



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIV

No. 21

15 de noviembre 2018

60 aniversario de la Escuela de Enfermería María Elena Maza Brito

Develación de bustos en la Secretaría de Salud
Dr. Donato Alarcón Segovia
y de la Enfermera María Elena Maza Brito



Alumnos de la Escuela de Enfermería María Elena Maza Brito,
al centro Mtra. Araceli Jiménez, Directora de la Escuela



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 595

15 de noviembre 2018

CONTENIDO

EDITORIAL	1	VIDA INSTITUCIONAL	14
SER INCMNSZ	2	• María Cristina Velasquillo Martínez	
• Develan bustos de dos integrantes del INCMNSZ		VIDA LABORAL	15
PARA CONOCERNOS	4	• Elementos esenciales para reafirmar la calidad de ser humano	
• 60 Aniversario de la Escuela de Enfermería "María Elena Maza Brito"		TU SALUD	16
ENTÉRATE	6	• Día Nacional de la Donación de Órganos y Tejidos en el INCMNSZ	
• El INCMNSZ, participe en el 3 ^{er} Encuentro por la Salud Integral		• Todos a vacunarnos contra Influenza	
• XV Curso de Obesidad en el INCMNSZ		LA CULTURA DEL BIEN COMER	17
CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA	8	• Granada roja	
• Resistencia a los antibióticos; prevención y control		• Ensalada con granada, queso fresco y pavo	
CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	9	ESPACIO DE LECTURA	18
• Tópicos financieros		• De la Tierra a la Luna	
NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	10	• Julio Verne	
• ¿Qué hacer durante un sismo?		SABÍAS QUE	19
COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	11	• Efemérides de la salud	
• La lectura fomenta una actitud positiva ante las enfermedades		ESPACIO DE LECTOR	20
VOLUNTARIADO	12	• Un diagnóstico, un excelente tratamiento	
• Ustedes son personas que ayudan desinteresadamente		TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	21
ARTE Y CULTURA	13	• Ofrendas de Día de Muertos en el INCMNSZ	
• El Palacio Nacional de México, Patrimonio de la Humanidad		HABLEMOS DE	22
		• La protección de la Información, un asunto prioritario.	
		AVISOS	23
		CAMPAÑA INSTITUCIONAL	24

En el marco del 60 Aniversario de la Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito” del INCMNSZ, se llevó a cabo un evento cultural en su honor; en el cual se expresaron algunos hechos relevantes suscitados a lo largo de su existencia y se destacaron los retos a futuro que enfrentará. Toda esta información, se publica en la sección Para Conocernos.

En la sección Ser INCMNSZ, se da a conocer información relativa a la develación de bustos de dos integrantes del INCMNSZ, el Dr. Donato Alarcón Segovia, ex director del Instituto y la Enf. María Elena Maza Brito, fundadora de la Escuela de Enfermería del Instituto, que orgullosamente lleva su nombre; en la explanada de los médicos ilustres de la Secretaría de Salud.

Por tres años consecutivos, el Instituto ha sido partícipe en el 3^{er} Encuentro por la Salud Integral y 99 Encuentro de Ciencias, Artes y Humanidades; actividad que se expone en la sección Entérate, así como la información relativa al XV Curso de Obesidad realizado en el Instituto.

En la sección Voluntariado, Violeta Arciniega Fuentes, publica otra carta de agradecimiento escrita por un paciente del Instituto. Mientras que en la sección, Arte y Cultura, la Lic. Palmira de la Garza y Arce, da a conocer datos significativos del Palacio Nacional de México, considerado como patrimonio de la Humanidad.

El Día Nacional de la Donación de Órganos y Tejidos, tuvo una manifestación en el Instituto, al llevarse a cabo una jornada para fomentar la donación en el INCMNSZ. En la sección Tu Salud, se da cuenta de ello. De igual forma, se promovió la aplicación de la vacuna contra Influenza, 2018-2019 como parte de la Campaña de Vacunación contra esta enfermedad.

En la sección Sabías que, se hace mención de algunas Efemérides de la Salud de la primera quincena del mes de noviembre, tales como: 6 de noviembre, Día del Paludismo en las Américas; 8 de noviembre, Día Mundial de la Radiología; y 12 de noviembre: el Día Mundial de la Obesidad y Día Mundial contra la Neumonía.

La protección de la información es el cuarto tema de la Campaña de Seguridad que se ha implementado en el Instituto durante el 2018. En la sección Hablemos de, se hacen algunas reflexiones en dicho tema.

En ésta edición, el lector podrá encontrar en la contraportada de La Camiseta, la Misión, Visión y Valores que fueron redefinidos en el Taller de Planeación Estratégica 2018 y que serán la pauta del quehacer institucional; con el fin de otorgar atención segura, de calidad y con excelencia.

Dr. Donato Alarcón Segovia y Enf. María Elena Maza Brito

Develan bustos de dos integrantes del INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En el marco de los actos conmemorativos al 75 Aniversario de la Secretaría de Salud, fueron develados el pasado 18 de octubre, por el Presidente de México, Enrique Peña Nieto; los bustos de dos integrantes del INCMNSZ; el Dr. Donato Alarcón Segovia, ex Director General del Instituto y destacado investigador y, la Enf. María Elena Maza Brito, fundadora de la Escuela de Enfermería. Ambos bustos fueron colocados en la Explanada de Médicos y Enfermeras Ilustres, situado en el interior del edificio sede de la Secretaría de Salud, el cual es un espacio destinado a rendir homenaje a aquellas personas que han contribuido de manera destacada al desarrollo de la Salud Pública en México.

Esta distinción es el resultado de una minuciosa evaluación que realiza la Comisión de Homenajes de la Secretaría de Salud, que es la responsable de estudiar y dictaminar las propuestas para aquellas personas que hayan realizado una labor de extraordinarios méritos y distinguida contribución en el campo de la salud pública.

