



# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXVI No. 19

15 de octubre 2020

## 62 aniversario de la AMINCMNSZ: Experiencias virtuales

Sensible fallecimiento del Dr. José de Jesús Villabos



Cambio de Presidencia AMINCMNSZ:  
Dr. Juan Pablo Pantoja a Dra. Delia Borunda



GOBIERNO DE  
MÉXICO

SALUD  
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS  
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 641

15 octubre 2020

## CONTENIDO

<b>EDITORIAL</b>	1	<b>VIDA LABORAL</b>	15
<b>SER INCMNSZ</b>	2	<ul style="list-style-type: none"><li>• La normalidad en tiempos de COVID-19</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Los retos de presidir la AMINCMNSZ Dr. Juan Pablo Pantoja Millán</li></ul>		<b>BIENESTAR</b>	16
<b>PARA CONCERNOS</b>	4	<ul style="list-style-type: none"><li>• La comunidad institucional fuerte y unida en tiempos de COVID-19</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• 62 Aniversario de la AMINCMNSZ: experiencias virtuales</li></ul>		<b>LA CULTURA DEL BIEN COMER</b>	17
<b>ENTÉRATE</b>	6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Higo</li><li>• Higos cristalizados</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sensible fallecimiento del Dr. José de Jesús Villalobos Pérez</li></ul>		<b>SABÍAS QUE</b>	18
<b>CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL</b>	8	<ul style="list-style-type: none"><li>• Efemérides de la salud</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Kaizen en salud</li></ul>		<b>TU SALUD</b>	19
<b>NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL</b>	10	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mensajes COVID-19 información importante</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Acabar con la COVID-19 y luchar contra el cambio climático: ONU</li></ul>		<b>ESPACIO DE LECTOR</b>	20
<b>COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN</b>	11	<ul style="list-style-type: none"><li>• Agradecimiento a Geratría, atendió telefónicamente en COVID-19</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Glosario COVID-19</li></ul>		<b>TU HISTORIA CON EL INSTITUTO</b>	21
<b>VIDA INSTITUCIONAL</b>	12	<ul style="list-style-type: none"><li>• Durante la Pandemia se ha cuidado mucho al personal</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Asalia Pérez Gómez</li></ul>		<b>ESPACIO DE LECTURA</b>	22
<b>CONOCIENDO A</b>	13	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bajo un Cielo Escarlata Mark Sullivan</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Abdala Humberto Rodríguez Assad</li></ul>		<b>HABLEMOS DE</b>	23
<b>COLABORADORES INCMNSZ</b>	14	<ul style="list-style-type: none"><li>• Resguardando a los más frágiles</li></ul>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura</li></ul>		<b>CAMPAÑA INSTITUCIONAL</b>	24
		<ul style="list-style-type: none"><li>• La Mística Institucional en COVID-19</li></ul>	

Una de las instancias más antiguas del INCMNSZ es la **Asociación de Médicos del Instituto** que conmemoró su **62 aniversario** en octubre de este año, en la sección **Para Conocernos**, se da cuenta de ello. De igual forma, en la sección **Ser INCMNSZ**, el Dr. Juan Pablo Pantoja, Presidente de la AMINCMNSZ hace una reflexión sobre lo que ha representado para él, dirigirla.

La comunidad institucional se vistió de luto por el **sensible y lamentable fallecimiento del Dr. José de Jesús Villalobos**, pilar y miembro emérito del INCMNSZ. En la sección **Entérate**, se recuerda a este querido integrante del Instituto.

Una de las organizaciones que ha apoyado incondicionalmente, es el **Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura**, en la sección **Colaboradores INCMNSZ**, se da a conocer un panorama del mismo.

El **lavado de manos, representa una de las herramientas más poderosas en el combate de enfermedades, más aún de la COVID-19** que en estos momentos se ha convertido en el mayor problema de salud de la humanidad. En la sección **Tu Salud y Hablemos de** se destaca esta acción preventiva que todos podemos implementar.

En la sección **Sabías que**, se informa de algunas efemérides de la salud, conmemoradas, durante la primera quincena de octubre: 1 de octubre, **Día Internacional de las Personas de Edad**; 3 de octubre, **Día Internacional del Paciente Ostomizado**; 7 de octubre, **Día Mundial de la Parálisis Cerebral** y 10 de octubre, **Día Mundial de la Salud Mental**.

La **Mística Institucional** encuentra su mejor expresión durante la **atención que se ha brindado a los pacientes del INCMNSZ durante la Pandemia de COVID-19**, en la sección **Campaña Institucional** se reflexiona en torno a ello.

Compañerismo y participación activa

# Los retos de presidir la AMINCMNSZ

## Dr. Juan Pablo Pantoja Millán

Lic. Liliana Morán Rodríguez



El Dr. Juan Pablo Pantoja, médico especialista adscrito al Departamento de Cirugía en el Servicio de Cirugía Endócrina y Bariátrica, terminó su periodo bianual como Presidente de la Asociación de Médicos del Instituto (AMINCMNSZ).

### **¿Nos podría contar por qué decidió estudiar medicina?**

Yo entré a estudiar medicina porque mi abuelo era psiquiatra y yo también quería ser psiquiatra, pero la primera semana de la carrera, en el propedéutico, me invitaron a ver un trasplante de riñón y ahí decidí que quería ser cirujano.

Durante toda la carrera quise dedicarme a trasplantes, pero cuando empecé la práctica en cirugía me gustaron muchas cosas más, en algún momento quise hacer cirugía de tórax, luego reconstructiva y finalmente me especialice en cirugía endocrina y bariátrica.

### **¿Por qué eligió este Instituto para hacer su internado y por qué decidió quedarse?**

Yo estudié medicina en la UNAM, todos ahí sabíamos que las plazas para entrar al INCMNSZ eran muy cotizadas, así que junto con un grupo de compañeros, decidimos esforzarnos para ingresar y ser parte de este prestigio que siempre ha tenido Nutrición. En el internado te das cuenta si te gusta y si tienes la personalidad para quedarte en el Instituto porque es un lugar fuerte, que te exige, pero que te da muchos aprendizajes y justamente yo creo que la Mística del Instituto nos ha hecho ser diferentes al ver la vida y la medicina de una manera distinta.

