La Camiseta
Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXVII No. 22 30 de noviembre 2021

El Departamento de Consulta Externa en COVID-19

Tecnología, oportunidad de mejora ante desastres

Departamento de Consulta Externa en COVID-19

GOBIERNO DE MÉXICO | SALUD SECRETARÍA DE SALUD | INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

incmnsz

La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 668 **30 noviembre 2021**

CONTENIDO

EDITORIAL 1

SER INCMNSZ 2
- La Mística Institucional es el bien hacer y el bien actuar
  Dra. Judith González Sánchez

PARA CONOCERNOS 4
- El Departamento de Consulta Externa en COVID-19

ENTÉRATE 6
- El Comité del Expediente Clínico

CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL 8
- Calidad desde la persona

NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL 10
- Tecnología, oportunidad de mejora ante desastres

NOTICIAS INCMNSZ 11
- Información importante

CONOCIENDO A 12
- María Silvia López Yáñez

ARTE Y CULTURA 13
- Contralto Ana Caridad Acosta, Pianista Alejandro Barrañón

NUEVA TORRE INCMNSZ 14
- Logremos juntos

VIDA LABORAL 15
- La autoridad como guía para el crecimiento organizacional

BIENESTAR 16
- Jardinería un pasatiempo saludable

CULTURA DEL BIEN COMER 17
- Champiñón
- Champiñones rellenos de carne molida

SABÍAS QUÉ 18
- Efemérides de la salud

TU SALUD 19
- Psoriasis: más que una enfermedad dermatológica

FORO DEL LECTOR 20
- Agradecimeinto a las recepcionistas de planta baja de la UPA

TU HISTORIA CON EL INSTITUTO 21
- La Mística Institucional, entrega y dedicación

ESPACIO DE LECTURA 22
- Bajo la Misma Estrella
  John Green

HABLEMOS DE ENFERMERÍA 23
- Trabajo en Equipo para la atención de calidad en enfermería

CAMPAÑA INSTITUCIONAL 24
- Significado de la Pandemia por COVID-19 en el INCMNSZ

La Camiseta es una publicación quincenal del Instituto. Los artículos publicados son responsabilidad del autor.

En esta edición, en la sección ***Ser INCMNSZ***, la **Dra. Judith González Sánchez**, Jefa del Departamento de Consulta Externa, **reflexiona en torno a la Mística Institucional**. De igual forma, en la sección ***Para Conocernos***, hace un **recuento de algunas de las acciones que el Departamento a su cargo**, implementó para hacer frente a la Pandemia por COVID-19.

En la sección ***Entérate***, la **Dra. Alicia Frenk Mora**, Subdirectora de Servicios Paramédicos y Presidenta del Comité del Expediente Clínico, nos **informa sobre las funciones que desempeña este Comité, de sus integrantes, de la importancia del mismo y de sus objetivos**.

Algunas de las efemérides de la salud que se conmemoran durante la segunda quincena de noviembre, que se mencionan en la sección ***Sabías qué***, son: 16 de noviembre, **Día Mundial de la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica** (EPOC); 17 de noviembre, **Día Mundial contra el Cáncer de Pulmón**; 19 de noviembre, **Día Mundial del Paciente Anticuagulado** y 30 de noviembre, **Día Internacional de la lucha contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria**.

En la sección ***Tu Salud***, la **Dra. Linda García Hidalgo**, médica adscrita al Departamento de Dermatología del INCMNSZ, **da a conocer pormenores de la Psoriasis**. Enfermedad que se desarrolla en la piel de todo el cuerpo con manchas rojas y escamas gruesas blancas.

La **oportunidad**, concebida como lo conveniente de un contexto en un espacio y un periodo temporal apropiada para obtener un provecho o cumplir un objetivo, e**s uno de los conceptos que la comunidad institucional relacionó con la Mística** y que en la sección ***Campaña Institucional*** se expresa como esos instantes o plazos que resultan propicios para realizar una acción.

Vivir con armonia y solidaridad

La Mística Institucional es el bien hacer y el bien actuar

Dra. Judith González Sánchez

Dra. Dora Valenzuela de la Cueva/Departamento de Comunicación y Vinculación

Dra. Judith González Sánchez

La Dra. Judith González Sánchez, Jefa del Departamento de Consulta Externa del INCMNSZ, expresó que la Mística Institucional realmente es una forma de vida, regida por los principios del bien hacer y del bien actuar con armonía y solidaridad.

"Yo vivo la Mística como ese impulso con el que vives siempre y que te guía a tratar de actuar correctamente todos los días y en todo lo que haces dentro y fuera de la Institución. Es el principio de querer hacer bien las cosas y que derivan de tus fundamentos como persona los cuales te fueron inculcados en la familia. El idealismo, el trabajo duro, la constancia, el compromiso, la ética personal, el agradecimiento, la lealtad, la solidaridad son cosas que vas incorporando a lo largo de la vida y que, al trabajar en esta maravillosa Institución, te permite integrarte a su estructura de manera natural y transmitirlo de unos a otros de manera continua.

Estoy cierta que la Mística habla de principios firmes que requieren de una visión dinámica justamente para que no se pierdan. Adaptarse a las diversas expresiones de la transformación social, cambios en la relación médico-paciente, efecto de una pandemia, entre otros".

Recuerda que la primera vez que tuvo oportunidad de recorrer las instalaciones del INCMNSZ, fue cuando estaba realizando la especialidad de Psiquiatría "Desde el inicio de mi formación se sabía que durante el tercer año de la residencia se podía realizar una rotación de 6 meses en el Instituto de Nutrición, en el Departamento de Medicina Psicológica, como se llamaba en aquel entonces, pero que debíamos ganarla porque era muy solicitada y había pocos lugares. Se debía cumplir con ciertas características como tener buenas calificaciones, mantener buena conducta y tener madurez porque era un 'ambiente muy pesado y exigente'. Tenía todo el deseo de poder lograr esa estancia y trabajé duro para lograrlo".

Expresó que cuando rotó en el INCMNSZ lo que más la impactó fue la altísima calidad académica de todo el grupo médico, la forma en la que se transmitía el conocimiento, la sencillez y humanismo que se respiraba en la atención de los pacientes y la forma tan respetuosa como se llevaban las personas. "Además de la gran impresión que me dejó el ambiente institucional, me enamoré de lo que era la atención psiquiátrica en los pacientes con enfermedades complejas y trabajar con diversos especialistas en equipos interdisciplinarios. Yo no sabía que existía este tipo de atención y, al conocerla, tuve la certeza de que era a lo que yo quería dedicarme toda la vida.

