



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXVIII No. 23

15 de diciembre 2022

Terapia Intensiva del INCMNSZ recibe la Certificación de la *Right Care Foundation*

Colaboración en biotecnología entre India y México (INCMNSZ-IPN)



Terapia Intensiva del INCMNSZ recibe la Certificación de la *Right Care Foundation*



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 693

15 diciembre 2022

CONTENIDO

EDITORIAL	1	NUEVA TORRE INCMNSZ	14
SER INCMNSZ	2	• Logremos juntos	
• Dr. Fernando Larrea Gallo, nombrado Investigador Emérito		VIDA LABORAL	15
• Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz, nuevo presidente de la AMC		• Resiliencia una herramienta para afrontar la adversidad	
PARA CONOCERNOS	4	NUTRICIÓN INCMNSZ	16
• Terapia Intensiva del INCMNSZ recibe la certificación de la <i>Right Care Foundation</i>		• Trastornos de la Conducta Alimentaria: Identificación Temprana	
ENTÉRATE	6	LA CULTURA DEL BIEN COMER	17
• Colaboración en biotecnología entre India y México (INCMNSZ-IPN)		• Pechuga de Pavo	
• Curso Taller: Modelo de Gestión del Cuidado de Enfermería en el Hogar		• Ensalada de Pavo y naranja con jengibre	
• Diplomado de Inmunología y Nutrición 2022		SABÍAS QUE	18
• 11° Jornada Mundial por la Prevención de las Lesiones por Presión en el INCMNSZ		• Efemérides de la salud	
CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	8	TU SALUD	19
• AESP #2 Comunicación Efectiva		• Día Mundial del Sida	
NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	10	ESPACIO DEL LECTOR	20
• Y de verdad: ¿no aprendimos nada?		• Testimonios del Diplomado de Inmunología y Nutrición 2022	
COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	11	TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	21
• Felicidades a la Comunidad INCMNSZ		• Una mujer entre 50 residentes, Flor de María Herrera	
VIDA INSTITUCIONAL	12	ESPACIO DE LECTURA	22
• Mujeres Residentes en el INCMNSZ		• <i>Instinto de Inez</i>	
		• Carlos Fuentes	
		HABLEMOS DE ENFERMERÍA	23
		• Tres enfermeras pioneras en la Revolución Mexicana	
		CAMPAÑA INSTITUCIONAL	24
		• A los primeros 75 años del INCMNSZ, tú, ¿cómo visualizas el futuro?	

Con gran orgullo, el INCMNSZ, a través del Departamento de Terapia Intensiva, recibió el Certificado *Right Care* que se otorga por la excelencia, calidad y humanismo en el servicio, siendo la primera institución de salud de América Latina en obtenerlo. En la sección *Para Conocernos*, se informa al respecto.

En *Ser INCMNSZ*, se da a conocer el nombramiento que recibió el Dr. Fernando Larrea Gallo, jefe del Departamento de Biología de la Reproducción como Investigador Emérito. Así mismo, se publica información relativa a la designación del Dr. Miguel Ángel Mercado, Director de Cirugía como presidente de la Academia Mexicana de Cirugía 2023-2024 y de otros integrantes del Instituto que también, fueron elegidos como parte de la Mesa Directiva de dicha Academia.

Cuatro acontecimientos significativos tuvieron lugar en el INCMNSZ: la firma del memorándum de Colaboración en biotecnología entre India y México (INCMNSZ-IPN); la realización del Curso Taller: Modelo de Gestión del Cuidado de Enfermería en el Hogar; la entrega de constancias del Diplomado de Inmunología y Nutrición 2022 y la realización de la 11° Jornada Mundial por la Prevención de las Lesiones por Presión en el INCMNSZ, en la sección *Entérate* se informa de estos.

En *Sabías que*, se reflexiona en torno a algunas efemérides de la salud, celebradas durante la primera quincena de diciembre, tales como: 1 de diciembre, Día Mundial del Sida; 3 de diciembre, Día Internacional de las Personas con Discapacidad y 12 de diciembre, Día Internacional de la Cobertura Sanitaria Universal.

Una de las efemérides de la salud más significativas en el mes de diciembre es el Día Mundial del Sida, por lo que en la sección *Tu Salud*, la Dra. Brenda E. Cabtree Ramírez, investigadora titular en la Clínica de VIH/SIDA del Departamento de Infectología, expresa algunos comentarios al respecto.

En la sección *Campaña Institucional* se reflexiona en torno a la actitud positiva, propositiva, innovadora y creativa para lograr grandes resultados, como parte de la percepción que el personal del INCMNSZ tiene para los próximos 75 años de existencia.

XXVI Encuentro de Investigadores de la Secretaría de Salud

Dr. Fernando Larrea Gallo, nombrado Investigador Emérito

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

En el marco del XXVI Encuentro Nacional de Investigadores de la Secretaría de Salud, llevado a cabo del 9 al 11 de noviembre en Acapulco, Guerrero, el Dr. Fernando Larrea Gallo, jefe del Departamento de Biología de la Reproducción, fue nombrado Investigador Emérito.

El evento fue presidido por el Dr. Rodolfo Cano Jiménez, Director General de Políticas de Investigación en Salud, quien le entregó la Distinción. Al evento, asistieron los directores de los Institutos Nacionales de Salud y de los Hospitales de Alta Especialidad del país. Así como, investigadores de las diferentes dependencias de la Secretaría de Salud, entre ellos, el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ, quien externó una afectiva felicitación al galardonado.

El Dr. Larrea Gallo, en el uso de la palabra, recordó sus inicios como investigador y destacó que el agradecimiento es una parte fundamental del investigador, por lo que agradeció a quienes le han apoyado en ese camino, tanto personas, como instituciones. En especial, destacó al INCMNSZ, a sus diferentes directores y a los colaboradores, con quienes ha desarrollado proyectos de investigación.



La Comisión Externa de Investigación en Salud dictaminó por unanimidad la designación de Investigador Emérito de la Secretaría de Salud al:

Doctor Fernando Larrea Gallo
del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

La Dirección General de Políticas de Investigación en Salud de la Ssa lo felicita por esta designación.



