



La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXVIII No. 19

15 de octubre 2022

Trascendentales acciones del **INCMNSZ** en 76 años de existencia

Campaña de Vacunación contra Influenza 2022-2023

76



ANIVERSARIO
INCMNSZ
1946-2022

Trascendentales acciones del INCMNSZ en 76 años de existencia
Dr. José Sifuentes Osornio, Director General



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 689

15 octubre 2022

CONTENIDO

EDITORIAL	1	VIDA LABORAL	15
SER INCMNSZ	2	• Equidad de Género y salud	
• 76 años de ser <i>La Gran Familia Nutrición</i> Dr. José Sifuentes Osornio		NUTRICIÓN INCMNSZ	16
PARA CONOCERNOS	4	• Pérdidas y desperdicio de alimentos	
• Trascendentales acciones del INCMNSZ en 76 años de existencia Dr. José Sifuentes Osornio		LA CULTURA DEL BIEN COMER	17
ENTÉRATE	6	• Calabaza de Castilla • Dulce de Calabaza	
• Campaña de Vacunación contra Influenza 2022-2023		SABÍAS QUE	18
• XLVIII Jornadas de Enfermería y 1er. Curso Internacional		• Efemérides de la salud	
CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	8	TU SALUD	19
• Mecanismos de Evaluación de la Secretaría de Salud		• Prevención de Enfermedades Cardiovasculares	
NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	10	FORO DEL LECTOR	20
• Protección del medio ambiente y salud, desafío social y ético		• Agradecimiento al personal de recepción del Departamento de Endoscopia	
COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	11	TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	21
• El Departamento de Comunicación y Vinculación apoyando la Protección Civil en el INCMNSZ		• La Mística es tener apego, respeto y amor por el INCMNSZ	
VIDA INSTITUCIONAL	12	ESPACIO DE LECTURA	22
• Médicas Residentes en el INCMNSZ		• <i>Ciudad sin ángel</i> Jorge Enrique Adoum Auad	
NUEVA TORRE INCMNSZ	14	HABLEMOS DE ENFERMERÍA	23
• Logremos juntos		• La necesidad de fortalecernos como grupos disciplinarios	
		CAMPAÑA INSTITUCIONAL	24
		• A los primeros 75 años del INCMNSZ, tú, ¿cómo visualizas el futuro?	

Una de las instituciones de salud más prestigiadas de México es el INCMNSZ, que el **12 de octubre cumplió 76 años de existencia**. En la sección **Para Conocernos**, el **Dr. José Sifuentes Osornio, Director General** del mismo, reflexiona en torno a los **grandes logros en asistencia, docencia e investigación** que el Instituto ha tenido, entre otras cosas, gracias al **compromiso, responsabilidad y empeño de cada uno de sus integrantes**.

El mismo **Dr. José Sifuentes Osornio**, en **Ser INCMNSZ**, expresa lo que ha representado y significa la **Mística Institucional** para él y para la comunidad del Instituto, denominada por él mismo, como: **La Gran Familia Nutrición**.

En **Entérate**, se dan a conocer dos hechos de gran relevancia suscitados en el Instituto: el primero, el inicio de la **Campaña de Vacunación contra Influenza 2022-2023** y el segundo, las **XLVIII Jornadas de Enfermería y 1er Curso Internacional**.

En **Sabías que**, se informa sobre algunas efemérides de la salud conmemoradas durante la segunda quincena de octubre, tales como: octubre, **mes de la sensibilización sobre el Cáncer de Mama**; 1 de octubre, **Día Internacional del Paciente Ostomizado** (primer sábado de octubre) y 5 de octubre, **Día Mundial de la Parálisis Cerebral** (primer miércoles de octubre).

Las **Enfermedades Cardiovasculares (ECV)** son la causa de un alto índice de mortalidad en el mundo. En este contexto, en **Tu Salud**, el **Dr. Jorge Oseguera Moguel, jefe del Departamento de Cardiología**, expone la importancia de **prevenir y detectar tempranamente estos padecimientos**.

La **aspiración y visualización que los integrantes del INCMNSZ** tienen respecto a los próximos 75 años de existencia del Instituto es que **seguirá creciendo en excelencia y liderazgo**. Lo anterior, se expone en la sección **Campaña Institucional**.

Promover un ambiente digno, respetuoso e incluyente

76 años de ser *La Gran Familia Nutrición* Dr. José Sifuentes Osornio

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



Dr. José Sifuentes Osornio

A 76 años de la fundación del INCMNSZ, el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del mismo, en entrevista, expresó que toda la Comunidad Institucional se siente orgullosa y satisfecha de cumplir más de siete décadas de formar parte de *La Gran Familia Nutrición* que ha sustentado su actuar diario en la Mística Institucional.

Agregó que la Mística del INCMNSZ se ha cumplido por 76 años y que ahora, es obligación de sus integrantes mantener la observancia de esta en los años por venir. De tal forma que esta Mística perdure a través del tiempo.

“Debemos sentir orgullo de ser parte de este proyecto que parecía una ilusión en los años 40 del siglo pasado, pero que hoy en día, es una realidad que se ha alcanzado. Consolidándose como una institución fuerte y bien plantada.

En la actualidad, estamos viendo día con día, los logros de todos nosotros en asistencia, docencia e investigación. Logros que hemos alcanzado como comunidad. Por eso, debemos sentir y aquilatar el orgullo de pertenecer al Instituto.

De igual manera, debemos recordar que la Institución nos pide esfuerzo, nos pide dedicación, nos pide compromiso y nos requiere, entregarnos a ella para continuar manteniendo su nivel y crecer aún más. Es lo que yo les pediría en este 76 aniversario, que continuemos haciendo nuestro mejor esfuerzo para que el INCMNSZ avance aún más.

Que ese sea nuestro legado personal y comunitario para nuestra patria, a través de este hermoso proyecto que es el Instituto y del cual somos parte fundamental”.

Explicó que todos hemos contribuido a la grandeza del Instituto en estos 76 años de existencia y que podemos continuar haciéndolo, en la medida en que pongamos nuestro granito de arena a través de nuestras acciones cotidianas.

“Primero, debemos sentirnos parte del INCMNSZ, de esta *Gran Familia* y después, contribuir con nuestro granito de arena para que día a día, sea esta, una institución más sólida, con más y mejores respuestas para la mejora de la salud de los mexicanos y con una mayor proyección internacional, pero también viendo hacia el interior, buscando que los integrantes se sientan en un ambiente digno, respetuoso e incluyente.

