



La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIV No. 2

31 de Enero 2018

Informe de Gestión 2017 **Dr. David Kershenobich,** **Director General INCMNSZ**

En el INCMNSZ amplié mis horizontes
Dra. Josefina Morales





La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 576

31 de enero 2018

CONTENIDO

| | | | |
|---|----|--|----|
| EDITORIAL | 1 | VIDA INSTITUCIONAL | 14 |
| SER INCMNSZ | 2 | • La Academia Nacional de Medicina de México | |
| • En el INCMNSZ amplié mis horizontes Dra. Josefina C. Morales de León | | VIDA LABORAL | 15 |
| PARA CONOCERNOS | 4 | • ¿Masculinidades? | |
| • Informe de Gestión 2017 Dr. David Kershenobich Stalnikowitz | | TU SALUD | 16 |
| ENTÉRATE | 6 | • Envejecimiento mental saludable con estimulación cognitiva Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro | |
| • Solo por Ayudar donó cien sillas de ruedas al INCMNSZ | | LA CULTURA DEL BIEN COMER | 17 |
| • Acciones básicas ante emergencias y desastres | | • Pera, jugosa y deliciosa | |
| CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA | 8 | • Ensalada tibia con pera | |
| • Ocho pasos para un cambio de cultura en seguridad (Kotter) | | ESPACIO DE LECTURA | 18 |
| CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL | 9 | • Los tres mosqueteros Alejandro Dumas | |
| • Talento humano | | SABÍAS QUE | 19 |
| NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL | 10 | • Efemérides de la salud | |
| • Proteger al Medio Ambiente y ayudar a pacientes | | ESPACIO DE LECTOR | 20 |
| COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN | 11 | • Curso Taller Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores | |
| • MUPIS extramuros del INCMNSZ | | TU HISTORIA CON EL INSTITUTO | 21 |
| VOLUNTARIADO | 12 | • Ser nominada al Premio a la Solidaridad Humana, un honor | |
| • Su donación es muy importante para mí | | HABLEMOS DE | 22 |
| ARTE Y CULTURA | 13 | • Seguridad: estado de bienestar que percibe y disfruta el ser humano | |
| • Fotógrafo Gabriel Figueroa | | CAMPAÑA INSTITUCIONAL | 23 |
| | | ANUNCIOS | 24 |

Como cada año, el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ, compartió con la comunidad institucional su informe de gestión 2017, en el que dio a conocer los aspectos más relevantes realizados durante el mismo año. En la sección Para Conocernos se da cuenta de ello.

En la sección Ser INCMNSZ, la Dra. Josefina Morales de León, hace un recuento de lo que representa para ella ser parte del Instituto y hace algunas remembranzas de su trayectoria en el mismo.

Dos importantes eventos se llevaron a cabo en el INCMNSZ: la Fundación Solo por Ayudar donó cien sillas de ruedas al INCMNSZ, y el cuarto Curso Teórico-Práctico de acciones básicas ante emergencias y desastres. Ambos se dan a conocer en la sección Entérate.

Continuando con las cartas que algunos pacientes del Instituto escriben para expresar su agradecimiento por el apoyo que reciben para continuar con sus tratamientos médicos, en la sección del Voluntariado, Violeta Arciniega Fuentes, publica una de ellas.

Gabriel Figueroa, se erigió como uno de los grandes fotógrafos de la llamada época de oro del cine nacional, en la sección Arte y Cultura, la Lic. Palmira de la Garza y Arce, expone una semblanza de este destacado mexicano.

En la sección Tu Salud, la Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro, adscrita a la Clínica de Memoria del INCMNSZ, da a conocer algunos aspectos sobre el envejecimiento mental saludable. En la sección Sabías que, se dan a conocer dos efemérides de la Salud del mes de enero: Día del Nutriólogo, el 27 de enero y Día Mundial Contra la Lepra, el 28 de enero.

Como parte de la campaña Institucional 2018 sobre seguridad que se está llevando a cabo en el INCMNSZ, en la sección Hablemos de, se dan a conocer las diferentes dimensiones que abarca el concepto de seguridad y lo que significa para la comunidad institucional. En este mismo sentido, a partir de esta edición, el lector encontrará recomendaciones en caso de emergencias que podrá ir recopilando para elaborar su propio manual, con el fin de reducir el riesgo de sufrir daños en su integridad física en caso de un siniestro.

Aquí me formé profesionalmente

En el INCMNSZ amplié mis horizontes

Dra. Josefina C. Morales de León

Primera parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Dra. Josefina C. Morales de León

En el marco del 60 aniversario de la Dirección de Nutrición, la Dra. Josefina C. Morales de León, Jefe del Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos, expresó lo que ha representado para ella ser parte del INCMNSZ y la enorme satisfacción que siente por haberse formado profesionalmente en el Instituto.

Lo anterior, durante su participación en la ceremonia conmemorativa al 60 aniversario de la Dirección de Nutrición, a cargo del Dr. Héctor Bourges Rodríguez, que tuvo lugar el 30 de noviembre del año 2017; la Dra. Morales participó en la mesa redonda denominada "La consolidación" 1991-2000.

Comentó que la celebración de seis décadas de existencia, fortalece y motiva al personal de la Dirección para cumplir muchos años más con éxito, y narró que su contacto con el INCMNSZ, lo tuvo gracias al Dr. Héctor Bourges quien fungió como su sinodal en su examen para obtener su grado de Maestra en Ciencia y Tecnología de los alimentos.

Recordó que unos días después de presentar el examen de grado, recibió una llamada para concertar una reunión con el Dr. Bourges quien le dijo que le gustaría que participara en un proyecto que el Maestro Zubirán quería desarrollar en el Instituto, por lo que era necesario que se reuniera con el Director de la entonces División de Nutrición, el Dr. Adolfo Chávez Villasana y le expusiera los motivos por los cuales deseaba trabajar en el Instituto. La reunión fue presidida por el Dr. Salvador Zubirán, el Dr. Pedro Daniel Martínez, el Dr. Adolfo Chávez y el Dr. Héctor Bourges, quedando aceptada para formar parte del mismo. En palabras de ella:

Fue un examen muy difícil. Todavía más que el que presenté para obtener el grado de doctor, pero valió la pena. Unos días después, me llamaron para decirme que había sido aceptada y que ingresaba al Instituto; realmente les agradezco ahora la oportunidad que tuve para desarrollarme profesionalmente en esta gran institución.

Explicó que ingresó como becaria del CONACYT, gracias a un apoyo que consiguió el Dr. Salvador Zubirán para desarrollar el proyecto que se tituló "Tecnología de alimentos de interés social".

El objetivo de dicho proyecto era crear productos de bajo costo, con alto valor nutritivo para la población infantil. Lo que desde ese momento, representó para mí, una inmensa tarea y sobre todo, una gran responsabilidad.