Fuente: <https://es.calameo.com/read/000289769935d8f729c05>
Foto: <http://www.dgpis.gob.mx/PDF/ENI/CartaEmerito.pdf>

Nueva Mesa Directiva 2023-2024 de la Academia Mexicana de Cirugía

Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz, nuevo presidente de la AMC

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

El 29 de noviembre del año en curso, en el auditorio de la Academia Mexicana de Cirugía (AMC) tuvo lugar la toma de protesta de la nueva Mesa Directiva 2023-2024, encabezada por el Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz, Director de Cirugía del INCMNSZ.

El Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz en su mensaje, agradeció a su familia, al INCMNSZ y a la Asamblea de la AMC por haberle concedido el más alto cargo al que un académico puede aspirar.

“Quiero agradecer el apoyo y la presencia del Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ. Así como, al propio Instituto, en el que me he formado y al cual debo todo. La Academia cumplirá 90 años; los fundadores deben estar orgullosos de lo que es en la actualidad. Tal como la planearon, reúne a los cirujanos más destacados de nuestro país, así como, especialistas afines. Es una corporación libre, plural incluyente y autónoma, en donde el objetivo principal es la difusión y el análisis del conocimiento, generado y actualizado en todas las áreas de la medicina de nuestro país”.

Para finalizar su mensaje, agradeció al Dr. Felipe Cruz Vega, presidente saliente y expresó que su compromiso y el de los académicos de la nueva mesa es promover la docencia, asistencia e investigación; así como, mantener y acrecentar el gran prestigio que ya tiene la AMC.

El INCMNSZ se congratula y felicita a otros integrantes del Instituto que también fueron designados como parte de la nueva Mesa Directiva: Tesorera, Dra. Judith Domínguez Chérit; Tercer Vocal, Dr. Mario Vilatobá Chapa y Coordinador de la Comisión Científica: Dr. Carlos Hinojosa Becerril.



Fuentes: <https://www.facebook.com/AcademiaMexicanadeCirugia/videos/602321745026381>

Imagen: <https://www.facebook.com/AcademiaMexicanadeCirugia/>

Calidad, excelencia y humanismo

Terapia Intensiva del INCMNSZ recibe la Certificación de la *Right Care Foundation*

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

El INCMNSZ es la primera institución de América Latina en recibir el Certificado *Right Care*, otorgado por la *Right Care Foundation*. Reconocimiento que se entrega con el objetivo de impulsar el primer programa estratégico en México para la promoción de una mejor atención social y sanitaria, basada en la humanización y en el *Right Care*.

La entrega del Certificado tuvo lugar el 1 de diciembre del 2022, en la sala OVNI del INCMNSZ. Acto presidido por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del Instituto; el M.S.C. Xavier Oleart Martínez, Patrono de la *Foundation Right Care*; los doctores: Guillermo Domínguez Chérit, Subdirector de Medicina Crítica; Eduardo Rivero Sigarroa, jefe del Departamento de Terapia Intensiva; Sergio Ponce de León, Director de Enseñanza; Sergio Jiménez Hernández, Coordinador del Centro de Atención Integral del Paciente con Diabetes (CAIPaDi); la Dra. Delia Borunda Nava, Coordinadora del Centro de Desarrollo de Destrezas Médicas (CEDEEM) y la Lcda. Luz María Aguilar Valenzuela, Directora de Comunicación Institucional y Social; todos, del INCMNSZ; y el Dr. Aldo Cuna, Representante en México de la *Foundation Right Care*.

El Dr. Rivero Sigarroa expresó que es un logro muy importante. Reflejo del esfuerzo de todo el INCMNSZ, no solo de la Terapia Intensiva y de la Subdirección de Medicina Crítica, sino de todos los que participan en el Instituto.

Posteriormente, el Dr. José Guillermo Domínguez Chérit, aseguró que, desde hace 10 años, el Dr. David Kershenobich (ex director general del INCMNSZ) y el Dr. José Sifuentes Osornio, empezaron con el proceso de Certificación *Right Care* que tiene inmersa la intención de la medicina y del pensamiento centrado en el paciente.

En su oportunidad, el M.S. C. Xavier Oleart Martínez manifestó su agradecimiento al personal del INCMNSZ que participó en este proceso y al personal de la Fundación que guió la certificación. Así mismo, destacó que espera sea el comienzo de una gran colaboración entre ambas instancias.

“Me enorgullece estar aquí, en la entrega de la Certificación *Right Care*, que se asigna por primera ocasión en América Latina a una institución. Nuestra Fundación tiene el objetivo de favorecer la mejora de la atención sanitaria a las personas.

La Fundación se creó con la intención de fomentar la innovación para mejorar la atención a las personas. Innovación es trabajar en la transformación digital, en mejorar las terapias y fármacos, pero también, innovación son nuevos modelos de liderazgo y humanización en la atención que se ofrece a la persona, cuidando aspectos que van más allá de las patologías, que implica todo un ecosistema, en el que se contempla a la familia, a los amigos y a su entorno social”.

Posteriormente, se procedió a la entrega del Certificado. Para concluir el acto, el Dr. José Sifuentes agradeció a la Fundación por acompañar al Instituto en el proceso y por el Certificado; así como, al personal de Terapia Intensiva por su esfuerzo y compromiso. También, destacó que el INCMNSZ, desde su origen, ha tenido como precepto el humanismo.

“El día de ayer, asistimos a una reunión relativa a aspectos de bioética. Lo que nos hace sensibles a aspectos tales como: la atención a las personas y a su familia. En esta Institución, tenemos esa tradición y con este Certificado, la estamos retomando y reafirmando.

Desde nuestra fundación, nuestra Institución se sustenta en tres actividades esenciales: asistencia médica, en donde hemos logrado un liderazgo que nos ha merecido reconocimiento en todo el mundo; enseñanza, en la que somos líderes en la formación de personas que van a trabajar en otras instituciones; e investigación clínica, que nos lleva a ser innovadores. Por eso, me congratulo de este esfuerzo y a futuro, tendremos frutos”.

