



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIV No. 3

15 de Febrero 2018

Acreditación del Laboratorio Central y Unidad Toma de Muestras con el CAP

Espacios de Lectura es un proyecto maravilloso
Testimonio de Nancy Elena Velasco Macías



Personal del Laboratorio Central y Unidad Toma de Muestras



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 577

15 de febrero 2018

CONTENIDO

EDITORIAL	1	VIDA INSTITUCIONAL	14
SER INCMNSZ	2	• Academia Nacional de Medicina de México	
• En el INCMNSZ amplíe mis horizontes Dra. Josefina C. Morales de León		VIDA LABORAL	15
PARA CONOCERNOS	4	• Código de Ética de los servidores públicos del Gobierno Federal	
• Informe de Gestión 2017 Dr. David Kershenobich Stalnikowitz		TU SALUD	16
ENTÉRATE	6	• ¿Cómo se siente tener obesidad?	
• Acreditación del Laboratorio Central y Unidad Toma de Muestras con el CAP		LA CULTURA DEL BIEN COMER	17
CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA	8	• Membrillo	
• Comunicación: factor importante para la seguridad del paciente		• Muffins de membrillo	
CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	9	ESPACIO DE LECTURA	18
• Enfoque Sistémico y sus propiedades fundamentales		• A tres metros sobre el cielo, Federico Moccia	
NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	10	SABÍAS QUE	19
• La protección civil empieza por la autoprotección		• Efemérides de la salud	
COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	11	ESPACIO DE LECTOR	20
• El Espacio de Lectura es un proyecto maravilloso		• Curso-Taller Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores	
VOLUNTARIADO	12	TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	21
• Es importante continuar apoyando		• Nuestra mística institucional, un valioso legado	
ARTE Y CULTURA	13	HABLEMOS DE	22
• La Casa de los Azulejos		• Debemos saber cómo y por dónde salir en caso de emergencia	
		CAMPAÑA INSTITUCIONAL	23
		ANUNCIOS	24

Uno de los estándares más altos de calidad para los laboratorios en todo el mundo es la certificación otorgada por el Colegio Americano de Patología (CAP). El Laboratorio Central del INCMNSZ fue merecedor de tal distinción después de una exhaustiva evaluación efectuada por este organismo internacional. En la sección Entérate, se informa de este logro que una vez más nos coloca como líderes, pues es el primer laboratorio del sector público en ser certificado.

En este mismo contexto de excelencia, en la sección Para Conocernos, el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, da a conocer la segunda parte de su Informe de Labores 2017, en el que se expresan todos los logros alcanzados por el INCMNSZ en el 2017 y los retos para el 2018.

En la sección Ser INCMNSZ, la Dra. Josefina Morales de León, Jefa del Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos, continúa expresando sus vivencias en el Instituto y la forma en que fué evolucionando junto con el área a su cargo.

Como muestra de agradecimiento por todo el apoyo recibido para continuar con su tratamiento, un paciente del Instituto, mediante una misiva dirigida al Voluntariado expresa su sentir. Lo anterior, en la sección del Voluntariado.

Uno de los lugares más emblemáticos y tradicionales de la Ciudad de México es La Casa de los Azulejos; en esta edición, en la sección Arte y Cultura, la Lic. Palmira de la Garza y Arce, hace un recorrido histórico por los orígenes y evolución de esta joya histórica de la capital del país.

La obesidad continúa siendo uno de los principales problemas de salud en México. Con la intención de orientar a la comunidad institucional sobre los riesgos a la salud que trae como consecuencia esta enfermedad; en la sección Tu Salud, la Dra. Verónica Vázquez Velázquez, adscrita a la Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria del INCMNSZ, hace algunos comentarios sobre este padecimiento.

En la sección Sabías que, se expresan algunas reflexiones sobre el Día Mundial Contra el Cáncer, el 4 de febrero; Día Internacional de Tolerancia Cero con la Mutilación Genital Femenina, el 6 de febrero y el 14 de febrero el Día Mundial de las Cardiopatías Congénitas.

Siguiendo con la campaña de Seguridad que se lleva a cabo en el INCMNSZ, en la sección Hablemos de, se da a conocer información sobre las acciones que debemos implementar durante la evacuación en caso de emergencia. De igual forma, se continúa con la serie de recomendaciones para tal caso, que ayudarán a formar tu propio manual de seguridad.

Aquí me formé profesionalmente

En el INCMNSZ amplié mis horizontes

Dra. Josefina C. Morales de León

Segunda y última parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Personal del Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos

Los trabajos realizados en el análisis de alimentos nos han permitido continuar con la elaboración y publicación de la Tabla de composición de alimentos; a la fecha se han realizado 12 ediciones tanto impresas como en formato digital. Las actuales Tablas condensadas, publicadas con motivo del 70 aniversario del Instituto, contiene 3000 entradas de alimentos y productos alimenticios, divididas en 8 capítulos, con anexos en los cuales se encuentra información de interés para nutriólogos, médicos, autoridades del sector salud e industria de alimentos.

La experiencia adquirida en el Instituto y el estar cercana a los estudiosos de los problemas de salud de la población, en particular de los niños, debidos a una mala alimentación, me llevó a continuar mis estudios, logrando obtener mi Doctorado en Nutrición.

Actualmente, y dados los problemas de salud presentes en nuestra población, como son: la diabetes y la obesidad, derivados en buena parte por una mala alimentación, se ha dado énfasis a la línea de investigación: "Desarrollo de productos para pacientes con requerimientos nutricios específicos", esto es al desarrollo de productos diseñados para atender los problemas de salud que hoy afectan a la población mexicana. También, visualizando los años venideros, se ha iniciado una línea de trabajo para estudiar el efecto de la resistencia a la insulina sobre el metabolismo celular y los mecanismos involucrados, a fin de fortalecer el desarrollo de productos alimenticios, que se integren a la dieta de grupos de población con problemas relevantes de salud.

Paralelamente a estas actividades, me es grato comentar que poco tiempo después de ingresar al Instituto, el Maestro Zubirán me invitó a participar en el Comité editorial de la revista: Cuadernos de Nutrición, en el cual continuo colaborando, y que ya cumplió 30 años de publicación interrumpida, actualmente, dada su calidad técnica y los temas que en ella se abordan, forma parte de la base de datos conocida como IMBIOMED.