### **¿Cómo fue su paso por el INCMNSZ?**

En enero de 1990 hice mi internado, luego también hice mi Servicio Social y la Residencia. Cuando acabé la Jefatura de Residentes, en 1998, fui invitado por el Dr. Miguel Herrera para hacer mi especialidad en cirugía endocrina aquí por un año y luego de 1999 al 2000 en el extranjero, en Barcelona, España. En 2001 regresé a México y al Instituto como asistente voluntario, fue hasta 2003 que me ofrecieron una base.

### **¿Cuáles son las principales satisfacciones profesionales que le ha dejado ser médico en esta Pandemia?**

Pues esta Pandemia nos retó a todos en muchos sentidos, nos hizo pensar y redefinir muchas cosas en la vida. Si bien mi especialidad no es esencial para estar al frente de la batalla como la gente de urgencias o como los de medicina interna en piso; tenemos la capacidad, las ganas de ayudar y de estar todo el tiempo apoyando de alguna manera. En mi caso

de forma personal con la enseñanza y transmisión de conocimientos que se necesitan y desde la AMINCMNSZ con la búsqueda de espacios, conseguir recursos y con muchas otras posibilidades para demostrar a los compañeros que aquí estamos y así ayudar a que el Instituto siga avanzando y de pie a pesar de la Pandemia.

### **¿Qué significó para usted presidir la Asociación en plena Pandemia?**

Fue un gran reto porque cuando fui elegido jamás pensé que me tocaría pasar por una Pandemia de este nivel. Pero algo muy gratificante fue que las autoridades nos tomaron en cuenta como parte de la discusión, de las decisiones, de las necesidades del Instituto, entonces ha implicado convocar a los miembros, buscar acuerdos y consensos, conseguir recursos, etc.

Agradezco mucho al Dr. David Kershenobich por permitir que la AMINCMNSZ participara de forma muy activa en este momento tan difícil, creo que eso le da un valor diferente a la Asociación, le da un buen peso.

### **¿Qué aprendizajes ha dejado la Pandemia a ésta agrupación?**

Que nosotros, como Asociación, podemos y debemos participar mucho más activamente en cuestiones del propio Instituto.

La segunda es que las actividades virtuales nos pueden ayudar a mejorar el alcance y el contacto con la gente que se formó en el Instituto y está haciendo las cosas bien en otros lados.

### **¿Qué retos vienen para la AMINCMNSZ?**

Desde siempre uno de los retos más importantes ha sido el dinero, no es una Asociación que se dedique a generar dinero y por eso no es fácil mantenerla.

Otro muy bueno es gracias a las actividades virtuales que nos abrieron los ojos y la posibilidad de estar más conectados con recursos tecnológicos; ahora tenemos el medio para llevar la AMINCMNSZ a más personas, falta el cómo, para lograr que se incorporen y permanezcan activos. Ese es un trabajo que le tocará a las siguientes administraciones.



## Áreas de oportunidad y aprendizajes

# 62 Aniversario de la AMINCMNSZ: experiencias virtuales

Lic. Liliana Morán Rodríguez

La Asociación de Médicos del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (AMINCMNSZ) celebró su 62 aniversario de fundación, con la Reunión Anual. Aunque este 2020 la Pandemia impidió que la reunión presencial se llevara a cabo para conservar las medidas de distanciamiento social y preservar la seguridad de todos.

La Asociación se fundó en 1958 para unir a los médicos egresados de especialidades o subespecialidades del Instituto. “En el hospital, por más que quisiéramos quedarnos con todos los egresados, es imposible; por eso la AMINCMNSZ busca que esos lazos se mantengan con todo aquel que se haya formado aquí y quiera ser miembro o asociado activo”, explicó el Dr. Juan Pablo Pantoja, quien recién terminó su periodo bianual de presidencia.

En los estatutos de la Asociación se describe la finalidad de establecer contacto, entablar lazos de trabajo y amistad entre los socios, así como extender relaciones con otras asociaciones nacionales y extranjeras. Además, busca promover conocimiento científico y cultural, este último rubro se destaca más con la Reunión Anual.

En esa reunión, comentó, lo que hacemos es juntarnos en un lugar agradable donde la mayor parte los miembros pueda ir, aprovechamos para tener sesiones filosóficas y culturales donde logremos escuchar, pensar, discutir y reflexionar sobre los problemas de la medicina actual, los que tienen que ver con la humanidad como las consecuencias del racismo, el clasismo, la violencia de género y todos esos problemas que impactan en cada uno, en nuestro entorno y en los pacientes. Finalmente eso puede hacernos mejores médicos que aportan para tener una mejor Institución en todos los sentidos, no nada más en la parte médica. Aseguró el Dr. Pantoja.

Este año experimentaron el traslado de las sesiones al formato virtual. Desde el mes de julio comenzaron a diseñar el programa y a organizar la logística para no perder la oportunidad de festejar el Aniversario y reunirse aunque fuera a través de una pantalla, lo que les generó algunas desventajas: Con ésta modalidad perdieron la convivencia personal, las comidas juntos y todo eso que se ha perdido por la Pandemia desde hace muchos meses.

A pesar de ello, el Dr. Pantoja reconoce los beneficios: “En términos generales, sí logramos cumplir con lo importante que debíamos discutir, revisar y contarnos porque además tuvimos mucho mayor alcance virtual, pudimos llegar a más gente que se pudo conectar desde cualquier lugar, pues a veces se complicaba que todos pudieran asistir o trasladarse. También, llegamos a tener un número razonable de personas en las sesiones académicas que era donde generalmente teníamos menos asistencia”.

En la reunión anual también se llevó a cabo la Asamblea General para escoger a quienes ocuparán la Presidencia y Vicepresidencia de la Asociación por los siguientes dos años. Se tomó protesta a la Dra. Delia Borunda Nava como Presidenta y al Dr. Sergio Hernández Jiménez como Vicepresidente.

El Dr. Pantoja nos explica su sentir con la novedad de una mujer al frente de la AMINCMNSZ: “En el Instituto, como en todas las áreas en nuestro país, se tiene que trabajar mucho en la parte de género. Me gusta que la Dra. Borunda sea quien encamine a la Asociación para mejorar en este aspecto, es un área de oportunidad. Por otro lado, debe quedar claro que ella es Presidenta por todo el trabajo que ha hecho con y para la Asociación, no porque se deba cubrir cuotas de género. En ese sentido, ella se lo ha merecido, ha trabajado y creo que será una administración extraordinaria”.

La AMINCMNSZ colabora muy de cerca con la recaudación de fondos para el nuevo edificio que se encuentra en construcción en el Instituto. También emprendió una campaña entre sus miembros para recaudar fondos y apoyar económicamente a los médicos residentes que se encuentran en primera línea atendiendo a los pacientes de la actual Pandemia de la COVID-19.