Dr. Donato Alarcón Segovia (1935-2004)

Médico cirujano por la Universidad Nacional Autónoma de México en 1959 y Doctor Honoris Causa por la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla en el año 2000. Fue Director General del INCMNSZ, se distinguió por ser excelente médico internista y reumatólogo, tanto a nivel nacional como internacional, siempre estuvo comprometido con la atención a sus pacientes, con la investigación y con la academia, se distinguió por sus aportaciones en el campo de la inmunología clínica mexicana en beneficio de la salud pública. Fue premiado y galardonado con más de 42 premios y 20 reconocimientos en diferentes ámbitos de la medicina, y miembro fundador del Consejo Mexicano de Reumatología.

Como investigador Nacional Nivel III e Investigador Nacional Emérito del Sistema Nacional de Investigación obtuvo más de 42 financiamientos, que le permitieron realizar diversos proyectos en el ámbito de la medicina.

Enf. Mtra. María Elena Maza Brito (1930-1970)

Realizó sus estudios de Enfermería Básica en la Escuela de Enfermería del Instituto Nacional de Cardiología, incorporada a la Universidad Nacional Autónoma de México, en 1952 realizó el Curso Básico de Educación para Enfermeras Instructoras, desarrollado en la División de Graduados de la UNAM y auspiciado por la Secretaría de Salubridad y Asistencia y por la Organización Panamericana de la Salud.

Ingresa a formar parte del equipo de trabajo del Dr. Salvador Zubirán en el entonces Hospital de Enfermedades de la Nutrición, en 1957 organiza y funda la Escuela de Enfermería que años más tarde llevaría su nombre.

En 1962 preside la Décima Cuarta Convención Nacional de Enfermeras en el Hospital Juárez, en 1965 obtiene el nombramiento como Asesora de Educación a Nivel Internacional, con carácter permanente en el Consejo Internacional de Enfermeras.



Busto del Dr. Donato Alarcón Segovia



Busto de Enf. María Elena Maza Brito

Formando líderes de excelencia

60 Aniversario de la Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito”

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En el marco del 60 aniversario de la Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito” del INCMNSZ, el Director General del Instituto, Dr. David Kershenobich Stalnikowicz, expresó que la trayectoria de la Escuela a lo largo de seis décadas ha sido excepcional, pero que ahora, el reto que enfrenta es formar profesionales capaces de comunicarse con sus pacientes, acorde a las nuevas variantes de la comunicación, entre ellas, las tecnologías de la Información, pero sin perder el sentido humanista que debe prevalecer.

Lo anterior, lo manifestó durante el mensaje de apertura de la conmemoración del 60 aniversario de la Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito” del INCMNSZ, presidido también por la Lic. Palmira de la Garza y Arce, Coordinadora de Arte y Cultura y la M.E. Araceli Jiménez, Directora de dicha escuela.

El Dr. Kershenobich destacó que la manera de comunicarse del paciente con su enfermera, en el futuro, será más ágil, pero no por ello, se debe perder el contacto humano que es parte esencial de la práctica de la Enfermería, sobre todo en el INCMNSZ, que como señalaba el Maestro Salvador Zubirán, nuestro líder y fundador, cuenta con el mejor grupo de enfermeras.

La Mtra. Araceli Jiménez, señaló que ser la mejor institución médica de México, representa más que un orgullo; una responsabilidad y un sentido de equidad, pero sobre todo, un compromiso permanente.



M.E. Araceli Jiménez

Primeramente, en formar seres humanos, cuyos valores intrínsecos y desde el marco de la profesión de enfermería, permitan ser capaces de entender y atender las necesidades humanas de las personas a quienes se brinda atención; y en segundo término, con un cuidado más humanizado que se traduce en una sociedad más justa y en una mejor calidad de vida de la población.

Así mismo, agregó que en la Escuela de Enfermería, se han formado líderes importantes, cuyas aportaciones en el área asistencial, académica y de investigación, les ha dado reconocimiento.

Sin embargo, es más importante el reflejo que hacen las egresadas, porque ellas, proyectan la función docente que se ha estado haciendo a lo largo de 60 años.

Hoy en día, se tiene una clara visión del perfil de los egresados. Se sabe de las necesidades de salud que aquejan a la población y por ello, se trabaja en vincular y fortalecer la curricula académica con estos aspectos. De tal forma que los egresados de la Escuela de Enfermería, participan de manera significativa, a partir de creatividad, talento y conocimiento, pero sobre todo, de la suma de voluntades, con la solución de estas necesidades de la sociedad.

Añadió que desde la formación de enfermeras, se está contribuyendo a mejorar las condiciones de vida de la población. Esa es la tarea que se tiene hoy en día; este es un compromiso que tienen los líderes de la educación del Instituto.

La Mtra. Araceli Jiménez destacó también que la tarea primordial de la Escuela de Enfermería ha sido, es y será, formar personas capaces de afrontar las situaciones en el devenir histórico que se ha presentado y que en un futuro, se van a acrecentar aún más. Por ello, las personas que se forman, a partir de la creatividad y del conocimiento, será gente con compromiso social, con visión a futuro, pero con un claro compromiso hacia el cuidado de la vida humana. Lo anterior, acotó, es parte de la enseñanza que dejó el Maestro Zubirán y que de manera constante, mencionaba al asegurar que: “las mejores enfermeras, son las que se forman aquí en el Instituto”.

Para concluir su participación, explicó que la formación de excelentes profesionales de la enfermería es una tarea compartida que desde la Subdirección de Enfermería, del Departamento de Enfermería y de la propia Escuela de Enfermería del Instituto, se realiza; mediante la conformación de todas las competencias integrales necesarias para hacer frente a dicho reto, que al superarlo permite fortalecer al sector salud.

En este entendido, acotó, desde el momento, en el que los estudiantes ingresan a la Escuela de Enfermería del Instituto, se comienzan a formar personas justas, congruentes y conscientes de esa necesidad y de esa realidad existente en la sociedad.



Evento Cultural del 60 Aniversario de la Escuela de Enfermería

Prevención del cáncer y su atención integral

El INCMNSZ, participe en el 3^{er} Encuentro por la Salud Integral

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Con el objetivo de ofrecer a la sociedad, información relativa a los diferentes tipos de cáncer, mediante conferencias, talleres, conversatorios y pláticas relativas al mismo, para favorecer su prevención, diagnóstico y tratamiento integral; tuvo lugar el 3^{er} Encuentro por la Salud Integral y el 99^o Encuentro de Ciencias, Artes y Humanidades, organizado de forma coordinada por el INCMNSZ, la UNAM, el Instituto Nacional de Cancerología y el Instituto Nacional de Psiquiatría “Juan Ramón de la Fuente Muñiz”, entre otros.

