, de acuerdo con la ENPECYT1 2013, ubicándose solo detrás de los bomberos que ocupan el primer lugar.

Fuente: <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/enfermera0>



Tener prácticas en hospitalización fue una gran experiencia

## Curso Taller Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores

Testimonio de la cuidadora Leticia Angélica Arcos Aguilar

Tomé el curso con la intención de poder apoyar a mi mamá. Ella tiene Alzheimer, por lo que necesitaba tener más conocimientos sobre la enfermedad para atenderla mejor y saber cómo manejar cada situación que se presenta, porque los médicos te informan que es el padecimiento y te indican como es la evolución, pero no te explican cómo manejar y solucionar cada una de las complicaciones que se van presentando en las diferentes etapas de la enfermedad.

Afortunadamente, al concluir este curso-taller, alcance el objetivo y además, me ayudó a visualizar, por ejemplo, que mi padre que tiene 86 años de edad, también me necesita, pero no porque esté enfermo, sino por el sólo hecho de ser un adulto mayor. Yo no me había dado cuenta que tiene muchas disfunciones que no necesariamente son físicas, también son mentales, ahora puedo apoyarlo también a él.

Tuvimos la oportunidad de ver puntos muy importantes sobre demencia. El hecho de que médicos, trabajadoras sociales, camilleros, enfermeras y enfermeros nos explican todo con un lenguaje que nosotros pudiéramos entender fue un plus, ya que no es así en todos los cursos que se imparten.

Otro punto que deseo resaltar es que fuimos la primer generación en tener práctica en el sector de hospitalización de geriatría, lo que nos permitió reforzar los conocimientos aprendidos en el aula, creo que ésta práctica deberían continuarla con las siguientes generaciones.

Agradezco mucho al INCMNSZ porque este curso es de los más completos. Estuve buscando y éste fue el mejor. Ahora, al concluir, me voy muy contenta porque el costo fue muy accesible para todos, en comparación con los beneficios que recibimos a cambio. También deseo agradecer a la Lic. Silvia Bautista Martínez, coordinadora del curso-taller porque fue muy exigente con nosotros y eso favoreció que aprendiéramos tanto; todos los días nos pedía tarea y nos exigía mucho, nos hacía repaso de todo. Pero sobre todo, por organizar este magnifico curso taller que cambió mi perspectiva sobre los cuidados al adulto mayor, enfermo y sano.

Otro de los grandes aprendizajes que obtuve fue visualizar mi persona al final de la vida, como adulto mayor, lo que me ayudó a entender que el día de mañana necesitaré un apoyo a quien debo dejar hacer y no pensar que no lo necesito, tener la humildad de reconocerlo y aceptarlo. Y de igual forma, ahora que soy cuidadora, darle paso a otro cuidador cuando sea necesario, como dice el lema del curso: Cuidar, Cuidándonos.

Mantener el prestigio del Instituto, un gran compromiso

## Ser parte del INCMNSZ es un orgullo incomparable

Dr. Daniel Cuevas Ramos/Coordinador de la Clínica de Neuroendocrinología

Una de las mayores satisfacciones de mi vida es el formar parte del Instituto. Representa un orgullo incomparable ligado a una satisfacción diaria y el compromiso para respetar y fortalecer su prestigio con, sobre todo, una agradable sensación de agradecimiento.

Ingresé al Instituto el 1º de marzo de 2009, al terminar mi especialidad en Endocrinología y el curso de alta especialidad en Diabetes y Metabolismo. Fue la culminación de un gran sueño que tuve desde que era estudiante y visualizaba lo que era la mística de un Instituto tan prestigiado. Esa mística que hoy siento y vivo en carne propia y denomino como ese aprecio auténtico al Instituto con la entrega incondicional a sus múltiples actividades.

Hablar de la mística no es fácil porque es algo que se impregna y florece en la amistosa convivencia diaria con todas las personas de las áreas que conforman el Instituto y que se ve reflejada en el respeto a las mismas.

La mística me hace tener un compromiso eterno para "Fortalecer la devoción, el cariño y respeto a la Institución que nos formó," según atinadamente nos lo recalcó el Dr. Salvador Zubirán.

De igual forma que me transmitieron mis profesores del Instituto en el trato diario, de quien además aprendí su profesionalismo y experiencia, a lo largo de estos casi diez años en el INCMNSZ, he tratado de mantener viva esa mística que adquirí, aplicando siempre esos principios como una guía que transmito explícitamente ahora a mis alumnos de licenciatura y posgrado, e implícitamente con el ejemplo.

Vivir la mística institucional también es tener presente que en el Instituto me formé como alumno, como profesionista, como profesor, como investigador y como persona. Y todo esto es un legado inestimable que siempre tengo presente en el Instituto y fuera de él. De igual forma, esa mística guía mi forma de ser y de vivir, lo que me ayuda a ser cada día una mejor persona y un profesional comprometido con el Instituto, con mis compañeros de trabajo y con mis pacientes.