Estas acciones demuestran cómo la AMINCMNSZ comparte la filosofía con la Mística de nuestro Instituto, pues fortalece los lazos de compañerismo y no deja de procurar apoyar el esfuerzo de todos los que contribuyen a la solución de los problemas nacionales de salud.



**Destacado gastroenterólogo y maestro**

# **Sensible fallecimiento del Dr. José de Jesús Villalobos Pérez**

Lic. Liliana Morán Rodríguez

El Dr. José de Jesús Villalobos Pérez nació el 27 de enero de 1923 en San Luis Potosí, vino a la Ciudad de México en 1948 para formarse como uno de los médicos más importantes y destacados del Siglo XX y parte del XXI.

De 1948 a 1950 hizo su internado en el Hospital de Enfermedades de la Nutrición, ahora INCMNSZ. Al terminar, estudió un semestre en la Universidad de Pennsylvania en Estados Unidos con Henry L. Bockus, reconocido gastroenterólogo de esa época. Regresó a México para cursar la Maestría en Ciencias por la Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM, bajo la tutela del Dr. Bernardo Sepúlveda Amor en el INCMNSZ, al terminar se incorporó al Instituto.

El Dr. Villalobos falleció el pasado 1 de octubre de 2020, a los 97 años de edad, dejando una herencia invaluable. Dirigió el Departamento de Gastroenterología de este Instituto, mismo que lleva su nombre de 1966 a 1995 y después siguió como miembro emérito.

## **Gran maestro y referente en su campo**

La enseñanza fue algo que siempre caracterizó al Doctor Villalobos, hasta el final de su vida. Coordinaba y asesoraba a cientos de médicos para actualizar los conocimientos en su campo con la edición de su libro *Gastroenterología*, primero en su tipo en México y del que se hicieron siete ediciones a su cargo con más de 100 mil volúmenes con la editorial Méndez Editores.

En 1986, la Universidad de Toulouse lo distinguió con el doctorado Honoris Causa por su intensa colaboración con la finalidad de vincular a la medicina mexicana y francesa en el campo de la gastroenterología.

Tanto le gustaba dar clases que, a veces, de manera simultánea, instruía en la Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM, Universidad La Salle, en la Universidad Panamericana (UP) y a sus jóvenes colegas recién egresados con los que compartía el día a día en el INCMNSZ. De hecho, en 2001, el entonces Rector de la UNAM, Dr. Juan Ramón de la Fuente, lo reconoció como Profesor Emérito de la Facultad de Medicina de dicha Universidad, por sus logros y aportes a la academia.

En 2005, recibió *La Medalla Anáhuac en Bioética* de la Universidad Anáhuac que, precisamente, reconocía su gran labor como promotor para integrar la materia de bioética como curricular en todas las escuelas y facultades de medicina del país. Su interés en el tema lo llevó a participar en diversos cursos de formación para profesores y egresados, además de aportar sus conocimientos en congresos, libros y otras publicaciones.

El Dr. Villalobos fue y será un colega muy querido y reconocido no sólo en este Instituto, su exitosa carrera como médico queda plasmada en cientos de profesionales de diversas generaciones del INCMNSZ y fuera de él. Así como a quienes continúan compartiendo el conocimiento y el humanismo que el Dr. Villalobos les inculcó.

Desde el INCMNSZ enviamos nuestras condolencias a su familia, amigos, alumnos y colegas.

## Mensaje del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ

**Recordaré siempre con mucho afecto y admiración al querido maestro Dr. José de Jesús Villalobos Pérez, ejemplo de vida profesional y familiar. Le agradezco por sus enseñanzas y su compromiso institucional.**

### Maestro forjador de varias generaciones de gastroenterólogos

Nos conocimos de manera más cercana en 1999, en una iglesia en Polanco, los dos asistíamos a una misa ofrecida a la memoria de Don Gonzalo Río Arronte. Llegamos ántes de que comenzara la misa, me dijo, ¿cómo ve Palmira si mientras empieza la misa de Don Gonzalo nos quedamos aquí, escuchando otra?

Él, ocasionalmente llegaba a mi oficina, con café y sándwich, y platicábamos mientras el desayunaba, así conocí relatos de su vida y experiencias: me contó de los grandes avances de la gastroenterología en los últimos 100 años, del helicobacter pillori, etc. Anécdotas de sus pacientes y de sus viajes. Siempre elegante e impecable. Un día le pregunté porqué siempre se vestía así, me contestó: por mis pacientes, es la imagen que uno debe de proyectar.

Su plática siempre amena, su memoria impecable, su lucidez indescriptible. Recuerdo cuando un día llegó a contarme muy emocionado que acababa de nacer Nicolás, su nieto en Bélgica, no sé que edad tenga ahora, pero a través de sus relatos y fotografías lo vi crecer y supe que era un chico muy inteligente y que el abuelo estaba muy orgullo de él. De cuando una paciente le dijo “que bonita está su corbata”. Supe que sus bellísimas corbatas eran compradas en una tienda cerca del Teatro de la Opera en Paris llamada “Allan Figaret”.

Por muchos años asistí a las comidas de cumpleaños que le organizaba Doña Virginia Río Arronte en el Hotel María Isabel. De cuando Don Gonzalo, le ofreció unos terrenos en un desarrollo cerca de Querétaro, y el le contestó que no podía aceptar regalos de “sus clientes”, así les decía a sus pacientes.

Congruente en su pensar y actuar. Tuve la oportunidad de organizarle dos homenajes que el disfruto enormemente, uno cuando cumplió 90 y otro 95 años. El pasado 27 de enero le mande a hacer un pastel buenísimo de frambuesa y nuez e invite al Dr. Kershenobich, al Dr. Campuzano y varios de sus discípulos, también estuvo presente su nieto Gonzalo que es médico cirujano, del que estaba orgulloísimo, así como de toda su familia. Extraordinario Maestro de muchas generaciones, y como mencioné siempre en sus homenajes, ícono y referente en la Gastroenterología en México.

Siempre hacia adelante, de frente hacia el futuro. Aún haciendo mucho frío lo vi este año caminar al Departamento de Gastroenterología, del cual fue fundador y lleva su nombre.

Nuestro querido Dr. Villalobos, nos dejó en este precioso día de comienzos del otoño, un día luminoso y cálido, en el que el viento suave apenas mueve las hojas de los árboles. Descansen en Paz.