Esta rotación la realicé con la Dra. Mireya Márquez, quien fue mi maestra de Psiquiatría de Enlace y ahora una de mis más entrañables amigas. También recuerdo al Dr. Alejandro Sandoval y al Dr. Andrés Guevara, quienes participaron en mis primeros momentos de formación y con quienes sigo compartiendo la vida. Mi reconocimiento a ellos. Mi primera rotación en Nutri fue revolucionaria para mí, definitivamente marcó mi vida".

La Dra. Judith González comparte que, después de esta experiencia decidió realizar la subespecialidad en Psiquiatría de Enlace al terminar Psiquiatría General. Durante la misma había otra rotación en el Instituto, pudiendo entonces ampliar mucho más su experiencia ya con otra visión: "Y justo cuando estaba concluyendo mi formación en Enlace, la jefa Márquez (como le decíamos con cariño), me ofreció la oportunidad de cubrir un interinato de 6 meses debido a que el Dr. Aldo Suárez pidió un permiso sin goce de sueldo. Fue una experiencia maravillosa pasar de un día a otro de residente a adscrita. Recuerdo cuando me dieron mis primeras dos batas con el logo de Nutri y mi nombre en la bolsa. Sin duda una gran emoción ponerme esa blanquísima y almidonada bata que representó todo un orgullo y compromiso para hacer las cosas lo mejor posible poniendo todo mi esfuerzo, por el tiempo que fuera. Y casi para concluir mi interinato viví la segunda gran experiencia pues en mi penúltimo recibo de pago apareció en la categoría, en lugar de lista de raya, Médico Especialista A. Pensé que era un error y fui a Recursos Humanos para aclarar y me dijeron que estaba correcto pues ya era médico de base a pesar del regreso inminente del Dr. Suárez. Fue un regalo del destino y desde ese día, y como he sido siempre en mi vida, me dediqué a trabajar con toda pasión brindado mis mejores capacidades para la atención de los pacientes y agradecer todos los días por la oportunidad de pertenecer. No soy egresada de Nutri por la especialidad que tengo, pero me siento totalmente institucional por lo vivido y aprendido durante estos 25 años".

Comenta que, durante estas más de dos décadas, se ha dedicado a sus áreas de mayor interés como son la Psiquiatría de Trasplantes, enseñanza de la Psiquiatría de Enlace y Atención al personal de salud entre otras. "La evaluación psiquiátrica en trasplantes me fue encargada expresamente por la Dra. Márquez cuando se retiró del Instituto en el año 2000. Ella inicio el Programa y yo la acompañaba como residente aprendiendo de primera mano. Se logró crecer y estructurar como en ninguna otra institución en México y ahora se ve enriquecida con la incorporación de nuevos especialistas que aportan ideas para seguir perfeccionándolo. También he trabajado intensamente para transmitir en diversos espacios la importancia de la Psiquiatría de Enlace y ahora estoy colaborando para abrir nuevos servicios en otras instituciones. Desde hace 15 años he participado activamente en la formación de especialistas en esta área siendo profesor adjunto del Curso de Alta Especialidad durante 12 años y desde hace 3 como profesor titular. A través de ese tiempo, he tratado de contagiar a los alumnos de Enlace la esencia de la Mística Institucional para que la difundan a donde vayan. Aunque el curso es muy corto, realmente sus principios son una forma de vivir y hacer buena medicina. Todos los que tienen algún tipo de formación en Nutri pueden beneficiarse de ellos. Saben que son una guía, un camino para hacer las cosas bien".

Finalmente, la Dra. Judith González Sánchez comparte otras buenas experiencias vividas en este tiempo, siendo de las más representativas haber sido médico adscrito del Departamento de Neurología y Psiquiatría, tener la responsabilidad del Comité Hospitalario de Bioética y la de su asignación hace más de 8 años a la Jefatura del Departamento de Consulta Externa "Fue una gran sorpresa y honor para mí. Llevaba años colaborando en diversas actividades con el Dr. Sergio Ponce de León y la Dra. Alicia Frenk Mora a quienes les tengo un profundo agradecimiento porque han sido guía y apoyo siempre. Alicia me invitó a colaborar con ella cuando fue asignada a la Subdirección de Servicios Paramédicos. Definitivamente he aprendido mucho de la dinámica institucional que me ha llevado a desarrollar algunas habilidades con las que no contaba. Es una labor con diversos matices y que no permite tener una agenda definida…cualquier cosa puede pasar durante el día, sobre todo durante esta contingencia. No he perdido mi esencia como Psiquiatra de Enlace, lo que sin duda me ha servido".

Durante la Pandemia se trabajo al 30% de su capacidad habitual

El Departamento de Consulta Externa en COVID-19

Dra. Dora Valenzuela de la Cueva/Departamento de Comunicación y Vinculación

Una de las áreas del INCMNSZ que se vio mayormente afectada durante la Pandemia de COVID-19 fue la Consulta Externa, a cargo de la Dra. Judith Sánchez González, quien en entrevista narró cual fue la dinámica que se instrumentó y las medidas que se pusieron en marcha para enfrentarla, en coordinación con la Subdirección de Servicios Paramédicos encabezada por la Dra. Alicia Frenk Mora. Algunas de ellas, seguirán vigentes como resultado de su efectividad para la mejora de los procesos de atención médica ambulatoria.

"Las medidas se implementaron desde el inicio de la contingencia. Entre la Dra. Frenk y yo, con la colaboración de todo nuestro personal administrativo y de enfermería, se inició el proceso de reconversión de la atención ambulatoria de Consulta Externa cerrando prácticamente todas las consultas, inicialmente a 4 meses, y avisando a los pacientes que ya tenían sus citas programadas que estas estaban canceladas hasta nuevo aviso. Si tomamos en cuenta que se brindaban habitualmente un promedio de 1200 consultas diarias fue una labor compleja que pudo lograrse con la extraordinaria colaboración de todos los miembros del Departamento y de los médicos a cargo de las consultas".