Con el mensaje del Dr. Sifuentes concluyó la ceremonia que coloca al Instituto como pionero en América Latina en colaborar con una de las fundaciones más importantes del mundo en promover y apoyar la atención de la salud con humanismo y calidad.



Entrega de Certificado *Right Care* en el INCMNSZ

Transferir tecnología de última generación contra el cáncer

Colaboración en biotecnología entre India y México (INCMNSZ-IPN)

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

Con el objetivo de desarrollar tecnología de última generación para el tratamiento del cáncer; la empresa india ImmunoACT, el Instituto Politécnico Nacional (IPN) y el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) firmaron un memorándum el pasado 8 de noviembre. Avalado por el Lic. Marcelo Ebrard Casaubon, Secretario de Relaciones Exteriores de México.

Con este acuerdo, firmado por estas Instituciones, se formaliza la fructífera relación de cooperación entre México y la India para desarrollar proyectos de investigación, intercambio de

capacidades y transferencia de tecnología sobre terapias celulares novedosas para el tratamiento de cáncer de la población mexicana.



Fuente: Comunicación Social Secretaría de Relaciones Exteriores

Curso Taller en la Escuela de Enfermería del INCMNSZ

Modelo de Gestión del Cuidado de Enfermería en el Hogar

Con el objetivo de crear un Modelo de Cuidado de Enfermería con extensión al ámbito familiar y social, teniendo como eje el Proceso de Enfermería, a través de la consultoría, que le permita a la persona participar en su autocuidado, identificar riesgos, favorecer los procesos de autorregulación, recuperación y la reincorporación a su vida social y productiva, coadyuvando con ello a su calidad de vida, se llevó a cabo el Curso Taller Modelo de Gestión del Cuidado de Enfermería en el Hogar el pasado 15 de noviembre.

El evento de vanguardia en Enfermería fue inaugurado por la Lcda. Marina Martínez Becerril, Subdirectora de Enfermería del Instituto, la Lcda. María Paula Nájera Ortiz, jefa del Departamento

de Enfermería; Mtra. Patricia Domínguez Sánchez, jefa del Departamento de Educación Continúa de Enfermería y la Mtra. Araceli Jiménez Méndez, jefa del Departamento de Escuela de Enfermería.



Diplomado de alta exigencia fortalece la enseñanza en el INCMNSZ

Conclusión del Diplomado de Inmunología y Nutrición 2022

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

El 18 de noviembre tuvo lugar la entrega de Diplomas a quienes culminaron el Diplomado en Inmunología y Nutrición 2022.

La ceremonia fue presidida por el Dr. Carlos Aguilar Salinas, Director de Nutrición del INCMNSZ; y el comité organizador, integrado por el Dr. Héctor Bourges, investigador y coordinador del Diplomado; la Dra. Mónica Rodríguez González; la Mtra. Gabriela Mancera; la MC Victoria Ramos; el Dr. Enrique Gómez, profesor titular del Diplomado; y en representación de los alumnos; la Química Francisca Pérez.

El Dr. Héctor Bourges destacó el esfuerzo de los estudiantes y el gran nivel académico del curso.



El INCMNSZ, comprometido con la calidad de vida del paciente

11° Jornada Mundial Prevención de las Lesiones por Presión

El 18 de noviembre del año en curso, en la explanada del Quijote del INCMNSZ, se llevó a cabo la 11° Jornada Mundial por la Prevención de las Lesiones por Presión, con el objetivo de sensibilizar a la Comunidad Institucional de la importancia de prevenir las lesiones por presión para reducir el riesgo de desarrollar complicaciones a causa de las mismas en los pacientes.

El evento que contó con gran participación de la Comunidad Institucional, consistió en la colocación de estantes con información al respecto, en los que los asistentes pudieron acceder a diversos juegos, talos como: memorama, dardos, entre otros.

De esta forma, el conocimiento se puso al alcance de todos, mediante dinámicas de aprendizaje novedosas que favorecieron la difusión sobre el tema.



Acción Esencial Seguridad del Paciente (AESP)

AESP 2, Comunicación Efectiva

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández/ Unidad de Mejora Continua de la Calidad
Coautor: Araceli Hernández Cruz, Beatriz Álvarez Cruz, Luz María Serralde Pantoja, María Teresa López Rodríguez, Nora Ivonne Reyes Martínez/Adscripción: INCMNSZ

Es un hecho, en la práctica clínica existe el riesgo de cometer errores de comunicación entre los profesionales de la salud, pacientes y familiares, dando lugar a otorgar un tratamiento inadecuado, omitirlo y de manera preocupante, generar un potencial daño al paciente. Por esa razón, la meta 2, de la AESP, consiste en mejorar la comunicación; a fin de obtener información clara, correcta, oportuna y completa durante el proceso de atención para reducir los errores relacionados con la emisión de órdenes.

El objetivo general como equipo es reforzar la Acción Esencial para la Seguridad del Paciente número 2 (Comunicación Efectiva) en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, con el fin de reducir los errores relacionados con la emisión de órdenes verbales y/o telefónicas, mediante el uso de herramientas tales como: Escuchar- Escribir-Leer-Confirmar-Transcribir-Confirmar y Verificar.

Los objetivos específicos son:

- Mejorar la comunicación efectiva en el entorno hospitalario.
- Mejorar la comunicación efectiva en los laboratorios, de acuerdo a los valores críticos.
- Mejorar la comunicación efectiva en el entorno ambulatorio.

En el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) se encuentra el Comité de Calidad y Seguridad del Paciente. En él, se desarrollan y controlan diversas actividades colaborativas entre el equipo profesional de salud que lleva a cabo el cumplimiento de los objetivos y/o finalidades sobre la implementación y ejecución de las Acciones Esenciales para la Seguridad del Paciente (AESP). Esta implementación de estándares, incluidos de forma empoderada, es indispensable para la decisión, unificación y aplicación de estándares para la atención médica, cuya finalidad es el cumplimiento del objetivo que busca llevar a cabo una estructura obligada a conducir la calidad en todas las áreas del Instituto como un espacio técnico-consultivo, integrador de otros Comités, dedicados a la calidad, con el fin de evitar dispersión de esfuerzos y la atomización e incomunicación de las propuestas de mejora continua que se desarrollan en el Instituto.