Narró que le dieron la bienvenida el Ing. José Luis Camacho y el Ing. Eduardo Mendoza; éste último, le facilitó un espacio en lo que era el bioterio para que se instalara y posteriormente, él mismo, la introdujo con los químicos, técnicos y varios compañeros de la entonces División de Nutrición, así como, de otras coordinaciones como con el Dr. Fernando Pérez-Gil Romo, entonces Jefe del Departamento de Nutrición Animal, con la Dra. Herlinda Madrigal, la Dra. Sara Elena Pérez-Gil Romo, del departamento de Vigilancia Epidemiológica y el Dr. Alberto Ysunza de Estudios Experimentales, con quienes tuvo la oportunidad de visitar los Centros de atención que tenía el Instituto en algunas comunidades rurales.

Aclaró que el área en la que ingresaba, tenía un camino recorrido y que ella se dio a la tarea de darle continuidad y ampliar el horizonte de trabajo, definiendo nuevas líneas de investigación y lograr concretar el propósito del proyecto de ciencia y tecnología de los alimentos, para lo cual propuso un organigrama y con el apoyo del Dr. Zubirán, lo que era una Coordinación se convirtió en el Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos que ahora, expresó: me honro en dirigir.

Enfoqué los objetivos del Departamento hacia las áreas de interés del Instituto que son: la investigación, la enseñanza y la asistencia, esta última actividad, en nuestro departamento, se refleja en la atención que se da a las solicitudes internas y externas de análisis de alimentos; los trabajos de investigación se desarrollaron tanto en el laboratorio, como a escala piloto y en ese momento se establecieron nuevas líneas de investigación dentro de las cuales se apoyaron más de 150 proyectos.

Los resultados de algunas de esas investigaciones, se han transferido con éxito al sector industrial y los resultados de la mayoría de estos proyectos se han publicado en revistas científicas, médicas y de divulgación, reconocidas nacional e internacionalmente; a la fecha se contabilizan cerca de 150 artículos técnicos, 90 artículos de divulgación, 2 patentes, 2 registros de marca, 9 libros, 23 manuales y 18 capítulos en libros.

Enfatizó sus esfuerzos para continuar con la participación en Reuniones Técnicas y Congresos tanto nacionales como fuera del país y mencionó que se han realizado más de 200 comunicaciones al exterior.

De igual forma, destacó que sus actividades de investigación y en la dirección del departamento han recibido varios reconocimientos y premios, otorgados por diferentes instituciones y empresas, tales como: FAO, UNAM, ATAM, FUNSALUD, ILSI de MEXICO, CONACYT, DANONÉ, Coca Cola, NESTLE, INSP, UIA, AAS, SLAN, Universidad de Guadalajara, Universidad Anáhuac, entre otras.

En cuanto a la formación de recursos humanos y la capacitación de estos, destacó que ha apoyado esta responsabilidad con gran énfasis y actualmente hay más de 500 personas que se han formado en el departamento, dentro de esta especialidad, y algunas de ellas ocupan hoy cargos importantes en la industria de alimentos e instituciones académicas.

En el área analítica indicó que se fortaleció con la adquisición de equipos instrumentales más modernos y se amplió la cobertura con el montaje de nuevas técnicas de análisis, lo que permitió obtener el reconocimiento del entonces llamado Sistema de Nacional de Laboratorios de Prueba, hoy conocido como Entidad Mexicana de Acreditación A.C., en la cual el laboratorio fue y sigue acreditado. El Laboratorio de alimentos fue el primero del sector oficial y particularmente del sector salud, en acreditarse.

Programa de trabajo 2017-2022

Informe de Gestión 2017

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Primera parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El Director General del INCMNSZ, Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, rindió su informe de gestión 2017. Su exposición estuvo dividida en cuatro segmentos: actividades institucionales del 2017, resumen del programa de trabajo 2017-2022, el sismo del mes de septiembre y contagio social.

En primera instancia, como parte de las Actividades Institucionales del 2017, explicó que el Instituto es evaluado en su desempeño a través de indicadores en cuatro áreas: enseñanza, investigación, atención médica y administración.

En Enseñanza, señaló que se cuenta con 482 residentes en posgrado; 62 son residentes del extranjero y el resto nacionales. En promedio, hay 3 residentes por cama y se cuenta con 23 residencias de especialidad; 44 cursos de alta especialidad, 13 cursos de pregrado y 2 cursos de posgrado; 63 estudiantes de servicio social y 538 alumnos de distintos cursos de posgrado.

En relación a investigación, destacó que en la Coordinación de Investigación se tienen registrados 155 investigadores; 45 por ciento de los niveles E, D, y F (niveles más altos en el Sistema Nacional de Investigación). Añadió que el 75 por ciento de los investigadores del INCMNSZ son en Ciencias Médicas y que en el SNI se tienen registrados 194 investigadores en los niveles 1, 2, y 3 quienes hicieron, en el primer semestre del 2017, 170 publicaciones en revistas de nivel 3, 4, 5 y 6, principalmente, aunque también en publicaciones de tipo 1 y 2.



Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

En cuanto a la atención médica, el Dr. Kershenobich añadió que durante el primer semestre del 2017 se tuvieron 2,495 ingresos de pacientes y la mayoría de los egresos fueron por alta médica en el 90 por ciento de los casos; 5.1 por agravamiento; 3.7 por defunción y un pequeño porcentaje, solicitaron su alta voluntaria

En el primer semestre del 2017, destacó que se dieron 156,858 consultas; la mayor parte, subsecuentes (83 por ciento), seguidas de las prestadas en Atención Institucional y Continua y Urgencias, y las consultas por primera vez, fueron el 1%. En este rubro, agregó que también se cuentan las consultas otorgadas por vía telefónica a través de servicios de medicina interna y de geriatría. En Trabajo Social, hasta diciembre del 2017, se tenían 4,822 nuevos registros.

El Dr. Kershenobich agregó que se llevaron a cabo 2,249 procedimientos quirúrgicos de alta especialidad, de los cuales, 24 por ciento fueron de cirugía mayor y el 3 por ciento de cirugía menor. Especificó que en un semestre se hicieron 13 trasplantes de médula ósea, 24 de hígado y 49 de riñón.

Explicó que lo más importante no es el número de trasplantes, sino la sobre vida de los pacientes trasplantados que es de cinco años en general y específicamente en hígado, la sobrevida es del 83 por ciento y en riñón de 92.9 por ciento de los trasplantados.

En cuanto al personal de Enfermería, agregó que ha seguido con la profesionalización y que en el Departamento de Radiología e Imagen, se efectuaron cerca de 50 mil estudios en un semestre.

En relación a los exámenes de laboratorio, en el primer semestre del 2017 se hicieron más de un millón de pruebas; cerca del 70 por ciento se efectúan en el Laboratorio Central, pero hay otros estudios que se realizan en otras áreas de especialización.