Comentó, que ya en plena reconversión, gran número de médicos que brindan habitualmente la consulta, estuvieron atendiendo en la primera línea de batalla a pacientes COVID-19 "algunos de ellos cumplían esta actividad y también se daban tiempo para dar consulta a algún paciente que llegaba. Al inicio y durante los primeros meses los enfermos no acudían, solían hablar por teléfono para informar que tenían temor y que preferían esperar a que la situación mejorara…ha sido un tiempo muy difícil para todos."

En este sentido, comentó que durante la Pandemia de COVID-19 no se cerró totalmente la Consulta Externa, ya que diversas especialidades particularmente complejas siguieron ofreciendo una importante proporción de consultas presenciales tales como hematología, oncología, reumatología y nefrología, entre otras. "Por supuesto se siguieron todos los protocolos de seguridad sanitaria establecidos por nuestra Subdirección de Epidemiología con el objetivo de garantizar al máximo la seguridad del personal así como de los pacientes y sus familiares."

Explicó que en cuanto a las consultas que dejaron de darse en forma presencial y con el objetivo de disminuir el impacto sobre la continuidad de la atención de los pacientes, se implementó inicialmente la Consulta Telefónica en diversas especialidades y más adelante se dieron los primeros pasos para estructurar de manera formal el Programa de Teleconsulta, la cual ya había sido utilizada de manera eficaz por el grupo de neurología. Ambas estrategias han sido consideradas como alternativas que permanecerán vigentes a largo plazo a fin de apoyar y optimizar diversas actividades de la Consulta Externa.

"La Consulta Telefónica ha consistido en seleccionar pacientes subsecuentes, con algún grado de complejidad y con tratamientos establecidos, a fin de proporcionar seguimiento médico a distancia y brindar indicaciones pertinentes de acuerdo con la evolución.

Por otro lado, la Teleconsulta que está vinculada con el Expediente Electrónico, ha consistido en la comunicación con el paciente vía plataformas virtuales para poder tener un contacto visual con el mismo y permitir un mejor intercambio de información que ayude a brindar una atención más integral a usuarios ya conocidos. Ambos mecanismos fueron muy útiles durante la pandemia y es importante aprovechar, más allá de la contingencia, la enseñanza que nos dejó trabajar de esta manera".

Añadió que en los últimos meses se ha trabajado en el proceso de retomar, de manera paulatina, cada una de las consultas que se brindaban antes de la Pandemia de COVID-19. Se han tenido que re-estructruar horarios, cupos y ubicaciones a fin de que sea lo más seguro posible otorgar la atención presencial. En la actualidad se está atendiendo a un 50% de la capacidad habitual y con limitación para el ingreso de acompañantes debido a que debe procurarse que las salas de espera no se saturen más allá de lo recomendado. Se espera que para el próximo año y de acuerdo con el comportamiento de la Pandemia se pueda trabajar lo más cercano a la normalidad. "La presión es mucha, nuestros pacientes están volviendo y desean retomar su seguimiento lo antes posible. Los médicos también deseamos dar nuestras consultas como antes de iniciar la Pandemia, pero estamos conscientes de que este regreso debe hacerse con responsabilidad. Ha sido una muy difícil experiencia, no sólo por los afectados por el COVID-19 sino por aquellos otros pacientes que no pudieron ser atendidos oportunamente durante la contingencia".

Dentro de los aspectos positivos que se vivieron en la Consulta Externa durante esta etapa, cabe resaltar la implementación del triage que el personal de enfermería realiza a todo aquel que ingresa a la Unidad del Paciente Ambulatorio, UPA, básicamente para recibir atención ambulatoria. Este proceso se ha ido perfeccionando, pasando de la inicial toma de temperatura y evaluación de la oxigenación hasta el cuidadoso pero ágil interrogatorio para identificar factores de riesgo conocido. "Si bien algunos usuarios se han quejado por ello, la gran mayoría ha expresado que se sienten más seguros con estos cuidados. Ha sido una actividad que nuestro personal de enfermería ha mejorado por su iniciativa". Otro aspecto para destacar es la conciencia que ahora se tiene de la importancia del autocuidado; estrategias como el uso de gel antibacterial, el lavado de manos, mantener la sana distancia. "Son medidas que se vienen trabajando desde hace muchos años a nivel institucional y ante las que se ha tenido reiterada resistencia. En la actualidad son de mayor preocupación entre el personal del Departamento…ojalá que hayan llegado para quedarse por fin".

Finalmente, en estrecho vínculo con la actividad de desreconversión de la Atención Ambulatoria que lleva a cabo la Subdirección de Servicios Paramédicos, labor que le fue encomendada a la Dra. Alicia Frenk Mora por la Dirección General, se ha pensado que es un momento de oportunidad único para que la Consulta Externa se reorganice de manera más funcional. Buscar no permitir saturación de consultas, optimizar los lapsos para asignar citas, disminuir los tiempos de espera y regularizar la atención en general evitando dar consulta no programada o a pacientes no institucionales. "Es una idea cuya implementación implica cierto grado de complejidad pues es difícil cambiar ciertos usos y costumbres de años, pero con la colaboración de todos podremos lograrlo."

Mejorar la calidad en la atención

El Comité del Expediente Clínico

Segunda y última parte

Dra. Alicia Frenk Mora, Subdirectora de Servicios Paramédicos y Presidenta del Comité

El Comité del Expediente Clínico
vigila el llenado e integración correcta de los documentos que conforman el expediente clínico institucional con apego a la NOM-004-SSA3-2012.

En la edición anterior se dieron a conocer algunos aspectos fundamentales del Comité del Expediente Clínico, CEC, así como los nombres de sus integrantes y los cargos que desempeña cada uno de ellos. En esta ocasión se informa sobre las funciones de cada integrante y los objetivos del propio Comité.

Funciones y responsabilidades de los integrantes del CEC

- El Comité sesiona de manera ordinaria cada mes y de manera extraordinaria a petición del presidente o a solicitud de al menos dos de sus miembros integrantes.
- Se levanta un acta de cada sesión, la cual es firmada por todos los participantes, donde se señalan los acuerdos a los que el Comité debe dar seguimiento

Las actividades que realizan los integrantes del CEC son las siguientes:

Presidente
Preside las reuniones del Comité, propone el orden del día y vigila el cumplimiento de los lineamientos que rijan el funcionamiento del Comité. También toma decisiones con base en la información que presente el Comité.