Para concluir, agradezco a los directores del Instituto, en sus diferentes administraciones, por el apoyo recibido, en especial, al Dr. Héctor Bourges, así como, a todos sus colaboradores, a los alumnos de Servicio Social y Tesistas y a los integrantes de la Dirección de Nutrición, quienes le brindaron conocimientos en sus áreas de especialidad, su apoyo y su amistad la que, valoro por y para siempre...

"Muchas Gracias".



Áreas del Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos

Programa de trabajo 2017-2022

Informe de Gestión 2017

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Segunda parte

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Continuando con la información vertida en el Informe de Gestión del 2017 del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ, en esta edición, se hace referencia a más logros alcanzados por esta administración.

Entre otras cosas, destacó que se concluyó la instalación del equipo PET en el Departamento de Medicina Nuclear y se terminó con la instalación de la Unidad Metabólica.

Por otro lado, hizo mención sobre las acciones en materia de Comunicación Institucional y Social que se llevaron a cabo en el Instituto. Destacó que en diciembre se registraron 200 mil usuarios de las redes sociales, señalando que se debe tener la conciencia que, subir información a las redes requiere de gran responsabilidad. En cuanto a la página web, señaló que hubo dos millones de usuarios y tuvo una visita de alrededor de seis millones de personas.

También mencionó que se llevó a cabo el Segundo Encuentro de Salud Integral, realizado en conjunto con la UNAM, la Delegación de Tlalpan y el Instituto Nacional de Psiquiatría, con el tema sobre salud mental. En relación al acervo plástico del INCMNSZ, expresó que hay 446 obras, de las cuales 38 fueron donadas en el 2017 y que se llevaron a cabo gestiones para protegerlo como patrimonio del Instituto.

En cuanto al Voluntariado, señaló que logró más de cinco millones de donaciones y otorgó 3,120 apoyos. Mientras que el Patronato, apoyó con 13 millones de pesos en 2017 que se invirtieron en investigación, educación continua, profesiones invitados, infraestructura y el Encuentro de Salud Integral.

En la segunda parte de la presentación, el Dr. Kershenobich, se refirió a su propuesta de trabajo 2017-2022, con tres propósitos fundamentales: consolidar acciones, fomentar el trabajo colaborativo y generar conocimiento.

Destacó que la Dirección de Nutrición pretende desarrollar la identificación de biomarcadores diagnósticos y biomarcadores de pronóstico de enfermedades asociadas a la mala nutrición. Así como, la identificación de dianas metabólicas, implicadas en la desnutrición, y continuar con los portafolios de la desnutrición poblacional y la nutrición personalizada, con la certificación de obesidad para el médico de primer contacto, el problema de obesidad en los adultos mayores, los marcadores genéticos en alimentación y en obesidad, incluso su relación con algunas enfermedades como cáncer de mama.

En relación a investigación, se continuará con la líneas existentes, como por ejemplo, la creación de un biobanco en cada área y uno institucional que sería mucho más ágil y que permita su utilización, igual con el proyecto de microbiota intestinal, estamos en contacto con la UNAM para tratar de integrar los esfuerzos de varios grupos de investigaciones.

Agregó que el INCMNSZ se ha propuesto lleva a cabo una reunión anual de investigadores, en la que se podrán exhibir carteles de lo que cada departamento está haciendo y se está integrando un consejo consultivo en investigación para desarrollar proyectos de inteligencia artificial. Por otro lado, destacó que en el último trimestre del 2017 se hicieron 14 registros de patentes, pero lo importante es que empezamos con la cultura de registrar las patentes.

En cuanto a cirugía, expresó que se pretende desarrollar un laboratorio de histocompatibilidad a nivel nacional y un programa de entrenamiento en trasplantes que vuelva al laboratorio autosustentable y formar recursos humanos en cirugía, anestesiología y enfermería.

De igual manera, en la atención médica se busca tener una red de centros periféricos de tomas de muestra de laboratorio, optimizar y mejorar el servicio en farmacia y la nutrición parenteral a domicilio.

Todo esto, es parte de un grupo de estrategias sobre el descongestionamiento de los servicios. Explicó que el INCMNSZ forma parte del movimiento internacional para brindarle seguridad al paciente, con algunas medidas específicas que tienen que ver con caídas e infecciones; y ahora estamos por inscribirnos en el manejo de sondas enterales y nasogástricas.

En enseñanza, se busca hacer un coloquio para revalorar como está nuestro sistema de enseñanza que brinde oportunidades de mejora. En administración, se pretende llevar a cabo con la Universidad de California un diplomado en administración pública y cursos de capacitación para personal de administración. Por otro lado, se está explorando la posibilidad de un programa de retiro voluntario que nos permita asegurar un retiro adecuado con las mismas prestaciones.

En las instalaciones se está dando mantenimiento correctivo. En este punto reiteró que el Instituto tiene instalaciones seguras; después del sismo del 19 de septiembre se hicieron los dictámenes correspondientes, en donde quedó establecido por expertos. En este sentido, agradeció a la Fundación de Carlos Slim por su apoyo, en menos de doce horas evaluó y remodeló las instalaciones afectadas.

Finalmente, el Dr. Kershenobich habló del contagio social y su importancia para lograr que las acciones positivas se contagien hacia la comunidad y a la sociedad, lo que definió como parte esencial de la mística institucional.

1^{er} Laboratorio de una institución pública de salud en obtenerlo

Acreditación del Laboratorio Central y Unidad Toma de Muestras con el CAP

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El Laboratorio Central y la Unidad Toma de Muestras del INCMNSZ recibieron la auditoría para obtener la acreditación por parte del College of American Pathologists (CAP), siendo el primer Laboratorio Clínico de una institución pública de salud del país en recibirla, colocándolo a la altura de los mejores laboratorios de Estados Unidos.

El Dr. Reynerio Fagundo Sierra, Jefe del Departamento, expresó que ésta acreditación representa un logro institucional que no hubiera sido posible sin la participación y compromiso de todo el personal para afrontar el reto y alcanzarlo, que es la máxima distinción en esta área.

El Dr. Liming Bao y su equipo de trabajo del Dartmouth-Hitchcock Medical Center (EU) fueron los encargados de revisar las instalaciones, procedimientos, programa de desempeño de la calidad, entre otros requisitos, quien señaló que inspeccionó el laboratorio en todos los rubros requeridos para obtener dicha distinción.