Es un motivo de gusto ver que una Institución en nuestro país, después de 76 años de vida, se mantenga vigente, solida, incluyente y con posibilidades de ser mejor.

Recordemos que si durante 2020 y 2021, el Instituto fue reconocido por la revista *Newsweek* como una de las mejores instituciones médicas de especialidades del mundo, es porque todos hemos contribuido para ello y tenemos la posibilidad, de continuar por esa ruta con objetivos claros. Por ello, tratemos de mantener ese espíritu y esa idea de mantener ese nivel de desempeño óptimo. Se puede, lo hemos demostrado y debemos perseverar en busca de la línea de excelencia”.



Asistencia, Docencia e Investigación de excelencia

Trascendentales acciones del INCMNSZ en 76 años de existencia

Dr. José Sifuentes Osornio

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

En el marco del 76 aniversario del Instituto, celebrado el 12 de octubre pasado, el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ, destacó las trascendentales acciones que se han llevado a cabo en el Instituto durante su existencia, posicionándolo como líder y modelo.

En Asistencia médica, explicó, se han desarrollado programas de atención para pacientes con diversas enfermedades; tanto en Medicina Interna -con todas sus diferentes especialidades- así como, en atención quirúrgica.

“Se ha brindado atención de calidad a pacientes con enfermedades gastrointestinales, hepáticas, renales, endócrinas, metabólicas, reumatológicas crónicas, neoplasias sólidas y hematológicas, así como enfermedades infecciosas tanto agudas como crónicas. El Instituto ha sido pionero y líder en la atención de pacientes con lupus y con artritis reumatoide, tuberculosis y VIH, con hepatopatías agudas y crónicas, trasplante renal y hepático, entre otras condiciones graves.

También, hemos participado en la atención y combate de epidemias como: cólera, zika, chikungunya, paludismo, influenza y COVID-19”.

Así mismo, ha habido desarrollo de otras áreas como neurología, con la atención de pacientes con miastenia gravis, amiloidosis y más recientemente, en la atención de la enfermedad cerebro vascular”.

Destacó que la participación de grupos de hemato-oncólogos del INCMNSZ ha sido importante en la atención de pacientes con leucemias, linfomas y algunas enfermedades hematológicas complejas, pero también, en la atención de pacientes con diversas formas de cáncer, sobre todo, de mama, genito-urinario, de páncreas y del tubo digestivo.

En cuanto a la atención quirúrgica, explicó que los cirujanos han incursionado de manera muy significativa en los trasplantes de órganos (hígado y riñón, especialmente) que ha permitido llegar, hace unos meses, al trasplante hepático número 500.

“Otras cirugías importantes que se realizan son la endocrina, la bariátrica, de vías biliares, la cirugía portal, la cirugía oncológica de páncreas, de colon, cirugía gástrica y la cirugía ortopédica. El desarrollo de la cirugía pancreática desde hace más de 40 años en el Instituto es destacable, se han implementado técnicas de abordaje, incluso, nuevas técnicas para resolución de problemas complejos de esta glándula.”

En cuanto a Enseñanza, explicó que el INCMNSZ ha alcanzado un nivel de excelencia con 11 especialidades de entrada directa como son los de Medicina Interna y Cirugía General que son los programas premier del INCMNSZ.

“Tenemos también otros programas de entrada directa: geriatría, genética médica, anestesiología, radiología, anatomía patológica, urología, angiología, patología clínica y medicina nuclear. Nos permiten formar a los médicos especialistas que serán líderes en las instituciones médicas que dirijan en los años por venir”.

Externó que en el INCMNSZ hay un gran número de posgrados (59 en total), como, por ejemplo, los de las subespecialidades de: gastroenterología, endocrinología, hematología, endoscopia digestiva, reumatología, nefrología, oncología, neurología, infectología y terapia intensiva. Así como, de especialidades quirúrgicas como: cirugía de colon y recto, endocrina, de páncreas, vascular, bariátrica y prótesis en ortopedia. Sumado a ello, diversos cursos de alta especialidad como complemento del entrenamiento médico o quirúrgico. En el campo de enfermería se cuenta con el curso de pregrado y dos de posgrado.

Respecto a Investigación, el Dr. José Sifuentes Osornio expresó que tanto la investigación médica como la biomédica, han tenido gran avance en el INCMNSZ.

“El Instituto, desde su fundación, se ha caracterizado por trabajar de manera intensa en el desarrollo de nuevos conocimientos que puedan aplicarse en la atención de pacientes. Hemos alcanzado un nivel de madurez que ha permitido diversificar el portafolio de actividades en investigación. Realizamos investigación: clínica, biomédica, epidemiológica y básica que permite generar conocimientos nuevos con gran impacto nacional e internacional.

Nuestros investigadores tienen un papel significativo en la publicación de artículos de gran impacto. Algunas de las áreas en las que hemos incursionado son: enfermedades metabólicas, renales, gastrointestinales, hepáticas, reumatológicas, genéticas, neoplásicas, VIH, COVID-19, viruela símica y algunas otras infecciosas como tuberculosis, influenza y las infecciones transmitidas por mosquito. De igual forma, nuestros investigadores han hecho contribuciones originales en la fisiopatología renal, el estudio de la autoinmunidad, el entendimiento de mecanismos de enfermedades infecciosas, genómica la diabetes mellitus y de las enfermedades metabólicas, biología de la reproducción, el análisis epidemiológico de las diarreas, de la tuberculosis, de la resistencia antimicrobiana; la patogénesis de las enfermedades hepáticas, entre otros campos diversos.

Las líneas de investigación mas relevantes en el Instituto son:

1. Diagnóstico y tratamiento de enfermedades crónicas del adulto en medicina interna.
2. Genómica, fisiopatología y tratamiento de la obesidad, diabetes mellitus, dislipidemias y síndrome metabólico.
3. Enfermedades gastrointestinales y hepatobiliares (trasplante hepático, pancreatitis, etc.); diagnóstico, tratamiento y mecanismos de enfermedad.
4. Diagnóstico, tratamiento y biología molecular de enfermedades virales (COVID-19, influenza, VIH/SIDA, hepatitis, etc.).
5. Fisiopatología y tratamiento de lupus eritematoso generalizado y otras enfermedades autoinmunes.
6. Genómica, diagnóstico y tratamiento médico y quirúrgico del cáncer.
7. Nutrición y nutrigenómica en población mexicana.
8. Enfermedades y padecimientos geriátricos: epidemiología, diagnóstico y manejo (sarcopenia, fragilidad, etc.).
9. Epidemiología molecular, diagnóstico y resistencia a fármacos en tuberculosis y enfermedades bacterianas.
10. Diagnóstico y tratamiento médico y quirúrgico de enfermedades agudas y crónicas de los aparatos endócrino y genitourinario (trasplante renal, hemodiálisis, etc.).