*Lic. Palmira de la Garza y Arce, Coordinadora de Arte y Cultura del INCMNSZ . Octubre 2020*



## Seguridad del paciente

# Kaizen en Salud

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

Mejora continua; el termino surge en Japón de la Gemba KAIZEN: “Hoy mejor que ayer, mañana mejor que hoy”.

Maravilloso lema que nos hace pensar como personas de atención a la salud en siempre mejorar lo que hacemos en el día a día, esto implica un cambio en la percepción de las personas; cómo pueden mejorar como personas, mejorar su trabajo personal y en equipo y la mejora en la organización donde se trabaja. Hoy en día y frente a esta Pandemia hemos aprendido que la forma de como trabajamos como personas únicas o en equipo, es y será una de las mejores estrategias para salir adelante.

Como lo hemos mencionado en ediciones anteriores trabajar en equipo es un gran reto y más cuando hablamos del personal de salud, es importante no perder de vista que se debe trabajar con un objetivo en común y mediante procesos estandarizados que hacen más eficiente el servicio que se presta.

La *Metodología de las 5S's*, también conocida como *SEIRI, SEITON, SEISO, SEIKETSU* y *SHITSHKE*, por su origen japonés, son un conjunto de principios de comportamiento destinados a establecer o mantener las mejoras en cualquier organización.



**Veamos cada una a que se refiere:**

La metodología 5S de kaizen, como podemos ver es muy amigable para poder implementarse en cualquier área de trabajo, y poder mantenerla vigente, resulta muy fácil.

Las 5S pueden considerarse como una filosofía, una forma de vida en nuestro trabajo diario. La esencia de las 5S es seguir lo que se ha acordado.

Se debe vencer la resistencia al cambio, por medio de la información, la capacitación y brindándole los elementos necesarios, se hace fundamental la autodisciplina para mantener y mejorar día a día el nuevo orden establecido. Vencida la resistencia al cambio, por medio de la información, la capacitación y brindándole los elementos necesarios, se hace fundamental la autodisciplina para mantener y mejorar día a día el nuevo orden establecido.

<p><b>•"CUANDO MENOS ES MAS "</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Realizar el seiri significa identificar las diferencias entre los elementos necesarios de aquellos que no lo son, procediendo a descartar estos últimos.</li> <li>•Ello implica una clasificación de los elementos existentes en el</li> </ul> <p><b>Seiri</b></p>	<p><b>•"UN LUGAR PARA CADA COSA Y CADA COSA EN SU LUGAR"</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•El seiton implica disponer en forma ordenada todos los elementos esenciales que quedan luego de practicado el seiri, de manera que se tenga fácil acceso a éstos.</li> </ul> <p><b>Seiton</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Seiso significa limpiar el entorno de trabajo, incluidas máquinas y herramientas, lo mismo que pisos, paredes y otras áreas del lugar de trabajo.</li> <li>•La labor de limpieza con un espacio físico reluciente es una importante fuente de motivación para los empleados.</li> </ul> <p><b>Seiso</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>•Significa mantener la limpieza de la persona por medio del uso de ropa de trabajo adecuada, lentes, guantes, cascos, caretas y zapatos de seguridad, así como mantener un entorno de trabajo saludable y limpio.</li> </ul> <p><b>Seiketsu</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Implica autodisciplina.</li> </ul> <p><b>Shitsuke</b></p>	

Entre las 10 prioridades para el 2021

# Acabar con la COVID-19 y luchar contra el cambio climático: ONU

Primera parte

Lic. Claudia Márquez Enríquez



## VIRUS INVISIBLE, SOLUCIÓN VISIBLE

Después de un 2020 que nos trajo tragedias y peligros, *el 2021 debe ser el año en que cambiemos de velocidad y pongamos el mundo en la senda correcta*, ha afirmado el Secretario General de la ONU, António Guterres, quien presentó las diez prioridades que propone para el mundo en los próximos meses durante una reunión con los Estados miembros de la Organización.

António Guterres calificó 2020 como *un annus horribilis global, un año de muerte, desastres y desesperación*, pero quiso sentar las bases para un futuro más optimista asegurando: Necesitamos pasar de la muerte a la salud; del desastre a la reconstrucción; de la desesperación a la esperanza; de las soluciones trilladas a la transformación. Para conseguirlo, señaló que los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Organización son más importantes que nunca y declaró que ha llegado el momento de asegurar el bienestar de las personas, las economías, las sociedades y nuestro planeta.

### 1er. prioridad: Responder a la Pandemia de COVID-19

Las vacunas son la primera gran prueba moral que tenemos por delante. Deben ser percibidas como bienes públicos mundiales -patrimonio de la gente- disponibles y asequibles para toda la población

Tras alabar el hecho de que muchos países apoyen el mecanismo COVAX de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para la distribución de las vacunas en los países de bajos y medianos ingresos, António Guterres, señaló que *el mundo no está haciendo lo suficiente*.

Recordó que las vacunas están llegando rápidamente a unos pocos países, mientras que los países más pobres carecen por completo de ellas, lo que calificó como un éxito de la ciencia, pero un fracaso de la solidaridad. Y destacó que los Gobiernos tienen la responsabilidad de proteger a sus poblaciones, pero no se puede derrotar a la COVID-19 si cada país actúa por su cuenta.

*Si se permite que se extienda como un reguero de pólvora en el Sur Global, el virus tenderá inevitablemente a mutar y a pasar a ser más contagioso, más mortal y, en última instancia, más resistente a las vacunas, listo para ir de vuelta a atacar al Norte Global*, explicó haciéndose eco de lo que los científicos advierten puede ocurrir. Otro aspecto preocupante de las vacunas es que, estudios recientes han revelado que el acaparamiento de vacunas podría costar a la economía mundial hasta 9,2 billones de dólares, un impacto del que casi la mitad repercutiría en los países más ricos.

Fuente: <https://news.un.org/es/story/2021/01/1487222>

# Significado de palabras clave

## Glosario COVID-19

Lic. Luz María Aguilar Valenzuela  
Dirección de Comunicación Institucional y Social

### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES COVID-19?