En entrevista, el Dr. Kershenobich destacó que dicho evento, se realizó por tercer año consecutivo y que lo más importante es que la población no acude en calidad de enfermo, sino que más bien las Instituciones de salud y de desarrollo científico, van a buscar a las personas, con el fin de darles información sobre medicina preventiva, que se desprende del concepto de atención integral a la salud, que en el INCMNSZ se tiene presente y que va desde la prevención hasta la curación.

En este Encuentro que se desarrolló en el marco del mes de la Sensibilización sobre el Cáncer de Mama, se capacitó a la población sobre esta enfermedad, a través de conversatorios tales como: Cultura de Autocuidado Contra el Cáncer, Cáncer en la Mujer, Cáncer Infantil, Psico-oncología, Barreras de Género en la Detección Oportuna de Cáncer y Cáncer en el Hombre, entre otros.

De igual forma, se llevaron a cabo pláticas tales como: Aspectos Psicológicos del Cáncer, Influencia del Ambiente en Pacientes con Cáncer, Cáncer en adultos mayores, Redes sociales y necesidades de apoyo de las personas con cáncer y Genes y ambiente en la enfermedad, así como talleres como: evaluación del estado nutricional, y ¿qué rol juega mi estilo de vida y mi peso en el cáncer?.



Integrantes del INCMNSZ, en conversatorios, pláticas y talleres en el 3^{er} Encuentro por la Salud Integral

Rigor y seriedad en la temática

XV Curso de Obesidad en el INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Con el objetivo de dar a conocer a los profesionales de la salud, los aspectos más novedosos y las acciones más relevantes sobre obesidad, el 25 de octubre tuvo lugar el XV Curso de Obesidad en el INCMNSZ, organizado por la Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria.

El Curso fue presidido por los doctores: Ezequiel López Amor, Director de Cooperación Interinstitucional, quien asistió en representación del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General; Sergio Ponce de León, Director de Enseñanza; Francisco Gómez Pérez, Jefe del Departamento de Endocrinología y Metabolismo de Lípidos; Eduardo García García, Jefe de la Clínica de Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria y Alfredo López Ponce, egresado del Curso de Obesidad y ponente del mismo, así como las doctoras Verónica Vázquez Velázquez y Martha Kaufer Horwitz, adscritas a la Clínica.

El Dr. Ezequiel López Amor, destacó que durante 15 años consecutivos, el Dr. Eduardo García García y su equipo han organizado y actualizado el Curso, que año con año es un éxito. Por su parte, el Dr. Francisco Gómez Pérez, después de felicitar al Dr. García García y a su equipo de trabajo por la calidad de su trabajo, destacó que entre otras cosas han establecido normas en el manejo del paciente con obesidad y llevado a cabo un curso de alta especialidad en diabetes. En este contexto, añadió que se han generado publicaciones de alta calidad, que han permitido posicionar a la Clínica, al Departamento y al INCMNSZ como líderes en el país en este rubro.

El Dr. Alfredo López Ponce, agradeció a la Clínica de donde es egresado, señaló que el curso que cumple 15 años, inició como un ejercicio de divulgación y conocimiento a profesionistas interesados y también como un foro para la exposición científica del conocimiento sobre obesidad, y afirmó que ha cumplido con asombrosa consistencia, pues toca temas de relevancia centrada en la atención del paciente con obesidad, tiene rigor y la seriedad de la temática del curso es una constante y se ofrece en un formato activo y accesible para el profesional de la salud.



Dres. Verónica Vázquez Velázquez, Francisco Gómez Pérez, Ezequiel López Amor, Alfredo López Ponce, Martha Kaufer Horwitz, Sergio Ponce de León y en el micrófono Eduardo García García

Seguridad del paciente. Medicación

Resistencia a los antibióticos; prevención y control

Tercera parte

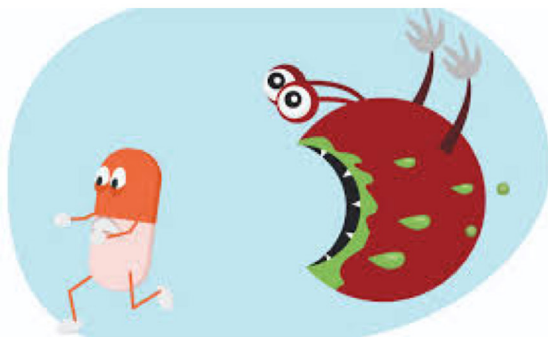
Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández/Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad

Como parte de la prevención y control de la resistencia a los antibióticos la Organización Mundial de la Salud, ha definido algunas acciones que los pacientes puede llevar a cabo y son las siguientes:

1. Tomar antibióticos solamente cuando los prescriba un profesional de atención a la salud certificado.
2. No pedir antibióticos si los profesionales de atención a la salud dicen que no son necesarios.
3. Seguir siempre las instrucciones con respecto al uso de los antibióticos.
4. No utilizar antibióticos que le hayan sobrado a otros.
5. Prevenir las infecciones lavándose frecuentemente las manos, preparando alimentos en condiciones higiénicas, manteniendo la vacunación al día.

El uso adecuado de los antibióticos es como todo en la atención a la salud un TRABAJO EN EQUIPO; en donde el paciente debe involucrarse en su padecimiento y en la atención que está recibiendo, además debe ser educado sobre los riesgos de no seguir las instrucciones del uso correcto de los antibióticos. Por otro parte el profesional de atención a la salud, debe prescribir de forma adecuada los antibióticos evitando así que exista la resistencia a los mismos.

No se debe olvidar que la resistencia a los antibióticos está poniendo en riesgo los logros de la medicina moderna. Si no se dispone de antibióticos eficaces para prevenir y tratar infecciones, cualquier padecimiento que los requiera se volverá más peligroso.