A estos programas, se integra un grupo de personal profesional de salud para la realización de diversas actividades. Esta implementación de actividades académicas sobre las AESP en las áreas y servicios, ayudan disminuir el riesgo de eventos adversos y promover su prevención.

Esta Acción Esencial favorece la seguridad del paciente, ya que en el ámbito hospitalario la comunicación asertiva favorece el transmitir un mensaje en forma clara y empática, ya que al interactuar con pacientes y familiares resulta más útil. Mantener comunicación asertiva propicia un clima laboral positivo y se reducen los conflictos, así como, el riesgo de errores por transcripción o entendimiento. La comunicación entre profesionales, con los pacientes y sus familias pueden evitar situaciones de riesgo para la seguridad, así mismo, disminuye eventos adversos; por lo que es importante: escuchar, escribir, transcribir, confirmar, datos o indicaciones que puedan ser confusas.

La participación del grupo de trabajo en el Día Internacional de la Seguridad del Paciente en el INCMNSZ fue extraordinaria, ya que hubo organización, disposición, unión, eficiencia y mucha participación de todas las compañeras, a pesar de la carga de trabajo que tenemos en este maravilloso Instituto. La comunicación efectiva se vio aplicada en el equipo que desarrolló esta actividad, ya que se mantuvo activo el módulo asignado y no se abandonaron las actividades propias que cada una tenía en la vida laboral. Las estrategias implementadas permitieron que se realizara sinergia en el equipo y obtener resultados favorables en la difusión de la Acción Esencial de Seguridad número 2. Por otra parte, nos gustaría dar las gracias a Judith Aparicio España por su contribución en las actividades de este Día.



“Todos juntos trabajando por la seguridad del paciente”

Fenómenos Sanitario-Ecológicos

Y de verdad: ¿no aprendimos nada?

Primera parte

Biol. José Luis Cruztitla Carrillo/Coordinación de Control Ambiental

Uno de los agentes perturbadores definidos por la Ley General de Protección Civil son los **Fenómenos Sanitario-Ecológicos**, los cuales, la citada Ley define como: "Agente perturbador que se genera por la acción patógena de agentes biológicos que afectan a la población, a los animales y a las cosechas, causando su muerte o la alteración de su salud. Las epidemias o plagas constituyen un desastre sanitario en el sentido estricto del término. En esta clasificación, también se ubica la contaminación del aire, agua, suelo y alimentos"

Por lo tanto, la Pandemia de la COVID-19, por sus alcances a nivel global, sus consecuencias y dada la afectación a una proporción grande de la población, también es tema de protección civil, independientemente de ser un tema eminentemente médico.

2020 y 2021 fueron años muy complejos tanto para el mundo en general, como para nosotros en particular como país. Tuvimos que cambiar hábitos y costumbres, modificar totalmente nuestra forma de convivir, incluso con nuestro círculo familiar más íntimo, todo por la Pandemia de este Coronavirus.

El resultado de este terrible episodio -que aún no termina, pero que pareciera que el deseo que sea así supera al sentido común-, no solamente es la lamentable pérdida de muchas vidas. Los alcances a nivel social, laboral, económico e incluso político aún son resentidos en amplios sectores de la sociedad.

Son inconmensurables los daños que sufrieron muchas familias. Desde la pérdida de uno o varios seres queridos, como la pérdida del empleo, con las implicaciones asociadas a esto. Todos hemos sabido de historias estremecedoras que difícilmente alguien podría evitar conmoverse y lamentar que alguien haya tenido que pasar por una situación así.



2023, otra oportunidad

Felicidades a la Comunidad INCMNSZ

Lcda. Carmen Amescua Villela/ Departamento de Comunicación y Vinculación



Hoy es momento de reflexionar y agradecer lo que este 2022 nos dejó. Ha sido un año de retos pero también de logros. Aprendamos de los fracasos así como de los éxitos. Hagamos un balance de lo vivido.

Que este Año Nuevo 2023 sea un año para emprender, crecer y fortalecernos y una oportunidad más para luchar por lo que queremos.

FELIZ NAVIDAD Y PRÓSPERO AÑO NUEVO

Dirección de Comunicación Institucional y Social
Departamento de Comunicación y Vinculación



MÉDICAS EN EL INCMNSZ

2007-2008

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

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



Dra. Graciela Espinal López
2007



Dra. Josefina Fletcher Candanedo
2007



Dra. Ma. del Rocío Íñiguez R.
2007



Dra. Lucero Kameyama F.
2007



Dra. Karen Sofía Joya Peñate
2007



Dra. Eunice A. Lara García
2007



Dra. Suria E. Loza Jalil
2007



Dra. Karen Marlyn Martínez
2007



Dra. Nelly G. Razo Paredes
2007



Dra. Ana Luz Reyes Ramírez
2007



Dra. Fabiola Rodríguez Juárez
2007



Dra. Vanessa Rosas Camargo
2007

MÉDICAS EN EL INCMNSZ

2007-2008

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

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



Dra. Edith Tenorio Flores
2007



Dra. Erendi Troncoso Ventura
2007



Dra. Irene Treviño Frenk
2007



Dra. Geraldina Urtilla López
2007



Dra. Ana Barrera Vargas
2008



Dra. María Teresa Bourlón
2008



Dra. Ana Pina Bezauri
2008



Dra. Silvia Cid Juárez
2008



Dra. Lucía Comellas Kirkerup
2008



Dra. Marlid Cruz Ramos
2008



Dra. Carolina Culebro García
2008



Dra. Genny Chaia Samarena
2008

LOGREMOS juntos

UNA NUEVA TORRE
HOSPITALIZACIÓN • QUIRÓFANOS • TERAPIA INTENSIVA

así es la
NUEVA TORRE
INCMNSZ



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



Diciembre 2022



Diciembre 2021



Diciembre 2020

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

Afrontar y superar la crisis

Resiliencia una herramienta para afrontar la adversidad

Segunda y última parte

Dirección de Administración

En la edición anterior, exploramos el concepto resiliencia como un término que proviene de la física, referido como la propiedad que poseen algunos materiales para volver a su forma original, después de haber sido deformados por alguna fuerza externa¹. En esta edición, expondremos su relación con el ámbito laboral.