**La COVID-19** es una enfermedad infecciosa causada por un virus de la familia coronavirus.

Esta nueva enfermedad produce infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**

Derechos reservados © 2020  
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN  
[www.incmnsz.mx](http://www.incmnsz.mx)



Desde que inició la Pandemia por Covid-19 se ha manejado un nuevo lenguaje y uso de palabras en las conversaciones, discursos oficiales y los medios. Sabiendo la importancia de conocer el significado de los términos utilizados y dado que el INCMNSZ es un referente de información, elaboramos un “Glosario COVID-19” para definir, explicar y aclarar dudas. Este glosario se ha compartido en las redes institucionales y se encuentra en la página del Instituto.

#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES SÍNTOMA?

**Síntoma** (del latín *symptomata* ‘coincidencia’, ‘caer juntamente’, ‘coincidir’), es la alteración del organismo que pone de manifiesto la existencia de una enfermedad y sirve para determinar su naturaleza.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES PANDEMIA?

Se llama **pandemia** a la propagación mundial de una nueva enfermedad.

Se produce una pandemia cuando surge un nuevo virus que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES CUARENTENA?

La **cuarentena** significa separarse de los demás y tiene como objetivo prevenir la transmisión.

Durante la cuarentena, debe vigilar su estado para detectar síntomas.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES INCIDENCIA?

La **incidencia** es el número de casos nuevos de una enfermedad en una población determinada y en un período determinado.

La tasa de incidencia mide los casos de enfermedad por cada persona-año.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES VIRUS?

**Virus** (del latín *virus*, en griego *ιός* ‘toxina’ o ‘veneno’) es un agente infeccioso microscópico acelular que solo puede replicarse dentro de las células de otros organismos.

El estudio de los virus es la virología.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES SARS-CoV-2?

**SARS-CoV-2** (en inglés, *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*, ‘coronavirus tipo 2 del síndrome respiratorio agudo grave’) es un tipo de coronavirus causante de la enfermedad por coronavirus de 2019 (COVID-19).

Tiene un origen zoonótico, es decir, se transmitió de un huésped animal a un humano.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES EPIDEMIA?

**Epidemia** (del griego *epi*, ‘por sobre y demás, pueblo’) ocurre cuando una enfermedad infecta a un número de individuos superior al esperado en una población durante un tiempo determinado.

En ocasiones se denomina brote epidémico o brote.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



#### GLOSARIO INCMNSZ

#### ¿QUÉ ES INCUBACIÓN?

**Incubación**, es la referencia del tiempo transcurrido entre la exposición a un virus y la aparición de los primeros síntomas.

El período de incubación del nuevo coronavirus se estima entre 2 y 14 días y los síntomas generalmente aparecen unos 5 días después de la exposición.

Fuente: <https://www.who.int/es>

**#InformacionImportante**



## Mujeres en el INCMNSZ

# Asalia Pérez Gómez

Lic. Gabriela Rubello Marín

- 1982 Carrera Técnica Comercial y obtiene el título de taquimecanógrafa.
- 1992 Carrera Técnica Comercial y obtiene el título de Secretaria Ejecutiva.
- 1992 Ingresa al INCMNSZ como Secretaria A4 en la División de Medicina Crítica.
- 1999-2000 Asociación de Medicina Crítica y Terapia Intensiva A.C. Asistente Administrativo.
- 2007 Subdirección Medicina Crítica. Apoyo Administrativo A6.
- 2008-2016 Consejo Mexicano de Medicina Crítica A.C. Asistente Administrativo.
- 2009 Centro de Entrenamiento Soporte Vital Básico Cardiovascular Avanzado (CEDDEM). Asistente Administrativo.



## Hombres en el INCMNSZ

# Abdala Humberto Rodríguez Assad

Lic. Gabriela Rubello Marín

- |           |   |      |   |
|-----------|---|------|---|
| 1964      | Nace en la Ciudad de México   | 2000 | Diplomado en Auditoría Ambiental y Seguridad, UAM.                                      |
| 1985-1990 | Licenciatura en Biología en la Facultad de Ciencias de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).   | 2008 | Diplomado en Administración de Servicios de Salud, Instituto Nacional de Salud Pública. |
| 1992      | Especialidad en Reproducción de Insectos y Hongos Entomopatógenos, Centro Nacional de Referencia de Reproducción de Insectos y Hongos Entomopatógeno, Tecomán, Colima.  |      |   |
| 1995      | Especialidad en Mercadotecnia, División de Estudios de Posgrado Facultad de Contaduría y Administración, UNAM.  |      |   |
| 1994-1995 | Coordinador de Modernización y Simplificación en la Dirección de Planeación.  |      |   |
| 1996      | Coordinador de Control Ambiental, Responsable Institucional del manejo de los residuos y materiales peligrosos. Residuos de Manejo Especial y Urbanos, Emisiones a la Atmósfera y Aguas Residuales, Control de Plagas y trámites administrativos ante las Secretarías del Medio Ambiente Local y Federal. |      |   |
| 1997      | Reconocimiento por la Junta de Gobierno del INCMNSZ, por la elaboración e instrumentación del Programa de Mejoramiento y Protección del Medio Ambiente y la Guía de Autoevaluación en Materia Ambiental para las Instituciones de Salud.  |      |   |



## Promueve y estimula el arte y la cultura mexicana

# Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En 1946, el Licenciado Miguel Alemán Valdés creó por Decreto Presidencial el Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura (INBAL), con el objetivo de preservar y difundir el patrimonio artístico, estimular y promover la creación de las artes y desarrollar la educación y la investigación artística; tareas que el Instituto desarrolla en el ámbito federal. Bajo esa concepción, el INBAL ha colaborado con el INCMNSZ de forma mensual e ininterrumpida desde 2002. De hecho, el Instituto es una sede.

Carlos Chávez fue su primer Director General, y los responsables de las diversas dependencias, como Luis Sandi, Blas Galindo, Enrique Yáñez y Salvador Novo, entre otros, colocaron los cimientos de lo que hoy es una de las instituciones culturales más sólidas de México.

Tres son las etapas definidas que marcan su historia:

1. Desde su creación en 1946, cuando estaba adscrita a la Subsecretaría de Cultura de la Secretaría de Educación Pública.
2. En 1988, con el surgimiento del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes del que dependió 27 años.
3. La última, en 2015, con la creación de la Secretaría de Cultura.

Desde su fundación, el INBAL estimula, preserva, promueve, y difunde el arte y la cultura mexicana, convirtiéndola así en la casa de los creadores de México, y un espacio que los mexicanos han elegido para el encuentro y el diálogo.



