



La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIV No. 11

15 de Junio 2018

El INCMNSZ referente mundial en ortopedia articular Dr. David Marcial Barba

Soy muy afortunada por pertenecer
a la familia de Nutrición,
Dra. Leonor Sanginés García





La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 585

15 de junio 2018

CONTENIDO

EDITORIAL

1

SER INCMNSZ

2

- Soy muy afortunada por pertenecer a la familia de Nutrición
Dra. Leonor Sanginés García

PARA CONOCERNOS

4

- El INCMNSZ es referente mundial en ortopedia articular
Dr. David Marcial Barba

ENTÉRATE

6

- Solución Tecnológica Integral, nueva versión del Expediente Clínico Electrónico del INCMNSZ
- Symposium: Estrategias para la Prevención de Síndrome Metabólico y Diabetes Mellitus Tipo 2

CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA

8

- ¿Qué debo hacer como paciente?

CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL

9

- Manejo de personal: participación y conflictos

NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL

10

- ¿De qué depende el precio de la gasolina y cómo se determina?

COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN

11

- La imprenta y su importancia en el INCMNSZ

VOLUNTARIADO

12

- Sigam aportando, porque gracias a ello salvan muchas vidas

ARTE Y CULTURA

13

- Castillo de Chapultepec

VIDA INSTITUCIONAL

14

- Helia Bravo Hollis, Investigadora Emérita y Doctora Honoris Causa por la UNAM

VIDA LABORAL

15

- Consideraciones sobre la Libertad de Expresión

TU SALUD

16

- Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)

LA CULTURA DEL BIEN COMER

17

- Pimiento, una hortaliza llena de sabor
- Fusilli con salsa pimiento

ESPACIO DE LECTURA

18

- Los Cuatro Acuerdos
Miguel Ángel Ruíz

SABÍAS QUE

19

- Efemérides de la salud

ESPACIO DE LECTOR

20

- Gracias a la cadena de trasplante estoy con vida

TU HISTORIA CON EL INSTITUTO

21

- Donato Alarcón Segovia, in memoriam

HABLEMOS DE

22

- Cuidar nuestro entorno, fomenta la seguridad

AVISOS

23

CAMPAÑA INSTITUCIONAL

24

Una de las áreas del INCMNSZ que ha contribuido en el avance de la ciencia médica es el Servicio de Ortopedia, que pertenece al Departamento de Inmunología y Reumatología. En esta ocasión, el Dr. David Marcial Barba, cirujano ortopeda, adscrito a dicho Departamento, expresa algunas consideraciones al respecto, en la Sección Para Conocernos.

Por su parte, la Dra. Leonor Sanginés García, investigadora del Departamento de Nutrición Animal Dr. Fernando Pérez-Gil Romo, en la sección Ser INCMNSZ, hace referencia a su trayectoria en el Instituto y lo que ha significado formar parte del mismo.

En la sección Entérate, se da a conocer la nueva versión del Expediente Clínico Electrónico del INCMNSZ que permitirá contar con la mayor seguridad, eficiencia, rapidez y utilidad, en beneficio de nuestros pacientes. En la misma sección, se da a conocer información sobre el Symposium: Estrategias para la Prevención de Síndrome Metabólico y Diabetes Mellitus Tipo 2, efectuado en el INCMNSZ.

La Lic. Palmira de la Garza y Arce, en esta ocasión, nos narra la historia de la creación de la famosa Casa del Lago, pensada por Porfirio Díaz como una casa de descanso para él y su familia. Esta información es expuesta en la sección Arte y Cultura. Por su parte, Violeta Arciniega Fuentes, en la sección Voluntariado, publica una misiva, elaborada por un paciente, con el fin de expresar su agradecimiento a las personas que donan recursos para apoyar a los pacientes de escasos recursos.

En la sección Tu Salud, la Dra. Psic. Verónica Vázquez Velázquez y la Mtra. Ingrid Rocha Velis, adscritas a la Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria, continúan dando información sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA).

En la sección Sabías qué, se hace referencia algunas efemérides de la Salud: 5 de junio, Día Mundial del Medio Ambiente; 12 de junio, Día Mundial contra el Trabajo Infantil; 13 de junio, Día Internacional de la Sensibilización sobre el Albinismo y 14 de junio, Día Mundial del Donante de Sangre.

En la sección Hablemos de, se hace una reflexión de la importancia de estar alertas y saber observar, para detectar cualquier situación de riesgo que pudiera representar un peligro para la integridad física de los demás y para sus pertenencias, así como, para el Instituto, sus inmuebles y los recursos materiales con los que cuenta.

Fe de erratas: En La Camiseta No. XXIV del 31 de mayo del 2018, en la página 3, el pie de foto dice: Escultura de Ángela Gurriá. Debe decir: Escultura de Leonardo Nierman.

Gran compromiso de todo el personal

Soy muy afortunada por pertenecer a la familia de Nutrición

Dra. Leonor Sanginés García

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

La Dra. Leonor Sanginés García, investigadora en Ciencias Médicas, adscrita hasta el 30 de abril de este año, (por su jubilación) al Departamento de Nutrición Animal Dr. Fernando Pérez-Gil Romo, en el marco del 60 aniversario de la fundación de la Dirección de Nutrición del INCMNSZ, expresó algunas reflexiones en torno a lo que ha sido su trayectoria en el Instituto;

La etapa del fortalecimiento de la Dirección de Nutrición, conlleva la creación del Departamento de Nutrición Animal, que hoy lleva el nombre de su fundador, Dr. Fernando Pérez Gil Romo+. En estas líneas hago referencia a dicho departamento.

Fué en 1974, el momento en el que el Dr. Fernando Pérez-Gil Romo ingresa a trabajar al Instituto, específicamente, a la entonces División de Nutrición, en el área de Fisiología de la Nutrición y Tecnología de los Alimentos. En ese momento él empieza a formar su equipo de trabajo, con médicos veterinarios zootecnistas, principalmente con alumnos de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la UNAM.

Se empezó a trabajar con proyectos sobre alimentos no convencionales, entre los que estaban subproductos de la caña de azúcar. El primer proyecto financiado por el CONACYT, en el área de nutrición animal, fue "El Aprovechamiento de Recursos Vegetales en la Alimentación Humana y Animal".

El objetivo del Departamento, desde que se creó, fué el enfoque de la nutrición animal en la nutrición y salud humana, por lo que era muy importante el trabajo multidisciplinario. En 1979, Esteban Mireles, se fue a estudiar su maestría a Bulgaria y Fernando Pérez-Gil Romo me invita a formar parte de su equipo, aquí en el Instituto. En esa época, no había plazas en la división, sino que contábamos con apoyos del CONACYT que eran buenos, teníamos un nivel de vida muy estable,

Compartíamos la oficina con el personal del Departamento de Fisiología. En una sola oficina éramos 10. Éramos tantos que Eliseo Alcántara habló con Dr. Héctor Bourges para que nos permitiera que en la azotea del edificio pudiéramos poner su oficina para trabajar con más independencia. En realidad, ese cuarto era en el que se guardaban los enseres de limpieza. También se nos asignó el laboratorio 1, ubicado al final del pasillo. Tampoco contábamos con tanto equipo como con el que se cuenta ahora, por lo que el compromiso e ingenio fueron fundamentales en la realización de los proyectos.