La Dirección de Nutrición, en colaboración con el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), expresó que se midieron y pesaron a más de tres millones de niños escolares de todo el país, con lo que se hizo un Registro Nacional de Peso y Talla para evaluar el estado de nutrición de los menores; se llevó a cabo la evaluación nacional de los suplementos del Programa Progresá y se logró la patente del portafolio dietético para el manejo de enfermedades crónicas, la cual ya está dando dividendos a la institución.

De igual forma, añadió que se logró el apoyo de la Fundación Río Arronte para los dos proyectos: el manejo de huertos escolares y salud reproductiva en púberes; se logró también, con el apoyo del Gobierno de la Ciudad de México un proyecto en instituciones de atención a ancianos y se celebró el 60 aniversario de la Dirección de Nutrición con un concierto y un simposio.

En la administración, se consiguieron 22 plazas; 6 para médicos especialistas, 7 para enfermería y 9 en otras categorías.; se autorizaron las nuevas Condiciones Generales de Trabajo con vigencia del 2017 al 2019; se puso en operación el Sistema Informático de Recursos Humanos que permite el cálculo más rápido de la nómina, y se colocaron dos lectores de asistencia para agilizar el registro y salida del personal.

Agregó que al inicio del 2017 se tenía una presión de gasto de 138 millones de pesos, pero se obtuvo un incremento de 91.7 millones de pesos durante el año, cerrándose el año con un déficit de presión de gastos de 55 millones de pesos, por lo que se aplicaron algunas políticas de austeridad como la eliminación de suplencias y tiempos extras. A pesar del déficit, se logró el abastecimiento oportuno de bienes y servicios.

Por otro lado se organizó al personal de vigilancia; se cambiaron las lámparas de quirófanos y se adquirió un tomógrafo automatizado de última generación para urgencias gracias a la Fundación Río Arronte, a un donativo privado y a recursos propios del INCMNSZ.

Se sustituyó la Unidad de transferencia de energía eléctrica y el Instituto se incorporó al circuito de media atención de la Comisión Federal de Electricidad.

Por tercera ocasión nos apoyan

Solo por Ayudar donó cien sillas de ruedas al INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Por tercera ocasión, el INCMNSZ fue beneficiado por la Fundación Solo por Ayudar, quien donó 100 sillas el pasado 17 de enero con el objetivo de beneficiar a pacientes que requieren de su uso en las instalaciones del Instituto. El acto fue presidido por el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, Lolita Ayala, fundadora de la Fundación Solo Por Ayudar y el Dr. Rafael Tinajero Ayala, Director de la misma.

El Dr. Kershenobich agradeció el apoyo y recordó que en la ocasión anterior, prometieron donar más sillas y reconoció la valía de la promesa cumplida de esta fundación que mantiene su palabra. De igual forma, destacó que es una organización muy diversa que da una gran cantidad de apoyos en diversas áreas. Así mismo que es una Fundación que ha venido dando apoyo, desde hace muchos años, a quienes lo necesitan y que lo han hecho solo por amor, sin esperar nada a cambio y eso es muy importante.

Los que trabajamos en una institución pública, lo hacemos por amor a la profesión, al servicio, a los pacientes, pero lo que hacen ustedes es mucho. Yo quiero reconocerlo públicamente porque ustedes no solo dan, sino que transmiten amor, lo que significa, dar por amor al otro. Ese amor es muy importante, yo creo que más allá del número de sillas que nos han donado. Muchas gracias.

Lolita Ayala agradeció al Instituto la oportunidad que le brindó para ayudar, y destacó que la Fundación Solo por Ayudar, se creó a diferencia de otras, no por el hecho de tener algún familiar, amigo o conocido en desgracia, sino que su origen, es solo por el amor de ayudar a los otros. De ahí su nombre, Solo por Ayudar.

Nosotros solo ayudamos por el amor al otro. No tenemos ningún interés de recibir algo a cambio de lo que hacemos, solo esperamos que los enfermos recuperen su salud, su bienestar, su mejoría. Por eso, nos honra estar aquí, en el INCMNSZ y contribuir al bienestar de sus pacientes.



Fundación Solo por Ayudar, dona sillas de ruedas

4º Curso Teórico-Práctico en el INCMNSZ

Acciones básicas ante emergencias y desastres

Primera parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Con el objetivo de proporcionar conocimientos básicos en caso de emergencia o desastres al personal del Instituto para que sepan que acciones seguir, los departamentos de Reacción Hospitalaria para Desastres y Reclutamiento, Selección y Capacitación; así como la Coordinación de Protección Civil del INCMNSZ, llevaron a cabo el Curso Teórico-Práctico de acciones básicas ante emergencias y desastres el 22 y 23 de enero en el auditorio principal del Instituto.

El curso fue impartido por especialistas en la materia, adscritos a diferentes áreas del INCMNSZ. Encabezado por el Dr. Thierry Hernández Gilsoul; Jefe del Departamento de Reacción Hospitalaria para Desastres del INCMNSZ; la Dra. Adriana Colmenares Vázquez, responsable de Mejora Continua e Investigación de desastres; la Lic. Ana María Valdez Sarmiento, enfermera; la Mtra. Paola Santana Martínez y el Dr. Fernando Campos, todos, adscritos al mismo departamento y por parte de la Subdirección Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad en la Atención Médica, el Dr. Erick Hein Ochoa; por la Coordinación de Protección Civil, el Biol. José Luis Cruztitla Carrillo y de la Cruz Roja Mexicana, los paramédicos: Lic. Andrés Ruiz Méndez y Eduardo Javier García.

Algunos de los temas fueron: ¿qué hacer en caso de sismos, inundaciones e incendios; la importancia de los signos vitales y prueba rápida de glucosa; control y manejo de estrés, primeros auxilios en quemaduras y heridas, entendiendo la importancia y manejo del extintor, entre otros.



Dr. Thierry Hernández Gilsoul

El Dr. Thierry agradeció a los asistentes y al Departamento de Reclutamiento por incluir este curso en el área de capacitación institucional. Destacó que aunque podría pensarse que era un curso reactivo al sismo, no es así, ya que se ha impartido en tres ocasiones anteriormente. Esta es la cuarta vez que se ofrece.

Hemos considerado, junto con el Departamento de Reclutamiento y la Coordinación de Protección Civil que si bien, el Instituto está conformado por gente que está en preparación para la atención clínica, la parte más vulnerable del hospital, es quien no tiene esa preparación.

En éste curso, uno de los puntos en los que se hizo hincapié fué que en los ámbitos laboral y familiar, no se cuenta con una estrategia de evacuación y un kit de primeros auxilios para casos de emergencia.

Barreras para el cambio de la cultura de seguridad del paciente

Ocho pasos para un cambio de cultura en seguridad (Kotter)

Tercera parte

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

Existen como lo hemos visto antes, diferentes barreras que no permiten que exista un cambio o implementación de una cultura, en nuestro caso relacionada a la seguridad del paciente. En esta edición presentamos los 8 pasos que sugiere Kotter para lograr ese cambio de cultura.