Los anteriores, son solo algunos ejemplos, de las muchas y grandes acciones que los investigadores del Instituto han realizado en 76 años de existencia. Logros alcanzados, con el apoyo de sus integrantes, quienes de forma comprometida, responsable y solidaria realizan en el día a día sus actividades en favor de nuestros pacientes. Muchas gracias a todos ustedes por todo su empeño. Continuemos en esta línea para que el INCMNSZ continúe siendo líder y modelo a seguir”.

Por la seguridad de todos

Campaña de Vacunación contra Influenza 2022-2023

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

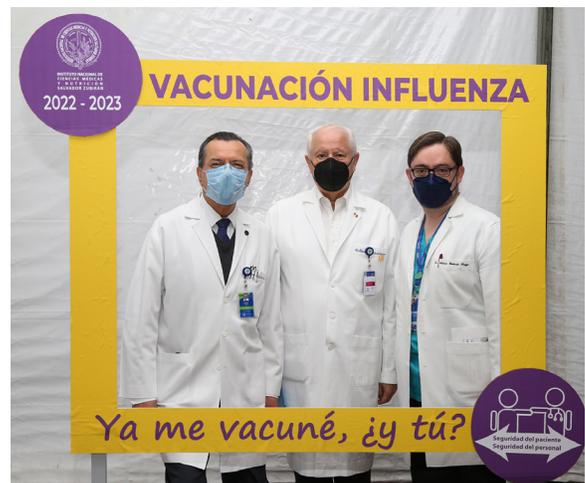
Con la intención de favorecer las medidas de seguridad y fomentar la salud de los integrantes del Instituto, el pasado 5 de octubre, dio inicio la Campaña de Vacunación contra Influenza 2022-2023.

El Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del Instituto, acudió a aplicarse la vacuna a la Explanada del Quijote, lugar en donde se colocaron los módulos de vacunación que estuvieron hasta el 14 de octubre, dando la oportunidad al personal de acudir a recibir el biológico.

Como parte de acto inaugural de dicha actividad, también estuvieron presentes los doctores: Arturo Galindo Fraga, Subdirector de Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad de la Atención Médica y Fernando Gabilondo Navarro, exdirector del INCMNSZ, entre otros.

Este accionar, forma parte de la Jornada Nacional de Vacunación contra Influenza Estacional 2022-2023, instrumentada por el Gobierno Federal, a través de la Secretaría de Salud. Campaña que pretende aplicar alrededor de 4 millones de vacunas en todo el país, dando inicio con las personas que tienen factores de riesgo: mayores de 60 años, niñas y niños de 6 a 59 meses, personal de salud y mujeres embarazadas, entre otras.

De esta forma, el INCMNSZ y su comunidad, se suman a las acciones que se implementan para promover la prevención de enfermedades y fomentar una cultura de cuidado de la salud y bienestar entre la población.



Aplicación de la Vacuna contra Influenza al personal del INCMNSZ

Comportamiento Organizacional y la Calidad en la Gestión del Cuidado

XLVIII Jornadas de Enfermería y 1er. Curso Internacional

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



Con el objetivo de analizar el comportamiento organizacional dentro del sector salud como directriz para el logro de objetivos y su relación con la calidad que se otorga en los diversos niveles de atención a partir de los propios componentes del ser humano en su rol de trabajador, se llevaron a cabo las XLVIII Jornadas de Enfermería y 1er Curso Internacional Comportamiento Organizacional dentro de las Instituciones de Salud y su relación con la calidad en la gestión del cuidado, en el INCMNSZ.

El evento tuvo lugar en el auditorio principal del Instituto, los días 6 y 7 de octubre del presente año. La ceremonia fue presidida por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General; el Dr. Raúl Rivera Moscoso, encargado de la atención y despacho de los asuntos de la Dirección de Medicina; el Dr. Sergio Ponce de León Rosales, Director de Enseñanza; la Lcda. Marina Martínez Becerril, Subdirectora de Enfermería; la Lcda. María Paula Nájera, jefa del Departamento de Enfermería, la Mtra. Patricia Domínguez Sánchez, jefa del Departamento de Educación Continua en Enfermería; la Mtra. Araceli Jiménez Méndez, jefa del Departamento de la Escuela de Enfermería; y, como invitados de honor, los doctores y exdirectores del INCMNSZ: Fernando Gabilondo Navarro y David Kershenobich Stalnikowitz.

En su mensaje de bienvenida, la Lcda. Marina Martínez Becerril, expresó que a lo largo de 76 años, el gremio de enfermería del Instituto ha compartido un legado, generando identidad como seres humanos, con la Institución y con la sociedad a la que sirven, siendo estos componentes los que forman parte de su cultura organizacional.

Por su parte, el Dr. José Sifuentes Osornio, en su mensaje inaugural, destacó que es un evento muy importante para el gremio que ha sido fundamental para el INCMNSZ, como se conceptualiza el ejercicio moderno de la Enfermería:

“Esta reunión, expresa el componente principal de la Enfermería, centrado en la conjunción de tres conceptos fundamentales: la calidad, entendida como una mejora continua para los pacientes; el segundo, la seguridad, debemos fortalecerla y el tercero, el liderazgo”

Agregó que el 12 de octubre se conmemora el 76 Aniversario del Instituto. Lo que nos lleva a todos sus integrantes a continuar trabajando en la calidad, la seguridad y el liderazgo.

Finalizó su participación, inaugurando oficialmente el evento.