Las coordinadoras de cada sección del Laboratorio, quienes lideraron el proyecto, en entrevista, expresaron lo que este proceso representó para ellas:

Quím. Ana Rosalía Lira Reyes, Coordinadora de Inmunoquímica

El Laboratorio Central siempre está comprometido con la calidad en la atención a nuestros pacientes, innovamos e implementamos nuevas pruebas y tecnologías que requieren altos estándares de calidad y desempeño, lo cual se traduce en resultados altamente confiables y oportunos. Hace ya varios años nos certificamos por ISO 9000, y recientemente todo el personal caminamos juntos una vez más en la implementación de los procesos para la acreditación por el CAP, trabajamos intensamente aún fuera de nuestros horarios, algunos en casa por las noches cuando los niños ya dormían, porque los sueños se alcanzan con mucho esfuerzo y trabajo en equipo. Acreditarnos por un organismo como el CAP significa que trabajamos con compromiso y calidad.

Quím. Adriana Telio Aguirre, Coordinadora de Biología Molecular

Todos en el Laboratorio Central somos profesionales que aceptan, asumen y desarrollan retos, particularmente en el ámbito de calidad, hemos obtenido con excelentes resultados dos importantes distinciones para un laboratorio clínico, como son la certificación por ISO 9000 y en esta ocasión, la acreditación por CAP; si bien fue un trabajo arduo, valió la pena, porque nos recuerda que la excelencia no es un acto, sino un hábito; el cual es uno de los valores del INCMNSZ.

QFB. Alejandra Pacheco Cervantes, Coordinadora de la Administración de Calidad

Al alcanzar la Acreditación con el CAP se demuestra una vez más que el Laboratorio Central y el Instituto cuentan con profesionales calificados y comprometidos con la calidad, capaces de cumplir con estándares internacionales para mejorar los servicios proporcionados a los pacientes, que contribuyen para mantener a nuestra Institución entre las mejores del país y aportan valor para su competitividad a nivel mundial.

Quím. Sonia Rojas Maya, Coordinadora de Hematología

Cumplir con los requisitos de acreditación ante CAP, significó un profundo conocimiento de los estándares internacionales de calidad aplicables a cada uno de los diferentes procesos de las áreas del laboratorio. Orgullosamente fuimos una de las áreas que no tuvo observaciones y recibimos felicitaciones por parte de los auditores por ser uno de los pocos laboratorios en contar con un área de hematología muy completa, tanto en infraestructura, organización y control de todos sus procesos.

Quím. Martha Patricia Portillo González, Coordinadora de Uroanálisis

Fue un reto tanto personal como profesional. Mediante él pudimos demostrar que el Instituto, sobre todo el Laboratorio Central, cumple con los más altos estándares internacionales de calidad. Y en cuanto al personal, una vez más, demostró que tiene un gran compromiso con el paciente y con el INCMNSZ. Fue un trabajo arduo, en el que se demostró la competencia que tenemos y fue muy satisfactorio que no encontraran observaciones en mi área. Todo lo hacemos en beneficio del paciente. Este compromiso no termina aquí, es un reto que seguimos y seguiremos trabajando día a día para demostrar el cumplimiento y la fortaleza que tiene la institución como líder mundial.

Ing. Sonia Luna del Villar Velasco, Coordinadora de Inmunoensayos

Si bien la certificación de ISO, lograda por el Laboratorio Central en años anteriores, nos facilitó la acreditación ante el CAP, esta última ha sido un gran logro si consideramos que en México existen más de cinco mil laboratorios clínicos, de los cuales menos del dos por ciento está acreditado y solo unos cuantos laboratorios del sector privado cuenta con la acreditación ante el CAP. La importancia de esta acreditación radica no sólo en demostrar la competencia técnica del Laboratorio Central, sino nuestra posición de vanguardia mexicana en la especialidad. Por ello esperamos otros retos, asumir requerimientos de calidad más estrictos, acordes a un mundo cada vez más integrado y tecnificado, en el que nuestro Instituto, estará sujeto a evaluaciones internacionales más rigurosas. Pero con la seguridad de que así como asumimos este desafío, mediante el trabajo en equipo y con la participación de todos, así lo haremos en las próximas evaluaciones.

Quím. Carolina Rodríguez Padilla, Coordinadora del área preanalítica (UTM)

La acreditación fue un gran reto departamental que no solo consistió en documentar lo que teníamos, sino también integrarnos como un solo Departamento; y todos a la vez, ir hacia la meta. Había que involucrar a la gente. Todo el equipo a mi cargo en la Unidad Toma de Muestras es muy entusiasta y comprometido con este tipo de retos, su compromiso fue determinante para que lográramos este reconocimiento tan importante.



Personal del Departamento de Laboratorio Central y Unidad Toma de Muestras

Saber escuchar y transmitir el mensaje correcto

Comunicación: factor importante para la seguridad del paciente

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

El mayor número de problemas y conflictos en una organización se derivan de la falla en la comunicación. Dentro de los principales factores que provocan esto, es que como seres humanos nos cuesta trabajo compartir nuestras ideas con el resto de las personas. Otro factor es que la información que requerimos nunca llegó a nosotros o llega fuera de tiempo, o porque por alguna razón no pudimos entender el mensaje.

La diversidad de personalidades que pueden existir dentro de un grupo determinado también resulta ser un problema para una adecuada comunicación.

Y entonces, ¿cómo podemos resolver este problema?. Debemos establecer adecuados mecanismos de comunicación, de esta manera se resolverían la mayoría de los conflictos y problemas, también es importante que las personas que lideran los grupos tengan la habilidad de comunicar.

Comunicar no solo involucra el hecho de saber transmitir un mensaje, sino también saber escuchar a la otra persona, y recordar que la comunicación no siempre es oral, por lo que es importante también detectar la comunicación corporal o la escrita.

Dentro de la seguridad del paciente es muy importante tener una adecuada comunicación, ya que el mayor trabajo siempre es multidisciplinario, por lo que si en alguna parte del proceso la comunicación falla no se podrá llegar al objetivo planteado.



Imagen proporcionada por: Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández

Calidad y gestión institucional

Enfoque Sistémico y sus propiedades fundamentales

Mtro. Jovani Emmanuel Torres García/Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad
Lic. Pedro Alejandro Martínez Aburto. Co-autor invitado

Las ideas del enfoque sistémico no son nuevas, desde la antigüedad greco-romana se intentó establecer leyes que obedecen la formación de un conjunto de conocimientos en un solo sistema.

En el transcurso del tiempo, muchos autores han empleado el enfoque sistémico para estudiar los elementos que conforman determinados procesos.