Fuente: <https://inba.gob.mx/ConocelInba>

La vida ha cambiado radicalmente

# La normalidad en tiempos de COVID-19

Dirección de Administración

Así como en la mayoría de las entregas que se han logrado desde que la Pandemia nos alcanzó, hemos plasmado reflexiones y/o investigaciones que inciden o corresponden a este hecho, que ha cambiado nuestra vida radicalmente y ésto que se plasmará seguidamente no es la excepción.

Basado en lo anterior es bueno crear una antesala para abordar el asunto que aunque ya es conocido, permitirá dar el contexto correspondiente. Así comentó que la Pandemia, ha alterado de manera radical, la vida de las personas causando miedo, ansiedad e incluso ha permitido la generación de trastornos mentales, en otros casos ha propiciado la satisfacción de metas personales, el crecimiento individual y el auto conocimiento, entre otras cosas buenas.

Pero a pesar de que éste escenario tiene cosas buenas y otras no tanto, lo importante es saber de qué va nuestra realidad, pues este momento extraño al que le llaman nueva normalidad, permite muchas conclusiones.

Entonces considero importante acercarnos a la conjunción que nos ocupa, en ese orden la separaremos en partes, la normalidad, para muchas personas implica salud, estabilidad, tranquilidad; para otros bienestar, equilibrio o funcionalidad; y lo nuevo se refiere a las cosas que no conocemos, que no suele ser cotidiano o se suele hacer con regularidad.

Con lo planteado arriba, se puede decir que la conjunción implica que debido a la Pandemia hemos tenido que enfrentar a situaciones nuevas y que no son comunes, lo cual se ha fortalecido nuestra capacidad de adaptación.

Así las cosas, parece que la campaña de la nueva normalidad resulta confusa, explico a qué me refiero, lo nuevo es extraordinario, lo normal es lo común en la mayoría de los escenarios, entonces, ¿qué no sería más simple la adopción de una idea o un concepto que no fuera contrario a lo que el entendimiento de las palabras nos ofrece?

Lo más simple y gradual puede convertirse en orgánico y cómodo para su adopción y así será mejor recibido, entonces sugiero apoyarnos en nuestra capacidad de resiliencia y en su caso practicar un nuevo concepto que por analogía es aplicable esto es, homeostasis, lo cual se refiere a los procesos biológicos que nos permiten mantener un equilibrio interno para así poder sobrevivir al ambiente, a diferencia de la resiliencia, que son las capacidades psicológicas que nos permiten superar las situaciones traumáticas o perturbadoras de manera positiva. [1]

**¡Yo también soy INCMNSZ!**

Autor: Mtro. Carlos Augusto Sánchez Morales

[1] <https://dle.rae.es/diccionario>

Es cuestión de actitud

# La comunidad institucional fuerte y unida en tiempos de COVID-19

Lic. Carmen Amescua Villela/Jefa el Departamento de Comunicación y Vinculación

Con la camiseta puesta unos desde casa y otros presentes, el personal del INCMNSZ se mantiene unido para salir adelante de esta contingencia.

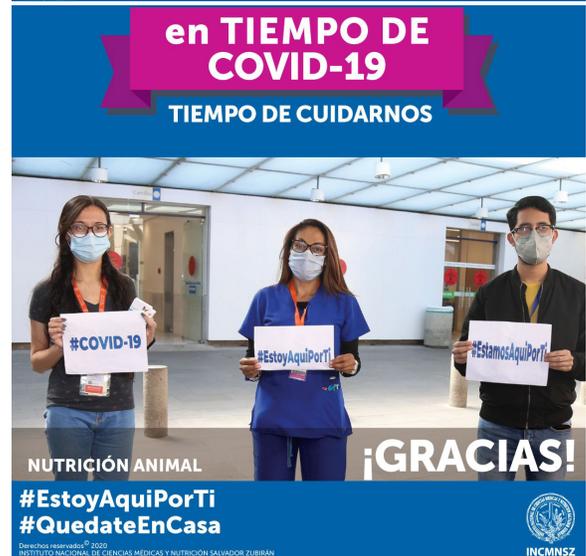
Te invitamos a ver las fotos que se han publicado en nuestras redes sociales:

**Instagram:** @incmnsmx

**Twitter:** @incmnsmx

**Facebook:** Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición "Salvador Zubirán"

**Página institucional:** www.incmnsz.mx



## Higo

Principales estados productores: Morelos, Hidalgo, Veracruz, Baja California Sur, San Luis Potosí, Durango y Sonora.

Generalmente se consume en su estado natural, fresco o seco. Frescos se pueden agregar a ensaladas y postres, puede acompañar aperitivos, combinan muy bien con jamones y quesos, acompañan a las carnes y pueden sustituir a las ciruelas en muchas preparaciones.

Se utilizan en la preparación de mermeladas y compotas, se pueden rellenar con nueces, almendras, naranjas y cubiertos con un chocolate, pueden servirse con crema y azúcar, guisados o cocidos para preparar tartas, postres, pasteles, o añadidos a las mezclas de los helados, en la preparación de jalea, turrón, almíbar o pasta de higo.

Las frutas enteras se confitan a veces comercialmente. Los higos secos no aptos para su uso como fruta se tuestan y muelen como sustituto del café. El extracto alcohólico de higos secos se usa como aditivo a los licores y tabaco. Al comprarlos se debe tomar en cuenta, que si están blancos, con la piel arrugada o con alguna grieta, quiere decir que están maduros y en su punto.

Contiene hidratos de carbono, fibra, proteína, calcio, fósforo y vitamina C.



Cuadernos de  
**nutrición**

## Higos cristalizados



### Ingredientes:

1 kilo	de higos
2 ½ Litros	de agua purificada
4 ½ tazas	de azúcar morena
¼ de taza	de azúcar blanca

### Manera de hacerse:

Lavar y desinfectar los higos. Cortar cada higo por la base en forma de cruz. En una cacerola agregar el agua y 3 1/2 tazas de azúcar morena. Poner la mezcla a fuego medio y agitar hasta disolverla por completo para formar un jarabe. Cuando el jarabe suelte el hervor, bajar la flama al mínimo, añadir los higos moviendo suavemente y dejar que hierva durante 10 minutos. Retirar del fuego y dejar la mezcla enfriar. Tapar y dejarla reposar durante un día a temperatura ambiente.