En el campo laboral, existen diferentes factores de riesgo que nos pueden perjudicar física y psicológicamente. Por otro lado, tener claro nuestros derechos y obligaciones, mantener una buena organización de nuestro tiempo y una buena comunicación, permitirá desarrollarnos de manera adecuada en este ámbito.

Es importante destacar que ser resiliente no significa soportar en exceso, pues la resiliencia desmedida nos puede llevar a desarrollar una tolerancia extrema ante situaciones que ninguna persona debe permitir². Entonces, resulta fundamental saber cuándo marcar límites de manera asertiva o acudir a las instancias correspondientes cuando las circunstancias lo ameritan, pues esto no es la finalidad de la resiliencia más aún, no se debe confundir con una baja tolerancia para afrontar la adversidad.

Como corolario, proponemos considerar la siguiente frase: “Cuando estudiemos las fuerzas que permiten a las personas sobrevivir y adaptarse, los beneficios para nuestra sociedad sin duda serán mayores que todo el esfuerzo por construir modelos de prevención primaria, cuya meta es limitar la incidencia de la vulnerabilidad³.”



Autores: Ricardo Manrique Arias y Carlos Augusto Sánchez Morales

1 Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación médica*, 15(2), 77-78.

2 Mahdiani, H., & Ungar, M. (2021). The dark side of resilience. *Adversity and Resilience Science*, 2(3), 147-155.

3 Garmesy, (1971)

Manual de Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales

Trastornos de la Conducta Alimentaria: Identificación Temprana

Primera parte

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

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son enfermedades crónicas con una morbilidad y mortalidad significativa. La edad típica de inicio de los TCA es la adolescencia. Se presentan en mujeres y hombres. Se caracterizan por un espectro de conductas relacionadas con la alimentación que causan daños a la salud.

Sus manifestaciones incluyen comer en forma compulsiva, conductas compensatorias después de una ingesta excesiva de alimentos (como la inducción de vomito o diarrea o la realización intensiva de ejercicio), percepción errónea de la imagen corporal, entre otros. Frecuentemente se asocian a trastornos afectivos, entornos disfuncionales y alteraciones de la dinámica familiar.

El Manual "Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales - DSM 5 -" clasifica los trastornos alimentarios y de la ingestión de alimentos en: Anorexia nerviosa, Bulimia nerviosa, Trastornos de atracones, Pica, Trastorno de rumiación, Trastorno de restricción de la ingestión de alimentos, y otros trastornos alimentarios.

En la siguiente edición, se darán a conocer algunas manifestaciones clínicas que deben ser consideradas para la identificación temprana de este tipo de trastornos y diagnosticar oportunamente un probable TCA.

REFERENCIA:

De, G. (n.d.). Academy for Eating Disord TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA. https://higherlogicdownload.s3.amazonaws.com/AEDWEB/27a3b69a-8aae-45b2-a04c-2a078d02145d/UploadedImages/AED_Medical_Care_Guidelines_SPANISH_04_09_18.pdf



Pechuga de Pavo

El pavo es un alimento típico de las fiestas navideñas, no solo es una deliciosa fuente de proteína, también proporciona nutrientes necesarios para una buena salud. Además, es fácil de preparar y servir como cualquier otra carne.

Forma parte del grupo de **carnes magras**, ya que es bajo en grasa y colesterol.

Se considera un **alimento ligero** y es apto para niños y adultos mayores, debido a su fácil digestibilidad.

Aporta proteínas de **alto valor biológico** y aminoácidos esenciales para nuestro organismo.

Incluye minerales como el magnesio, zinc, potasio, fósforo y selenio. Estos protegen la salud cardiovascular y estimulan el sistema inmunológico.

Aporta Vitaminas del grupo B: niacina, Vitamina B6 y B12. Estas ayudan a la salud neuronal y favorecen el aumento en la producción de glóbulos rojos.



Ensalada de Pavo y naranja con jengibre



(1 porción)

Ingredientes:

450 gr de pechuga de pavo asada, cortada en tiras y salpimentada
4 cucharadas de aceite de aguacate
4 chiles de árbol seco, sin semillas cortado en rodajas
6 ramitas de berros
2 piezas de naranja en gajos
4 cs de jengibre pelado y rallado
Sal al gusto

Modo de preparación:

Mezclar el aceite de aguacate, los chiles y berro en un recipiente.

Agregar la pechuga de pavo, el jengibre y los gajos de naranja.

Sazonar al gusto.

Servir.

Información nutricional por porción:

1 alimento de origen animal
2 grasas
1 verdura

Fuente: **Consejo Mexicano de la Carne**
<https://comecarne.org/las-ventajas-de-consumir-carne-de-pavo/#:~:text=Aporta%20prot%C3%ADnas%20de%20alto%20valor,%2C%20potasio%2C%20f%C3%B3sforo%20y%20selenio.>

1 de diciembre, Día Mundial del Sida

Igualdad Ya; lema del 2022, ONU

En el Día Mundial del SIDA, la Organización de las Naciones Unidas (ONU), en su apartado relativo al SIDA, insta a todos y cada uno de nosotros, a abordar las desigualdades que están frenando el progreso para poner fin a esta enfermedad.

El eslogan *Igualdad Ya* es una llamada a la acción. Pretende impulsarnos a trabajar en todas aquellas acciones prácticas necesarias para abordar las desigualdades y ayudar a poner fin a esta enfermedad.