Coordinador
Propone al pleno del Comité la modificación de las vocalías del Comité en caso necesario, presenta los casos seleccionados para su análisis y evalúa las consideraciones del Comité sobre los hallazgos de la revisión de expedientes clínicos.

Secretario
Elabora el orden del día de las reuniones ordinarias y extraordinarias del Comité, cita a los integrantes del Comité a las reuniones ordinarias y extraordinarias, también envía a los miembros del Comité con oportunidad la información y documentación de apoyo de los asuntos a tratar en cada sesión. Vigila el cumplimiento de los acuerdos adoptados por el Comité.

Vocales
Analizan el orden del día y los documentos referentes a los asuntos a tratar en el Comité. Revisan los expedientes clínicos asignados y proponen las acciones, criterios y procedimientos que sean necesarios en cada caso así como las medidas de corrección requeridas para mejorar la integración de los expedientes clínicos.

Objetivos del CEC:

- Revisar la correcta integración de los documentos en el Expediente Clínico de acuerdo a la normatividad vigente.

- Evaluar el contenido y compleción de la información incorporada al Expediente Clínico institucional con apego a la normatividad vigente.

- Contribuir a mejorar la calidad de la atención proporcionada en el Instituto mediante el uso correcto del Expediente Clínico.

- Difundir al personal del Instituto la importancia del apego a la normatividad vigente en el manejo y uso del Expediente Clínico.

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

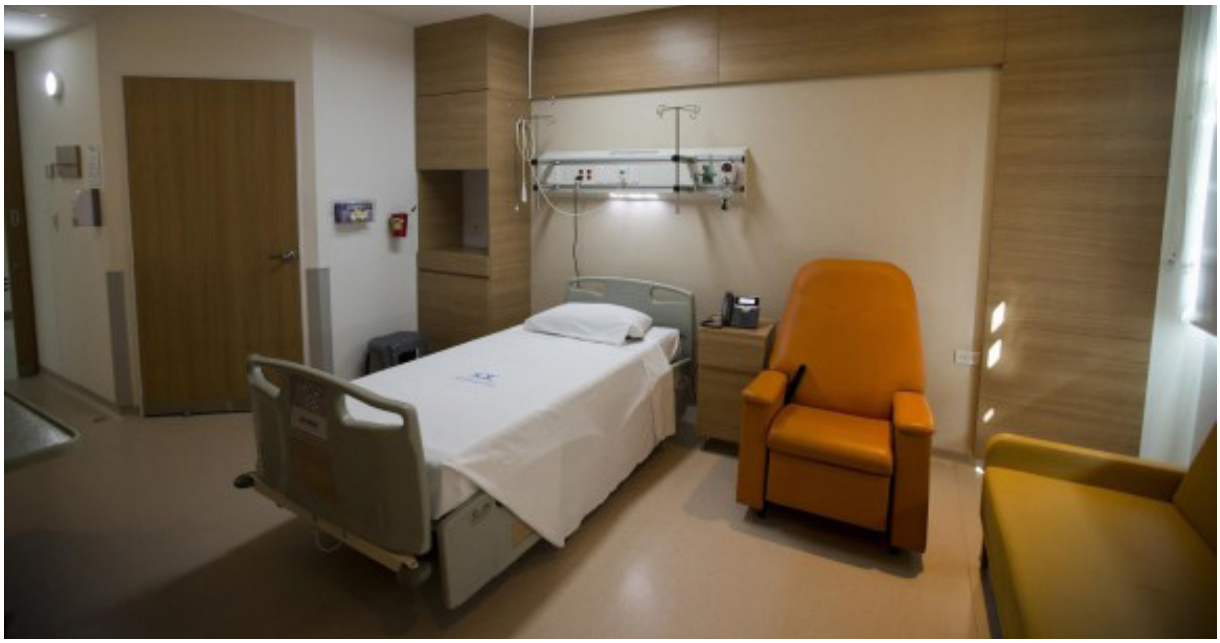
Seguridad del Paciente

Satisfacción en el Servicio

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

¿Cómo podemos entender la satisfacción cuando estamos ofreciendo un servicio?. Resulta un poco difícil poder determinar si estamos logrando satisfacer a nuestros usuarios, principalmente cuando hablamos de una organización de salud y aun más difícil si nos enfocamos solamente en los hospitales públicos pertenecientes al Sistema de Salud.

Es mucho más fácil poder cumplir con las expectativas de los usuarios, es decir, nuestro paciente cuando hablamos de un hospital privado; ya que en esto tenemos una gran variedad de opciones que podemos ofrecer, sobre todo las que están relacionadas a la parte de amenidades.



En mi experiencia personal cuando sufres una mala atención o errores en el proceso de atención en un hospital privado es mucho más fácil compensar con regalos o promociones o mejores cosas en la estancia, en mi caso me obsequiaron un paquete de pañales de varias etapas para mi bebe.

Pero entonces, ¿cómo podemos medir la satisfacción al ofrecer un servicio? Pues la literatura nos apoya al ofrecernos tres características que nos pueden ayudar; no debemos olvidar que estas son creadas desde la parte administrativa y de la industria por lo cual tenemos que adaptarlas a nuestro Sistema de Salud.

A continuación mencionaremos estas características.

BÚSQUEDA: En esta se contemplan características como el estilo, el color, la textura, el gusto y el sonido; esto permite a quienes van a obtener el servicio observarlo desde antes. Los bienes como la ropa , el mobiliario y los alimentos poseen muchas características de búsqueda.

EXPERIENCIA: Esta propiedad no se puede evaluar antes de haber tenido el servicio o en el caso de los productos, antes de la compra de los mismos. Es difícil que los usuarios puedan confiar en amigos o familiares.

CREDIBILIDAD: Esto es el resultado del servicio que los usuarios encuentran difícil de Lo importante de todo esto es pensar en cómo logramos esto en un hospital público en donde es difícil poder medir la satisfacción de la atención de nuestros pacientes.

¿Cómo podremos adaptar herramientas para determinar estas tres características y qué beneficios dará conocer la satisfacción?