INFUNDIR EL SENTIDO DE URGENCIA:

No se debe intentar iniciar el cambio si sólo nosotros vemos las ventajas del mismo

CREAR UNA COALICIÓN ORIENTADORA:

Identificar a aquellos líderes dentro de la empresa

DESARROLLAR UNA VISIÓN DE CAMBIO:

Una visión que sea fácil de transmitir

COMUNICAR LA VISIÓN DE CAMBIO:

Transmitirla una y otra vez hasta que sensibilice a todas las capas organizativas

ELIMINAR LOS OBSTACULOS

PROPICIAR TRIUNFOS A CORTO PLAZO:

Estos procesos pueden ser largos

CONSOLIDAR LOS LOGROS Y GENERAR MÁS CAMBIOS:

No hay que adelantarse a la victoria.

ARRAIGAR LOS CAMBIOS EN LA CULTURA ORGANIZACIONAL:

Nuestra propuesta de cambio se ha consolidado y ya es la forma habitual en que la empresa trabaja



Imagen proporcionada por: Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández

Calidad y Gestión Institucional

Talento humano

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

La administración del talento humano está relacionada con la planeación, organización, desarrollo, coordinación y el control establecido para promover el desempeño eficiente del personal.

Hoy en día las organizaciones son conscientes de la importancia de contratar a personal, según el potencial y no solamente según la experiencia; para así proporcionar la formación adecuada y ejecutar programas para abordar el rendimiento y el desarrollo de sus habilidades.

Su principal finalidad (talento humano) es el mantenimiento y mejora de las relaciones personales entre los directivos y colaboradores de la compañía en todas las áreas. Entre los principales objetivos de la administración de talento humano se encuentran:

- Garantizar la eficacia y el máximo desarrollo de los recursos humanos.
- Identificar y satisfacer las necesidades de los colaboradores de la organización.
- Crear un equilibrio entre los objetivos individuales de los empleados y los de la organización.
- Dotar a la organización de colaboradores calificados y motivados.
- Inculcar la colaboración y el trabajo en equipo entre las distintas áreas.

En el ámbito hospitalario, la calidad de los servicios se ve influida por las habilidades técnicas y de gestión del equipo humano del hospital. Por lo tanto, el talento humano es considerado como el recurso más importante del sistema de atención hospitalaria.

El rendimiento de las organizaciones se ve muy influenciado por el nivel de conocimiento, las habilidades, talentos y la motivación del capital humano que presta los servicios de salud a la comunidad.



Imagen proporcionada por: Mtro. Jovani Emmanuel Torres García

Dos beneficios en una sola acción

Proteger al medio ambiente y ayudar a pacientes

T.S. Claudia Márquez Enríquez/Campaña Tapas Pro-apoyo

La Dirección de Comunicación Institucional y Social del INCMNSZ, a través del Departamento de Comunicación y Vinculación, lleva a cabo la Campaña Tapas Pro-Apoyo con el objetivo de proteger al medio ambiente y favorecer a pacientes de escasos recursos, generando dos beneficios en una sola acción.

En este contexto, algunos pacientes y/o sus familiares se suman a este esfuerzo institucional, recolectando tapa-roscas para beneficiar a otros pacientes que se encuentran en condiciones vulnerables de salud.

Tal es el caso de la Sra. Rosa María Anda Enríquez, madre de Valeria Carricart Anda, quien es paciente de nuestro Instituto y quien padece leucemia. Ellas en un esfuerzo por apoyar a nuestra campaña y al cuidado del medio ambiente, se han dado a la tarea de recolectar tapa-roscas.

La Sra. Rosa María Anda nos narra lo que ha significado para Valeria ser partícipe de esta campaña:

Valeria tiene Síndrome de Down y era paciente del Instituto Nacional de Pediatría. Por cumplir la mayoría de edad y presentar problemas de tiroides fue enviada al INCMNSZ para continuar su atención médica. Hace unos meses le detectaron leucemia y ahora se encuentra recibiendo tratamiento de quimioterapia.

Vimos los carteles sobre la campaña que están llevando a cabo de recolecta de tapas, decidimos participar, ya que mi hija Valeria es muy entusiasta, le pide tapas a sus amigos y a otras amistades y familiares. Es algo que le agrada mucho.

Esta campaña representa algo muy especial para mí y para mi hija, ya que es muy gratificante contribuir para ayudar a otros pacientes a través de ustedes y además cuidamos el medio ambiente.

Finalmente la Sra. Anda comentó: yo invitaría a la gente a sumarse a éste tipo de campañas ya que son de gran ayuda y nos hace ser mejores seres humanos.

Además estoy agradecida con la institución y también es una forma de retribuir en algo, lo mucho que nos ha dado.



Rosa María Anda y su hija Valeria Carricart, participantes de la Campaña Tapas Pro-Apoyo (imagen autorizada por las participantes)

Información para orientar a la comunidad

MUPIS del INCMNSZ

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

La Dirección General, a través del Departamento de Comunicación y Vinculación, colocó Mobiliario Urbano Para Información (MUPI) en la banqueta del INCMNSZ sobre la calle Vasco de Quiroga, como parte del Programa Porque lo que importa es la Salud.

Lo anterior, con el objetivo de orientar al público en general mediante la información sobre:

Bienestar y Estilo de Vida: Orientación dedicada a promover la salud integral.

Arte y Cultura: Información de museos en la Ciudad de México y dar a conocer la obra artística de destacados creadores plásticos.

Historia Institucional: Expone diferentes etapas históricas del INCMNSZ que han influido en su desarrollo.

Redes Sociales: Información acerca de los sitios y direcciones oficiales del INCMNSZ.

Espacio de Lectura: Recomendaciones para fomentar el hábito de la lectura.

Entorno Ambiental: Mensajes sobre el cuidado y protección del medio ambiente.

Esta iniciativa contribuye también a mejorar las áreas externas del INCMNSZ, aprovechando los espacios públicos de manera constructiva al aportar información útil a la comunidad.



MUPIS ubicados en el exterior del Instituto

Agradecimiento de todo corazón

Su donación es muy importante para mí

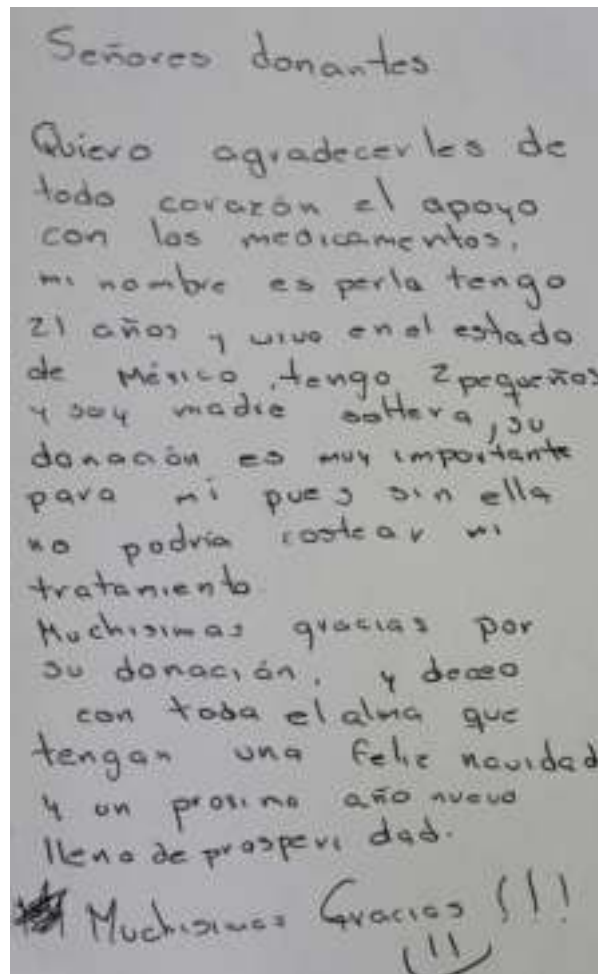
Violeta Arciniega Fuentes

Señores donantes:

Quiero agradecerles de todo corazón el apoyo con los medicamentos, mi nombre es Perla, tengo 21 años y vivo en el Estado de México, tengo dos pequeños y soy madre soltera, su donación es muy importante para mí pues sin ella no podría costear mi tratamiento.

Muchísimas gracias por su donación, y deseo con toda el alma que tengan una feliz navidad y un próximo año nuevo lleno de prosperidad.

¡¡¡Muchísimas Gracias!!!



Época de oro del cine mexicano

Gabriel Figueroa, fotógrafo

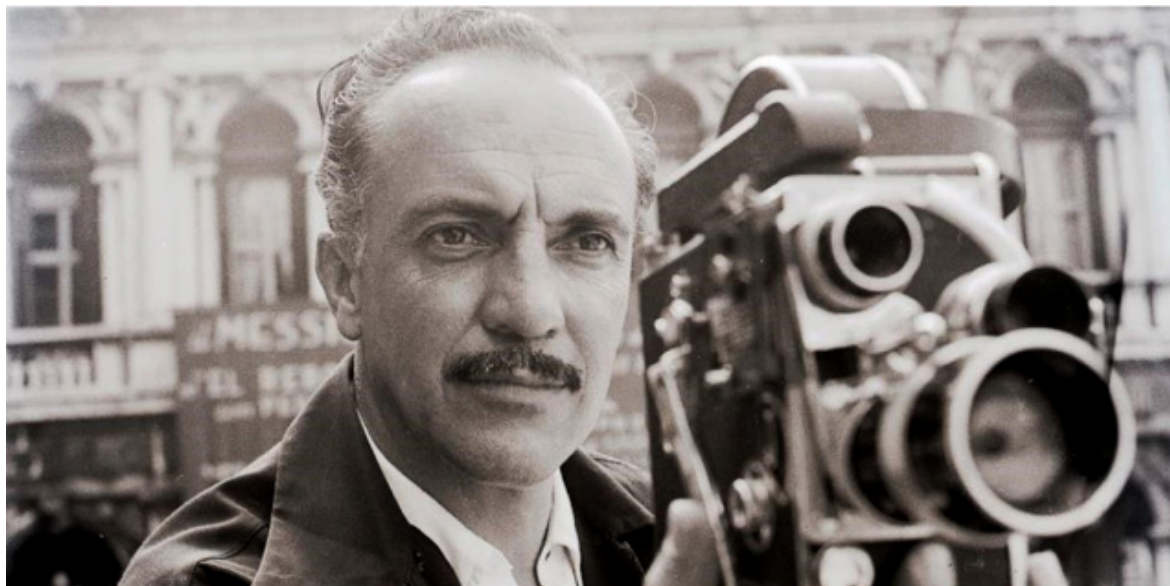
Lic. Palmira de la Garza y Arce

Nació en la CDMX el 24 de abril de 1907. Fue un cinefotógrafo y director de fotografía extraordinario. Figura importante de la época de oro del cine mexicano. Sus primeros trabajos fueron como fotógrafo en películas como "Revolución," de Miguel Contreras Torres.

Además de trabajar con directores mexicanos, Figueroa trabajó también para Hollywood, donde laboró con Jhon Ford y Jhon Huston. En 1950 realizó la fotografía de "Los olvidados", de Luis Buñuel. Algunos de sus trabajos más recientes fueron "El corazón de la noche", "Héroe desconocido" y "México 2000".

Fue candidato al Premio Oscar a la mejor fotografía por "La noche de la iguana" en 1964. Fue fundador, junto con Mario Moreno "Cantinflas" y Jorge Negrete del Sindicato de trabajadores de la Producción Cinematográfica de la República Mexicana. Fue ganador del Premio Nacional de Bellas Artes en 1971.

Su filmografía cuenta con 210 títulos, en los cuales se desempeñó como director de fotografía o codirector. Los trabajos fílmicos son desde largometrajes hasta documentales. La Academia Mexicana de Artes y Ciencias Cinematográficas, le otorgó 16 premios Ariel y un Ariel de Oro en 1987, algunas de las películas por las que fue nominado y ganador, fueron: "Bugambilia" 1945, "Enamorada" 1947, "Los olvidados" 1951, "El rebozo de la soledad" 1953, y "La noche de la iguana" 1964, entre otras. Muere en la CDMX, el 27 de abril de 1997.



Gabriel Figueroa

Historia

Academia Nacional de Medicina de México

Francisco Fernández del Castillo

Lic. Gabriela Rubello Marín

Existe una larga lista de acciones positivas de la Academia que sería largo enumerar. Todas dan fe del vigor de esta sociedad médica que se acerca a los 150 años de existencia.

Tres ilustres presidentes de la Academia de la época moderna marcaron un hito en la historia de la medicina en México con su brillante contribución: los maestros Ignacio Chávez Sánchez (1933), Federico Gómez Santos (1958) y Salvador Zubirán Anchondo (1947), fundadores del Instituto Nacional de Cardiología, del Hospital Infantil y del Instituto de Enfermedades de la Nutrición, respectivamente.

Todos ellos elevaron notablemente el nivel de la medicina de nuestro país y trazaron el rumbo para la creación de otros centros hospitalarios de gran prestigio.

Paralelamente a todas estas acciones, la Academia ha conferido la categoría de miembros a destacados médicos e investigadores, entre quienes figuran algunos que han sido galardonados con el premio Nobel.

Llegar a ser miembro de la Academia es un paso trascendente en la carrera profesional de un médico.

Para la Academia, recibir a un nuevo miembro en su seno significa hacer una selección cuidadosa entre los aspirantes.



Palacio de Santo Domingo, durante años recinto de la Academia Nacional de Medicina



Arriba, de izq. a dcha. Ignacio Chávez Sánchez, Federico Gómez Santos y abajo Salvador Zubirán Anchondo

Cultura patriarcal en México

¿Masculinidades?