Fuente: <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-sida-2022>

3 de diciembre, Día Internacional de las Personas con Discapacidad

Promover derechos y bienestar en los ámbitos sociales

Con el objetivo de promover los derechos y el bienestar de las personas con discapacidad en todos los ámbitos de la sociedad. Así como, concientizar sobre su situación en todos los aspectos de la vida se conmemora dicho Día.

Cada año, el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, desarrolla un lema, para que la sociedad pueda trabajar en torno a él. Para 2022, el lema es: *Soluciones transformadoras para un desarrollo inclusivo: el papel de la innovación para impulsar un mundo accesible y equitativo.*

Fuente: <https://www.un.org/es/observances/volunteer-day>

12 de diciembre, Día Internacional de la Cobertura Sanitaria Universal

Acceso a servicios de salud de calidad y asequibles

El 12 de diciembre de 2012, la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU) aprobó una resolución en la que instaba a los países a acelerar los progresos hacia la consecución de la Cobertura Sanitaria Universal (CSU).

La idea estaba dirigida a que todas las personas, en cualquier lugar, tengan acceso a servicios de salud de calidad y asequibles.

Fuente: <https://www.un.org/es/observances/universal-health-coverage-day>

Igualdad ya

Día Mundial del Sida

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

Cada año, el 1 de diciembre se conmemora el Día Mundial del Sida, para apoyar a las personas que viven con el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) y recordar a las personas que han fallecido por enfermedades relacionadas con el Sida. El VIH afecta al sistema inmune de nuestro cuerpo, específicamente, a las células llamadas linfocitos T CD4. Es posible controlar la infección con tratamientos antirretrovirales; sin embargo, si la infección avanza debilita las defensas del cuerpo y favorece el desarrollo de enfermedades oportunistas.

“La pandemia de VIH y SIDA persiste. A pesar de tratamientos y estrategias de prevención efectivas, en 2021 hubo 1.5 millones de infecciones nuevas y más de 600 mil muertes por la infección del VIH en el mundo”, aseguró la Dra. Brenda E. Cabtree Ramírez, investigadora titular en la Clínica de VIH/SIDA, Departamento de Infectología del INCMNSZ.

Este 2022, el tema es *Igualdad Ya*. El Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA (ONUSIDA) advierte: “Tras cuatro décadas de respuesta al VIH, las desigualdades persisten en los servicios más básicos, como el acceso a las pruebas de detección, el tratamiento y los preservativos, y son aún mayores en el caso de las nuevas tecnologías”.

La doctora Cabtree aseguró que México no es la excepción, al situarnos en la región más desigual del mundo, donde las personas deben gastar más de su bolsa por la salud.

“Lo anterior, sumado a la migración, inequidad de género, racismo, pobreza, menor educación y violencia; principales determinantes sociales que perpetúan la persistencia de esta pandemia. A pesar de tener las herramientas efectivas para tratar y prevenir el VIH, seguimos siendo una región donde 1 de cada 3 o 4 personas que viven con VIH no conoce su diagnóstico y, por tanto, es tardío muy frecuente. Lo anterior, ha llevado a que en nuestro país la mortalidad por VIH haya bajado muy poco en comparación con países. La desigualdad en educación y acceso a la salud son factores cruciales que limitan el diagnóstico adecuado y el conocimiento de que existe acceso a métodos de prevención eficaces”, concluyó.



Imágenes: ONUSIDA

Excelencia académica**Testimonios del Diplomado de Inmunología y Nutrición 2022**

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

“Yo trabajo en el área de investigación en inmunología. Este diplomado me llamó la atención como parte de mi formación académica para el trabajo. Lo recomiendo ampliamente, es increíble. Para mí, es un honor haberlo tomado en una institución con el prestigio que tiene el INCMNSZ y los investigadores aquí formados, que fueron parte de nuestros profesores. En lo personal, me sirvió mucho la información que nos proporcionaron en estos módulos. Es muy bueno. Es excelente. Lo recomiendo ampliamente”

Atentamente:
Omar Zerón Flores

“Me inscribí al diplomado por el alto nivel académico que tiene. Nos proporciona una actualización como profesionistas. Yo soy docente y esta fue una de las mejores oportunidades que tuve para tener acceso y contacto con investigadores de primer nivel en el campo de la Inmunología y Nutrición que son parte de este Instituto, que es muy reconocido. Fue un curso impartido por líderes. Me quedé muy satisfecha y con ganas de seguir aprendiendo de los profesores y de los temas. Es una inspiración para iniciar un posdoctorado, es uno de los alicientes que me dio el diplomado. Así mismo, fomentó mi deseo de investigar en el tema. Recomiendo en todos sentidos el diplomado, es multidisciplinario, pueden cursarlo todos los profesionales de las Ciencias de la Salud y Nutrición”

Atentamente:
Magdalena Aguilar Moreno

Soy Maestra en Ciencias de la Salud. El contenido del diplomado fue muy satisfactorio. Alcancé las expectativas y actualicé mis conocimientos. Creo que es una opción muy recomendable para actualizar a los profesionales de la salud. Seleccione este diplomado por la facilidad de ser en línea ante la pandemia, pero, sobre todo, por su gran nivel académico, impartido por líderes de una institución de excelencia en investigación en Inmunología y Nutrición.