Imágenes proporcionadas por: Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández

Amenazas potenciales y vulneravilidad

Tecnología, oportunidad de mejora ante desastres

Primera parte

Dr. Juan Mejía Gutiérrez/Jefe del Departamento de Reacción Hospitalaria contra Desastres

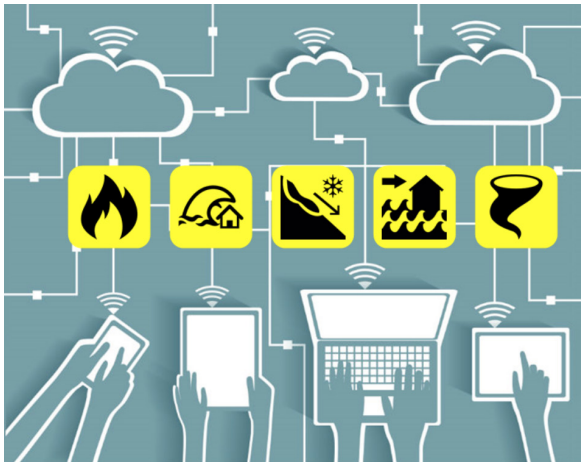
La magnitud del impacto de cualquier desastre resulta de la combinación de las amenazas potenciales y la vulnerabilidad presente con lo que se establece un nivel de riesgo. Hay pocas intervenciones que se pueden hacer para controlar o eliminar la mayoría de las amenazas de origen natural y algunas cuantas opciones para las originadas por el hombre, sin embargo, la vulnerabilidad si se puede modificar a partir de un abordaje sistematizado, evaluación apropiada y planificación anticipada.

Actualmente los desastres de origen natural tienden a aparecer con mayor frecuencia, así como en nuevas áreas como consecuencia tanto del cambio climático como de la expansión de las áreas urbanas y el pronóstico es que esta condición continúe la misma tendencia ascendente. Cada vez es más frecuente que las instalaciones públicas como los hospitales bajo la normativa actual desarrollen un plan de manejo integral de riesgos con la finalidad de garantizar la funcionalidad y rápida recuperación en caso de un desastre.

A pesar de estos esfuerzos ya normados hemos visto tragedias en donde condiciones como la falta de energía eléctrica o de oxígeno, ponen en riesgo la supervivencia de pacientes críticamente enfermos. Bajo estas condiciones las acciones son siempre reforzar el sistema operativo del hospital sin embargo pocas veces se desarrollan planes que integren la respuesta comunitaria ante un desastre, la otra gran variable relevante en este tipo de situaciones.

Con los sistemas actuales posibles de monitoreo de la movilidad por medio de geolocalización de los celulares es posible apreciar los movimientos poblacionales con lo que se ha podido identificar la mayor o menor atención de la población siguiendo las medidas de confinamiento enunciadas para disminuir la diseminación de las infecciones por COVID-19, por ejemplo, de esta misma forma se podría evaluar los cambios de distribución de población que en un momento de contingencia se desplaza en busca de atención y de esta manera planificar mejor la capacidad de recepción de pacientes.

Por otro lado, la generación de un expediente electrónico con la información relevante de los pacientes debería mejorarse en búsqueda de la portabilidad y compatibilidad de los sistemas de forma tal que en cualquier unidad de salud se pudiera tener acceso al historial médico completo del paciente garantizando no solo el acceso a la atención en salud sino también la continuidad y por otro lado bajo un uso razonable la confidencialidad de sus datos sensibles.



La Capital, 5 de noviembre del 2021

El INCMNSZ participe en el Sistema SocialDiabetes

La compañía colabora con diversas instituciones privadas y públicas, como el INCMNSZ, donde se evalúa el impacto del uso del Sistema SocialDiabetes, tanto desde el punto de vista de mejora clínica de los pacientes, como desde la perspectiva de la gestación asistencial, ya que se convierte en un proceso más personalizado y eficiente.

Link: https://www.lacapital.com.mx/noticia/87713-SocialDiabetes_la_startup_medica_que_ayuda_a_gestionar_y_controlar_la_diabetes

Andalucía, 4 de noviembre del 2021

El INCMNSZ invitado a participar en el manejo de COVID-19 en México con investigadores y autoridades

El Secretario General de Investigación, Desarrollo e Innovación de la Consejería de Salud y Familias, Isaac Túnez, ha sido invitado para compartir la experiencia de la Secretaría que lidera en el manejo de la actual Pandemia con investigadores, gestores y autoridades del Instituto Nacional de Cancerología, del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán y del Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía de México.

Link:https://www.europapress.es/esandalucia/sevilla/noticia-andalucia-comparte-experiencia-manejo-covid-19-investigadores-autoridades-mexico-20211104133450.html

La Jornada, 14 de noviembre del 2021

Revertir el impacto de la Diabetes Dr. Carlos Aguilar Salinas/director de Nutrición del INCMNSZ

En el marco del Día Mundial de la Diabetes, el Dr. Carlos Aguilar Salinas, Director de Nutrición, expresó que la diabetes es el problema de salud más importante que tiene México, con más de 13.3 millones de personas con diagnóstico de la enfermedad y entre 4 y 6 millones más, están en la misma situación, pero no lo saben. Aunque el crecimiento del mal se aceleró a partir de la década de los 80. desde 2016, está vigente una declaratoria de emergencia sanitaria.

Link: https://www.jornada.com.mx/notas/2021/11/14/sociedad/con-diagnostico-de-diabetes-uno-de-cada-10-mexicanos-experto/

conociendo a

MUJERES EN EL INCMNSZ

Información: Gabriela Rubello Marín
Centro de Información e Investigación Documental, CIID

María Silvia López Yáñez

Jefa de Trabajo Social Área Médica B

1989
Título de Trabajadora Social, Escuela de Trabajo Social de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social

1987-1988
Servicio Social, Banco de Sangre y Prácticas Profesionales, Departamento de Oncología, INCMNSZ

1989
Departamento de Trabajo Social y Admisión de Enfermos, INCMNSZ

1990-1992
Departamentos de Hematología y Gastroenterología, actividades de asistencia, investigación, organiza y coordina el Grupo de Ayuda Mutua de Pacientes con Enfermedades Hematológicas Graves, forma parte del Programa de Trasplante Hepático Ortotópico

1992 - 2016
Profesora Titular Metodología de Trabajo Social, Investigación y Seminario de Tesis, miembro del Comité de Titulación de Técnico Profesional en Trabajo Social, Escuela de Trabajo Social, STPS; Directora de Tesis de Licenciatura, lectora crítica de trabajos de investigación en la Universidad Autónoma de Sinaloa