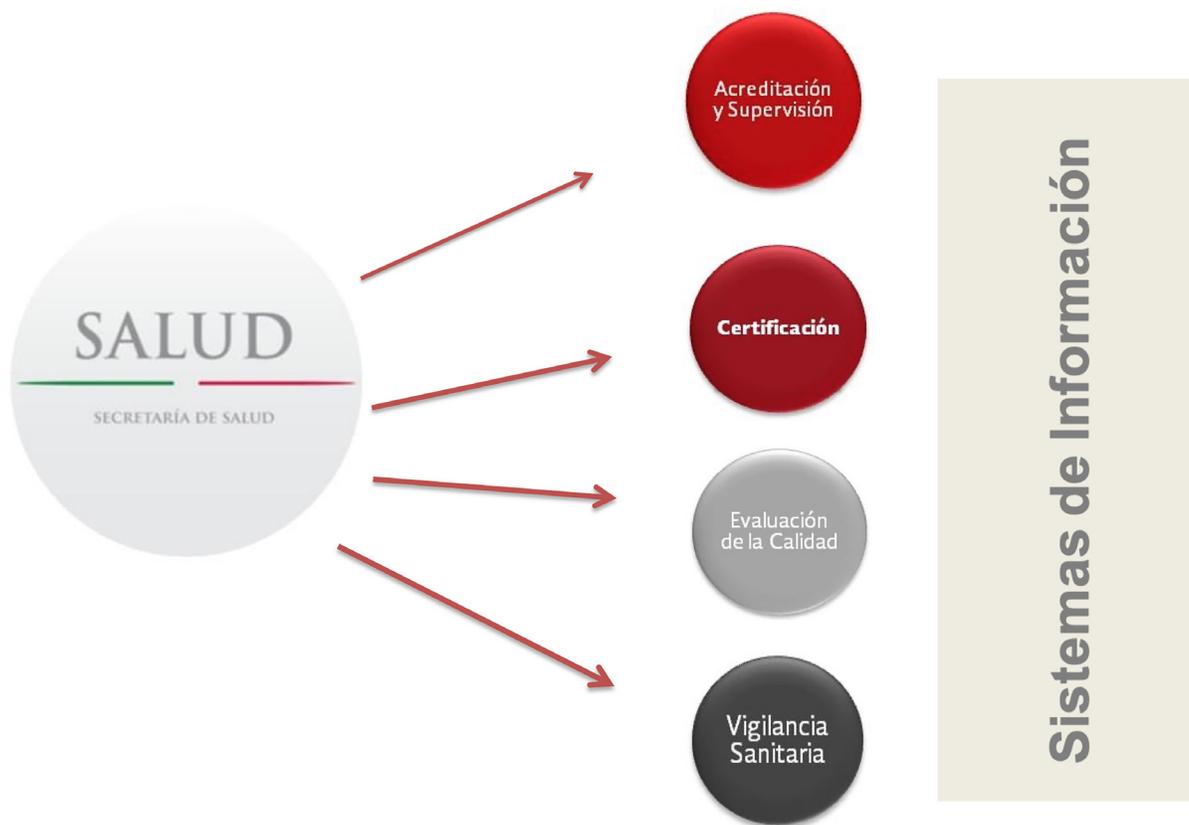
Seguridad del Paciente

Mecanismos de Evaluación de la Secretaría de Salud

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández. Coautor: Dr. Nelson Rodrigo Cruz Castellanos
Unidad de Mejora Continua de la Calidad

Podemos partir de los antecedentes históricos de los Mecanismos de Evaluación de la Calidad, que datan desde el siglo XIX. La enfermera Florence Nightingale es una de las precursoras de la evaluación de la Calidad, debido a su interés de reducir las muertes derivadas por la infecciones intrahospitalarias.

La Misión de la Secretaría de Salud de México, menciona que se deben de “Establecer las políticas de Estado para que la población ejerza su derecho a la protección a la salud”, por lo tanto, es necesario contar con Mecanismos de Evaluación para cumplir con las políticas establecidas en la Ley General de Salud. Dentro de los Mecanismos de Evaluación con los que cuenta la Secretaria de Salud se pueden enlistar los siguientes que además, ayudan a aumentar la Calidad y Seguridad del Paciente:



Mecanismos de Evaluación:



Se encarga del aseguramiento de la calidad a través del cumplimiento de criterios de capacidad, calidad y seguridad en apego a la normatividad, orientados de la política en asignación de gasto. La **Dirección General de Calidad y Educación en Salud (DGCES)**, es la que lleva a cabo el proceso de acreditación de los establecimientos de salud.



Favorece la minimización de riesgos de seguridad y mejora continua de la Calidad. En este caso el organismo que se encarga de ello, es el **Consejo de Salubridad General (CSG)**.



Enfoque multidisciplinario orientado a garantizar el cumplimiento de criterios de calidad y buenas prácticas en servicios prioritarios.



Evaluación del apego normativo con enfoque sancionatorio. El organismo que se encarga de la vigilancia sanitaria es la **Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS)**.

Hay que tomar en cuenta que, para cualquier modelo de evaluación, se requiere tener:

1. Fundamento jurídico y normativo:
 - a. Leyes
 - b. Reglamentos
 - c. Normas Oficiales Mexicanas
 - d. Lineamientos
 - e. Guías de Práctica Clínica

Desaparezca el hambre y no el hombre

Protección del medio ambiente y salud, desafío social y ético

Segunda parte

Biol. Abdala Rodríguez Assad/Coordinación de Control Ambiental

Como se expuso en la edición anterior, una importante especie biológica está en riesgo de desaparecer por la rápida y progresiva liquidación de sus condiciones naturales de vida: el hombre. Se hizo mención del deterioro ambiental o ecológico, en esta ocasión, se ahondará en ello.

El deterioro ecológico o medio ambiental produce afectaciones a la salud de cada individuo, por mencionar un ejemplo, se afirma que los contaminantes y sus derivados pueden tener efectos negativos al interactuar con moléculas que son decisivas para los procesos bioquímicos o fisiológicos del cuerpo humano. Por otro lado, es muy alarmante la influencia de estos factores en el daño tóxico según los grupos poblacionales.

Los efectos negativos de los contaminantes del aire sobre la salud pueden diferir también en función del grupo de población de que se trate, en particular, las personas más jóvenes y las de edad avanzada pueden ser especialmente sensibles a estos efectos nocivos, y los que padecen de asma u otras enfermedades respiratorias o cardíacas pueden sufrir un agravamiento de los síntomas por la exposición.

Se considera, además, la importancia de preservar el agua como fuente natural indispensable para la vida, pues es inquietante la crítica situación de los países del tercer mundo con la escasez y contaminación de este vital recurso natural. Se sabe que, en los países en desarrollo, el 80 % del total de enfermedades y más de una tercera parte de las muertes, están originadas por el consumo de agua contaminada.