La visión interdisciplinaria que teníamos en el Departamento no estaba desligada de todas esas sesiones que una vez a la semana o a veces cada 15 días, se realizaban en la División de Nutrición a la que acudíamos el personal de todos los departamentos. Ahí fue donde nos fuimos enriqueciendo de los trabajos de los demás, a parte de esa convivencia cotidiana.

En 1981, el Dr. Adolfo Chávez, junto con la Dra. Miriam Chávez, y gracias a toda esa inquietud de apoyo al personal que tenían, logran que la Secretaría de Programación y Presupuesto, aprobara 80 plazas para todo el personal de la División. Fué impresionante y a partir de ese momento, todos empezamos a gozar de todas las prestaciones que nos daban. Con el Dr. Héctor Bourges se construye el tercer piso de la Dirección y en 1982, se crean los departamentos como tales.

Quiero comentar que al equipo veterinario, siempre le interesó el trabajo de campo. Siempre fué activo, se daba asesoría a pequeños productores del Estado de México con pequeños productores de cabras. También asesoramos en el ingenio de Zacatepec, en Morelos.

Es importante destacar que las primeras engordas que se hicieron en el país, en las que se excluían granos en la dieta animal, las hicimos nosotros. Esto fué fundamental para el país, pues se estableció la máxima: el maíz y los granos, deben ser para el consumo humano.

Otro logro del Departamento de Nutrición Animal fue el premio otorgado por PEW CHARITABLE TRUSTS, al proyecto "Impacto nutricional en comunidades rurales al integrar sistemas de explotación agropecuaria", financiado por la United Nations University, donde el objetivo era conocer el impacto que tenía la producción animal en la alimentación humana, y como la producción a pequeña escala es fundamental en la cosmovisión de las comunidades rurales e indígenas del país.

En esa misma línea se trabajó posteriormente en el Valle del Mezquital, Nayarit y el Estado de México.

A partir de que se crea el Departamento de Nutrición Animal se comienza a conformar un equipo de trabajo multidisciplinario; llegan nutriólogos, ingenieros zootecnistas, químicos, sociólogos y biólogos, entre otros.

En estos breves renglones he expresado como se fué fortaleciendo el Departamento de Nutrición Animal. La forma, en que con gran compromiso de todo el personal para trabajar, se alcanzaron grandes logros, de los cuales se da cuenta en una compilación científica, de todo lo que ha hecho el departamento de 1982 al 2012. Quiero decir que soy una persona muy afortunada por pertenecer a esta gran familia, a Nutrición.

Recuerdo que se decía que la dieta del mexicano era a base de maíz, frijol y chile y una vez que estuve en trabajo de campo en Chiapas, durante un mes, le dije a Fernando Pérez Gil Romo, ahora si se lo que es estar a base de chile, maíz, frijol y te de limón.



Dra. Leonor Sanginés García

Exitoso programa de cirugía segura en reemplazo articular

El INCMNSZ es referente mundial en ortopedia articular

Dr. David Marcial Barba

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El Dr. David Marcial Barba, adscrito al Servicio de Ortopedia y Traumatología del Departamento de Inmunología y Reumatología del INCMNSZ, expresó que el Instituto es referente mundial en el tratamiento de ortopedia articular y pionero en cirugía de cadera sin cemento, que ha mostrado ser una mejor alternativa para los pacientes.

De igual forma, destacó que uno de los atributos por los que la atención al paciente con enfermedades inmunológicas y/o reumatológicas en el Instituto, es considerado como el mejor del país, obedece a que se complementa con la consulta de ortopedia y traumatología, que permite dar una atención integral al paciente desde hace cinco décadas en el Instituto.

La vinculación entre el Departamento de Inmunología y Reumatología con la consulta de Ortopedia y Traumatología tiene su origen con el Dr. Enrique Suárez Velázquez, él fue uno de los iniciadores de la ortopedia en el Instituto.

Comenzó como consultor en 1946, cuando el Instituto estaba en la colonia Doctores, llamado entonces Hospital de Enfermedades de la Nutrición. Trabajó con el INCMNSZ hasta su muerte en 1987.

Entre otros atributos, el Dr. Suárez Velázquez fue socio fundador de la Sociedad Mexicana de Ortopedia y fue padre de otro extraordinario ortopedista que después siguió aquí.

En aquellos años, la función de consultor era moderada, había muy pocas cirugías, consultas, plantillas, etc., pero eso afortunadamente ha ido evolucionando, ahora tenemos más de todo.

El Dr. Marco Antonio Lazcano Marroquín se incorporó al Instituto. En mayo de 1970, colocó las primeras artroplastias tipo Charnley en México, siendo el Instituto pionero y líder en este campo.

Este hecho fue un parteaguas, ya que esa primera actividad que hizo, dio origen a la función que hacemos hoy en día los ortopedistas y traumatólogos en el Instituto.

A lo largo de la historia de la consulta de Ortopedia y Traumatología hemos formado un equipo extraordinario, que ha contribuido a la evolución de los tratamientos para los pacientes.

De hecho, otra contribución muy importante que se ha dado a la ciencia médica es que anteriormente se hacían prótesis con cemento, en el Instituto nos dimos cuenta que no era la mejor alternativa y tras investigar, propusimos que el problema de las prótesis era el cemento que se colocaba, por lo que empezamos a no cementar las prótesis, primero algunas y luego ya no cementamos nada.

El Dr. Efraín Díaz, quien además es un investigador extraordinario realizó un trabajo sobre prótesis no cementada en los pacientes reumatológicos. El INCMNSZ fue líder en esa línea de investigación, ya que no encontró trabajos publicados al respecto y nosotros empezamos a hacerlo. Actualmente somos el punto de referencia para pacientes reumatológicos en el país.

En el INCMNSZ, en el 2002, también fuimos los primeros en colocar una prótesis meniscal de platillo móvil en el continente Americano. La estamos poniendo, solamente a la mitad de la rodilla y no de remplazo total, lo que representa para el paciente una rehabilitación más fácil. Somos el grupo que tenemos más experiencia en este tipo de prótesis.

Otro logro importante, realizado en el INCMNSZ es la implementación de un sistema de reconstrucción acetabular, tampoco se había utilizado en Latinoamérica y fuimos el primero en hacerlo. Actualmente, también somos líderes en este tipo de sistemas para la reconstrucción de problemas articulares.

En cuanto a la enseñanza, también nos hemos consolidado como un grupo de avanzada. Ya tenemos nueve años impartiendo el Curso de Cirugía en Alta Especialidad de Cadera y Rodilla, con reconocimiento de la UNAM, de la Secretaría de Salud y de la Sociedad Mexicana de Ortopedia y Traumatología; con profesores nacionales e internacionales. Cabe destacar que es el curso de posgrado de ortopedia más solicitado del país.

Por otro lado, en conjunto con la Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad de la Atención Médica, se hizo el Programa de Cirugía Segura en Reemplazo Articular, que tuvo gran éxito porque tratamos de evitar las infecciones de los pacientes que son sometidos a cirugía de reemplazo articular, ya que cuando se infectan es muy complicado.