Imágenes proporcionadas por: Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández

Calidad en la Gestión: conceptos básicos

Tópicos financieros

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

En la actualidad, saber la situación económica del país es indispensable para la toma de decisiones, no solo en el ámbito profesional, sino también en lo personal, debido a la situación actual del país.

México, siendo un país donde la economía se ve afectada por múltiples factores tales como: inflación, tasas y tipos de cambio, Producto Interno Bruto, etc., son términos indispensables de conocer, para saber de qué forma afectan a la economía del país.

Ya sea que trabajemos para una organización privada o pública, la situación actual del sistema financiero del país y del mundo son temas de importancia. Conocer la situación actual referente a la oferta y la demanda es indispensable para el emprendimiento de nuevos proyectos.

Inflación: (Banco de México), la inflación es el “aumento sostenido y generalizado de los precios de los bienes y servicios de una economía a lo largo del tiempo. Se crea generalmente por un aumento en el crecimiento de la oferta de dinero que excede su demanda. En el corto plazo, a choques temporales en la oferta de bienes y servicios (como la escasez generada por una sequía) o aumentos de una sola vez de ciertos precios clave”.

PIB: (El Economista), El Producto Interno Bruto es el valor monetario de los bienes y servicios “finales producidos por una economía en un período determinado. EL PIB es un indicador representativo que ayuda a medir el crecimiento o decrecimiento de la producción de bienes y servicios de las empresas de cada país, únicamente dentro de su territorio”.

Balanza Comercial: (Banco de México), se denomina balanza comercial al “registro de las importaciones y exportaciones de un país cualquiera, durante un período y es uno de los componentes de la balanza de pagos. El saldo de la balanza comercial es la diferencia entre exportaciones e importaciones, es decir, entre el valor de los bienes que un país vende al exterior y el de los que compra a otros países 2015.”

Remesas: (Banco de México), las remesas son la “cantidad en moneda ya sea nacional o extranjera proveniente del exterior, transferida a través de empresas, originada por un remitente (persona física residente en el exterior que transfiere recursos económicos a sus familiares en México), para ser entregada en territorio nacional a un beneficiario (persona física residente en México que recibe los recursos que transfiere el remitente)”.

Una de las principales funciones que tiene el CAPITAL HUMANO “consiste en llevar al máximo los valores sociales en relación con la limitación de los recursos disponibles”

Imagen proporcionada por: Mtro. Jovani Emmanuel Torres García

Replegarse o salir del inmueble

¿Qué hacer durante un sismo?

Segunda parte

José Luis Cruztitla Carrillo/Comité de Protección Civil

En el simulacro de sismo, realizado el 19 de septiembre del 2018, se buscó que la población identificara las Zonas de Menor Riesgo Internas (ZMRI), donde deberán ubicarse cuando se produzca un movimiento sísmico. De esta forma, se reprodujo la situación que padecemos hace un año, cuando, sin previo aviso, empezó a moverse el suelo bajo nuestros pies.

Y es que no obstante que la reacción generalizada de la gente es salir del inmueble en cuanto siente el movimiento, la experiencia sugiere que evaluemos primero cuál alternativa puede resultar más peligrosa: salir o no salir.

Por ejemplo, en el Instituto, el crecimiento en la planta física del mismo ha provocado la disminución de espacios que ofrezcan una alternativa más o menos segura, respecto a permanecer dentro de los edificios.

En el resto de Ciudad de México, las cosas no son mejores. Basta con que observes a tu alrededor para que te des cuenta que existen infinidad de factores ambientales que son potenciales riesgos afuera de los edificios.

En la vía pública encontramos postes de teléfono, luz, cableado de alta tensión, transformadores, anuncios espectaculares, árboles secos o quebradizos, edificios con grandes ventanales, etc.

Todos estos elementos son potenciales peligros ya que el movimiento de tierra no solo puede generar el colapso de edificios, sino también la ruptura de cables de alta tensión, cortocircuitos en transformadores y caída en general de vidrios u objetos que forman parte del mobiliario urbano.

Por ello, en este simulacro, al sonar el SAS, NO DEBIMOS SALIR sino REPLEGARNOS.



María de Lourdes Cuevas Correa

La lectura fomenta una actitud positiva ante las enfermedades

Segunda parte

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

Con la intención de continuar con la expresión de agradecimiento a la Sra. María de Lourdes Cuevas Correa, por la donación de libros que hizo al Espacio de Lectura del INCMNSZ, se publica la segunda parte de la información que en entrevista nos proporcionó. Narró que tuvo contacto con el Instituto porque es paciente del Hospital de Cancerología, aprendió a salir adelante, a vivir, ya que desde que se internó, le pedía a Dios que la dejara vivir y que cuando lo hiciera, como retribución ella ayudaría a la gente que estuviera enferma.

Me duele que la gente esté muriendo. Yo siento su dolor como si fuera mío. Eso me da fuerzas para seguir ayudando. Promuevo la lectura para que encuentren energía y un pensamiento positivo en todo lo que hacen, hasta en el momento de tomar medicinas y motivarlos a que digan "si puedo", "voy a salir adelante", "me voy a aliviar".

Expresó su opinión respecto a que en el Instituto se realice una campaña para fomentar la lectura entre sus pacientes y el personal, ante lo cual dijo que era una acción de gran impacto y ayuda.

Me parece excelente, porque hay pacientes que necesitan de todo lo que hacen en el Instituto y que ayuden a la gente con libros es también muy bueno. Hay muchas personas que se sienten tan enfermas que no quieren leer, pero la lectura puede ayudar para que piensen en cosas positivas y que de alguna forma puedan salir adelante.

Finalmente, señaló que la lectura es un escape, un consuelo y una compañía que engrandece su alma y los llena de pensamientos positivos, tan importantes para sanar la mente y el cuerpo.