1994 - 2015
Supervisora de Trabajo Social

1999-2000
Diplomado en Administración de Servicios de Salud en Trabajo Social, Tercer Nivel de Atención Médica, Escuela Nacional de Trabajo Social, UNAM

2007-2012
Coordinadora del Curso de Nivelación a Licenciatura en Trabajo Social Universidad Autónoma de Sinaloa- INCMNSZ

2009
Título de Licenciada en Trabajo Social, Facultad de Trabajo Social, Universidad Autónoma de Sinaloa

2016 -
Miembro del Subcomité de Trasplante Hepático Ortotópico
Coordinadora de logística del Programa Institucional de Tratamiento de Virus de Hepatitis C
Coordinadora del Curso de Orientación a Pacientes en protocolo de Trasplante Hepático Ortotópico y sus familiares

Concertistas de Bellas Artes

Contralto Ana Caridad Acosta, Pianista Alejandro Barrañón

Lic. Palmira de la Garza y Arce/Coordinación de Arte y Cultura

El pasado 25 de noviembre, transmitimos un concierto bellísimo, tuvimos el privilegio de escuchar la voz de la extraordinaria contralto Ana Caridad Acosta, acompañada del talentoso pianista Alejandro Barrañón, ambos pertenecen a Concertistas de Bellas Artes, Institución a la que agradecemos su apoyo.

LOGREMOS juntos

UNA NUEVA TORRE

HOSPITALIZACIÓN • QUIRÓFANOS • TERAPIA INTENSIVA

así es la NUEVA TORRE INCMNSZ

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Noviembre 2021

Noviembre 2020

Noviembre 2019

Sigue el avance en la página: **www.incmnsz.mx**

Toma de decisión para mejoramiento interno de la Organización

La autoridad como guía para el crecimiento organizacional

Segunda y última parte

Dirección de Administración

En la edición anterior, reflexionamos en torno a la autoridad. En esta ocasión, retomaremos este concepto que nos permite entender que a través de la autoridad, se puede generar tomas de decisión en función al mejoramiento interno de la organización, para el caso la autoridad debe ser implementada sin excesos y con tendencia orgánica al crecimiento, desarrollo personal, profesional y organizacional.

Un ejemplo de autoridad en el INCMNSZ es el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz quien ocupa el cargo de Director General, que por sus atribuciones y funciones deberá de guiar a las distintas áreas que conforman la estructura institucional, de manera que se puedan alcanzar las metas y objetivos en beneficio de quienes lo integramos y de aquellos que reciben nuestros servicios, buscando siempre un ambiente laboral saludable.

Es importante advertir que la autoridad debe de concertarse en la persona adecuada con capacidades y características que le permitan guiar a una organización al éxito, pero no solo eso, la autoridad debe de compartirse para poder atender con diligencia todos y cada uno de los eventos a los que se enfrente la organización, pue esto permitirá el adecuado funcionamiento.

En el caso de este Instituto y según el análisis que hemos realizado, la autoridad del INCMNSZ se ha manejado con la debida diligencia, propiciando resultados consistentes y adecuados con beneficios al interior y exterior.

"La autoridad es una facultad natural que confiere al que la posee el don de provocar respeto. La autoridad es pues fuente natural de fuerza moral" (Salvador de Madariaga).

¡Yo también soy INCMNSZ!

Autores: Mtro. Carlos Augusto Sánchez Morales, Susana Lorena Parra Ávila, María Fernanda Galicia Villanueva.

Grandes beneficios

Jardinería un pasatiempo saludable

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

La jardinería es un pasatiempo que puede ayudar a nuestro BIENESTAR. Ya sea que tengas un jardín, un huerto o cuides las plantas en el interior de tu casa, esta actividad puede darte varios beneficios:

- **Brindar un sentido de responsabilidad**. Cuidar de las plantas es una manera de aprender a respetar a otros seres vivos, si lo hacemos desde niños, nos permite maravillarnos con los procesos de la naturaleza; cuando una planta crece, florece, cuando cambia con las estaciones y vuelve a iniciar el ciclo.

- **Mantener la conexión con nuestro entorno**. Un estudio del 2003 realizado por estudiantes de enfermería, reveló que practicar jardinería en grupo ayuda a enfocar los objetivos y a trabajar en equipo.

- **Liberar estrés**. La jardinería nos ayuda a relajarnos. Limpiar las plantas secas, eliminar plagas, plantar algo nuevo, es una metáfora de las cosas que vivimos diario, si no podas lo malo de tu vida, no podrás crecer.

- **Cultivar las plantas nos permite vivir en el presente**. Esta actividad nos ayuda a enfocarnos en el presente, en hacer lo necesario para obtener frutos de lo que sembramos. El jardín, las plantas, las flores, son perfectas para despertar nuestros sentidos: escuchar, tocar, oler, observar.

- **Entender el ciclo de la vida.** Cuidar de un jardín, nos ayuda a entender que todo tiene un principio y un final, pero que este da pie a nuevos brotes, nos lleva a la regeneración.

Fuente:https://www.nursingtimes.net/roles/mental-health-nurses/gardening-as-a-therapeutic-intervention-in-mental-health-11-11-2008 https://www.psychologytoday.com › blog › 10-beneficios

Champiñón

Es una de las setas más populares, comercializadas y consumidas en los países occidentales. Existen numerosas especies de champiñón, y todas son beneficiosas para nuestro organismo. Bajos en calorías, pero ricos en vitaminas del grupo B, contiene, potasio, hierro, cobre y selenio.

Al comprarlos, conviene escoger champiñones de color blanco, de consistencia dura y con el sombrero bien cerrado, y unidos al pie. Eso indica que se trata de hongos frescos.

Se prestan para muchas preparaciones, como en tortillas, empanadas, base de patés, ensaladas, salsas, fritos, a la plancha o en estofados.

Refuerzan el sistema inmunitario, gracias a sus betaglucanos. Ayudan a prevenir el cáncer, debido a su contenido en selenio que combaten a los radicales libres. Apoyan a la salud cardiovascular al ser ricos en potasio y sodio, y promueven el control de la presión arterial, así como el fortalecimiento del corazón.