En un año, logramos cero infecciones, lo que es un gran logro si tomamos en cuenta que tenemos pacientes de muy alto riesgo por sus patologías. De acuerdo a ello, tener cero infecciones es un poco utópico, éste logro representa un gran mérito de todo el equipo. De igual forma, en todos los congresos nacionales y muchos internacionales, Ortopedia y Traumatología del Instituto, da a conocer investigaciones y hallazgos sobre reemplazo articular.

La importancia del Servicio de Ortopedia en el INCMNSZ, no la da la Ortopedia per se, sino todo el Instituto, todo el grupo, todo el equipo que se ha formado. Hemos hecho una muy buena sinergia con Inmunología y Reumatología, en esta dinámica he aprendido mucho. Es importante agradecer el apoyo que siempre hemos tenido del Departamento de Inmunología y Reumatología. Este Departamento es sin lugar a dudas uno de los mejores departamentos de América Latina, y en buena parte del mundo. Estamos con los mejores, los consideramos a ustedes como los mejores y estamos entre los mejores.



Dr. Juan Martínez, Dr. David Marcial y Dr. Efraín Díaz

Contribuyendo a la mejora de la calidad asistencial

SoTeci es la nueva versión del Expediente Clínico Electrónico del INCMNSZ que permite registrar y almacenar de forma segura los datos clínicos e información del paciente para que estén disponibles durante el proceso de atención.

Los datos se transforman ahora en información e indicadores útiles para la toma de decisiones clínicas y permiten medir mejor el desempeño de las diferentes áreas, conocer las condiciones de los pacientes y mejorar su evolución.

MÁS SEGURO

Se incorporan nuevas prácticas mejorando la seguridad en la atención del paciente, confidencialidad y protección de sus datos.

MÁS RÁPIDO

Ahora la herramienta está soportada en una nueva Red Privada Virtual (VPN) del Instituto, lo que aumentará la seguridad y velocidad de las comunicaciones. Esta nueva versión del Expediente Clínico se ha optimizado para agilizar los procesos.

MÁS EFICIENTE

La herramienta se adapta mejor a los flujos de tareas y procesos.

MÁS ÚTIL

Los datos registrados pueden ser explotados para la toma de decisiones clínicas y mejorar la gestión hospitalaria.



SoTeci estará disponible próximamente.



XXI Día de la Nutrición Infantil

Simposium: Estrategias para la Prevención de Síndrome Metabólico y Diabetes Mellitus Tipo 2

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El 25 y 26 de abril tuvo lugar en el INCMNSZ, el Simposium: Estrategias para la Prevención de Síndrome Metabólico y Diabetes Mellitus Tipo 2, dentro del cual, se llevó a cabo el XXI día de la Nutrición Infantil, que contempló el Programa para la Prevención de Obesidad, Síndrome Metabólico y Diabetes en la Población Infantil.

El evento fué presidido por el Dr. Héctor Bourges Rodríguez, Director de Nutrición del INCMNSZ; Dr. Antonio González Chávez, Presidente de Asociación Mexicana para el Estudio Multidisciplinario del Síndrome Metabólico A. C. (AMESI); la Lic. Gabriela Allard Taboada, Presidenta de la Asociación Mexicana de Diabetes (AMD), la Mtra. María Verónica Ramírez Badia, Vicepresidenta del Colegio Mexicano de Nutriología y Subdirectora Administrativa de la Escuela de Dietética y Nutrición del ISSSTE; Ing. Francisco Pallach Poupa, Director General de Integradores de Soluciones para el Cuidado de la Salud (Dicipa) y el Mtro, Alejandro Chávez Casillas, Presidente de la Asociación Día de la Nutrición Infantil (Dianui).

El Dr. Héctor Bourges dio un mensaje de bienvenida y posteriormente presidió la Toma de Protesta de la Mtra. en Nutrición Clínica, María Elena Espinoza Pérez, como responsable estatal de nutrición de la infancia y la adolescencia del servicio de salud pública de la Ciudad de México. Lo acompañaron en el presídium: la Lic. Adaía Sánchez Alemán, Coordinadora de Procedimientos Administrativos del ITESM, campus Estado de México y el doctorante en innovación y responsabilidad social, Alejandro Chávez Casillas, Presidente de la Fundación Dianui.



Dr. Antonio González Chávez, Presidente de la AMESI

El evento contó con las conferencias magistrales:

- Avances en el Estudio Científico de Síndrome Metabólico, impartida por el Dr. Antonio González Chávez, Presidente de AMESI.
- Factores Psicológicos e Influencia del Entorno Familiar en el Paciente con Síndrome Metabólico y Diabetes, a cargo de la Mtra. Luisa Lizet Maya Funes, Posgraduada en Terapia Familiar
- Resistencia a Insulina, Diabetes Tipo 2 y Síndrome Metabólico.

Por otro lado, se presentó "Nutribus: Tu transporte a la Salud", programa de vinculación entre empresa-gobierno, academia y sociedad que representa una alternativa para promover a través de la educación una nutrición adecuada a la población.

Identificación correcta

¿Qué debo hacer cómo paciente?