Sra. María de Lourdes Cuevas Correa

Muchas gracias

Ustedes son personas que ayudan desinteresadamente

Paciente: Luis Roberto

Sres. Donantes:

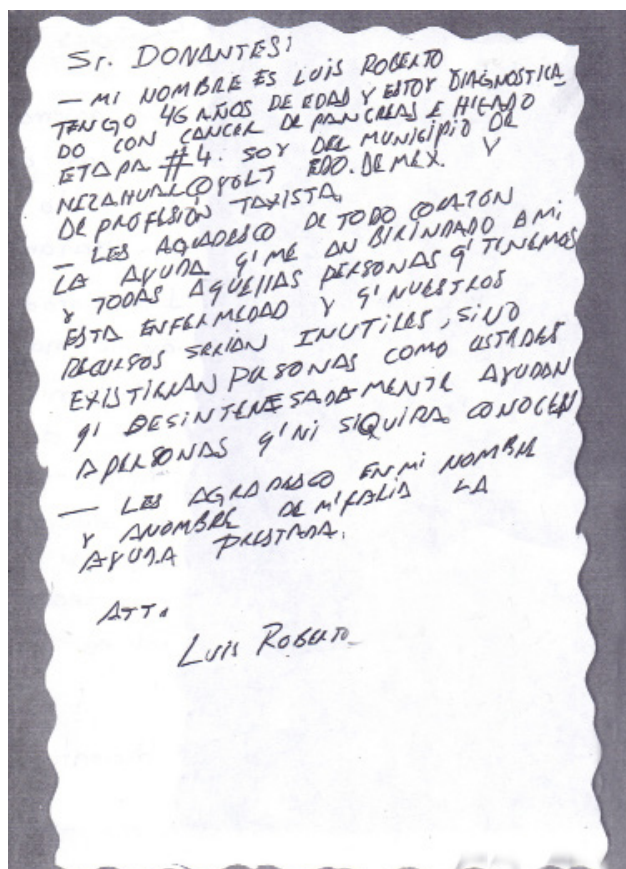
Mi nombre es Luis Roberto, tengo 46 años de edad y estoy diagnosticado con cáncer de páncreas e hígado en etapa 4. Soy del Municipio de Nezahualcóyotl, Estado de México y de profesión taxista.

Les agradezco de todo corazón la ayuda que me han brindado a mi y a todas aquellas personas que tenemos ésta enfermedad, y que nuestros recursos serían inútiles si no existieran personas como ustedes, que desinteresadamente ayudan a personas que ni siquiera conocen.

Les agradezco en mi nombre y a nombre de mi familia, la ayuda prestada.

Atentamente

Luis Roberto



Sede del Poder Ejecutivo

El Palacio Nacional de México, Patrimonio de la Humanidad

Segunda parte

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Durante la Conquista de México, de 1519 a 1520, las fuerzas de Hernán Cortés pusieron sitio a Tenochtitlan y en su avance destruyeron la mayor parte de la ciudad. Derrotados los tenochcas, Hernán Cortés se apropió de ella, junto con el Palacio de Axayacatl o Casas Viejas de Moctezuma, donde se hospedó durante la primera etapa de la Conquista, y en enero de 1522, comenzó la reconstrucción de la ciudad de México-Tenochtitlan, lo que ahora se conoce como el Centro Histórico de la Ciudad de México.

La nueva ciudad reconstruida se hizo habitable a partir de 1524, bajo una nueva traza de corte europeo, la cual incluía una plaza central y casas para los conquistadores indígenas y españoles. Las de estos últimos, con una marcada forma de fortaleza. Hernán Cortés como principal conquistador toma el predio del Palacio de Axayacatl, ubicado en el lugar que hoy ocupa la casa matriz del Nacional Monte de Piedad y que para la época se encontraba dando frente a la plaza del Empedradillo y a la antigua construcción de la Catedral, en este estableció su primera residencia en la ciudad, por lo que se le conoció como Casas Viejas de Cortés. Más tarde, la Real Audiencia y el primer virrey Antonio de Mendoza la tomaron como casa de gobierno.

Cortés, al verse impedido de utilizar su residencia utilizada por el gobierno novohispano, inició la construcción de un nuevo palacio para su uso personal en los terrenos que antes habían ocupado las Casas Nuevas de Moctezuma; residencia que conformó parte de su Marquesado del Valle de Oaxaca, ratificado por cédula real del emperador Carlos V en 1529. El propio Cortés, ayudado por Luis de la Torre y Juan Rodríguez de Salas, se encargó de hacer la traza del edificio, en el predio que ocupaban las Casas nuevas de Moctezuma y una parte donde estuvo el templo de Tezcatlipoca.



Palacio Nacional de México

Integrante de la Academia Mexicana de Ciencias

María Cristina Velasquillo Martínez

Li. Gabriela Rubello Marín

Maestra y doctora en Biología Celular por la UNAM. Especialista en Medicina regenerativa, Ingeniería de tejidos, Citometría de flujo y Patología. Actualmente es Subdirectora de Investigación Tecnológica del Instituto Nacional de Rehabilitación.

Una nueva opción biotecnológica para tratar la malformación del oído externo conocida como microtia, que afecta el lenguaje y la autoestima de quien la padece, fue desarrollada por investigadores del Instituto Nacional de Rehabilitación Luis Guillermo Ibarra Ibarra (INR).

“Se trata de sembrar y hacer crecer células de cartílago auricular de la propia persona afectada sobre una impresión tridimensional de forma y tamaño de una oreja, la cual se implanta en el paciente”, detalló la investigadora María Cristina Velasquillo Martínez.

La especialista en ingeniería de tejidos, líder del proyecto, explicó que un paciente de nueve años de edad fue beneficiado con esta nueva técnica: “Logramos que crecieran las células de cartílago (condrocitos) dentro de un biomaterial que se degrada en poco más de un año y que está aprobado por la FDA (Food and Drug Administration, de EU)”.

“Después de ocho meses de haberse realizado el primer implante de este tipo en el país y el mundo, el seguimiento ha demostrado que ha sido un éxito. Ya estamos cultivando células de tres pacientes que pronto serán implantados”, dijo Velasquillo Martínez, integrante de la Academia Mexicana de Ciencias.

Luis Guillermo Ibarra Ibarra, ex director del INR, le dio la oportunidad de hacer una estancia posdoctoral en el Instituto de Medicina Regenerativa de la Universidad Wake Forest en Carolina del Norte, E.U.A., donde con máquinas de bioimpresión y se pudo realizar el molde auricular.