Cuadernos de **nutrición**

Champiñones rellenos de carne molida

Ingredientes:

3 champiñones medianos

1 de taza de carne molida

1/4 taza de caldillo de jitomate

Preparación:

Para el caldillo. Licuar los jitomates, la cebolla, el ajo con un poco de agua.

Limpiar los champiñones con un paño húmedo y quitarles el tallo.

Colocar los champiñones hacia arriba en un sartén caliente y tapar hasta que se cocinen (“suden”). Apartar los champiñones

En un sarten agregar la carne molida, tapar hasta que esté bien cocida.Agregar el caldillo de jitomate y cocinar hasta que se incorpore a la carne.

Rellenar los champiñones con la carne. Servir.

Fuente: Menús altos en proteína de orígen animal. Departamento de Fisiología de la Nutrición. Página 24.

16 de noviembre, Día Mundial de Enfermedad Obstructiva Crónica (EPOC)

Tercera causa de muerte en el mundo: OMS

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es la tercera causa de muerte en el mundo. Más del 80% de estas muertes se producen en países de ingresos medianos y bajos. La enfermedad cursa con síntomas respiratorios persistentes de aparición progresiva (disnea, tos y/o expectoración).

Fuente: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulm

17 de noviembre, Día Mundial contra el Cáncer de Pulmón

Tabaco y Alcohol, factores de riesgo

Es una enfermedad que puede llegar a ser mortal, afectando tanto a hombres como a mujeres en todo el mundo. De ahí la importancia de su prevención evitando los posibles factores de riesgo como el tabaco, el alcohol y otras sustancias nocivas para la salud.

Fuente: https://www.cuandopasa.com/index.php?v=v103421d

19 de noviembre, Día Mundial del Paciente Anticuagulado

Anticuagulantes para mejorar la calidad de vida

Con el objetivo de dar visibilidad a las personas que deben someterse a tratamientos con anticoagulantes para mejorar su calidad de vida. Asimismo, esta efeméride tiene como finalidad concienciar a los pacientes acerca del alcance de estos medicamentos.

Fuente: https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-mundial-paciente-anticoagulado

30 de noviembre, Día Internacional Trastornos Alimentarios

Cinta color azul claro su distintivo

Este día surgió a finales del año 2012 por iniciativa de unas administradoras de una página de Facebook que buscaron una vía para apoyarse a sí mismas, para apoyar a otros y para recordar la lucha de las personas que se enfrentan a estos trastornos. Propusieron tener como símbolo un lazo o una cinta o pulsera de color azul claro en la mano izquierda para representar la fe, la solidaridad y la esperanza.

Fuente: https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-internacional-lucha-trastornos

De gran impacto emocional

Psoriasis: más que una enfermedad dermatológica

Lic. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

Dra. Linda García Hidalgo

La Psoriasis es una enfermedad que se desarrolla en la piel de todo el cuerpo con manchas rojas y escamas gruesas blancas. Entrevistamos a la Dra. Linda García Hidalgo, médica adscrita al Departamento de Dermatología del INCMNSZ y experta en psoriasis, quien nos explicó más sobre esta enfermedad que afecta al 2% de la población mundial:

"La Psoriasis es una enfermedad inflamatoria, crónica que no tiene cura. Se ha visto que tiene muchas comorbilidades, sobre todo con síndrome metabólico, obesidad y enfermedad cardiovascular; toda esta inflamación constante que generan estas enfermedades, se va a reflejar en la piel. Aunque también hay predisposiciones genéticas, factores relacionados con medicamentos corticoides y otros aún desconocidos".

Tiene ciclos de mayor aparición que pueden durar semanas o meses y luego disminuyen o entran en remisión también por temporadas.

Hay varios grados de gravedad que pueden ir desde leve (solo en ciertas zonas), hasta grave en el que puede afectar a todo el cuerpo, otros tipos que pueden estar en zonas difíciles como la zona cabelluda y uñas, o el que se extiende a las articulaciones.

"Quienes desconocen la enfermedad pueden creer que es una infección contagiosa (aunque no lo es) y empiezan a estigmatizar a las personas por su apariencia. Eso repercute mucho en la calidad de vida de las personas: en la capacidad para relacionarse con sus seres queridos, de forma más íntima con su pareja, en el modo en el que visten y, en general, en su confianza para socializar", aseguró la especialista.

Existen tratamientos para ayudar a controlar los síntomas como la resequedad de la piel que puede causar picazón y sangrados, pero suelen ser caros o de difícil acceso, como las terapias biológicas.

Actualmente, en el INCMNSZ se atienden a más de 200 pacientes con psoriasis. Además, se llevan a cabo estudios sobre su fisiopatología, su relación con enfermedad cardiovascular y el que lleva la Dra. Linda García del Impacto Biopsicosocial de la Psoriasis.

Calidez y servicio

Agradecimeinto a las recepcionistas de planta baja de la UPA

María del Rosario/familiar de paciente

Deseo agradecer a las señoritas de la recepción de la planta baja de la Unidad del Paciente Ambulatorio Dr. Fernando Gabilondo Navarro por su gentileza y buena disposición para con los pacientes que ahora con lo de la Pandemia por COVID-19 estamos muy nerviosos, pero a veces, olvidamos hacer lo que por seguridad nos indican y ellas de muy buen modo nos lo recuerdan y además cuando nos llaman son muy cálidas con nosotros.

Recepcionistas Consulta Externa de la UPA, planta baja

Dar lo mejor para la solución de problemas

La Mística Institucional, entrega y dedicación

Dra. Judith Guadalupe Domínguez Cherit/Jefa del Departamento de Dermatología

Dra. Judith G. Domínguez Cherit

La Mística Institucional es, todos los días trabajar con entrega y mucha dedicación, que cuando se esté con un paciente, se tenga la conciencia de que se está dando lo mejor de cada uno para solucionar el problema. La Mística se adquiere desde antes de ingresar al Instituto, pues es algo que se debe tener para cada sitio en el que se trabaja.

El respirar, todos los días, la Mística del resto de mis colegas en el Instituto, es una forma de conservarla y también, es así como me la han trasmitido y también, así la he transmitido. Siempre he sido de las personas que creen que la mejor enseñanza es con el ejemplo; si trabajo con pasión, si reviso al paciente con pasión, si analizamos casos difíciles con pasión, la transmisión de la Mística Institucional se da por añadidura.