Las enfermedades transmitidas por el agua, representan la principal categoría de enfermedades transmisibles que intervienen en la mortalidad infantil en los países en desarrollo, y la segunda -por detrás sólo de la tuberculosis-, de las que intervienen en la mortalidad de adultos, con un millón de muertes al año.



Estrategias de comunicación ante desastres

El Departamento de Comunicación y Vinculación apoyando la Protección Civil en el INCMNSZ

Lcda. Carmen Amescua Villela/jefa del Departamento de Comunicación y Vinculación

El Departamento de Comunicación y Vinculación consciente de la importancia de trabajar en coordinación con las áreas de Reacción Hospitalaria para Desastres y Protección Civil del INCMNSZ ha diseñado diversas campañas, así como material de señalización múltiple.

La comunicación permite promover, influir y facilitar la comprensión para modificar conductas y actitudes. Por eso la importancia de crear una estrategia comunicacional integral y planificada que acompaña a la gestión ante una determinada amenaza de emergencia o desastre.

Estas campañas han propiciado la participación de los diversos actores involucrados, ayudando a que la Comunidad INCMNSZ, junto con sus brigadistas designados comprendan tanto los riesgos conocidos como los desconocidos.

La señalización y material gráfico ha permitido sensibilizar al personal contribuyendo a su integración.

Así, el INCMNSZ ha logrado resultados en términos de eficacia, eficiencia y posicionamiento de mensajes.



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

#Proteccioncivilincmsz
#Seguridadentodo



¿Estás dispuesto a brindar ayuda en situaciones de emergencia?

ÚNETE

al equipo de brigadas internas de protección civil INCMNSZ

LA SEGURIDAD ES COMPROMISO DE TODOS

Informes:
Departamento de Reacción Hospitalaria para Desastres
Ext. 1910



INCENDIO

Identifica:

ANTES

- Rutas de evacuación
- Puntos de reunión externo



Mantén la calma (no corras, no grites, no empujes)

DURANTE

- Sigue las indicaciones de **evacuación**
- Sigue las instrucciones de los brigadistas
- No utilices elevadores
- En caso de humo, cúbrete la nariz
- Sal agachado

Espera instrucciones de los brigadistas

DESPUÉS

- Bajo ninguna circunstancia regreses a las instalaciones



Departamento de Reacción Hospitalaria para Desastres
TEL. 5487 0900 Ext. 1910



MÉDICAS EN EL INCMNSZ

2004-2005

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

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



Dra. Clara E. Vázquez Díaz
2004



Dra. Georgina Vázquez Martell
2004



Dra. Katia S. Zamora Osuna
2004



Dra. Ana Teresa Abreu y Abreu
2005



Dra. Gabriela Alvarado Luna
2005



Dra. Rocío Bermúdez Rocha
2005



Dra. Diana Castañares Bolaños
2005



Dra. Brenda Crabtree Ramírez
2005



Dra. Yanín Chávarri Guerra
2005



Dra. Evita Díaz Jiménez
2005



Dra. Guadalupe Dorantes M.
2005



Dra. Roxana Dueñas Linares
2005

MÉDICAS EN EL INCMNSZ

2004-2005

vida institucional

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

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



Dra. Claudia Enríquez Adalid
2005



Dra. Gabriela Enríquez Mendoza
2005



Dra. Christian H. Flores Balcazar
2005



Dra. Nubia Franco Álvarez
2005



Dra. Rosaura Fuentes Corona
2005



Dra. María V. Hernández M.
2005



Dra. Karla P. Martínez Rocha
2005



Dra. Zaira Medina López
2005



Dra. Ma. Guadalupe Medina M.
2005



Dra. Nora Isela Moguel Molina
2005



Dra. Laura Montes de Oca D.
2005



Dra. Liliana Orozco Corona
2005

LOGREMOS juntos

UNA NUEVA TORRE
HOSPITALIZACIÓN • QUIRÓFANOS • TERAPIA INTENSIVA

así es la
**NUEVA TORRE
INCMNSZ**



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



Octubre 2022



Octubre 2021



Octubre 2020

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

Principios de Justicia Social

Equidad de Género y salud

Primera parte

Dirección de Administración

La equidad constituye un imperativo de carácter ético, asociado con principios de justicia social y de derechos humanos. Desde el punto de vista operativo, la Equidad en Salud comprendería eliminar las disparidades evitables en la salud y sus determinantes entre grupos humanos con diferentes grados de privilegio social y género.

A partir del sexo, la identidad, femenina o masculina, está condicionada, determinando cómo deben actuar, sentir y pensar las personas según sean mujeres u hombres. Todo esto unido a la creencia de que son distintos y, en función de ello, la sociedad los educa y valora de forma diferente. No obstante, las únicas diferencias reales entre mujeres y hombres son las biológicas, diferencias que son innatas. El resto de las diferencias que se atribuyen son culturales y, por tanto, aprendidas; es una construcción social llamada género.

El género alude al conjunto de atributos simbólicos, sociales, políticos, económicos, jurídicos y culturales, asignados a las personas de acuerdo con su sexo. Son características históricas, sociales y culturalmente atribuidas a mujeres y hombres en una sociedad con significación diferenciada de lo femenino y lo masculino, por lo tanto no es un concepto estático, sino progresivo y moldeable.

En materia de salud, el género proporciona una serie de condicionamientos sociales, los cuales no se pueden separar de condicionamientos culturales y educativos que demarcan ciertos estados de salud de mujeres y hombres, en ocasiones, los individuos conviven en un medio de valores tradicionales y rígidos de género determinados por una cierta clase social o grupo étnico, acceso a información, educación escolarizada.

¡Yo también soy INCMNSZ!



Autores: Andrea Macías Reyna, Pedro Domingo Rivera Pérez y Carlos Augusto Sánchez Morales

1,300 millones de toneladas de alimentos desechados

Pérdidas y desperdicio de alimentos

LN. A. Viridiana Romero López y Dr. Carlos A. Aguilar Salinas/ Dirección de Nutrición

La pérdida y el desperdicio de alimentos se considera como una amenaza grave para la sostenibilidad del sistema alimentario, se puede presentar a lo largo de toda la cadena alimentaria. La parte de alimentos que se pierde desde la cosecha hasta antes del nivel minorista se conoce con el nombre de *pérdida de alimentos*. La parte que se desperdicia en el nivel minorista o del consumidor se denomina *desperdicio de alimentos*.