Por lo pronto, ya se implantó el primer paciente de manera subcutánea y se cubrió con su piel. Los resultados son muy alentadores porque al utilizar el propio tejido, el cuerpo lo acepta y se observa como una oreja natural describió la científica. “Mi ideal a futuro es que los niños afectados con microtia lleguen a escuchar, usando la nanotecnología y otros avances de la ciencia. Ir más allá de lo estético y colocarles sensores de sonido”, concluyó Velasquillo Martínez.



Dra. María Cristina Velasquillo Martínez

Protección, respeto, garantía y promoción de los Derechos Humanos

Elementos esenciales para reafirmar la calidad de ser humano

Cuarta y última parte

Dirección de Administración

Para concluir con esta serie de entregas relativas a la calidad de ser humano, vale destacar que:

- a) Todos los que integramos este Instituto tenemos deberes y obligaciones naturales con la sociedad, en virtud de la calidad que adoptamos al recibir un pago por parte del Estado, lo cual nos convierte en servidores públicos.
- b) El servicio público es una actividad noble y digna de reconocimiento, pues dedicamos nuestro trabajo al mejoramiento social, y es mucho más valioso si me lo permiten, por el ámbito en el que nos encontramos, esto es el de la salud, pues este Instituto tiene la finalidad de investigar, formar recursos humanos, y atender padecimientos de gran complejidad, tendientes a la preservación o recuperación de la salud y la vida de los seres humanos.
- c) La nobleza que naturalmente nos acompaña por ser servidores públicos, requiere de un alto grado de compromiso y entrega, para la realización de nuestras actividades, pero no solo eso, también implica un mejoramiento constante y claro en nuestro interior para poder trasmitirlo al exterior.
- d) El mejoramiento al que me refiero ocurrirá siempre que podamos autoanalizarnos para advertir oportunidades de mejorar, en nuestra conducta diaria con los demás seres humanos con los que convivimos.
- e) En el autoanálisis al que me refiero, la empatía funge un papel fundamental pues tal, permitiría al ser aplicada adecuadamente entender las consecuencias de nuestros actos, este orden permitirá entender cómo es que se reciben nuestras acciones y conductas.
- f) Existe un instrumento que dará simpleza a la determinación ideal de nuestras conductas, pues se plantean modelos que están dotados de bondades y se contienen específicamente en la Guía Práctica para Promover una Cultura Organizacional y de Servicio Público.^[1]

Basado en todo lo anterior, se entiende como un hecho natural la convivencia entre seres humanos, y si podemos hacerla simple y cada vez mejor, con cambios pequeños pero trascendentes como con la aplicación de la guía referida arriba, nuestra sociedad mejorará, juntos podemos lograrlo.

¡Juntos hacia la excelencia!

Autor: Maestro Carlos Augusto Sánchez Morales

[1] Guía Práctica para Promover una Cultura Organizacional y de Servicio Público, para incentivar el logro de resultados. Secretaría de la Función Pública

Fomentando la solidaridad Día Nacional de la Donación de Órganos y Tejidos en el INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En el marco del Día Nacional de la Donación de Órganos y Tejidos, celebrado el 26 de septiembre, el Departamento de Trasplantes del INCMNSZ, realizó el Día de la Donación de Órganos y Tejidos en el Instituto.

El objetivo principal es el de fomentar la participación de la comunidad institucional en esta acción de solidaridad humana.

Se colocó una mesa de promoción en la entrada de Urgencias del Instituto, para dar información sobre la importancia de la donación de órganos y se invitó a quienes desean donar sus órganos en muerte, a quienes se les dió una tarjetita en la que al llenarla se identificaban como donadores de órganos, se les pidió que se lo comunicaran a sus familiares, pues ellos son quienes pueden hacer que se cumpla esa voluntad.



Promoción de Donación de Órganos

Campaña de Vacunación 2018-2019

Todos a vacunarnos contra Influenza

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Con motivo de la temporada invernal, en la que el riesgo de contraer influenza se incrementa considerablemente, la Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad de la Atención Médica del INCMNSZ, inició la Campaña de Vacunación contra influenza Estacional 2018-2019, en la que hizo un llamado a todo el personal y pacientes del Instituto, para que acudieran a vacunarse.

En este sentido, el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, fue el primero en vacunarse y convocó al personal a que siga su ejemplo, ya que, expresó que cada año tenemos episodios de influenza importantes y no sabemos cómo viene este año.

Por lo tanto, la cultura de la prevención se vuelve muy importante para disminuir la morbilidad y mortalidad.

Esto es particularmente importante para el personal que está en contacto con los enfermos, pero también para el personal administrativo que de igual forma tiene riesgo de contraer la influenza estacional.



Campaña de Vacunación 2018-2019 en el INCMNSZ

Granada roja

La granada es un fruto típico de otoño, de tamaño superior a la manzana, con corteza dura, la parte comestible son los granos, se debe desgranar y quitarle las laminillas que separan las celdas donde se encuentran los granos.

Se puede comer sola, o en jugo, se utiliza para hacer nieve, jarabes, para acompañar el yogur, en ensaladas y en el platillo típico del mes patrio, llamado chile en nogada, en donde los colores de los granos de la granada, el chile y la salsa de nuez blanca, asemejan los colores de la bandera de México.

Para hacer una mejor compra se deben elegir las frutas sin cortes o magulladuras, la piel debe ser dura y tersa, con los colores vivos, con matices marrón y sin arrugas.

Se conservan a temperatura ambiente (de 2 a 5 días), si no se van a consumir inmediatamente, se deben mantener en el refrigerador, en donde se pueden conservar de 3 a 5 semanas. Los granos solos, se pueden congelar y duran hasta 6 meses.



Fuente: Revista Cuadernos de Nutrición Vol. 37, No. 5, año 2014, pág. 166

Cuadernos de
nutrición

Ensalada con granada, queso fresco y pavo



Ingredientes:

1/2 Kilo	de lechuga
1/2 pieza	de cebolla cortada en juliana
1/2 pieza	de pepino cortado en dados
1 pieza	de granada (desgranada)
1 pieza	de jitomate cortado en dados
200 gramos	de queso fresco cortados en dados
100 gramos	de pechuga de pavo natural cortados en dados
1 puño	de nueces

Para la vinagreta

1 cucharada	de mostaza de Dijon
1/4 de vaso	de aceite
1/4 de vaso	de agua

Modo de preparación:

En una ensaladera poner la lechuga, cebolla, jitomate, pepino, añadir el queso y el pavo, los granos de granada y las nueces, e incorporar todo.