El sistema es un conjunto de elementos relacionados entre sí, que constituyen una determinada formación integral. Todo sistema convencionalmente determinado se compone de múltiples subsistemas y estos a su vez de otros, tantos como su naturaleza los permita, los cuales, en determinadas condiciones pueden ser considerados como sistemas, por lo tanto, los términos de sistemas y subsistemas son relativos y se usan de acuerdo a las situaciones que se presenten.

Todo sistema tiene cuatro propiedades fundamentales que lo caracterizan: los componentes, la estructura, las funciones y la integración.

- Los componentes son todos los elementos que constituyen el sistema.
- La estructura comprende las relaciones que se establecen entre los elementos del sistema. Está basada en un algoritmo de selección, es decir, en un ordenamiento lógico de los elementos.
- Las funciones son las acciones que puede desempeñar el sistema, tanto de subordinación vertical, como de coordinación horizontal.

- La integración corresponde a los mecanismos que aseguran la estabilidad del sistema y se apoyan en la cibernética y la dirección.

Por lo tanto enfoque sistémico denominado también como enfoque de sistema, significa que el modo de abordar los objetos y fenómenos no puede ser aislado, sino que tienen que verse como parte de un todo. No es la suma de elementos, sino un conjunto de elementos que se encuentran en interacción, de forma integral, que produce nuevas cualidades con características diferentes, cuyo resultado es superior al de los componentes que lo forman y provocan un salto de calidad.



Imagen proporcionada por:
Mtro. Jovani Emmanuel Torres García

Podemos evitar que los fenómenos naturales sean desastres

La protección civil empieza por la autoprotección

Primera parte

José Luis Cruztitla Carrillo/ Coordinación de Protección Civil

Una de las frases que utilizo de forma recurrente, durante las pláticas al personal en las que se les indican los procedimientos de emergencia en el Instituto es "la protección civil empieza por la autoprotección".

Esta frase la escuché o leí en algún lugar y me pareció tan acertada que la retomé para tratar de persuadir a quienes la escuchan, de la importancia que tiene su propio conocimiento y comportamiento en cuestiones de seguridad.

Por otro lado, recientemente leí un artículo periodístico sobre el panel "Más ciencia, menos desastres", realizado en Universum, en el cual se abordaron desde diferentes puntos de vista los efectos del sismo.

Fue precisamente durante la participación de la Jefa del Servicio Sismológico Nacional de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), Xyoli Pérez Campos quien mencionó que en nosotros está que los fenómenos naturales no se transformen en desastres naturales.

La funcionaria agregó que nosotros (la población en general, empresarios, autoridades) construimos los desastres y después culpamos a la naturaleza de los daños que sufrimos.

El sismo evidenció de forma clara la corrupción asociada al mercado inmobiliario (cosa que de alguna forma se ha tratado en este espacio, al hablar de la gentrificación) en la que participan empresas y gobernantes, en muchas ocasiones de manera irresponsable propiciando riesgos para la población

También puso en relieve que por acción u omisión también colaboramos en el incremento de los riesgos frente a un fenómeno natural (meteorológico, químico, geológico, etc.).

¿Cómo lograrlo?

Dejando de comprar o construir en terrenos no aptos, como: barrancas, antiguos cauces de ríos o lagunas, laderas de cerros, áreas aledañas a industrias químicas o de combustibles o de otro giro, lugares donde el suelo es declaradamente inestable y tiene antecedentes de derrumbamientos.

Otras medidas pueden ser: no modificar estructuras al retirar muros para ampliar espacios, abrir ventanas donde no la había, construir sobre una vivienda preexistente, sin considerar si la cimentación resiste; la nueva construcción, etc.



Fuente: <https://images.adsttc.com/media/images/55e6/6856/4d8d/5dd1/7300/0777/slideshow>

Es gratuito y tiene gran variedad de obras

El Espacio de Lectura es un proyecto maravilloso

Primera parte

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

Uno de los objetivos de Espacios de Lectura del INCMNSZ, es fomentar el hábito de la lectura entre su personal, los pacientes y sus familiares. A dos años de su creación; Nancy Elena Velasco Macías, una de sus más asiduas seguidoras, comparte con nosotros la forma en que la lectura ha transformado su vida.

A mí me gusta leer porque he visto que cada libro trae un consejo que me ayuda a mejorar mi vida. Como por ejemplo mi salud, ahora sé qué comer. También, me hace ser honesta y me motiva a luchar por lo que quiero, y además hasta me aleja de los vicios; en lugar de irme con mis compañeros de trabajo a las fiestas o cuando me dicen -¡Ándale vámonos en la tarde a tomar una cervecita! -Yo les digo: No, yo no quiero cervecita, yo quiero mis libros. Aprendo de los libros, viajo con ellos, es como si estuvieras presente ahí, viendo todo lo que está pasando. También me sirve porque aprendo palabras nuevas y la ortografía también me ha mejorado. De cada libro escribo un párrafo, lo que creo que es más importante, y eso me sirve mucho.

El primer libro que llegó a mis manos fue MOMO de Michael Ende, hace quince años me lo regaló mi papá, un 28 de febrero, en mi cumpleaños y desde ahí he seguido leyendo. Cuando me enteré que existía el Espacio de Lectura en el Instituto de inmediato fui; es un proyecto maravilloso porque a veces no hay dinero para comprar el libro y aquí te los prestan gratis, y tienen mucha variedad.