Comparte con nosotros tus vivencias, experiencias, anécdotas y sentir con el Instituto. Envía tu aportación a: [camiseta.avisos@incmnsz.mx](mailto: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.

## Nuevo personaje en las campañas de difusión **NADIE**® comenzará a colaborar en el **INCMNSZ. Démosle la bienvenida**

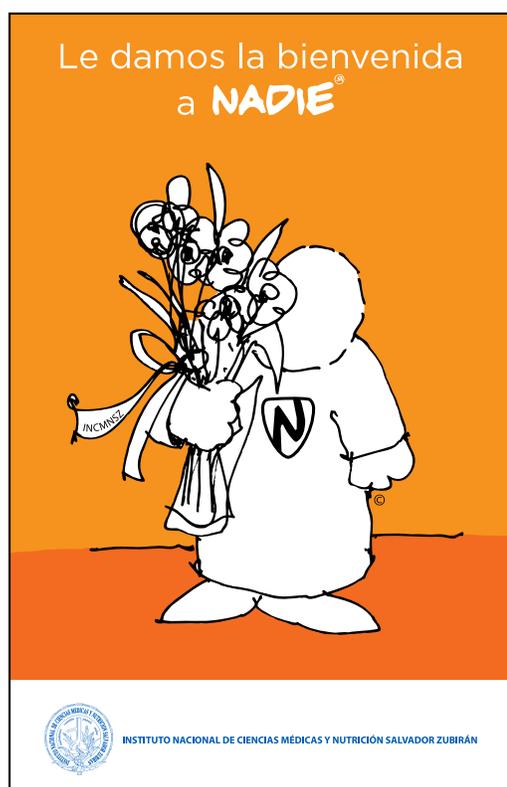
Dirección de Comunicación Institucional y Social/Depto. de Comunicación y Vinculación

En enero del 2018, se suma un integrante al INCMNSZ; su nombre es NADIE®, es un pequeño personaje, que nos ayudará a favorecer la comunicación interna y permitirá estrechar lazos entre todos nosotros. También nos apoyará en campañas institucionales. Éste año con el tema de la seguridad en todo.

NADIE® no tiene rostro porque todos alguna vez hemos sido protagonistas de una acción que deseamos negar diciendo: "nadie fue", "nadie sabe", "nadie quiere ir" y así evadir la responsabilidad, ya que muchas veces, nadie se hace responsable de los problemas o situaciones cotidianas.

NADIE® transmite el mensaje sin culpar o señalar precisamente a alguien, pero poco a poco, nos hace conscientes de la responsabilidad de nuestros actos y nos enseña los de los demás.

NADIE® fue creado por Gonzalo Tassier y coordinado por Jorge Fernández Font.



**Seguridad**  
 Normatividad, Vigilancia, Ausencia de peligro, Protección, Salvaguardar, Tranquilidad, Respeto, Precaución, Garantía, Educación, Prevención, Certeza, Calidad, Confianza, Control, Cuidado, Minimizar riesgos, Buenas prácticas, Atención, Certidumbre



INSTITUTO NACIONAL DE  
 CIENCIAS MÉDICAS  
 Y NUTRICIÓN  
 SALVADOR ZUBIRÁN

Respuestas del personal del Instituto a la dinámica de fin de año 2017.



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN  
SALVADOR ZUBIRÁN

CALENDARIO DE DÍAS FESTIVOS  
PARA EL AÑO 2018

BASE LEGAL	MESES	FECHA	DÍA
D.O.F.	Enero	1*	Lunes
D.O.F.	Febrero	6	Lunes
D.O.F.	Marzo	10	Lunes
C.G.T.	Marzo	29	Jueves Santo
C.G.T.	Marzo	30	Viernes Santo
C.G.T.	Marzo	31	Sábado Santo
D.O.F.	Mayo	1*	Viernes
D.O.F.	Mayo	6	Sábado
C.G.T.	Mayo	10	Jueves
D.O.F.	Septiembre	18	Domingo
C.G.T.	Octubre	12	Viernes
Por única vez	Noviembre	7	Viernes
D.O.F.	Noviembre	15	Lunes
Resolución y Bases por Decretos/Secretaría	Diciembre	11	Sábado
Resolución por el Ministerio de Salud	Diciembre	12-24	Lunes
C.G.T.	Diciembre	25	Martes
Resolución por el Ministerio de Salud	Diciembre	31	Lunes

L.C. Corbeo Andrea Osorio Pineda

Director de Administración

Lic. Enf. Ma. Eva Sánchez Escobar

Presidenta del Comité Ejecutivo de SUTINCMNEZ

# Todos tomamos la seguridad en serio



Concepto de **Gonzalo Tassier** / Estrategia de **Jorge Fernández Font**

**NADIE**<sup>®</sup> se burla



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



**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@incmsz.mx](mailto:lacamiseta.avisos@incmsz.mx)

Consulta la edición digital  
[www.innsz.mx/opencms/contenido/camiseta.html](http://www.innsz.mx/opencms/contenido/camiseta.html)