Para la vinagreta se debe mezclar la mostaza con el aceite, batir con un tenedor, rebajar con un poco de agua.

Al momento de servir la ensalada, bañarla con la vinagreta.

Precursor del género de ciencia y ficción

De la Tierra a la Luna

Julio Verne

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Fue considerado el precursor del género de ciencia ficción. Célebre por sus relatos de aventuras fantásticas en las que describe multitud de logros científicos, inventos y descubrimientos posteriores a su época.

Entre sus obras más leídas están: Cinco semanas en Globo, Viaje al centro de la tierra, De la tierra a la luna y 20,000 Leguas de viaje submarino, la última novela antes de su muerte fue La invasión del mar.

Esta novela fue publicada en 1865 y su desarrollo lo conforman dos partes: De la Tierra a la Luna que describe los preparativos de un viaje espacial, y Alrededor de la Luna, que relata el viaje propiamente dicho.

De la Tierra a la Luna se sitúa en la culminación de la Guerra Civil de Estados Unidos, donde un círculo de artilleros de la fundación en Baltimore del Gun Club, dedicada a la balística y construcción de cañones, se encuentran inactivos a consecuencia de la paz, resignados a disolver su sociedad el presidente de la misma, propone un proyecto: la fabricación de un enorme cañón, el más grande del mundo, el que jamás se haya creado, para enviar un proyectil de aluminio a la Luna con la intención de destruirla.

Después de resolver cuestiones como las características del cañón, forma y tamaño del proyectil, se presentó la propuesta de viajar a la Luna en el proyectil, por lo que tendría que rediseñarse.



¿En el proyectil ya modificado, los pasajeros podrán soportar el viaje?, ¿llegará a su destino?, ¿será lo que se esperaban? Descúbrelo leyendo este gran libro...

1. ¿De qué se alimentan los koalas?
2. ¿Qué diferencia al hierro del acero?
3. ¿Quién inventó el telescopio?
4. ¿Cuál fue la primera película de Walt Disney?
5. ¿Cuántos satélites tenemos orbitando alrededor de la tierra?

Fuente: <https://psicologiaymente.net>

1. Los koalas son animales herbívoros que se alimentan de hojas de eucalipto.
 2. El hierro es un elemento, mientras que el acero es una aleación o combinación de hierro con carbono, pero también puede contener otros metales como níquel, manganeso o cromo.
 3. La invención del telescopio se atribuye al holandés Hans Lippershey.
 4. Blancanieves y los siete enanitos es el primer largometraje de Disney. Fue lanzado en 1937.
 5. Según datos de la United Nations Office for Outer Space Affairs (UNOOSA), en 2016, había 4,256 satélites, de los que solo están activos 1,419.
- 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.

6 de noviembre, Día del Paludismo en las Américas

Acabemos con el paludismo: OMS

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), este día ofrece la oportunidad a los países de las Américas, de fomentar la participación de los actores en la batalla contra el paludismo. Enfermedad producida por un parásito que se trasmite por la picadura de un mosquito infectado, aseguró la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Fuente: <http://www.sld.cu/noticia/2017/11/06/6-de-noviembre-dia-del>

8 de noviembre, Día Mundial de la Radiología

Sensibilizar a la población de la importancia de la radiología: OMS

Este día, se estableció con motivo del aniversario del descubrimiento de los rayos X por Wilhelm Roentgen (1895), cuando produjo una radiación electromagnética en las longitudes de onda. En un inicio eran utilizados para observar y analizar los huesos y pulmones, pero actualmente se usan para estudiar de forma íntegra el cuerpo humano.

Fuente: <https://misionesonline.net/2018/11/07/dia-internacional-la-radiologia-la>

12 de noviembre, Día Mundial de la Obesidad

Alimentación equilibrada para tener menos kilos y más vida: OMS

Con el objetivo de informar y hacer conciencia en la población sobre la obesidad, se conmemora dicha efeméride, instituida por la Organización Mundial de la Salud (OMS), para destacar la necesidad de prevenir y tratar el sobrepeso y la obesidad. La mayoría de las personas que los padecen, no les dan la importancia, ni a las enfermedades relacionadas: como síndrome metabólico, hipertensión, diabetes, dislipidemias e hígado graso.

Fuente: <http://fmdiabates.org/dia-mundial-la-obesidad/>

12 de noviembre, Día Mundial contra la Neumonía

Principal causa de muerte en niños menores de cinco años: OMS

La neumonía sigue siendo la principal causa de muerte en niños menores de 5 años. El año pasado, casi un millón murieron por su causa. El impacto de dicha enfermedad es mayor entre la población más pobre y vulnerable. Sin embargo, desde el año 2000, el número de muertes infantiles ha disminuido en un 47%, lo que se ha conseguido gracias a las vacunas, las mejoras en la nutrición y el tratamiento. La incidencia de la neumonía no se ha reducido tan rápido como la malaria, el VIH/SIDA o el sarampión, aseguró la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Fuente: <https://www.unicef.es/blog/dia-mundial-contra-la-neumonia-descubre-5>

En el INCMNSZ

Un diagnóstico, un excelente tratamiento

Familiar de paciente: Diana

26 de marzo del 2018

Por éste medio quisiera compartirles mi caso. Hace dos años, mi mamá se encontraba muy decaída y con episodios de diarrea muy fuertes.

Entonces acudimos al Instituto para que la diagnosticaran, el resultado fue hepatitis y ahora ya que tenemos el diagnóstico mi mamá se encuentra muy feliz, por lo tanto, yo también.

Gracias por la atención tan humana con la que hemos contado.

Atentamente

Diana

26 | Marzo | 18

Por este medio quisiera compartirles mi caso. Hace dos años mi mamá se encontraba muy decaída y con episodios de diarrea muy fuertes.