Atentamente:
Yasmín Alfaro Avendaño

Memorias en el Hospital de Enfermedades de la Nutrición

Flor de María Herrera, una mujer entre 50 residentes

Primera parte

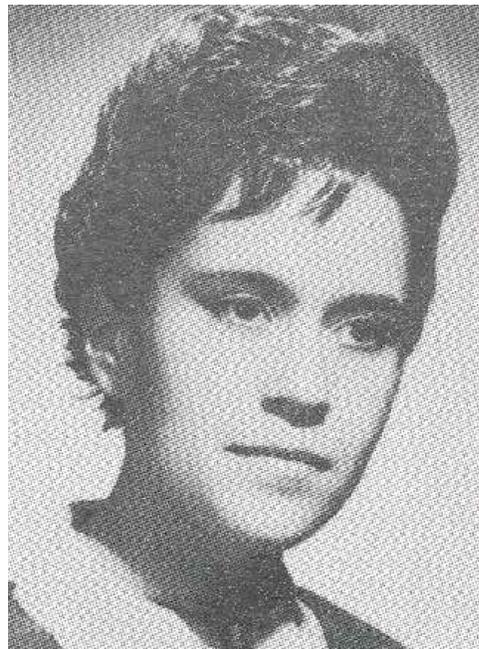
Flor de María Herrera, residente (1964-66) y de especialización (1966-68) en el INCMNSZ

Estuve como interna de pregrado en el hospital de la Raza del IMSS, pasando por Urgencias. Ahí, elaboré mi tesis profesional. En mis diferentes etapas, como hija, estudiante o como interna, no viví la discriminación de género, ahora tan en boga; o bien, no la calificaba como tal, o se me resbalaba. En casa, mujeres y hombres éramos tratados por igual.

Con este bagaje y con la ilusión de tener un buen entrenamiento de posgrado en medicina, recién graduada, me presenté muy ilusionada en el entonces Hospital de Nutrición. ¡Oh desagradable sorpresa! En mi primera entrevista, me informaron que el hospital no estaba en condiciones de aceptar mujeres, ¡ni siquiera había dormitorios para ellas!

Fue en la siguiente entrevista con el jefe de enseñanza, el Dr. Alfonso Rivera (a quien había visto en un congreso de Endocrinología donde presenté un trabajo sobre coma diabético), que después de enterarse sobre mis estancias hospitalarias previas, me autorizó a presentar el examen de admisión y, junto con 14 compañeros procedentes de varias entidades federativas y uno de Costa Rica, fuimos aceptados para el curso universitario de Residencia en Medicina Interna. Inspirada en los residentes del hospital, estudiosos, trabajadores, responsables y comprometidos, me dediqué a trabajar intensamente y colaborar en todo.

Recuerdo que, en mi primer guardia de fin de semana, estuve con un residente de Nefrología, llevando a cabo procedimientos de diálisis peritoneal. ¡Hasta tuve que acarrear los líquidos de extracción dentro de grandes y pesadas cubetas para su desecho! El ambiente en el hospital iba superando mis expectativas. Al excelente programa académico, se sumaba el apoyo del cuerpo de especialistas muy destacados y miembros del personal paramédico, dispuestos a trabajar en, por y para Institución. Así que ayudaron a que nuestro grupo, se esforzara en formar y consolidar un equipo sólido y compartido.



Flor de María Herrera

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

Pasión, arte y amor

Instinto de Inez

Carlos Fuentes

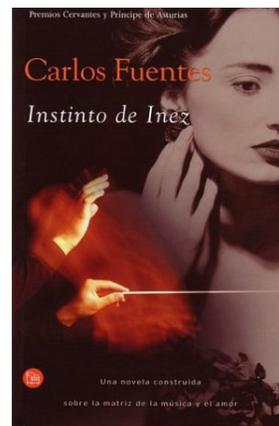
Lcda. Concepción Nolasco Miguel/Departamento de Comunicación y Vinculación

Carlos Fuentes Macías fue un reconocido escritor de novelas y ensayos. Hijo de padres mexicanos, nació en Panamá en 1928 y murió a los 83 años de edad en la Ciudad de México. Entre sus obras se encuentran: *Los días enmascarados*, *La silla del águila*, *Cambio de piel*, *La región más transparente*, *Aura*, *La muerte de Artemio Cruz*, *La frontera de Cristal*, *Las buenas conciencias*, *Zona sagrada*, *Los años con Laura Díaz*, *Instinto de Inez*, entre otras. A lo largo de su vida recibió condecoraciones como: el Premio Miguel de Cervantes, en 1987, Príncipe de Asturias de las Letras; fue nombrado miembro honorario de la Academia Mexicana de la Lengua, Doctor *Honoris Causa* por universidades como Harvard, Cambridge y la UNAM.

Instinto de Inez es una novela de amor, que entrelaza dos historias, dos parejas, dos tiempos y dos pasiones. Una de ellas se centrada en la historia de Gabriel Atlan-Ferrara, músico, director de orquesta, que sostiene a lo largo del tiempo una historia amorosa y de arte con la mexicana Inez Prada -nombre artístico- a través de la interpretación única de *La damnation de Faust* de Hector Berlioz.

La otra, se refiere al primer encuentro de la humanidad entre un hombre y una mujer; esas pasiones rompen con todos los límites para asociarse en una historia que comenzó en la prehistoria y que continúa en una espiral infinita hacia el futuro.

En *Instinto de Inez* es una de las mejores obras fantásticas que reencuentran a Carlos Fuentes y lo consagran como el máximo narrador mexicano contemporáneo.



Sabías qué...

La Literatura:

- Es considerada un arte.
- Es una forma de expresión artística, ya que al igual que la música o el teatro, poseen el mismo fin que es plasmar lo bello, pero haciendo uso de las palabras como instrumento.
- Está concebida para idear pensamientos, así como expresar sentimientos.
- Con ella, se puede pronunciar todo lo que se siente, se piensa o se vive.
- Se convierte en un reflejo de la realidad de cada persona, cómo ve el mundo y cómo dice aquellos pensamientos y reflexiones que en ocasiones no le son posibles decirlos en voz alta...

Fuente: <https://www.euroinnova.edu.es/por-que-la-literatura-es-arte>

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.

Antecedentes de la enfermería en la Revolución Mexicana

Tres enfermeras pioneras en la Revolución Mexicana

Segunda parte

Mtra. Lizeth Guadalupe López López/ Depto. de Educación Continua en Enfermería

En la primera parte de esta reseña se comentó sobre la importante participación de la mujer en la Revolución Mexicana, sus funciones bélicas y como cuidadoras, que, según algunas historiadoras de la enfermería, asentaron las bases de lo que hoy es la enfermería mexicana, asimismo, existen algunos registros de la influencia de algunas mujeres destacables en la creación de organizaciones para beneficio de la atención a la salud.