A nivel global, entre un cuarto y un tercio de los alimentos producidos anualmente para consumo humano se pierde o se desperdicia. Esto equivale a cerca de 1,300 millones de toneladas de alimentos, lo que incluye el 30% de los cereales, entre el 40 y el 50% de las raíces, frutas, hortalizas y semillas oleaginosas, el 20% de la carne y los productos lácteos y el 35% de los pescados. La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) calcula que dichos alimentos serían suficientes para alimentar a 2000 millones de personas.

Para gran parte de la población mundial, el desperdicio de alimento se ha convertido en costumbre: comprar más alimento de lo que necesitamos en los mercados, dejar que las frutas y verduras se estropeen en casa o servir porciones más grandes de lo que podemos comer. Estas costumbres perjudican a nuestro medio ambiente, cuando se desperdicia alimentos se desperdicia el trabajo, el esfuerzo, la inversión, y los recursos como agua semillas. El desperdicio de alimentos también aumenta la emisión de gases de efecto invernadero y contribuyen al cambio climático.

En la próxima edición, se expondrán algunas medidas fáciles que pueden adoptarse para evitar el desperdicio y la pérdida de alimentos.

Fuente: Pérdidas y desperdicios de alimentos en América Latina y el Caribe. (s. f.). Recuperado 5 de octubre de 2022, de <https://www.fao.org/americas/noticias/ver/es/c/239393/>



Calabaza de Castilla

Pertenece a la familia *Cucurbitaceae*, una planta común y famosa que se cultivó en el norte de México y se ha extendido a Europa, América Occidental y Asia.

Es un fruto que se caracteriza por tener una cáscara muy gruesa, pulpa carnosa de color anaranjado y pepitas en su interior. Pueden ser de color verde, con manchas blancas o anaranjadas, de tamaños y formas muy diversas.

Se le conoce como tamalayota, que proviene del náhuatl *tamalayohtli*: *tamalli*/tamal y *ayohtli*/calabaza, ya que su pulpa se asemeja a la masa de los tamales.

Se cultiva entre los meses de marzo y mayo, para empezar a cosecharla a mediados de octubre. El Estado de Michoacán es líder productor, con 7 mil 725 toneladas anuales.

Valorada en la época prehispánica por sus semillas/pepitas, ya que representan una buena fuente de proteínas y pueden conservarse por mucho tiempo sin echarse a perder.



Dulce de Calabaza



(4 porciones)

Ingredientes:

- 1 pieza grande de Calabaza de Castilla, cortada en trozos grandes y sin semillas
- 4 tazas de agua
- 1 raja de canela
- 1 cucharadita de bicarbonato de sodio
- Opcional, endulzante sin calorías

Modo de preparación:

En una cacerola hervir agua, una vez que esta comience a hervir agregar los trozos de calabaza, la raja de canela, el endulzante y el bicarbonato de sodio; incorporar todos los ingredientes.

Tapar la cacerola y cocinar a fuego medio durante 30 a 45 minutos, retirar del fuego y dejar enfriar. Servir y adornar con tiras de canela.

Octubre, Mes de la Sensibilización sobre el Cáncer de Mama

Promover la protección temprana y el tratamiento adecuado

En octubre conmemoramos el Mes de la Sensibilización sobre el Cáncer de Mama, instaurado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), como una forma de promover la detección temprana y el tratamiento adecuado a fin de prevenir, aumentar la supervivencia y reducir los efectos negativos de este tipo de cáncer; el más común entre la población femenina.

De acuerdo con la OMS, el cáncer de mama genera cada año, cerca de 500 mil muertes de mujeres, de las cuales, la mayoría se registra en los países en desarrollo, debido a detección tardía.

Fuente: <https://www.insp.mx/avisos/3813-octubre-mes-cancer-mama.html>

1 de octubre, Día Internacional del Paciente Ostomizado

Integrar a la sociedad al Paciente Ostomizado

Celebrado el primer sábado de octubre, se tiene como prioridad contribuir a la integración a la sociedad de todos estos pacientes. Además, se pretende concientizar a la población de la cantidad de obstáculos y barreras que tienen que enfrentar diariamente para poder seguir adelante con sus vidas después de un procedimiento quirúrgico que deja secuelas físicas y emocionales.

La ostomía es una operación donde es necesario realizar una abertura en el abdomen.

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

5 de octubre, Día Mundial de la Parálisis Cerebral

Sensibilizar sobre el impacto que tiene en la calidad de vida

La fecha reservada es el primer miércoles de octubre. El objetivo es sensibilizar a la sociedad sobre la parálisis cerebral y su impacto en la calidad de la vida de las personas que viven con esta condición.

La parálisis cerebral se describe como un grupo de trastornos permanentes del desarrollo, movimiento postural, atribuibles a alteraciones no progresivas que ocurren durante el desarrollo cerebral del feto o del niño hasta los 3 años de edad, secundarias a lesión o disfunción del Sistema Nervioso Central.

Fuente: <https://www.gob.mx/conadis/articulos/dia-mundial-de-la-paralisis-cerebral-129492?idiom=es>

Día Mundial del Corazón

Prevención de Enfermedades Cardiovasculares

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

El pasado 29 de septiembre, la Federación Mundial del Corazón, con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (OMS), conmemoró el Día Mundial del Corazón, con el fin de concientizar a la población sobre las Enfermedades Cardiovasculares (ECV), su prevención y tratamiento.

Las Enfermedades Cardiovasculares son la primera causa de defunción en el mundo: OMS.

En La Camiseta entrevistamos al Dr. Jorge Oseguera Moguel, jefe del Departamento de Cardiología del INCMNSZ, quien compartió información sobre las ECV:

“Es importante promover la prevención de dichos padecimientos, la detección temprana y el apego al tratamiento”.

Factores de riesgo cardiovascular:

- Edad avanzada.
- Sobrepeso y Obesidad.
- Antecedentes genéticos (como Cardiopatía Isquémica).
- Tabaquismo.
- Diabetes Mellitus .
- Dislipidemias (concentración elevada de lípidos).
- Arteriosclerosis (acumulación de grasas, colesterol y otras sustancias en las paredes de las arterias).
- Y la principal: Hipertensión Arterial.