Después del tiempo de reposo agregar media taza de azúcar morena al jarabe, pónlo a fuego suave y mueve con cuidado hasta disolver el azúcar, deja hervir durante 10 minutos y deja reposar un día más. Repite esta operación 2 veces más, dejando reposar la última vez por 2 días. Sacar los higos y escurrirlos, acomodarlos en un bastidor de madera para deshidratar. Después del secado poner en una olla un litro de agua a hervir, colocar los higos secos en una coladera y sumérgelos en el agua caliente y retirarlos de inmediato, escurre y espolvoréa con azúcar blanca. Dejar secar sobre un molde refractario y una vez secos guardarlos en recipientes con tapa hermética.

**1 de octubre, Día Internacional de las Personas de Edad**

## **Atender la vulnerabilidad de las personas mayores**

Las personas mayores siempre han desempeñado un papel importante como líderes, cuidadores y custodios de la tradición. Sin embargo, también son vulnerables, y muchos caen en la pobreza, quedan discapacitados o sufren discriminación. Por ello, se conmemora este día, en el que se destacan las importantes aportaciones que hacen a la sociedad.

Fuente: <https://www.un.org/es/events/olderpersonsday/>

**3 de octubre, Día Internacional del Paciente Ostomizado**

## **Integración social y calidad de vida**

El objetivo de esta conmemoración es contribuir a la integración a la sociedad de estos pacientes, así como concienciar a la población de los obstáculos que enfrentan. La ostomía es una operación que deja un orificio en el abdomen para que pueda expulsar al exterior las heces, así como los gases y otros fluidos corporales para ser contenidos en una bolsa.

Fuente: <https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-mundial-paciente-ostomizado>

**7 de octubre, Día Mundial de la Parálisis Cerebral**

## **Concientizar sobre su impacto en la calidad de vida y el bienestar**

Se conmemora el primer miércoles del mes octubre. Tiene como objetivo sensibilizar a la sociedad sobre su impacto en la calidad de la vida de las personas que viven con esta condición. La mayoría de los casos se producen durante el embarazo.

Fuente: <https://www.gob.mx/conadis/articulos/dia-mundial-de-la-paralisis-cerebral->

**10 de octubre, Día Mundial de la Salud Mental**

## **Visibilizar este problema de salud mundial**

El propósito de esta fecha es visibilizar el trastorno mental más grave que están padeciendo los miembros de la sociedad global, para generar un conjunto de estrategias que sirvan de apoyo a estas personas y les permita sobrellevar su enfermedad o curarse definitivamente. Diagnosticar y tratar trastornos de salud mental en edades tempranas evita todo tipo de problemas derivados, como puede ser el suicidio.

Fuente: <https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-mundial-salud-mental>

# MENSAJES COVID-19

## Información Importante

### LÁVATE LAS MANOS FRECUENTEMENTE

CON AGUA Y JABÓN, SI NO PUEDES,  
USA GEL A BASE DE ALCOHOL AL 70%.



1  
USA JABÓN



2  
PALMA CON PALMA



3  
ATRÁS DE LAS MANOS



4  
ENTRE LOS DEDOS



5  
BASE DE LOS PULGARES



6  
UÑAS



7  
MUÑECAS



8  
ENJUAGA CON AGUA



9  
SÉCALAS MUY BIEN

#CuidemonosTodos

Derechos reservados © 2020  
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN  
www.incmnsz.mx



INCMNSZ

**Apoyo a personas adultas mayores**

## **Agradecimiento a Geriatria, atendió telefónicamente en COVID-19**

Gregorio (hijo de paciente del Servicio de Geriatria)



En este correo quiero destacar la atención personalizada que el Servicio de Geriatria le ha dado a mi papá durante la Pandemia. Él es paciente del INCMNSZ desde hace más de 30 años por diversos padecimientos: hipertensión, diabetes, problemas del corazón, EPOC y deformación en su columna cervical. Siempre le han dado un servicio extraordinario y ahora con lo del coronavirus suspendieron sus consultas y las reprogramaron para septiembre. Sin embargo, como la Pandemia no cede, nos daba miedo llevarlo a sus consultas; no sabíamos que hacer.

Nutrición piensa en todo y justo, cuando estábamos en eso, recibimos una llamada de Geriatria para saber cómo estaba mi papá y si sentía la necesidad de acudir a consulta. A la par, platicaron con él, para asegurarse que emocionalmente estuviera bien ante la Pandemia. Lo dejaron muy tranquilo y hasta animado.

No cabe duda, Nutrición y en especial el Servicio de Geriatria es lo mejor de lo mejor; aún en la Pandemia, no dejan de pensar en sus pacientes.

Mi familia y yo, agradecemos al Servicio de Geriatria la atención de primera que le han dado a mi papá Gregorio.

Atentamente

Lic. Gregorio

Carta original de paciente del INCMNSZ

## Apego a los Protocolos Internacionales Durante la Pandemia, se ha cuidado mucho al personal

Dr. José Sifuentes Osornio/Director de Medicina

Estamos muy atentos a los avances y los nuevos medicamentos, buscando alternativas. Entre los medicamentos con los que realizamos estudios clínicos se encuentra el remdesivir.

Buscamos saber si los datos corroboran que hay un beneficio real en disminuir un poco la tasa de mortalidad y acorta la hospitalización, lo cual facilitaría los procesos para que el medicamento se use.

Hemos trabajado muy intensamente para cuidar el personal del Instituto, apegándonos a los protocolos internacionales.

Algunos de los insumos con los que hemos protegido al personal del Instituto, las mascarillas N95, son escasos, por lo que hemos tenido especial cuidado en distribuirlos al personal que está directamente haciendo procedimientos con los pacientes.

También hemos buscado sensibilizar al personal, para que no utilice equipo que no corresponde para los cuidados que ellos hacen.



Dr. José Sifuentes Osornio

Fuente: <https://www.letraslibres.com/espana-mexico/revista/los-siete-pecados-capitales-del-periodismo>

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

## Escritor de novelas de ficción histórica

# Bajo un Cielo Escarlata

## Mark Sullivan

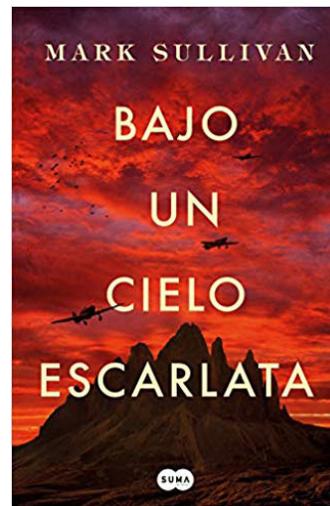
Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Mark T. Sullivan (1958) es un autor estadounidense que escribe novelas de misterio, suspenso y ficción histórica. Entre sus obras más exitosas están: *La línea de otoño*, *La ceremonia de purificación*, *Triple Cruz*, *Bajo un Cielo Escarlata*, entre otras.