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

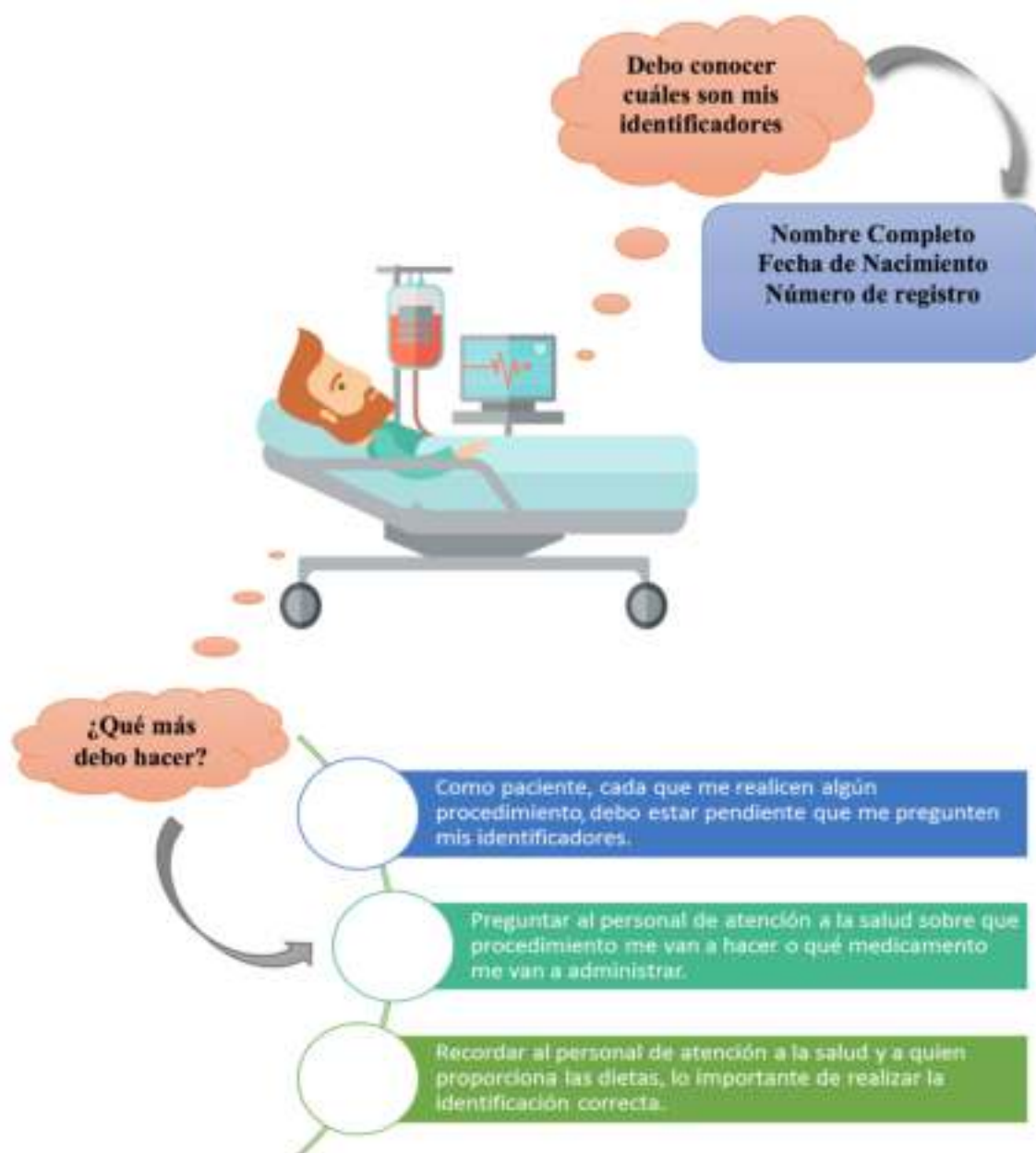


Imagen proporcionada por: Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández

Calidad y Gestión Institucional

Manejo de personal: participación y conflictos

Tercera y última parte

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

En esta última parte del tema factores de éxito para el manejo de personal, hablaremos de: participación y conflicto.

Participar se define básicamente como tomar parte o involucrarse en algo. En el trabajo en equipo es precisamente lo que se requiere: fomentar la participación de todos los miembros del equipo.

Respecto al factor de la participación un equipo de trabajo ideal debe mostrar:

- Participación libre y voluntaria.
- Participación equilibrada.

Sin embargo, hay problemas cuando:

- Algunos miembros tienen demasiada influencia en la participación.
- Algunos miembros únicamente intervienen cuando les interesa el tema.
- Hay poco interés en participar.

La importancia de la participación radica en la riqueza y diversidad que se puede obtener de un trabajo en donde todos aportan lo mejor de sí mismos.

Varias mentes piensan mejor que una sola, todo buen líder debe ser capaz de entender a sus colaboradores para explotar lo mejor de cada uno. Caer en la práctica de recargar trabajo y responsabilidades solo en unos cuantos, puede funcionar por un tiempo, pero siembra una semilla de inequidad e insatisfacción que a la larga lleva a la frustración y pérdida de interés.

Por otra parte, el factor de Conflictos, ineludiblemente es un tema presente en todo equipo; sin embargo los equipos dinámicos, en los que existe comunicación eficaz, definición clara de metas, objetivos, roles y existe una sana participación: los conflictos se manejan abiertamente y se llega a prontas soluciones.

En un equipo idealmente:

- Cualquier miembro reconoce un conflicto y alerta para resolverlo.
- Todos prestan atención a la comunicación no verbal.
- Las discusiones son productivas.

El equipo no avanza cuando:

- Se ocultan problemas.
- No se toman medidas ante situaciones adversas.
- No se presta atención a la comunicación no verbal.



Imagen proporcionada por: Mtro. Jovani Emmanuel Torres García

Liberación de precios

¿De qué depende el precio de la gasolina y cómo se determina?

Segunda parte

Ing. Yolanda Arce Orozco

El factor que más impacta al precio de las gasolinas es la referencia internacional, toda vez que México no cubre la demanda nacional de gasolina, por lo que tiene que vender a Estados Unidos un promedio de 62.45 dólares por barril de petróleo (dato del primer trimestre de 2018), y una vez convertido en gasolinas regresa al país a un precio de 77.6 dólares por barril (datos de la gasolina Premium convencional).

Lo anterior, significa que México paga 15.15 y 17.95 dólares más por cada barril convertido en esta clase de combustible en el extranjero, y en parte con el propio petróleo, si se considera que actualmente al menos nueve importantes refinadores estadounidenses procesan crudo nacional.

Desde diciembre de 2015, según se desprende de los reportes operativos mensuales de Pemex Transformación Industrial, filial encargada de producir este tipo de gasolina, los complejos refinadores de Tula, Minatitlán, Salamanca, Cadereyta, Salina Cruz y Madero redujeron su producción a menos de mil barriles diarios y actualmente, las refinerías de Madero, Salamanca y Minatitlán no producen este tipo de combustible automotor.

En el primer trimestre de este año, se produjeron apenas mil 156 barriles diarios de gasolina Premium, cuando las ventas nacionales ascendieron a 121 mil barriles diarios, lo que significa que la producción del país apenas cubrió 0.96% del consumo que realizan sobre todo vehículos recientes, de lujo y deportivos.

Esta situación obliga al gobierno federal a recurrir a importaciones crecientes, pues entre el 1° de enero y el 31 de marzo de este año fue necesario salir al exterior a comprar 119.2 mil barriles diarios de este tipo de gasolina, que representó 99 % de las ventas nacionales.

<https://www.gob.mx/aperturagasolinas/descargables/1276/i>,

<https://espanol.yahoo.com/finanzas/noticias/m%C3%A9xico-importa-99-9-gasolina-060000415.html>,



Mensajes visuales

La imprenta y su importancia en el INCMNSZ

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

El área de Diseño Gráfico del Departamento de Comunicación y Vinculación, organiza y jerarquiza la información, a fin de transmitir mensajes claros a través de palabras, imágenes y fotografías que impacten visualmente, a fin de que se cumplan los objetivos de comunicación del emisor.

Posteriormente se envía a la Sección de imprenta del Instituto, que se encarga de reproducir dichos mensajes a por medio del sistema offset (sistema de impresión de tinta sobre papel a través de láminas de metal). Este servicio se convierte en un aliado de todos aquellos que deseen llevar su información a un gran número de destinatarios a través de una publicación impresa.

Las diferentes áreas del INCMNSZ publican, carteles, folletos y libros con información relevante que contiene investigaciones, informes, etc., que debe ser tratada y revisada en el Departamento de Comunicación y Vinculación, para que posteriormente sea impresa en la Imprenta, de esta manera se hará una publicación que contenga los requerimientos establecidos por el Manual de Identidad Gráfica del Instituto.