Nancy Elena Velasco Macías

Agradecimiento al Voluntariado

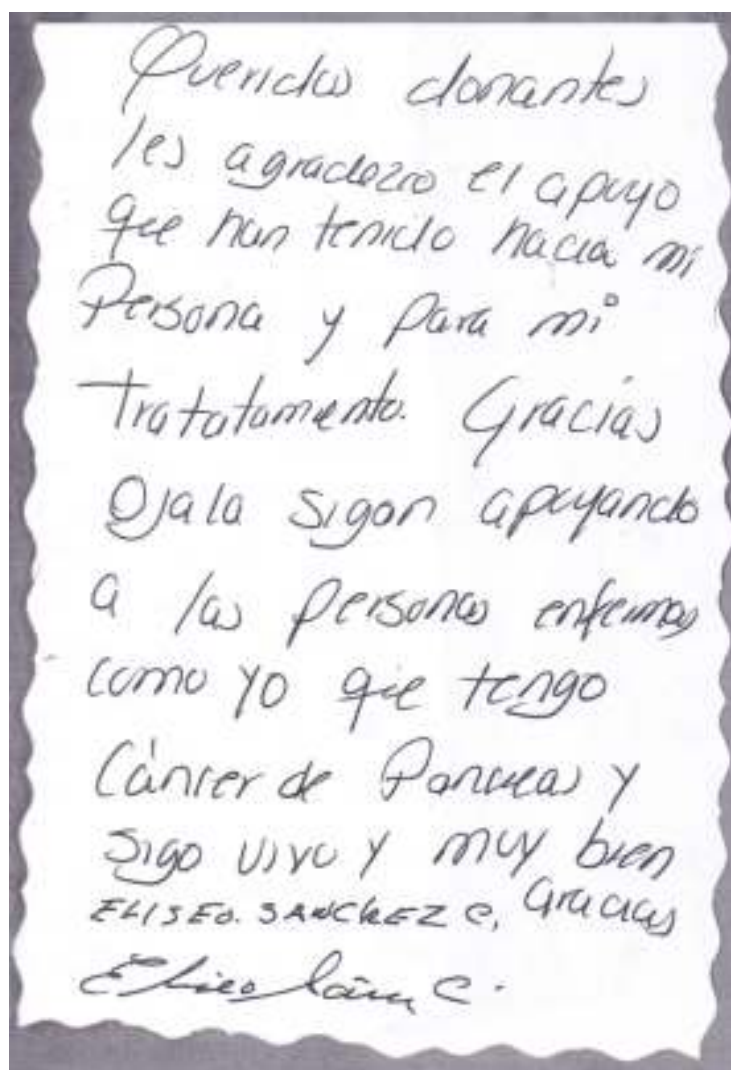
Es importante continuar apoyando

Violeta Arciniega Fuentes

Queridos donantes les agradezco el apoyo que han tenido hacia mi persona y para mi tratamiento. Gracias, ojala sigan apoyando a las personas enfermas como yo, que tengo cáncer de Páncreas y sigo vivo y muy bien.

Gracias

Eliseo Sánchez E.



Joya del barroco novohispano

La Casa de los Azulejos

Primera parte

Lic. Palmira de la Garza y Arce

La Casa de los Azulejos o Palacio de los Condes del Valle de Orizaba, como también se le conoce, está ubicado en el centro histórico de la CDMX, entre las actuales calles de Madero y Cinco de Mayo. El inmueble fue construido durante la época colonial y se le conoce comúnmente por este nombre, más que por el título nobiliario de quienes le habitaron, debido a su cubierta de azulejos de talavera poblana, que recubre la fachada exterior del edificio y hace de ésta obra, una de las más bellas joyas de la arquitectura civil del barroco novohispano. En el siglo XVI se conocía con el nombre del Palacio Azul.

Durante el periodo virreinal fue la residencia principal de los Condes del Valle de Orizaba, y uno de sus descendientes ordenó revestir todo su exterior de azulejos en el siglo XVIII, y adosar con cantera los balcones y molduras, que es como llegó el edificio a nuestros días. Fue habitado por los descendientes de la familia condal hasta recién consumada la independencia de México (comienzos del siglo XIX), cuando la propiedad fue adquirida por varios personajes destacados del país, hasta cambiar su uso residencial, que es cuando el inmueble llegó a convertirse en la sede del conocido Jockey Club (1881), uno de los varios centros de reunión más exclusivos de la élite porfiriana.

Este centro de reunión, y los famosos salones fueron immortalizados en la obra de Manuel Gutiérrez Nájera. Se tiene conocimiento que la construcción original fue levantada en el siglo XVI, y que en realidad se encuentra conformada por la unión de dos casonas señoriales, de las cuales, la que se ubica hacia el lado sur, junto con la llamada Plazuela de Guardiola pertenecía a Don Damián Martínez.



Casa de los Azulejos en la CDMX

Historia

Academia Nacional de Medicina de México

Francisco Fernández del Castillo

Lic. Gabriela Rubello Marín

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, basada en la trayectoria profesional del candidato: sus antecedentes curriculares, su desempeño en las diversas instituciones de salud; sus aportaciones a la medicina, sus libros, sus escritos, su productividad y su honestidad profesional.

El espíritu selectivo de y para los miembros de la Academia queda de manifiesto en las cualidades de sus integrantes, muchos de los cuales han sido o son brillantes exponentes de la medicina mexicana.

Todo este vasto quehacer de la Academia a su vez está respaldado por la elevada calidad de sus más de quinientos miembros, agrupados en múltiples comités abocados al estudio y solución de los más diversos problemas de salud física, mental y emocional de la población.

El éxito alcanzado por esta sólida agrupación en materia científica se ha debido indiscutiblemente a la labor de grupo.

La Academia ha tenido entre sus presidentes personalidades destacadas, hombres visionarios; personajes que han marcado rumbos y señalado metas por alcanzar, pero se ha requerido siempre y obligadamente del apoyo de la vigorosa comunidad académica.



Emblema de la Academia Nacional de Medicina

Consideraciones

Código de Ética de los servidores públicos del Gobierno Federal

Primera parte

Dirección de Administración

En las entregas de La Camiseta de agosto y septiembre de 2017, abordamos el tema denominado "CONOCE EL CÓDIGO DE ÉTICA DE LOS SERVIDORES PÚBLICOS", ahí señalamos entre otras cosas, que existen valores y principios de integridad, que para nosotros como servidores públicos deberán ser naturales, pues formamos parte de un Instituto de excelencia.

Ahora bien, basados en el contenido de tales entregas, en donde se explica términos y conceptos aplicables a la conducta ideal de los servidores públicos, es que pretendemos dar continuidad, en ese sentido es bueno saber, ¿qué es la integridad?.

Para obtener la respuesta acudimos a las palabras por su significado, así la Real Academia Española, autoridad en la materia, a través de su diccionario la define como: la Cualidad de íntegro, íntegro, gra; 'íntacto', 'puro' Que no carece de ninguna de sus partes y también se refiere a, una persona: recta, proba, intachable.¹

Cambiando lo que se tenga que cambiar, estas dos referencias aplican para el caso que nos ocupa, pues este instrumento funge como pilar en el ejercicio de la Administración Pública, ya que sus distintas acepciones empatan con las finalidades de creación de las Reglas de Integridad para el ejercicio de la función pública, los Lineamientos generales para propiciar la integridad de los servidores públicos y para implementar acciones permanentes que favorezcan su comportamiento ético.