“Aquí, en el INCMNSZ, atendemos a muchos otros pacientes que padecen enfermedades a las que conocemos como factores de riesgo emergentes, son principalmente del tipo inmunológicas, reumatológicas e inflamatorias, pero también, podemos incluir a la depresión”.

El especialista aclara que aún contando con los factores de riesgo, las ECV se pueden prevenir si se controlan y se estabilizan las enfermedades relacionadas, por lo que es importante continuar con vigilancia médica.

Además, recomendó a todas las personas, especialmente arriba de los 40 años, contribuir a la detección temprana con exámenes rutinarios al menos una vez al año: valoración cardiovascular y exámenes de laboratorio (que incluyan lípidos y glucosa en sangre).

La mejor forma de prevenir es mantener estilos de vida saludables con alimentación sana y actividad física.

Trato de excelencia

Agradecimiento al personal de la recepción del Departamento de Endoscopia

Lorena/ familiar de paciente del INCMNSZ

Mi nombre es Lorena, mi papá Raúl, es paciente del Instituto desde hace 20 años. Recientemente, tuvo un problema gástrico y le enviaron a realizarse una endoscopia que, de por sí, es un poco molesta y dolorosa. Para fortuna nuestra, el trato desde que solicitamos el estudio fue excelente y no se diga el día en que se la practicaron, el personal de la recepción fue muy amable.

Gracias al personal de la recepción, a las enfermeras y a lo médicos, el servicio es extraordinario y lo mejor de todo, es que los resultados de mi papá, fueron satisfactorios.

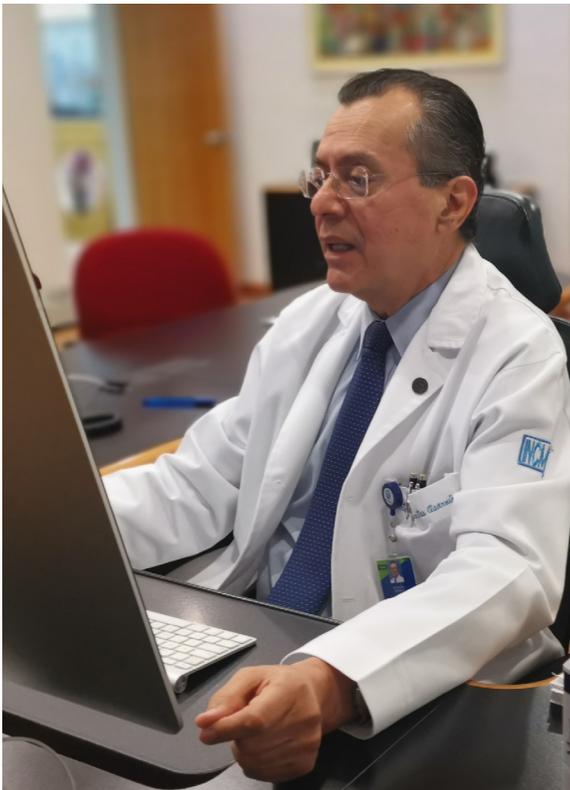


Personal de la recepción de entrada al Departamento de Endoscopia

Lealtad al Instituto

La Mística es tener apego, respeto y amor por el INCMNSZ

Entrevista realizada al Dr. José Sifuentes Osornio por la Dra. Dora Valenzuela de la Cueva/
Departamento de Comunicación y Vinculación



Dr. José Sifuentes Osornio

“La Mística Institucional es ese apego, respeto y amor que se siente por el INCMNSZ y que se aprecia desde el primer día cuando ingresamos, pero se va estructurando y entendiendo poco a poco. La Mística, también es ese cariño a pacientes, profesores, compañeros y a la Institución misma, entendida como ese conglomerado de seres humanos que la conforman.

Cuando llegué al Instituto, me di cuenta cómo los residentes tenían una gran camaradería, una gran lealtad a la Institución, un gran respeto a sus pacientes, un gran afecto por sus profesores y por sus compañeros. Yo, la definiría como actitud de amistad y de camaradería por el respeto, la dedicación, el amor por la Institución y por todos sus componentes. Formar parte del INCMNSZ es algo muy honroso, entre otras cosas, porque el INCMNSZ permite a las personas crecer y desarrollarse hasta el límite de su capacidad. Bien lo decía el maestro Zubirán que el Instituto no sólo forma buenos médicos, sino que el objetivo es formar mejores personas.

El Instituto me ha dado la oportunidad de ser un buen médico, un buen investigador, un buen profesor, pero, sobre todo, un mejor ser humano. Me he sentido muy honrado de formar parte del Instituto. Primero, por haber sido aceptado como residente y hacer una formación esplendida, una preparación como en muy pocos lugares del mundo se puede obtener. Después, por tener la oportunidad de conocer a personas muy comprometidas, inteligentes, brillantes, dedicadas a la medicina, a la atención de los pacientes, a la investigación y a la enseñanza.

Así tuve la oportunidad de crecer profesional y espiritualmente, al conocer y convivir con personas comprometidas, dedicadas e íntegras que me han enseñado el valor del aprendizaje, el reconocimiento de los valores, de la amistad, el respeto por las costumbres y el mejor entendimiento de las diversas formas de trabajo, pero sobretodo respeto y compasión por los pacientes y sus familias; respeto y estímulo para todo el personal de salud y demás personal de la Institución.

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

Vivencia de un exilio en París

Ciudad sin ángel

Jorge Enrique Adoum Auad

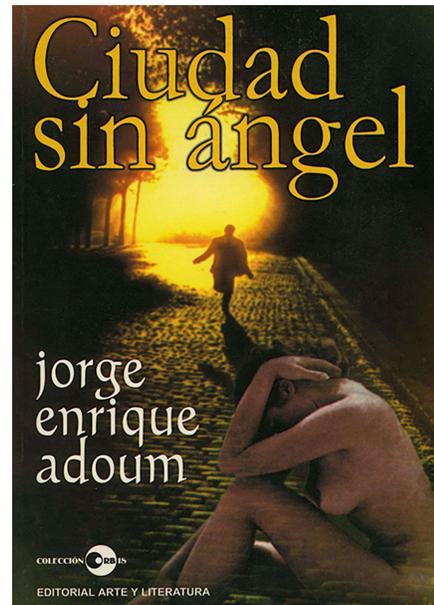
Lcda. Concepción Nolasco Miguel/Departamento de Comunicación y Vinculación

Jorge Enrique Adoum Auad (29 de junio de 1926, Ambato, Ecuador–3 de julio de 2009, Quito, Ecuador). Escritor, político, ensayista y diplomático, fue hijo del también escritor de temas ocultistas y esotéricos Jorge Elías Francisco Adoum. Entre sus mayores y más conocidos éxitos se encuentra las novelas *Entre Marx y una mujer desnuda*, publicada en 1976, llevada al cine en 1996, alcanzó un prestigio que lo situó rápidamente entre los más notables narradores de América Latina y con *Ciudad sin ángel*, escrita en 1995, cristaliza ese prestigio afinando su excelente prosa narrativa.