Taller de imprenta del INCMNSZ

Gracias por cada aportación

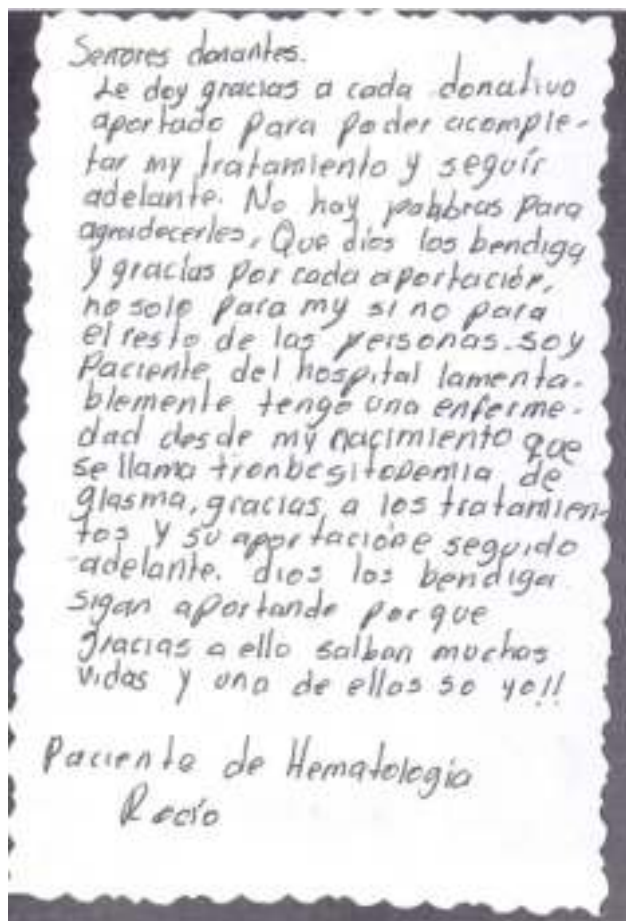
Sigan aportando, porque gracias a ello salvan muchas vidas

Violeta Arciniega Fuentes

Señores donantes:

Le doy gracias a cada donativo aportado para poder completar mi tratamiento y seguir adelante. No hay palabras para agradecerles, que Dios los bendiga y gracias por cada aportación, no solo para mí, si no para el resto de las personas. Soy paciente del Hospital, lamentablemente tengo una enfermedad desde mi nacimiento que se llama Trombocitopenia de Glanzmann, gracias a los tratamientos y su aportación he seguido adelante. Dios los bendiga, sigan aportando, porque gracias a ello salvan muchas vidas y ¡¡una de ellas soy yo!!

Paciente Hematología
Rocío



Residencia del emperador Maximiliano

Castillo de Chapultepec

Primera parte

Lic. Palmira de la Garza y Arce



Castillo de Chapultepec

En 1725, el Virrey Bernardo de Gálvez ordenó la construcción de una casa rural en el punto más alto del cerro de Chapultepec, al Teniente Coronel de la Armada Española e Ingeniero Francisco Bambitelli; quien elaboró el proyecto e inició la construcción en agosto de ese mismo año.

Tras la salida de Bambitelli del proyecto, el Capitán Manuel Agustín Mascaró se hizo cargo del mismo y durante su mandato las obras se realizaron a un ritmo acelerado. A la muerte de Manuel Agustín Mascaró en 1786, la Corona ordenó que la construcción se subastara a un precio equivalente a una quinta parte del total gastado en el proyecto. Después de no encontrar compradores, el Virrey Juan Vicente de Güemes Pacheco de Padilla y Horcasitas, destinó el edificio para resguardar el Archivo General del Reino de la Nueva España; esa idea no prosperó a pesar de que ya tenían los planos adaptados para este propósito.

El Castillo de Chapultepec fué abandonado durante la Guerra de Independencia de México (1810-1821). A partir del año 1833 el edificio fue destinado para albergar al Colegio Militar. Durante la guerra mexicano-estadounidense (1846-1848), el ejército estadounidense bombardeó el Castillo del 12 al 13 de septiembre de 1847, e izó en sus murallas la bandera estadounidense.

Ese mismo día, el 13 de septiembre de 1847, los Niños Héroes murieron defendiéndolo, cuando éste era tomado por los soldados norteamericanos durante la Batalla de Chapultepec. Actualmente los cadetes son honrados, con un monumento a la entrada del Bosque de Chapultepec, y tanto el nombre colectivo "Niños Héroes", como los nombres de los cadetes son comúnmente inspiración para nombrar calles, plazas y escuelas en todo el país.

Científica y botánica mexicana

Helia Bravo Hollis Investigadora Emérita y Doctora Honoris Causa por la UNAM

Lic. Gabriela Rubello Marín

Prácticamente su carrera científica la desarrolló en el Instituto de Biología de la UNAM. Su vocación y amor por los seres vivos nació con los paseos y recorridos dominicales, con sus padres.

Ser una estudiante de excelencia durante la primaria la hace acreedora a un reconocimiento firmado por el presidente Porfirio Díaz y por el Secretario de Justicia e Instrucción Pública y Bellas Artes, Justo Sierra.

Realiza su bachillerato en la Escuela Nacional Preparatoria en la ciudad de México. Recibe sus conocimientos de magníficos profesores tales como: Vicente Lombardo Toledano, Erasmo Castellano, este último le transmite el interés por las ciencias biológicas.

En 1931, recibe su título como Maestra en Ciencias Biológicas en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM, con la tesis Contribución al conocimiento de las cactáceas de Tehuacán. Es invitada a colaborar en la Dirección de Estudios Biológicos de la Universidad Nacional, hoy el Instituto de Biología de la UNAM.

En 1930, es responsable de la edición del libro Herbario Nacional y publica la 1ª edición de "Las Cactáceas de México", en 1937.

Se convierte en la promotora del "Jardín Botánico de la UNAM", fundado en 1959, y que dirige durante la década de 1960.

En 1951 fue cofundadora de la Sociedad Mexicana de Cactología.

La Maestra Bravo, obtuvo distinciones y reconocimientos nacionales e internacionales. En 1985 la UNAM le otorgó el doctorado Honoris Causa.



Helia Bravo-Hollis (1901- 2001)

Un Derecho trimidimensional

Consideraciones sobre la Libertad de Expresión

Segunda parte

Dirección de Administración

Con la finalidad de dar continuidad a lo planteado en la primera entrega relativa a este tema, comento respecto al derecho humano que nos ocupa, que la amenaza regresista planteada antes, puede ser más fuerte que el enfrentamiento y entendimiento de las consecuencias indeseables que se pueden atraer con la libertad de expresión, la cual algunos han calificado como libertinaje. Vale decir, que de esta libertad y/o derecho nadie quiere ser limitado o coartado, más aún para los que nacimos y lo entendemos como natural e inherente al ser humano, pues esto nos permitirá como lo indicamos antes, acceder, recibir y difundir información.

Ahora mismo, resulta imposible entender que en la vida diaria no existía la posibilidad de acceder a la información o difundirla, como en algún momento de la historia ocurrió, pues la materialización del derecho a la libertad de pensamiento y expresión, que desencadena o permite que las tres dimensiones de las que hemos hablado, en cierta época de la historia de la humanidad, se encontraba limitada o coartada para grupos selectos de las sociedades, algunos consideran que tal, se debía a que es mucho más simple dirigir o manejar a las personas que no tienen información.