Vale decir, que dichos lineamientos operan a través de los Comités de Ética y de Prevención de Conflictos de Interés, mismas que deberán crearse al interior de las dependencias y entidades de la Administración Pública Federal (APF). En ese sentido es fundamental destacar que con el Código que nos ocupa, se pretende promover acciones para fortalecer la Transparencia, la Rendición de Cuentas, la Legalidad y el Combate a la Corrupción, pues se pretende llegar al ideal del cumplimiento en el que no existan de excesos ni defectos.²

Sin embargo, no debemos olvidar que aunque existan ordenamientos legales, que rigen nuestra conducta tales no generan un cambio por sí solos, los verdaderos cambios se gestan a partir de que los servidores públicos de manera individual y en su conjunto, asumen una verdadera cultura ética y de servicio a la sociedad con un sentido de empatía.

Juntos podemos lograrlo. ¡Hagámoslo!

Continuará...

JUNTOS HACIA LA EXCELENCIA

Autores: Mtro. Carlos Augusto Sánchez Morales, Lic. Fernando Rodríguez S, Carlos Jesús Cervantes Flores

[1] Diccionario de la lengua española (RAE) (1) <http://xn--diccionario%20de%20la%20lengua%20espaola-p2d/>

[2] ACUERDO que tiene por objeto emitir el Código de Ética de los servidores públicos del Gobierno Federal, las Reglas de Integridad para el ejercicio de la función pública, y los Lineamientos generales para propiciar la integridad de los servidores públicos y para implementar acciones permanentes que favorezcan su comportamiento ético, a través de los Comités de Ética y de Prevención de Conflictos de Interés. Dicha información es pública y por tanto accesible a cualesquier ciudadano.

Muchos factores inciden en su desarrollo

¿Cómo se siente tener obesidad?

Primera parte

Dra. Psic. Verónica Vázquez Velázquez
Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria

¿Qué es la obesidad?

Es una enfermedad crónica que puede ocasionar otras enfermedades y que requiere un tratamiento para toda la vida. El tratamiento debe incluir una modificación en los hábitos de alimentación, actividad física, estrategias conductuales y de pensamiento, así como conductas de auto-cuidado.

¿Cómo se siente tener obesidad?

Muchas personas con sobrepeso u obesidad, han luchado gran parte de su vida con dificultades al momento de buscar un trabajo, de comprarse ropa, de moverse, de hacer algunas actividades, de interactuar con otras personas, incluso de hacer dieta y ejercicio.

Es importante comprender que estas dificultades pueden ocasionar otros problemas psicológicos, como:

- Depresión.
- Ansiedad.
- Trastornos de la conducta alimentaria (trastorno por atracón, bulimia).
- Abuso de sustancias (alcohol, cigarro, drogas).
- Problemas de sueño.

Lo cual, a su vez, puede ocasionar descuidos al momento de comer, ayunos, comer en exceso, falta de motivación, falta de autoestima que termina ocasionando mayores dificultades para buscar y recibir atención para su problema de sobrepeso.

- La obesidad no siempre provoca problemas psicológicos.
- La obesidad es un estado físico.
- La gente es la que provoca los problemas psicológicos de los pacientes que la padecen.

Los siguientes Institutos ofrecen atención profesional y multidisciplinaria, ya que cuentan con médicos, nutriólogos, psicológicos y psiquiatras que saben tratar a una persona con obesidad.

Para niños y adolescentes.

Hospital Infantil de México Federico Gómez. Dr. Márquez No.162, Col. Doctores, Cuauhtémoc, Ciudad de México, C.P 06720. Tel. 5528-9917. <http://himfg.com.mx/index.html>

Para adultos.

Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. Vasco de Quiroga 15, Col. Belisario Domínguez Sección XVI, Tlalpan, Ciudad de México, C.P. 14080. Tel. 5487-0900. <http://www.innsz.mx/opencms/contenido/ClinicasAtencion/obesidad/objetivo.html>

Membrillo

El membrillo es un fruto de piel amarilla aroma muy agradable y característico que se suele consumir principalmente elaborando dulce de membrillo y en menos ocasiones se toma al natural o en mermelada. El membrillo es una de las frutas de temporada en otoño.

El membrillo es una fruta que tan solo aporta 30 kcalorías por cada 100 gramos. Es una fruta de bajo índice glicémico cuando se consume al natural, sin azúcares añadidos, ideal por lo tanto para personas con diabetes o aquéllas que siguen una dieta baja en azúcares para adelgazar o mantener el peso.

El principal componente del membrillo es el agua (84%), seguido por los carbohidratos, fibra (con mucílagos y pectina, un tipo de fibra soluble), proteína vegetal y mínimas cantidades de grasa.

El consumo del membrillo nos aporta vitaminas C, A y B9 y minerales como el potasio, fósforo, calcio, magnesio, sodio, selenio y zinc.



Cuadernos de

nutrición

Muffins de membrillo



Ingredientes:

300 gramos	de harina de trigo
15 gramos	de polvo de hornear
180 gramos	de azúcar común
240 ml	de crema ácida
2 piezas	de huevos
1 pizca	de ralladura de limón
80 gramos	de aceite neutro o girasol
200 gramos	de dulce o jalea de membrillo
100 gramos	de nueces picadas y tostadas

Manera de hacerse:

Mezclar la harina, el azúcar y el polvo para hornear por un lado. Aparte, en otro recipiente, mezclar los huevos y el aceite.

Unir las 2 mezclas formando una sola preparación e incorporar el membrillo cortado en daditos junto con las nueces.

Colocar la preparación dentro de los moldes sobre una placa enharinada y engrasada previamente y cocinar en horno a 160 °C. Retirar del horno, dejar enfriar y espolvorear con azúcar glass.

Un amor a lo Romeo y Julieta

A tres metros sobre el cielo, Federico Moccia

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

A tres metros sobre el cielo es la primera novela del escritor italiano Federico Moccia, publicada por primera vez en 1992. Es la primera parte de la saga que componen esta comedia, junto con una segunda llamada Tengo Ganas de ti (2008). Debido a su espectacular éxito se reeditó en 2004, el libro recibió varios premios, y ha vendido más de un millón de ejemplares en Italia, se tradujo a varios idiomas y fue publicado en toda Europa, Brasil y Japón. Más tarde, en 2004, este libro fue adaptado al cine italiano.