*Bajo un Cielo Escarlata* es la última novela del escritor americano Mark Sullivan, y está basada en hechos reales. Es una historia que desde el punto de vista y sufrimiento padecieron los italianos con la invasión nazi en la Segunda Guerra Mundial.

Esta historia tiene como protagonista a Pino Lella un adolescente italiano de 17 años que vive en Milán, en el seno de una familia acomodada. Pino, como cualquier chico de su edad, no quiere saber nada de la guerra ni de los nazis, solo está obsesionado con la música, la comida y las chicas, pero, en 1943, sufre un cambio radical su plácida vida.

Los padres de Pino, en un acto desesperado para protegerlo, le obligan para que se alistó en el ejército nazi donde, a sus 18 años, acaba como chófer personal del general Hans Leyers, mano derecha de Hitler en Italia, lo que le permite actuar como espía para los aliados. Al mismo tiempo que vive una preciosa historia de amor con la bella y misteriosa Anna, Pino habrá de superar los horrores de la guerra y de la ocupación nazi. Solo su amor por Anna y el sueño de la vida que compartirán algún día, le darán la fuerza y el valor para seguir luchando en secreto.



Sabías que...

La primera novela de la historia:

- Es una pieza escrita en Japón en el siglo XI.
- Fue escrita por una mujer, Murasaki Shikibu, una joven noble nacida en el año 978.
- Trata de "La historia de Genji" («Genji Monogatari», en japonés).
- La obra es un canto a la belleza y la sutileza, es un retrato de las costumbres de su época, una novela de iniciación, un relato erótico y amoroso y un gran friso de una sociedad.
- La obra ocupa 54 rollos o capítulos.

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.

Te cuido, me cuidas, nos cuidamos

# Resguardando a los más frágiles

hablemos de

## Todos cuidamos a los grupos más vulnerables



**NADIE** los ignora



**INCMNSZ**

Derechos reservados © 2020  
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN  
[www.incmnsz.mx](http://www.incmnsz.mx)



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

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados © 2020 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

## Mística Institucional

# Conservar a lo largo de la vida el apego a todos los principios aquí enunciados

Lic. Luz María Aguilar Valenzuela

Algunas de las respuestas que se relacionan con este enunciado en la Dinámica en diciembre del 2019 a la pregunta: Para ti que significa la Mística Institucional.

- La guía profesional y humana que deben observar todos los días, quienes tenemos el honor de trabajar en el INCMNSZ.
- Son los valores y la ética que deben conducir nuestro quehacer institucional.
- Ha sido mi guía en la atención de pacientes y familiares.
- Armonía entre el actuar y el servicio proporcionado al usuario en apego a las disposiciones aplicables.
- Día con día realizar las actividades con la mejor actitud y vocación, ejerciendo los valores del Instituto.
- Es la guía en la que todos nos basamos por ser una comunidad que se caracteriza por valores como el respeto, humildad, el buen trato al paciente, la honestidad y el compañerismo.

### ¿A qué nos invita este enunciado de la Mística Institucional?

- A **Conservar**, mantener, preservar, cuidar, custodiar, continuar, perdurar, guardar o retener en el caminar de la vida los principios.
- **A lo largo de la vida**, implica a estar inspirados por ellos en el ser y actuar, de tal modo que sean de forma integral y permanente durante la vida de una persona.
- **El apego**, es una relación afectiva profunda e importante que se establece, se caracteriza por ser una relación duradera en el tiempo, estable y relativamente consistente.

- **A todos los principios aquí enunciados**, algunos de los principios mencionados en la Mística Institucional son: entrega de pensamiento y acción, sentido humano, ética profesional, prestigio, orgullo de pertenencia, creatividad, humanismo, amistad, compromiso, convivencia amable y respetuosa.

El llamado de este enunciado, es la búsqueda a vivir de acuerdo a los principios de forma integral, ya que los diferentes principios coexisten entre ellos, pero no de manera estática, sino que se debe evolucionar conforme se va recorriendo el caminar de la vida. Deben tener sentido en el aquí y el ahora, ser signo de los tiempos y del bien común. Se aprende de lo vivido y se está en constante renovación.

Los seres humanos nunca acabamos de aprender y de ser todo lo humano que podemos llegar a ser.





**MÍSTICA**  
**INCMNSZ**  

---

**así somos**

Conservamos a lo  
largo de la vida el  
apego a todos los  
principios aquí  
enunciados.

**APEGO A LOS PRINCIPIOS**

Paráfrasis del texto original del  
DR. SALVADOR ZUBIRÁN

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados® 2020 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



**GOBIERNO DE**  
**MÉXICO**

**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



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

#mistica #misticaincmnsz #campañaincmnsz #asisomos



INSTITUTO NACIONAL DE  
CIENCIAS MÉDICAS  
Y NUTRICIÓN  
SALVADOR ZUBIRÁN

### Misión

Mejorar la salud a través de atención médica especializada, formación de recursos humanos e investigación biomédica, con un enfoque integral y de excelencia en beneficio del ser humano y su entorno.

### Visión

Ser una institución referente que aporte creatividad, originalidad e innovación en salud.

### Valores

Honradez • Vocación de servicio • Compromiso social • Creatividad • Humanismo • Libertad  
Respeto • Empatía • Equidad • Profesionalismo • Ética • Trabajo colaborativo

# La Camiseta

Fundada en 1994

#### Director General

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

#### Dirección de Comunicación Institucional y Social

Luz María Aguilar Valenzuela

#### Departamento de Comunicación y Vinculación

María del Carmen Amescua Villela

#### Responsable Editorial

Dora A. Valenzuela de la Cueva

#### Diseño editorial, armado, retoque digital, fotografía y ortografía

Jorge Velázquez Hernández

Karina Salas Mercado

#### Impresión

Sección de Impresión y Duplicación

#### Edición Digital

Samuel Rivera Flores



Si deseas colaborar escríbenos a:  
[camiseta@incmsz.mx](mailto:camiseta@incmsz.mx)

Consulta la edición digital

[www.incmsz.mx/opencms/Camiseta2021.html](http://www.incmsz.mx/opencms/Camiseta2021.html)

[www.incmsz.mx](http://www.incmsz.mx)