Entonces acudimos al instituto para que la diagnosticaran. El resultado fue hepatitis y ahora ya que tenemos diagnóstico mi mamá se encuentra muy feliz, por lo tanto yo también. Gracias por la atención tan humana con la que hemos contado.

Diana

Fieles a las tradiciones mexicanas

Ofrendas de Día de Muertos en el INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Cómo cada año, la comunidad institucional continúa siendo fiel a una de las tradiciones mexicanas más emotivas de la cultura nacional, conocida como Día de los fieles difuntos, motivo por el cual, en diversas áreas se colocaron ofrendas para recordar a los compañeros que ya fallecieron.



Patología, Dirección General, Informática y Contabilidad



Escuela de Enfermería, Intendencia y Div. de Nutrición

Sus sistemas y entornos deben ser cuidados

La protección de la Información, un asunto prioritario

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

La seguridad de la información es el cuarto tema de la Campaña de Seguridad que se ha implementado en el Instituto durante el 2018, Protección Civil, Vigilancia, Atención Segura y Protección de la Información, fueron los temas sugeridos por el personal del Instituto participante en la dinámica de fin de año 2017.

La Seguridad de la Información tiene la finalidad de mantener a salvo todos los datos importantes de las organizaciones, de sus usuarios y proveedores. Pero, ésta información no es solamente la llamada cibernética, sino toda aquella que puede darse en otros muchos contextos entre los usuarios.

Engloba un conjunto de técnicas y medidas para controlar todos los datos que se manejan dentro de una institución y asegurar que no salgan de ese sistema, establecido por la misma. Se deben establecer estrategias donde se redacten las políticas de actuación para cada uno de estos casos. También habrá que establecer el uso de las tecnologías, incluir controles y todos los procesos que se van a llevar a cabo para detectar los riesgos.

La seguridad de la información tiene como objetivo principal proteger los datos en tres aspectos fundamentales:

- Confidencialidad: Garantiza que los datos que están guardados en el sistema no se divulguen a otras entidades o individuos que no están autorizados a su acceso
- Disponibilidad: Toda la información que se encuentre recogida en el sistema tiene que estar siempre a disposición de los usuarios autorizados.
- Integridad: Para que el sistema sea veraz los datos no deben manipularse. Así se garantiza que la información recogida sea exacta y no haya sido modificada.

Fuente: <https://www.obs-edu.com/int/blog-investigacion/sistemas/seguridad-de-la->



<https://www.pmg-ssi.com>



**EN EL ACTUAR DIARIO, DEBEMOS ANTEPONER
EL LIDERAZGO**



**INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN**

Los Servidores Públicos son guía, ejemplo y promotores del Código de Ética y las Reglas de Integridad; fomentan y aplican en el desempeño de sus funciones, los principios que la Constitución y la Ley les imponen; así como aquellos valores adicionales que por su importancia son intrínsecos a la función pública.

Algunas conductas sugeridas para anteponer el Liderazgo en nuestro desempeño laboral son:

- Adquirir las habilidades necesarias para guiar a otras personas y que trabajen con entusiasmo, satisfaciendo las necesidades y expectativas de la sociedad, y buscando ofrecer resultados palpables.
- Reconocer la necesidad de un buen liderazgo para enfrentar y superar los retos de gobierno.
- Valorar la importancia del diálogo constante y abierto entre los miembros de un equipo de trabajo, así como de la retroalimentación constructiva, como factores esenciales para afianzar el liderazgo.

Fuente: Guía Práctica para Promover una Cultura Organizacional y de Servicio Público, para incentivar el logro de resultados.




RECUERDA QUE...

Tus objetivos son desafíos diarios.



➔



¡ACTÚA YA!

Tus resultados serán reflejo de tu ingenio y creatividad.



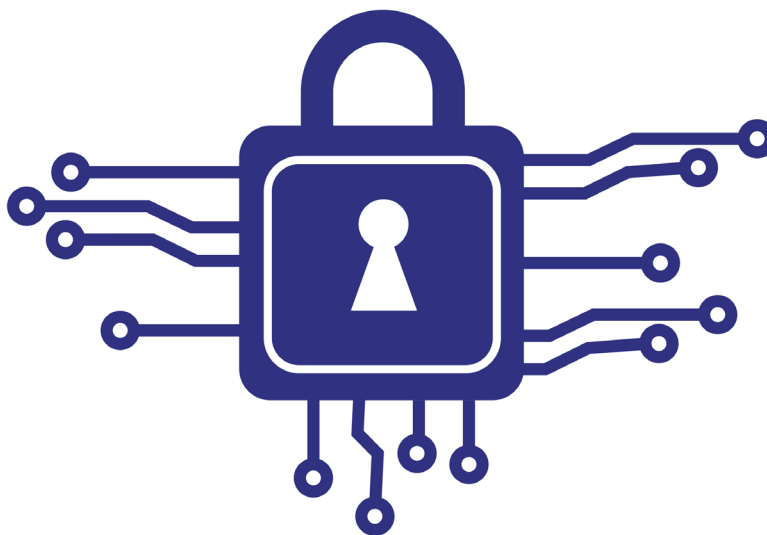
#somos_éticos
#somos_éticos

UNIDAD DE ÉTICA, INTEGRIDAD PÚBLICA Y PREVENCIÓN DE CONFLICTOS DE INTERESES
UNIDAD DE POLÍTICAS DE MEJORA DE LA GESTIÓN PÚBLICA

LA PROTECCIÓN DE LA INFORMACIÓN ES TOMAR MEDIDAS OPORTUNAS

Importancia de tomar conciencia de:

1. Confiar en los remitentes conocidos.
2. Actualizar antivirus y sistemas operativos.
3. Encriptar y asegurar la información confidencial.
4. No instalar programas no autorizados.
5. Utilizar contraseñas alfanuméricas.
6. Hacer copias de seguridad habitualmente.



#SeguridadINCMNSZ

#Seguridad en **todo**



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

La **seguridad** es tomar
medidas oportunas



Concepto: Gonzalo Tassier / Estrategia: Jorge Fernández Font

NADIE[®] se expone



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