El gran éxito de la novela A tres metros sobre el cielo produjo lo que se conoce como el fenómeno Moccia, que incita a que en muchos lugares del mundo, en particular en Roma, se diga la famosa frase a tres metros sobre el cielo, así como la de colocar candados en puentes emblemáticos de ciudades como Roma, Barcelona, París, con el nombre de la pareja, simbolizando amor eterno.

La historia gira en torno al amor que se tienen Babi y Step, influenciado por sus familiares y amigos. Babi es una joven terca pero correcta; la hija modelo que siempre sigue las reglas, hasta que conoce a Step, y juntos se dejan llevar por la pasión, la rebeldía, las nuevas experiencias, e incluso la ternura. Step, es un joven misterioso, bien parecido, de carácter rebelde y violento; con un pasado tormentoso que lo aleja de su familia. Cuando conoce a Babi queda encantado por su belleza y actitud, comenzando así un romance que les cambiaría la vida a ambos.

Pese a que provienen de dos mundos completamente distintos y las claras diferencias entre ellos, nacerá un amor fuera de todas las convenciones, un amor controvertido, por el que deberán luchar hasta el final, un amor a lo Romeo y Julieta. La frase "A tres metros sobre el cielo" es suya por excelencia.



Pasatiempo: Resuelve los siguientes acertijos.

1. Domingo murió, lunes lo velaron y martes lo enterraron. ¿Cómo se llama el muerto?
2. ¿Cuántos animales hay en casa si todos son perros menos dos, todos son gatos menos dos y todos son conejos menos dos?
3. Un hombre va a la capital, por el camino se cruza con 5 mujeres, cada mujer lleva 5 niños y cada niño 5 perros. Entre hombres, mujeres, niños y perros ¿Cuántos van a la capital?

3. Solo el hombre, los demás van de regreso.
2. Hay tres animales, un perro, un gato y un conejo.
1. El muerto se llamaba Domingo

Solución:

Fuente: 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.

4 de febrero, Día Mundial Contra el Cáncer

Una de las primeras causas de muerte en el mundo: OMS

Este 4 de febrero, los países se unen para conmemorar el Día Mundial Contra el Cáncer, bajo el lema "Nosotros Podemos. Yo Puedo". La OMS estima que en la región de las Américas, cada año 2.9 millones de personas son diagnosticadas y 1.3 millones mueren por esta enfermedad. Destacó que esta enfermedad es una de las principales causas de muerte en el mundo y exhortó a los países miembros a realizar acciones para la detección temprana, el diagnóstico oportuno y el tratamiento adecuado del mismo.

Fuente: <http://www.infocancer.org.mx/da-mundial-contra-el-cncer-2018-con1147i0.html>

6 de febrero, Tolerancia Cero con la Mutilación Genital Femenina

Una forma de discriminación contra las mujeres: ONU

La Organización de las Naciones Unidad (ONU) hizo un llamado al mundo para reducir la mutilación genital femenina que representa una de las más comunes formas de discriminación contra las mujeres. La mutilación genital femenina (MGF) comprende todos los procedimientos consistentes en alterar o dañar los órganos genitales femeninos por razones que nada tienen que ver con decisiones médicas, y es reconocida internacionalmente como una violación de los derechos humanos de las mujeres y niñas.

Fuente: <http://www.un.org/es/events/femalegenitalmutilationday/>

14 de febrero, Día Mundial de las Cardiopatías Congénitas

Cada vez, más frecuente entre la población: OMS

Las cardiopatías congénitas son malformaciones del corazón que se producen durante la gestación, son unos de los defectos congénitos más comunes del mundo. Durante este Día Mundial de las Cardiopatías Congénitas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) busca generar conciencia sobre esta condición que afecta a muchos niños del mundo. No se sabe la causa de la cardiopatía, pero se continúan haciendo investigaciones al respecto. Fármacos como el ácido retinoico para el acné, sustancias químicas, el alcohol e infecciones (como la rubéola) durante el embarazo, pueden contribuir a algunos problemas cardíacos congénitos.

Fuente: <https://www.corazonyvida.org/14-de-Febrero-Dia-Internacional-de-las-Car>

Aún sin desearlo, de pronto ya eres un cuidador

Curso-Taller Escuela Para Cuidadores de Personas Adultas Mayores

Testimonio: Cuidador Carlos Uriarte Torres

Muchos de nosotros, aún sin desearlo o esperarlo, de la noche a la mañana nos convertimos en cuidadores. Para nuestra desgracia y la de los enfermos que asistimos, no tenemos la preparación adecuada para ello; es entonces, cuando nos damos cuenta que no basta cuidar con amor, es necesario saber cómo hacerlo y en este curso taller que ha tenido a bien organizar el INCMNSZ, nos enseñaron todo eso y favorecieron la toma de conciencia de que todos vamos para allá; todos seremos personas adultas mayores.

La importancia de este curso, radica también, en que nos ayudan a tomar conciencia que cuando de la noche a la mañana te conviertes en cuidador sin desearlo, pedirlo o esperarlo, lo tienes que enfrentar y resolverlo de la mejor manera posible.

Mi vida como cuidador de personas adultas mayores comenzó cuando yo era muy joven, a los 9 años de edad; que fue el momento en que me encomendaron el cuidado de mi abuelo. Ya más grande, tuve que asistir a mi suegro que era una persona muy mayor. De hecho, cuando lo conocí ya era grande; yo comentaba con mi esposa que cuando sus papas lo necesitaran, ella se iba a tener que regresar a su casa a cuidarlos, no me creía, pero cuando llegó el momento, reconoció que yo tenía razón.

Son cosas que no podemos evitar, por ejemplo, la enfermedad de Parkinson que le dio a mi papá, fue algo que yo no pude evitar; escapaba a mis manos. Sin embargo, tuve que pensar ya le sucedió, lo importante es ¿que vamos a hacer?. Debemos entender que está pasando y empezar a actuar. Muchas personas se resisten a aceptar la situación que les está llegando, pero lo importante es concientizarnos en que nos está sucediendo a nosotros y a la persona para actuar de la mejor manera.

El curso fue extraordinario. Sin embargo, yo propondría que hubiera un poco más de práctica, sobre todo en el tema de cómo mover a las personas, aunque vinieron camilleros a enseñarnos, nos hizo falta más tiempo.