Tercera parte

Dirección de Administración

Para hilar y robustecer el conocimiento adquirido hasta el momento respecto al tema que nos ocupa, seguidamente exhibiré más elementos de acuerdo al orden que se planteó en la primera entrega, de esa suerte el turno es de las masculinidades.

En el terreno de las Masculinidades, existen: Valores culturales aceptados de las prácticas y representaciones de ser hombre, construcciones sociales de los hombres, al igual que la de las mujeres, y tales están pautadas por la cultura patriarcal.[1]

Vale decir que en este ámbito la hegemonía masculina: ha regido las relaciones políticas, económicas y sociales no sólo ha colocado en una posición de subordinación y desventaja a las mujeres en relación con los hombres. [2]

Todo lo vertido hasta el momento no ha permitido que los varones puedan desarrollarse y participar en ámbitos trascendentes del entorno individual y colectivo: cuidado de hijas e hijos y las actividades del hogar. [3]

Lamentablemente en muchos casos desde que nacemos, se nos asignan expectativas y aprendemos la forma en que debemos actuar, pensar y sentir según nuestra condición de hombres. Estas expectativas van directamente ligadas a la masculinidad, la cual se define como el conjunto de atributos, valores, comportamientos y conductas que son características de ser hombre en una sociedad y tiempo determinados.[4]

Es importante saber que existe un modelo tradicional de masculinidad que se apoya en cuatro elementos esenciales:

- Restricción emocional: consiste en no hablar acerca de los propios sentimientos.
- Obsesión por los logros y el éxito: es un estado permanente de alerta y competencia.
- Ser fuerte como un roble: lo que hace a un hombre es que sea confiable durante una crisis, pero que jamás demuestra sus sentimientos.
- Ser atrevido: tener siempre un aura de atrevimiento, agresión, toma de riesgos y vivir al borde del precipicio.[5]

Vale decir que lamentablemente, todas las sociedades cuentan con registros culturales de género, y en su caso se percibe la discriminación, tanto es así que existe el concepto de masculinidad, aun y cuando este es un producto histórico bastante reciente, derivado de su estudio se advierten inconvenientes para el adecuado desenvolvimiento social.

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] Ibídem pag.19

[4] ídem

[5] Ibídem pag.20

Acciones de prevención

Envejecimiento mental saludable con estimulación cognitiva

Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

La Terapia de Estimulación Cognitiva (TEC) es una medida de tratamiento para personas con deterioro cognitivo leve a moderado. En muchas ocasiones, dicho deterioro es resultado de alguna enfermedad, pero en otras, es parte de un proceso normal de envejecimiento. Por ello, implementar acciones de prevención es una medida eficaz para reducir el riesgo de desarrollarlo, aseguró la Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro, adscrita a la Clínica de Memoria del INCMNSZ.

Agregó que la TEC es una terapia eficaz que consiste en estimular la participación activa de las personas, a través de un ambiente de aprendizaje en grupo, favoreciendo la interacción social, pero también es posible individualizarla acompañada de la familia y/o cuidador, y debe recomendarse como parte de un tratamiento integral, en el que se incluyan otras condiciones que favorezcan un envejecimiento cerebral saludable.

Algunas de las acciones que reducen el riesgo de desarrollar deterioro cognitivo:

- Dormir en promedio 5 a 6 horas.
- Evitar o reducir el estrés.
- Consumir una dieta balanceada.
- Evitar o reducir el consumo de azúcares, grasas, alcohol y tabaco.
- Realizar actividad física con regularidad.
- Mantener la mente activa.

La Dra. Aguilar Navarro enfatizó que la alimentación y la actividad física influyen en la salud, ya sea de manera combinada o cada una por separado; pero acotó que la adecuada interacción de ambas es más benéfica.

La actividad física, advirtió que es fundamental para mantener el cuerpo y la mente sanos. Se ha demostrado que los ejercicios aeróbicos regulares mejoran la cognición y tienen efectos benéficos sobre las funciones cerebrales. El ejercicio ayuda a la producción y liberación de las neurotrofinas que favorecen la generación de nuevas células (neuronas) y las conexiones entre ellas (sinapsis), por lo que recomendó:

- Caminar de 10 a 30 minutos todos los días. Sugiere que se inicie con una caminata de 5 a 10 minutos diarios y aumentarla hasta llegar a 30 minutos al día (o 150 minutos semanales).
- Practicar actividades como: yoga, taichí, natación, baile (danzón), o cualquier otra actividad de agrado.

Pera, jugosa y deliciosa

Es una fruta de piel delgada, de pulpa jugosa y sabor dulce y podemos disponer de ella en distintas épocas del año, a excepción de la pera común o blanquilla que está disponible el año entero.

Aporta cantidades apreciables de fibra, especialmente de tipo insoluble, rica en lignina, por lo que se considera un alimento con un efecto laxante suave.

De los minerales destaca su contenido en potasio y de las vitaminas destaca la vitamina C, en cantidades apreciables. Contiene flavonoides, compuestos con carácter antioxidante a los que se han atribuido propiedades anticarcinógenas y que también se han relacionado con un menor riesgo de enfermedad coronaria.

También aportan lignanos, una clase de fitoestrógenos que actúan a nivel de pequeños vasos sanguíneos, por lo que podrían desempeñar un papel benéfico.

Investigaciones apoyan la hipótesis de que los países con más altos niveles de consumo de flavonoides y lignanos en su dieta tienen las más bajas incidencias de cáncer, hecho que está especialmente demostrado para los cánceres de mama y próstata.



Fuente: Federación Española de la Nutrición. Disponible en: <http://www.fen.org.es/mercadoFen/pdfs/pera.pdf>

Ensalada tibia con pera



Rinde para 4 porciones

Ingredientes:

| | |
|------------|---|
| 200 gramos | de espinaca limpia sin tallo |
| 200 gramos | de berro limpio, utilizar solo los tallos tiernos |
| 2 piezas | de peras cortadas en octavos sin corazón y sin semillas |
| Al gusto | Sal y pimienta |

Preparación:

Precalente el horno a 180°C. Coloque las peras en una charola o refractario y hornee por 10 minutos. Deje enfriar.

Troce con las manos las hojas de espinaca y berros. Coloque en un recipiente la mezcla de espinacas y berros, pase rápidamente las peras rostizadas por una sartén o con la ayuda de un microondas calentar hasta obtener una temperatura tibia.

Aderece con jugo de limón, sal y pimienta al gusto.