Por eso, ser parte del INCMNSZ, representa para mí, ser parte de una gran y prestigiosa comunidad.

Hice mi servicio social en el Departamento de Infectología, en l982, bajo la tutela del Dr. Guillermo Ruiz Palacios. Y, posteriormente, durante mi residencia y mi adscripción en el Hospital General "Dr. Manuel Gea González" cuando acudíamos varios residentes a apoyar a la Dra. Roció Orozco Topete, la entonces, Jefa del Departamento, en la consulta, así como las sesiones de correlación clínico-patológicas, para mí fue un gran reto.

Realicé mi especialidad de Dermatología en el Hospital General "Dr, Manuel Gea González" (HGMGG) donde trabaje durante 21 años, sin embargo yo ya conocía el Instituto por algunas clases de pregrado que lleve aquí y por haber realizado mi servicio social en infectología. Sin embargo, a pesar de estar en el HGMGG, nunca perdí el lazo con la INCMNSZ, ya que siempre se tenían clases o sesiones con la Dra. Rocio Orozco Topete, e incluso, acudíamos algunos días a rotar en la consulta con ella.

Mi mayor satisfacción en el Instituto ha sido tener un grupo de adscritos y residentes, con los cuales trabajar en forma agradable y solidaria en grupo.

En el INCMNSZ existe excelente relación entre todos y que es muy satisfactorio trabajar en una institución donde el personal de enfermería y administrativo son muy eficientes.

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

Historia de amor, amistad y muerte

Bajo la Misma Estrella
John Green

Lic. María Concepción Nolasco Miguel/Departamento de Comunicación y Vinculación

John Green (Indiana E.U.A. 24 agosto1977-) es un escritor de literatura juvenil, es *blogger* en YouTube y productor ejecutivo. Reconocido por sus exitosas novelas *Bajo la misma estrella, Buscando a Alaska y Ciudades de Papel*. *Bajo la Misma Estrella* es la sexta novela del autor y publicada en 2012.

Es la historia de una adolescente de 16 años llamada Hazel, una enferma terminal de cáncer de tiroides, que a pesar de someterse a continuos tratamientos que han reducido su tumor de forma casi milagrosa, debe vivir pegada a un tanque de oxígeno.

Obligada por sus padres, Hazel acude a un grupo de apoyo para jóvenes afectados por la enfermedad, ahí conoce y se enamora de Gus Waters, un joven de dieciocho años, exjugador de baloncesto, con una pierna amputada a causa del osteosarcoma y a pesar de las adversidades, el joven se mantiene fuerte y optimista.

Cada día que pasa la relación entre Hazel y Gus se hace más estrecha y se dan cuenta que la vida no es nada fácil, por eso preferirán vivir y disfrutar hasta de los momentos más insignificantes de la vida, antes que llegue el final.

Bajo la Misma Estrella es una historia sobre el amor, la muerte, la amistad, el respeto, la tolerancia, en la que el cáncer aparece como protagonista de fondo para alertar sobre la importancia de valorar la vida y disfrutar del presente.

Sabías qué…

- La figura principal de la obra de Don Quijote de la Mancha si existió.
- Alonso Quijano es el nombre del hidalgo don Quijote, protagonista de la novela escrita por el español Miguel de Cervantes Saavedra, publicada en 1605.
- Alonso Quijano fue coetáneo de Miguel de Cervantes.
- Vivió en El Toboso (Toledo) hacia el año 1584, según los documentos hallados en el Archivo Histórico Provincial de Toledo.
- Alonso Quijano es, según se le describe, un hombre viejo, desgarbado y extremadamente delgado. Se representa con barba y llevando una armadura destartalada.

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.

Abastecimiento de insumos y fármacos para la atención oportuna

Trabajo en Equipo para la atención de calidad en enfermería

Primera parte

Salvador Bautista Espejo/apoyo universal de la Subdirección de Enfermería

El reciente reconocimiento que se le ha realizado a nuestro Instituto, como uno de los mejores hospitales del mundo en el 2021, es gracias al trabajo de todo el equipo de salud, desde la visión de nuestras autoridades; del equipo de profesionales como: médicos, enfermeras, nutriólogos, químicos, biólogos, inhalo terapeutas y, otros compañeros que formamos parte importante del equipo como: secretarias, camilleros, farmacia, lavandería, y en particular el personal de apoyo administrativo, conocidos como, personal de mensajería.

El puesto de mensajería perteneciente a la Subdirección de Enfermería, está destinado para el abastecimiento de insumos suficientes y necesarios, así como de fármacos para los tratamientos de 24 horas de pacientes hospitalizados, contribuimos en la revisión y actualización del inventario de soluciones intravenosas para que no se detenga la atención a los pacientes, somos responsables de llevar las solicitudes para el abastecimiento de insumos y material al servicio las veces que sean necesarias, así como de transportar medicamentos y vacunas dentro de la red fría para la conservación y produzca el efecto deseado en el tratamiento, entre otras más actividades.

Detrás de nuestras acciones, se lleva a cabo un proceso administrativo coordinado y de trabajo en equipo que permite solicitar y tener disponible el material e insumo en cuanto se necesite, lo que contribuye a una atención oportuna y de calidad. Además, nuestro trabajo implica resaltar los valores institucionales en el día a día, el humanismo nos motiva a desempeñarnos de la mejor manera, porque sabemos que nuestras actividades contribuirán a la mejoría de otras personas, que son los usuarios del instituto. Debemos ser prontos, oportunos y honestos para la recepción y entrega de fármacos controlados y de altos costos para el instituto, así como informar y contribuir para la resolución de problemas en las áreas de hospitalización.

Personal de apoyo universal de la Subdirección de Enfermería

Respuestas del personal

Significado de la Pandemia por COVID-19 en el INCMNSZ

Dirección de Comunicación Institucional y Social/Departamento de Comunicación y Vinculación

Comparte tu experiencia en la página www.incmnsz.mx/sección: cómo vives la Pandemia (encuesta)

MÍSTICA
INCMNSZ
así somos

APEGO A LOS PRINCIPIOS

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

¡y aquí la vivimos diario!

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 #yaquilavivimosadiario

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
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

Si deseas colaborar escribenos a:
camiseta@incmnsz.mx

Consulta la edición digital
www.incmnsz.mx/opencms/Camiseta2021.html

www.incmnsz.mx