Sobre todo para que alcancemos a participar más personas, los temas están bien desarrollados y nos comparten su conocimiento y ya es responsabilidad de cada uno de nosotros ir buscando más temas, tenemos que buscar para reforzar esas partes y estarlas repasando.

Gracias a la Lic. Silvia Bautista Martínez y a todo el INCMNSZ por esto que hacen. Nos ayudan a ser cuidadores responsables, capacitados y amorosos.

Entrega, sentido humano y ética profesional

Nuestra mística institucional, un valioso legado

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Uno de los legados más valiosos que nos heredó el Dr. Salvador Zubirán, nuestro fundador, es su mística institucional, que expresa el compromiso desinteresado que todos los integrantes del INCMNSZ tenemos hacia la institución y la responsabilidad que adquirimos al ingresar al mismo para mantenerla viva. En la página institucional, se hace una pequeña introducción respecto a la primera vez que se publicó nuestra mística, en la Revista del entonces llamado Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán.

A continuación se presenta dicho texto:

Desde su fundación, en el momento en que fue sembrada la semilla que diera como resultado el frondoso árbol que es actualmente el Instituto Nacional de la Nutrición, ha sido permanentemente abonado por lo que fue llamada, desde siempre. La Mística del Instituto escrita por el Doctor Salvador Zubirán Anchondo. Mensaje que en él, ha sido reafirmado por la palabra y el ejemplo de su guía y quien un día las hiciera llegar a sus queridos residentes.

El Comité Editorial

Mística del INCMNSZ

- Entrega de pensamiento y acción sin límites del tiempo ni de esfuerzo.
- Imprimir profundo sentido humano a la atención de los enfermos.
- Permanente apego a la más estricta ética profesional.
- Luchar por el prestigio de la institución antes que por el propio.
- Sentir orgullo de tener el honor de pertenecer a la institución.
- Sentirla como el alma mater que alimenta nuestro espíritu con la ciencia y señala los caminos que nos hagan hombres más creativos y humanos.
- Establecer lazos afectuosos de amistad con los compañeros de trabajo.
- Contribuir intencionalmente a mantener el ambiente de amable convivencia y respeto entre los que en ella laboran.
- Conservar a lo largo de su vida el apego a todos los principios enunciados.
- Fortalecer la devoción, cariño y respeto a la institución que nos formó.

8 de Marzo de 1983

Revista del Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Zubirán Vol 1, año 1, núm. 2

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.

Conocer las rutas de evacuación puede ser la diferencia

Debemos saber cómo y por dónde salir en caso de emergencia

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Uno de los problemas a los que se enfrentan algunas personas en el momento de una emergencia es al dilema de salir o permanecer en el área. La respuesta a esta interrogante de acuerdo al Centro Nacional de Prevención de Desastres (CENAPRED) es, si durante 50 segundos después de que suene la alarma puedes salir hazlo, si no es así ubícate en la zona de menor riesgo previamente establecida.

Si se está en la posibilidad de salir del inmueble, la Guía Práctica de Simulacros de Evacuación en Inmuebles editada por el Centro Nacional de Prevención de Desastres, brinda la siguiente información:

Una evacuación es un conjunto de acciones, mediante las cuales se pretende proteger la vida y la integridad de las personas que se encuentren en una situación de peligro, llevándolas a un lugar de menor riesgo, es importante que la propia evacuación no se convierta en un riesgo.

En la guía se establece que el objetivo de que previamente se realicen simulacros es que antes de que se presente una emergencia real se identifiquen riesgos y obstáculos que puedan entorpecer la evacuación en el interior o exterior del inmueble.

Las rutas de evacuación deben considerar:

Interior

- 1.- Quitar obstáculos en pasillos, escaleras, etc.
- 2.- Revisar si las puertas de emergencia abren libremente.
- 3.- Ubicar las rutas de evacuación y los puntos de reunión.
- 4.- Colocar la señalización correspondiente.

Exterior

- 1.- Saber cuál es la orientación del flujo vehicular.
- 2.- Conocer riesgos por cercanía de gasolineras, gaseras e industrias, establecimientos comerciales que manejen sustancias peligrosas.
- 3.- Ubicar líneas de conducción de energía.
- 4.- Reconocer los ductos que conduzcan materiales peligrosos.

Seguir las recomendaciones de las rutas de evacuación puede hacer la diferencia, ya que se reduce significativamente el riesgo de ver dañada la integridad física.



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Clínica de Geriátría invita al:

CURSO-TALLER

“ESCUELA PARA CUIDADORES DE PERSONAS ADULTAS MAYORES”

Del 6 de Marzo al 7 de Agosto del 2018, Martes en horario de 14 a 18 horas
Aula 9, Edificio U.P.A. 7° piso

Temas: Envejecimiento y vejez en México, síndromes geriátricos, plan de cuidados, colapso del cuidador, consideraciones éticas del cuidador, aspectos psicológicos del cuidador y persona mayor, prevención de caídas, toma de signos vitales, medidas antidecúbitum, higiene del sueño, vacunación, ejercicio, inhaloterapia, rehabilitación, cuidados tanatológicos, cuidados paliativos en personas adultas mayores, etc.

Impartido por un equipo multidisciplinario con amplia experiencia en la atención de la persona adulta mayor.

Objetivo: al finalizar el curso el participante contará con las habilidades, destrezas y conocimientos para brindar el cuidado con calidad de las personas adultas mayores.

Requisitos: Ser cuidador o cuidadora de una persona adulta mayor actualmente. Contar con felpina blanca y pantalón azul o negro para práctica clínica. Escolaridad mínima secundaria.

Costos	Inscripción	Mensualidad
Familiares de pacientes y personal del Instituto	\$500	\$750
Cuidadores formales e informales	\$500	\$750
Profesionales de salud y otros	\$500	\$750

Registro en línea:
<https://www.escuelacuidadoresadultosmayores.com>

Contacto:
silvia_bautistam@yahoo.com.mx
54870900 ext.5715 de 7 a 9 am, o de 2 a 3 pm.
Lic.Silvia Bautista Martínez

CUPO LIMITADO



“Cuidar, cuidándose”
Soy cuidad@r

2 RECOMENDACIONES EN CASO DE EVACUACIÓN IDENTIFICA LA SEÑALIZACIÓN

☐

Dirección ruta de
evacuación en el
sentido requerido


☐

Ubicación
zona de resguardo


☐

Ubicación del
punto de reunión


☐

Ubicación salida de
emergencia



#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 escribenos a:
lacamiseta.avisos@incmnsz.mx

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