Novela de capa y espada

Los Tres Mosqueteros

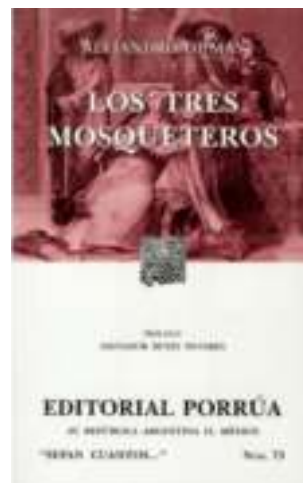
Alejandro Dumas

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Alejandro Dumas fue novelista y dramaturgo francés. Sus obras más populares que mezclaban historia, romanticismo y aventura le dieron fama universal y han sido traducidas a casi cien idiomas, es uno de los escritores más leídos. Varias de sus novelas de aventuras se publicaron originalmente en formato de series como El conde de Montecristo, Los tres mosqueteros, Veinte años después y El vizconde de Bragelonne. Muestra de su gran éxito es que sus novelas han sido adaptadas desde principios del siglo XX en casi doscientas películas. Dumas comenzó su carrera escribiendo obras de teatro, también escribió numerosos artículos en revistas y libros de viaje.

La novela Los tres mosqueteros narra las aventuras de un joven gascón de 18 años conocido como D'Artagnan, que viaja a París para convertirse en mosquetero del rey Luis XIII. D'Artagnan no es uno de los mosqueteros del título, sino que lo son sus amigos Athos, Porthos y Aramis cuya amistad los ha hecho amigos inseparables que viven bajo el lema "todos para uno y uno para todos". Juntos sirven al rey y enfrentan a su primer ministro, el cardenal Richelieu. La intriga aumenta al aparecer Milady de Winter, una mujer bellísima, deslumbrante pero siniestra y con un pasado que ella guarda en el más profundo secreto, que junto con el conde de Rochefort, resguardan el honor de la reina Ana de Austria.

Los tres mosqueteros es una obra repleta de acción, romance, intriga y humor, es considerada una de las piezas más importantes de la literatura francesa que te sorprenderá por su atrevimiento y actualidad.



Pasatiempo: Resuelve el siguiente acertijo:

El jefe de una tribu tiene 20 kilos de maíz para repartir entre sus 20 vecinos y decide hacerlo de la siguiente forma:

A cada uno de los niños les dará 3 kilos de maíz.
A cada una de las mujeres les dará 2 kilos de maíz.
A cada uno de los hombres les dará $\frac{1}{2}$ kilo de maíz.

¿Cuántos niños, mujeres y hombres hay, sin que sobre ni falte nada de maíz por repartir?

Solución:
La respuesta al acertijo es: 1 niño, 5 mujeres y 14 hombres.

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.

27 de enero, Día del Nutriólogo

Tres nutriólogos por cada mil habitantes en México

Según la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), en el segundo trimestre del 2012, en México se contaba con 2.4 nutriólogos por cada 1000 habitantes, lo que refleja un aumento enorme en la demanda de estos profesionales que conmemoran su día el 27 de enero.

En el país se celebra a los nutriólogos el 27 de enero y esta fecha se instauró por la fundación de la Asociación Mexicana de Nutrición (AMN). "La Asociación se registró ese mismo día ante la Secretaría de Relaciones Exteriores de México, por lo cual la Directiva de la AMN, acordó que en esa fecha se celebraría el Día de la Nutricionista, ahora denominado Día del Nutriólogo.

La Nutriología o la Dietología como antes era llamado, tomo importancia en el país a partir de 1935, gracias al doctor José Quintín Olascoaga Moncada, quien fue el gran impulsor de la Nutriología en el país.

En 1936, el Departamento de Salubridad comenzó a impartir la materia de Nutrición entre sus integrantes, convirtiéndose en la primera instancia en el país que le dedicaba un espacio importante al estudio de la forma en que se alimentaban los mexicanos.

Fuente: <https://clea.edu.mx/portal/blog/dia-del-nutriologo-en-mexico/>

28 de enero, Día Mundial Contra la Lepra

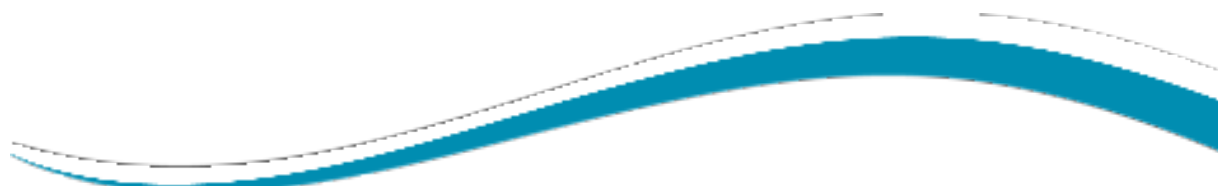
Detección y diagnóstico temprano

La lepra es una enfermedad infecciosa crónica causada por una bacteria. Afecta principalmente la piel, los nervios periféricos, la mucosa de las vías respiratorias altas y los ojos. La detección temprana de los casos disminuye extraordinariamente los riesgos de deformidades y discapacidad entre los pacientes. La lepra tiene cura y el medicamento es gratuito en todos los países.

Aunque los casos de lepra en las Américas han disminuido en más de un 30% en la última década, todavía se registran casos en los países lo que muestra la necesidad de mantener las medidas de control de la enfermedad para sostener esos logros.

Al conmemorarse este mes el Día Mundial Contra la Lepra, la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) llama a trabajar por la detección proactiva y el diagnóstico temprano para lograr cero discapacidad en niñas y niños.

Fuente: <https://www.campodecriptana.info/fechas-celebres/1579-29-de-enero-dia-mundial>



Ahora brindo cuidados con empatía

Curso-Taller Escuela Para Cuidadores de Personas Adultas Mayores

Testimonio: Cuidadora Aida Guadalupe Castillo Cabrera

Uno de los beneficios más grandes que trajo este curso a mi vida es que ahora doy cuidados a las personas que están enfermas o con alguna discapacidad con empatía. No como lo hacía antes, que era con cariño y con conocimiento, pero sin ponerme en los zapatos del enfermo. Eso me impedía realmente cuidarlo de forma correcta; mis cuidados se quedaban incompletos.

Entendí que la empatía es más que ponerse en el lugar del otro, es también entenderlo y comprender la situación que está viviendo; que entre otras cosas, representa la pérdida de su autonomía física y a veces hasta mental y eso es muy difícil de enfrentar.

Este curso, además me ayudó a tener una mejor actitud de cuidado ante los enfermos y sobre todo, darles cuidado de forma profesional, ya que nos dotó de las herramientas necesarias para ofrecer cuidados con conocimiento y con mejores técnicas de apoyo al enfermo.

Tuvimos la fortuna de contar con profesores de todos los ámbitos que se requieren para atender a nuestros pacientes; desde cuestiones que aparentemente son muy básicas, pero que son importantes como mover correctamente al paciente, hasta acciones más complicadas de Enfermería.

Otro gran beneficio que me dejó este curso es que ahora soy un referente para mis familiares y amigos que tienen algún enfermo y requieren cuidarlo.

Saben que tomé el curso en el mejor Instituto de Salud de México que es el INCMNSZ y se acercan a mí para que les de algún consejo o les responda alguna duda que tienen y con gusto lo hago. Es una obligación transmitir el conocimiento que obtuve aquí.