Destaco que si se pensara en limitar el derecho que nos ocupa este instrumento que ahora mismo se lee, no sería efectivo, no habría internet, libros, revistas, Facebook, Twitter, en pocas palabras no existiría una forma de compartir nuestras ideas y pensamientos, y por lo tanto un ambiente de represión, inseguridad y descontento sería el común denominador para todos nosotros. No obstante lo anterior, es indispensable retomar la forma en la que los excesos en la aplicación de este derecho pueden perjudicarnos, en pocas palabras la libertad de expresión no es toda buena, y esto se debe a un mal o deficiente ejercicio de tal. Para hacer más simple el evento ejemplifico:

(Z) en virtud de los dispositivos electrónicos que tiene a su alcance decide grabar un vehículo mal estacionado y con la puerta abierta fuera de una escuela primaria, en una situación que le resulta problemática e incómoda, pues en su percepción parece que el conductor de dicho vehículo lo estacionó deliberadamente sin entender los perjuicios que se pudieran atraer. En consecuencia (Z) graba y coloca en una red social las imágenes del vehículo, con un título alarmante "Conductor inconsciente, multa y castigo, no me deja llegar a tiempo a mi trabajo." Sin embargo, (Z) no conoce las circunstancias específicas que le acompañan, pero mientras tanto atraerá un mal momento para el conductor de ese vehículo, a lo cual se le debe sumar el evento que provocó haber dejado el auto en esa forma.

Juntos Hacia la Excelencia

Autores: Maestro Carlos Augusto Sánchez Morales/Pas. Lic. Gabriela Magali Quijano Lira

Anorexia nervosa, Bulimia nervosa y Trastornos por atracón

Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)

Tercera y última parte

Dra. Psic. Verónica Vázquez Velázquez/Mtra. Ingrid Rocha Velis
Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria

Continuando con la información expresada sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), es importante:

Ofrecer Ayuda. Preguntarle a nuestro familiar o amigo con un aparente TCA, qué necesita de nosotros para sentirse mejor o iniciar un tratamiento, y habrá que invitarlo a que busque ayuda.

Recordar que es una enfermedad. Las personas que padecen TCA, la han desarrollado por muchos factores, no solo por desear perder peso o por un ideal estético. No debemos juzgar sin conocer las causas del problema.

¿Cuáles son los principales síntomas de alerta?

- ¿La persona está obsesionada con la comida?
- ¿Ha cambiado su conducta o su forma de ser?
- ¿Tienen ideas exageradas o distorsionadas sobre el tamaño de su cuerpo?
- ¿Está más cansado de lo común o le cuesta trabajo concentrarse?
- ¿Se escabulle al baño después de cada comida?
- ¿Ha comenzado a ejercitarse de manera excesiva?

Los siguientes Institutos ofrecen atención profesional y multidisciplinaria, ya que cuentan con médicos, psicólogos y psiquiatras nutriólogos, que saben tratar a las personas con TCA.

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz.
Calz. México-Xochimilco 101, Huipulco, 14370, CDMX. Tel: 5541605000

Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. Vasco de Quiroga #15, Col. Belisario Domínguez, Col. Sección XVI, Tlalpan, 14080, CDMX. Tel. 54870900

<http://www.innsz.mx/opencms/contenido/ClinicasAtencion/obesidad/anorexiaBulimia.html>



Fuente: <https://www.insk.com/profesionales-de-la-salud/bienvenidos/peso-saludable/orientacion-alimentaria-durante-la-adolescencia-una-herramienta-para-prevenir-trastornos-alimentarios/>

Pimiento, una hortaliza llena de sabor

Los pimientos poseen una gran cantidad de propiedades muy benéficas para todo el organismo, ya que contienen muchas vitaminas y minerales, que aportan energía en forma de carbohidratos y mucho más.

Son ricos en vitaminas C, A, E, B6, B3, B2, B1 y ácido fólico. Entre los minerales que contienen se destacan el potasio en mayor proporción, seguido por calcio, fósforo y magnesio.

Tienen una buena cantidad de hidratos de carbono y una gran concentración de carotenos. Tienen un gran poder antioxidante, son bajos en calorías (19 kcal/100 g) y son muy ricos en fibra.

Esto último hace que el consumo de esta hortaliza de sensación de saciedad, siendo muy útil en dietas de control de peso. Como tiene poco sodio, es un producto adecuado para las dietas bajas en sal.



Cuadernos de
nutrición

Fusilli con salsa pimiento



Ingredientes:

250 gramos	de pasta fusilli
50 gramos	de cebolla
100 gramos	de pimiento amarillo
100 gramos	de pimiento verde
100 gramos	de jitomate
Al gusto	aceite de oliva, sal, azúcar, hierbas y especias

Manera de hacerse:

Poner a cocer la pasta en agua hirviendo con sal y un chorro de aceite. Refrescarla bajo el chorro del agua y agregar un poco de aceite de oliva para que no se pegue.

Acitronar la cebolla cortada en trocitos en un poco de aceite.

A continuación, añadir los pimientos verde y rojos también cortados. Cuando los pimientos estén blandos, añadir el tomate cortado en cubos pequeños, y poner a punto de sal y azúcar y reservar.

Agregar hierbas y especias al gusto.

Retirar del fuego y mezclar la salsa con la pasta.

Escritor y ensayista mexicano **Los Cuatro Acuerdos** Miguel Ángel Ruiz

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

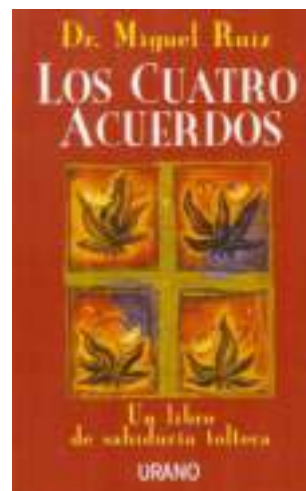
Miguel Ruiz es escritor y ensayista mexicano, conocido por obras dedicadas a la espiritualidad y al desarrollo personal.

Su obra más conocida, es *Los Cuatro Acuerdos*, publicada en 1997. Escribió varios libros, incluyendo *La Voz del Conocimiento*, *Oraciones*, *La Maestría del Amor*, *Más Allá del Miedo*, *Los cinco niveles de apego*, entre otros.

El éxito de *Los Cuatro Acuerdos* se extendió fuera de las fronteras mexicanas, convirtiéndose en un lanzamiento internacional. La obra es una guía práctica para la libertad personal y está basado en la sabiduría de los antiguos toltecas.

Describe la cosmovisión que debería tener un ser humano para entenderse a sí mismo y entender a los demás, para lograr ser felices sin ninguna influencia externa, entender que todo lo que necesitamos está dentro de uno mismo, y así lograr un equilibrio personal, emocional, mental y social. Y para lograrlo se debe incorporar un sencillo método que modifique o elimine un complejo sistema de creencias, que es adquirido por influencia social, familiar, educacional, que con frecuencia perturban mental y emocionalmente al ser humano, creando infelicidad.

Para lograr un equilibrio interior que lleve a la felicidad, el autor propone poner en práctica cuatro acuerdos básicos: Sé impecable con tus palabras, no tomes nada personalmente, no hagas suposiciones, y haz siempre tu máximo esfuerzo.



Pasatiempo: En seguida encontrarás una serie de preguntas de cultura general, (continuación), pon a prueba cuánto sabes y resuélvelas; al final compara tus respuestas.