El autor, en la primera parte de la novela *Ciudad sin ángel*, deja ver el exilio latinoamericano en París, a través del pintor ecuatoriano Bruno Salerno y de su modelo y amante sudamericana Ana Carla. Ella es estudiante de historia del arte, maestra ocasional de español, quien le ayuda a escribir una tesis sobre él, en medio de un ambiente en el que se mezclan estudiantes y artistas latinoamericanos de ese país europeo, en un aura de politicismo pesimista, nostalgias, arte y amor.

La peripecia trágica ocurre cuando Ana Carla decide regresar a su país y cae en una pelea callejera, es herida y posiblemente muerta por la policía. Su nombre se une a los de tantos desaparecidos.

La otra parte de la novela gira en torno a la tristeza de Bruno y Karen, compañera francesa de la universidad de Ana Carla, ante su ausencia-carencia que poco a poco va solucionándose con su aparición fantasmática y, al mismo tiempo, real.



Sabías que...

Existen libros que son traducidos a otros idiomas de su lengua original. Los tres más traducidos en la historia de la literatura son:

1. ***El Principito***, de Antoine de Saint-Exupéry. Idioma original: francés. Libro infantil que narra la historia de un piloto que estrella su avión en el desierto y se encuentra con un principito que viaja por los planetas; ha cautivado la imaginación de varias generaciones.
2. ***Las Aventuras de Pinocho***, de Carlo Collodi. Idioma original: italiano. Es la historia de un muñeco de madera, que se convierte en un niño real; ha inspirado gran cantidad de adaptaciones cinematográficas, obras de teatro, *ballets* y óperas.
3. ***Alicia en el País de las Maravillas***, de Lewis Carroll. Idioma original: inglés. Trata de una niña que se pierde y cae en un mundo mágico, el libro está lleno de complejos problemas matemáticos y juegos de palabras que siguen atrayendo a todo el mundo.

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.

Surgimiento de Colegios y Asociaciones profesionales

La necesidad de fortalecernos como grupos disciplinarios

Mtra. Lizeth López López/ Adscrita al Depto. de Educación Continua en Enfermería

Por naturaleza las personas necesitamos relacionarnos con los demás y por lo regular en un entorno con aspectos en común. Dichas relaciones fortalecen la definición de la naturaleza social de todo individuo y conducen cada vez a una nueva forma de concebir los procesos del desarrollo humano, a nivel personal, social y profesional.

A partir de la Pandemia de la COVID-19 en México, a finales del 2019, se aceleró la visibilidad de los grupos disciplinarios; la necesidad de reunirnos, a través de una pantalla, por motivos de trabajo, escuela y de ocio nos permitió ir socializando a nuestras organizaciones, después de todo la Pandemia por la COVID-19 nos obligó a utilizar la tecnología y las plataformas electrónicas para la comunicación, lo que contribuyó a una mayor proyección disciplinaria, sin brechas geográficas, culturales y sociales e incluso institucionales, con el fin de atender las necesidades de los distintos profesionales en el país.

Los Colegios y Asociaciones de Profesionistas, son organizaciones formadas por miembros de una misma rama interesados en agruparse para trabajar en beneficio de su profesión, adquiriendo una responsabilidad en promover acciones en beneficio de la población, esencialmente a través del servicio para el cual se prepararon.

En la actualidad, existen Colegios y Asociaciones para cada área de especialidad o tema de interés en común, como el Colegio Mexicano de Medicina Crítica (CMMC); la Asociación

de Médicos del INCMNSZ (AMINCMNSZ); la Asociación de Químicos, (AQINCMNSZ); la Asociación Mexicana de Nutrición, (AMN); la Asociación Mexicana de Educación en Enfermería, (AMEE); la Asociación Mexicana de Enfermería de Practica Avanzada (AMEPA); la Asociación Mexicana de Enfermeras Especializadas en Medicina Crítica y Terapia Intensiva, (AMEEMCTI); el Colegio Mexicano de Licenciados en Enfermería, (COMLE) y el Colegio Mexicano de Producción y Difusión Científica en Salud, (CMPCS), por citar algunos.

El asociacionismo, como se conoce, permite crear de manera voluntaria comunidades de profesionistas para incidir en una problemática en común. Una Asociación o Colegio activo constituyen una oportunidad para el avance de una profesión que, sin duda trae consigo beneficios que impactan a las instituciones laborales y a la misma sociedad usuaria.

Te recomendamos acercarte a las Asociaciones y Colegios que aborden algún tema de tu interés y que te provean de elementos para fortalecer tu práctica profesional; desde cualquier ámbito laboral en el que te encuentres. ¡Juntos podemos fortalecernos!



Respuesta del personal

A los primeros 75 años del INCMNSZ, tú, ¿cómo visualizas el futuro?

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



Comparte tu experiencia en la página [www.incmnsz.mx/sección:Tú, ¿cómo visualizas el futuro?](http://www.incmnsz.mx/sección:Tú,¿cómovisualizaselfuturo?) (encuesta)



MÍSTICA
INCMNSZ
así somos

Amistad y Compañerismo

“Nos es común y nos une
a todos quienes formamos
la comunidad institucional”.

¡y aquí la vivimos diario!

Tomados del libro Mística Institucional, MAPorrúa, 2021

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados® 2022 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

#mística #misticaincmnsz #campañaincmnsz #asisomos #yaquilavivimosdiario



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. José Sifuentes Osornio

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 y fotografía

Karina Salas Mercado

Jorge Velázquez Hernández

Revisión

Liliana Morán Rodríguez

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación



Si deseas colaborar escríbenos a:
camiseta@incmnsz.mx

Consulta la edición digital
www.incmsz.mx/opencms/Camiseta2022.html

www.incmsz.mx