Por último, quisiera agregar que el curso me permitió valorar en toda su dimensión, la independencia que te da la salud y el llegar a una vejez con calidad.

Cuando te pones en los zapatos de quienes tienen que depender para cosas tan elementales como ir al baño o quizás algunas más complicadas de atención médica, valoras lo que es independencia y te esfuerzas y cuidas por conservarla.

Agradezco a la Lic. Silvia Bautista Martínez, Coordinadora del Curso Curso-Taller Escuela Para Cuidadores de Adultos Mayores por organizarlo, pero sobre todo por su cuidado y atención a quienes tomamos el curso.

Atención con excelencia y humanismo

Ser nominada al Premio a la Solidaridad Humana, un honor

Enf. Eva Velasco Ávila

Uno de los mayores honores de mi vida profesional ha sido la nominación al Premio a la Solidaridad Humana Salvador Zubirán 2017, la que tuve el gusto de tener en días pasados. Entre otras cosas, porque este premio representa un reconocimiento a la atención con humanismo y excelencia que se le ha dado a todos y cada uno de los pacientes que atendemos.

Esta nominación, también me dio la oportunidad de agradecer a todas mis compañeras enfermeras por haberme tomado en cuenta para ser candidata a un reconocimiento, que representa una de las más altas aspiraciones para quienes formamos parte del gremio de enfermería. A ellas quiero aprovechar la ocasión para darles mi agradecimiento por haberme dado tal distinción.

Soy enfermera general del turno vespertino, en el segundo piso de hospitalización. Ahí vemos pacientes muy delicados y a veces, más que el paciente, el familiar es el que requiere un consuelo, un apoyo, creo que eso es parte de una atención con humanismo. En este entendido, tomé un curso de Tanatología, en el que aprendí que los pacientes y sus familiares requieren una atención médica de excelencia, pero con empatía, en la que se les brinde afecto y tranquilidad. Eso es lo que hago y creo que me ayudó para ser nominada al premio.

Desde 1987, año en que ingresé al INCMNSZ, he trabajado con mucho entusiasmo, entrega ahínco y dedicación; trabajar en el Instituto, te exige un compromiso de excelencia en todo lo que haces. Recuerdo ese 16 de diciembre de 1987, recién egresada de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia (ENEO) de la UNAM, cuando vine para ver si había trabajo; me recibió la entonces jefe de Enfermería Dolores Rodríguez que era muy enérgica, en ese momento me hizo los exámenes, los calificó, siendo el resultado favorable, en una semana ya estaba trabajando para el mejor instituto de salud de México, Nutrición.

Mi primera impresión cuando ingresé al instituto fue que estaba en un lugar que me exigía mucho compromiso y responsabilidad, ya que era de excelencia, por lo que yo tenía que ser excelente; me esforcé en ello. Es una forma de trabajar que se vuelve un hábito laboral. Por eso, invito a mis compañeras de nuevo ingreso que comiencen a formarse ese hábito de trabajar con excelencia y humanismo; es lo que nos distingue de los demás institutos; es nuestra mística institucional.

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.

Dinámica de fin de año 2017

Seguridad: estado de bienestar que percibe y disfruta el ser humano

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En la actualidad, podemos hablar de seguridad en todos los ámbitos de la vida. Su presencia resulta crucial en todas las actividades del ser humano. Por ello, durante el 2018, se llevará a cabo la campaña de Seguridad en Todo, en el INCMNSZ.

Los conceptos, acciones y recomendaciones en torno al tema que se darán a conocer en las próximas ediciones en esta sección, son el resultado de las aportaciones que los trabajadores del Instituto nos hicieron durante la dinámica de fin de año de 2017 y la información encontrada sobre el tema en los diversos campos en los que se aplica.

Una de las preguntas que se hizo en torno a Seguridad fue: ¿Qué es seguridad? Expresa tu opinión. El 51% del personal encuestado coincidió en definir la seguridad desde un campo multidimensional, al asegurar que es: un estado de tranquilidad, en el que se siente protección en el ámbito espiritual, emocional, físico, de instalaciones, de estabilidad laboral, de salud, de armonía en el lugar al que se pertenece y de protección de los integrantes de la institución.

El 21% la concibió como un tema propio del campo de la Vigilancia que se tiene en el Instituto, 11% la ubicó en acciones relativas a Protección Civil y un 10 % la consideró como las acciones relativas a la atención al paciente.

Por lo anterior, la campaña girará en torno a la seguridad como un concepto multidimensional, a protección civil, a vigilancia, al paciente y a la Información que aunque no fue mencionado por la comunidad institucional, consideramos de crucial importancia, ya que en el Instituto se tiene y se maneja información que implica seguridad.

La seguridad está presente en todos los ámbitos de nuestra vida, por lo que debemos procurarla diariamente, las 24 horas del día y en todo lugar. Reducir el riesgo de enfrentar accidentes o daños a nuestro entorno, inevitablemente dañará nuestra integridad personal. No olvidemos Seguridad en Todo.

Definición del concepto de seguridad:

La seguridad es un estado en el cual los peligros y las condiciones que pueden provocar daños de tipo físico, psicológico o material son controlados para preservar la salud y el bienestar de los individuos y de la comunidad. Es una fuente indispensable de la vida cotidiana, que permite al individuo y a la comunidad realizar sus aspiraciones.

El alcance de un nivel de seguridad óptimo necesita que los individuos, las comunidades, gobiernos y otros interventores creen y mantengan los protocolos establecidos:

Fuente : Centro colaborador OMS de Québec, Canadá.



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS Y
NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS
MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

DEPARTAMENTO DE ENDOSCOPIA GASTROINTESTINAL

10° CURSO INTERNACIONAL DE ENDOSCOPIA TERAPÉUTICA

1, 2 y 3 de Marzo de 2018

AUDITORIO PRINCIPAL DEL INCMNSZ

Demostraciones de casos en vivo

Lo más actual de la terapéutica endoscópica

Conferencias magistrales

Mesas de análisis

Talleres en modelos

PROFESORES INTERNACIONALES

Prof. Raj Shah - Estados Unidos

Prof. David Tate - Inglaterra

Prof. Sergio Zepeda - Canadá

INFORMES

Departamento de Endoscopia Gastrointestinal INCMNSZ

Tel. 5487 0900 Ext. 2150

cursoendosnutricion2018@gmail.com

www.cursoendosnutricion.com

Vasco de Quiroga No. 15 Col. Bellas Artes Sección XVI Del. Tlalpan, C.R. 14080, Ciudad de México

● Anuncios



RECOMENDACIONES EN CASO DE EMERGENCIA en la vía pública

- Mantén la calma
.....
- Ayuda a los que no pueden reaccionar
.....
- Evita distraerte con dispositivos
electrónicos
.....
- Ubica las rutas de evacuación
.....
- Dirígete a la zona de menor riesgo
(que no tenga edificios o ventanas)
.....

1

#Seguridadentodo



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

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

www.incmnsz.mx