1. ¿Qué producto cultiva más Guatemala?
2. ¿Quién es el famoso Rey de Rock en los Estados Unidos?
3. ¿Qué significa FIFA?
4. ¿Cuál es el país más grande del mundo?
5. ¿Dónde se encuentra la famosa Torre Eiffel?
6. ¿Qué deporte practicaba Michael Jordan?
7. ¿En qué año comenzó la II Guerra Mundial?
8. Si 50 es el 100%, ¿cuánto es el 90%?
9. ¿Qué país tiene forma de bota?
10. ¿Cuál es la moneda del Reino Unido?

Fuente: <https://psicologiaymente.net>

1. En Guatemala, el producto que más se cultiva es el café.
2. Elvis Presley es un personaje norteamericano que ha sido nombrado como el Rey del Rock.
3. Estas siglas significan: Federation International of Football Association. Es la institución que gobierna las federaciones de fútbol en todo el mundo. Se fundó el 21 de mayo de 1904 y tiene su sede en Zurich, Suiza.
4. Rusia es el país con mayor extensión: 17.075.200 km².
5. Esta estructura se encuentra en París, Francia.
6. Michael Jordan es considerado el mejor jugador de baloncesto de todos los tiempos.
7. Este famoso conflicto bélico se inició en 1939.
8. El resultado de esta regla de bota es 45.
9. El país que tiene forma de bota es Italia. Se encuentra en Europa.
10. La libra es la moneda del Reino Unido. En inglés se conoce como pound.

Respuestas:

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

5 de junio, Día Mundial del Medio Ambiente

Un planeta #SinContaminación por plásticos: ONU

En el 2018, la India albergará las celebraciones, bajo el lema “Un planeta #SinContaminación por plásticos”. Insta a los gobiernos, la industria, las comunidades y las personas a unirse para reducir urgentemente la producción y el uso excesivo de plásticos desechables que contaminan nuestros océanos, dañan la vida marina y amenazan la salud humana. La India realizará actividades y eventos que generen interés y participación pública.

Fuente: <http://worldenvironmentday.global/es/india-ser%C3%A1>

12 de junio, Día Mundial contra el Trabajo Infantil

Generación Segura y Saludable: ONU

Este año, el lema es “Generación Segura y Saludable” y tiene como objetivo acelerar la acción para promover un entorno de trabajo seguro y protegido para todos los trabajadores y poner fin, a todas las formas de trabajo infantil. Es necesario adoptar un enfoque holístico que apunte a la eliminación del trabajo infantil y que promueva una cultura de prevención en materia de seguridad y salud en el trabajo (SST).

Fuente: <http://www.ilo.org/ipec/Campaignadvocacy/wdacl/2018/lang--es/index.htm>

13 de junio, Día Internacional de la Sensibilización sobre el Albinismo

Respeto y la no discriminación: ONU

Las personas con albinismo son discriminadas en muchas partes del mundo. Son víctimas de la ignorancia de la sociedad e incluso de la comunidad médica. La apariencia de las personas con esta condición ha dado lugar a falsas creencias y actitudes supersticiosas, que han fomentado su marginación y exclusión social. Las creencias erróneas y los mitos, bajo la enorme influencia de la superstición, los ponen en peligro.

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

14 de junio, Día Mundial del Donante de Sangre

Dona sangre Comparte vida: OMS

El objetivo es agradecer a los donantes voluntarios no remunerados y concientizar de la necesidad de hacer donaciones regulares para garantizar la calidad, seguridad y disponibilidad de sangre y sus productos. Las transfusiones de sangre ayudan a salvar millones de vidas. Contribuyen a que pacientes con enfermedades potencialmente mortales vivan más tiempo con mejor calidad de vida, y posibilitan la realización de intervenciones médicas y quirúrgicas complejas. Asimismo, favorecen la atención materno-infantil, el embarazo y las respuestas de emergencia ante los desastres naturales o humanos.

Fuente: <http://www.who.int/campaigns/world-blood-donor-day/2018/event/es/>

Informarse, primordial para el paciente

Gracias a la cadena de trasplante estoy con vida

Segunda y última parte

Noemí Palacios/Paciente



El trasplante cambió mi vida en muchos sentidos, pero más en cuestión de salud. La calidad de vida que tengo ahora y la que tenía antes es totalmente distinta, ahora ya no me tengo que dializar diario, ni estar conectada todas las noches a una máquina, desaparecieron mis malestares, mis dolores de huesos y de cabeza, la presión arterial alta, las restricciones alimenticias, fue un nuevo nacer. Es otra vida y todo gracias al trasplante que me hicieron en el Instituto.

Quiero decirles a todas las personas que tienen este problema de salud que es muy importante estar informado, porque a pesar de que en el INCMNSZ, si te brindan información, ésta no es suficiente, siempre requieres saber más y de forma anticipada, ya que cuando entras al torbellino del trasplante, tienes tantas cosas en la cabeza que es difícil entender la información que te dan.

Muchas veces como paciente y quizás, como familiar te bloquea tanta información, te saturas. Lo primordial es informarse, donde me puedo atender, cuáles son los tratamientos, que implicaciones tiene, costos, medicamentos, fundaciones que también apoyan en este transitar. Hay muchas cosas que debes saber antes de llegar a la diálisis, hemodiálisis o trasplante.

En mi caso fue la experiencia previa que tuve con mi hermano, la que me ayudó; como ya tenía esa experiencia, ya sabía que iba hacia allá y previne muchas cosas. Desde tener mi seguro para que me dieran mis bolsas de diálisis, mis medicamentos, hasta investigar todas las implicaciones que tenía un trasplante.

Deseo aprovechar este espacio para agradecer a todo el personal del INCMNSZ, desde los altos rangos, hasta el personal de intendencia, que tienen una calidad humana impresionante. Realmente la mayoría son excelentes seres humanos. Ese trato que le dan al paciente, es súper importante porque, si de por sí nuestra situación emocional es muy complicada por el problema que enfrentamos, si no encontramos cobijo, es más difícil.

Después de haber vivido este problema de salud, podría decir que a futuro veo una gran oportunidad que la vida me dió, todo el equipo del Instituto, porque gracias a ellos, hoy estoy trasplantada, visualizo una gran oportunidad que pocos tienen. Ahora, por ejemplo, veo la lista de espera de gente que espera un órgano y es enorme. Ahora que estoy del otro lado, sé que soy afortunada, ya que me dieron una gran oportunidad que además es, una gran responsabilidad, debo cuidar mi órgano y mi cuerpo en general.

Las bienales de pintura, una de sus grandes contribuciones

Donato Alarcón Segovia, in memoriam

Cuarta y última parte

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

No recuerdo bien de quién aprendí el que las manos mientras habla el hombre no se duermen, no se mueren, no se rinden, son una reserva insobornable del ser humano, las manos son elocuentes por sí mismas, observando las manos se conoce mucho de las personas, me han servido de referencia en la práctica clínica y en la vida cotidiana. No sé a ciencia cierta por qué, pero veo las manos y asocio mis recuerdos a Donato, será por su especialidad, será por su sensibilidad o acaso por otros atributos de Donato. Donato tenía una facultad para descubrir relaciones entre las cosas, combinar formas y efectos disímbolos, descubrir una relación oculta entre ellos y unirlos en un verdadero concierto.

Visitar un museo con Donato era una cosa distinta, era un deleite, lamento no haberle podido dedicar más de mi tiempo para estas visitas. No me es fácil darles a ustedes una idea de su sensibilidad y cultura, sin embargo, cómo no recordar las bienales de pintura en el Instituto que organizó siendo director del mismo, las sesiones culturales, la exposición permanente de arte en el Instituto.

Cuando Nutrición cumplió 50 años y Donato era su director se publicó la autobiografía del Maestro Salvador Zubirán, Donato como todos nosotros lo admiraba mucho, escribió el prólogo del libro, Nutrición es una gran institución, que será aún más grande en el futuro, decía Donato, recuerdo las juntas de planeación del 50 Aniversario y su idea de festejarlo en forma muy particular, que trascendiese, que enfatizara precisamente al maestro Zubirán y su obra, el Instituto. Es así como surge la idea de una sinfonía propia del instituto, que reflejara la mística, el sentido humano, la libertad y el deseo de superación. La sinfonía es un legado de Donato para todos nosotros.

He hablado unos minutos como el amigo, sin embargo, no quiero terminar sin decir que la riqueza de amigos de Donato era muy grande y diversa, además de sus amigos de Nutrición, están aquellos del ámbito científico nacional y extranjero, el ámbito académico, el campo de las artes. El Árbol de la Vida, del escultor Sebastián en el Instituto, la más reciente escultura del Maestro Nierman frente al Departamento de Reumatología, la presencia de muchos de sus amigos, aquí el día de hoy es fiel evidencia de lo que significa la amistad.

A toda la familia de Donato en nombre de todos sus amigos le abrazamos con cariño y gran afecto.

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.

La seguridad es responsabilidad de todos

Cuidar nuestro entorno, fomenta la seguridad

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Cuidar y mantener nuestro entorno, favorece la seguridad tanto personal como de las instalaciones en las que nos encontramos. Por ello, es muy importante que cada uno de nosotros, seamos observadores del entorno para detectar cualquier situación de riesgo que represente un peligro para nuestra seguridad y la de los que nos rodean. Pero además, debemos ser actores comprometidos con el cuidado y protección del entorno, al respetar a nuestros compañeros de trabajo y a sus pertenencias; así como, a las instalaciones y el equipo del INCMNSZ. Por lo anterior, es importante recordar algunos puntos del Código de Conducta:

No debo:

- Retirar de las oficinas, los bienes que se me proporcionan para el desempeño de mis funciones (computadoras, impresos, teléfonos, lápices, cuadernos, disquetes, etc.), o copiar los programas de computación para utilizarlos con fines personales.
- Sustraer el papel sanitario de los baños, dibujar en sus paredes y puertas y estropear intencionalmente el funcionamiento de los retretes.
- Sustraer o plagiar para fines personales, los servicios contratados por el INCMNSZ (TV por cable, medios impresos).
- Deteriorar los bienes de trabajo utilizados para el desarrollo y bien común de la Institución.
- Sustraer, esconder o robar las pertenencias personales de mis compañeros de trabajo.

En cambio sí debemos realizar las siguientes, ya que fomentan la seguridad de nuestro entorno laboral y por ende, la nuestra y la de los que nos rodean:

Debo:

- Conservar los bienes de trabajo asignados, así como los de los demás.
- Respetar el espacio de trabajo y bienes asignados de los demás servidores públicos, así como sus pertenencias personales.
- Respetar las condiciones de uso y seguridad en las instalaciones, tanto en las oficinas, como en su caso, estacionamiento, baños, elevadores, pasillos, escaleras y el comedor del Instituto.
- Mantener mi lugar de trabajo limpio y seguro.

SFP

¿Eres víctima de Hostigamiento Sexual y Acoso Sexual?

1
Acércate



2
Infórmate



Conoce a tus
personas consejeras

#soy_ética

3
Denuncia



#soy_ético

"La ética es de todos(as), seamos el cambio"

UNIDAD DE ÉTICA, INTEGRIDAD PÚBLICA Y PREVENCIÓN DE CONFLICTOS DE INTERESES
 Dirección General de Planeación y Desarrollo
 Tel. 3000-0000 ext. 1245 y 1188
 #soyético@funcionpublica.gob.mx

INSCRIPCIONES AL FONAC

Ciclo 30° Ordinario
(16 de Julio 2018 al 15 de Junio 2019)

¿CUÁNDO?

Del 1° al 30 de Junio 2018

9:00-14:00 hrs.

¿DÓNDE?

Subdirección de Recursos Humanos
 Con la Lic. Rosa Isela Romo Becerril, ext. 2946
 Lic. Gerardo Ramírez Arellano, ext. 2979

Requisitos para inscribirse

- Llenar formato de inscripción
- Copia del último talón de pago
- Ser trabajador de base e interno,... (este último deberá observar antigüedad mayor a 1 año)
- Solamente para personal no inscrito en el ciclo 29°



FONDO DE AHORRO CAPITALIZABLE DE LOS TRABAJADORES AL SERVICIO DEL ESTADO



LA VIGILANCIA ES RESPONSABILIDAD DE TODOS

RESPETAR NUESTRO ENTORNO

El Código de Conducta del INCMNSZ establece que todos sus integrantes:

Deben:

- Conservar y mantener en buen estado los bienes que les han sido asignados con motivo de su encargo. (p. 11)
- Utilizar con moderación y responsabilidad los recursos materiales que les hayan asignado para el cumplimiento de sus funciones. (p. 11)
- Procurar el ahorro y uso racional de los recursos materiales y financieros, en la medida de lo posible, sin afectar la eficacia y calidad de las funciones encomendadas. (p. 11)
- Utilizar racionalmente el agua, papel y la energía eléctrica del Instituto. (p. 19)

No deben:

- Retirar de las oficinas los bienes que les hayan proporcionado para el desempeño de sus funciones, ni hacer uso indebido de los mismos. (p. 11)
- Deteriorar los bienes de trabajo utilizados para el desarrollo y bien común de la institución. (p. 14)
- Sustraer, esconder o robar las pertenencias personales de sus compañeras y compañeros de trabajo. (p. 17)

Si eres víctima o testigo de un robo o mal uso de bienes institucionales **denúncialo** a la **Coordinación de Seguridad Interna del INCMNSZ**, si encuentras algún objeto que no te pertenece **entregalo** en el mismo lugar.

Oficina de la **Coordinación de Seguridad Interna del INCMNSZ**

Ubicada junto a la Biblioteca, por la entrada de Urgencias

Extensión: 6000.

#VigilanciaINCMNSZ

Seguridad en **todo**



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Por **seguridad**
todos cuidamos
nuestro entorno



Concepto: Gonzalo Tessier / Edición: Jorge Fernández Font

NADIE® se roba las cosas



Seguridad en **todo**

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

Misión

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

Visión

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

Valores

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

La Camiseta

Fundada en 1994

Director General

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Dirección de Comunicación Institucional y Social

Coordinación Ejecutiva

Jacqueline Pineda Pineda

Responsable Editorial

Dora A. Valenzuela de la Cueva

Diseño editorial, armado, retoque digital, fotografía y ortografía

Jorge Velázquez Hernández

Karina Salas Mercado

Ma. Concepción Nolasco Miguel

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación

Versión Digital

Samuel Rivera Flores



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

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

www.incmnsz.mx