Elena Arizmendi Mejía (...-1949) Fundadora de la Cruz Blanca Neutral

Se desconoce la fecha de nacimiento de Elena Arizmendi Mejía. Fue una mujer de buena posición económica que llegó a la Ciudad de México para solicitar su inscripción como enfermera en la Cruz Roja Mexicana —le fue negada—, esto no impidió que más tarde, tuviera la iniciativa de formar una sociedad de ayuda médica; con el apoyo de un grupo de médicos del Hospital General de México organizó la primera salida de una brigada médica en auxilio de los heridos en campaña, naciendo así, la Cruz Blanca Neutral. La Cruz Roja Mexicana, fue una de las primeras organizaciones de socorro destinada a atender heridos de guerra en el país, esta noble institución fue reconocida oficialmente el 3 de enero de 1912.

Leonor Villegas de Magnón “La Rebelde” (1876-1955)

Perteneció a una familia acaudalada. En su juventud, se opuso a la dictadura del General Porfirio Díaz, “La Rebelde”, como la llamaban, fue pionera de la Cruz Blanca Constitucionalista y escribió en los años veinte, respecto a la participación de las enfermeras, y el “porque la historia oficial casi borró la huella de sus acciones en la Revolución Mexicana de 1910”. Su preocupación fue hacer explícito el trabajo que realizaron las enfermeras en la fase de la lucha constitucionalista.



Foto Original: La Cruz Blanca Constitucionalista 1914



En la foto: Leonor Villegas y Jovita Idar

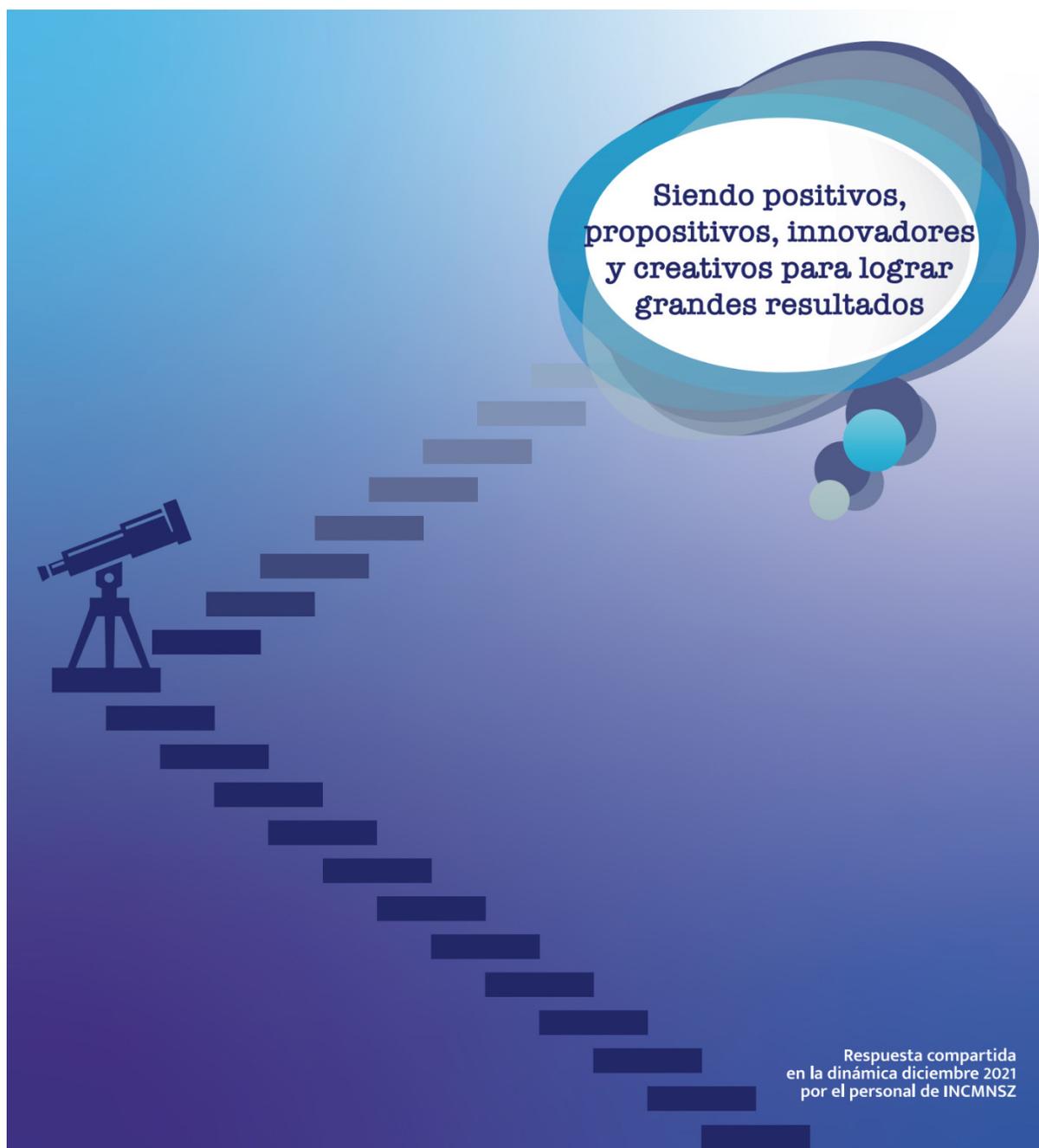
Información retomada de: Alba-Leonel, A. et al. Tres enfermeras pioneras en la Revolución Mexicana. Rev.Enferm. Inst. Mex. Seguro Soc. 2010; 18 (1): 51-55

Fotos: http://www.aniorte-nic.net/archivos/trabaj_formac_cruz_roja_mexico.pdf

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

Entrega Total

Sentido Humano

Ética Profesional

Interés Superior

Orgullo de Pertenencia

Creatividad y Humanismo

Amistad y Compañerismo

Convivencia Amable

Devoción, Cariño y Respeto

Apego a los Principios

¡y aquí la vivimos diario!

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

#mistica #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

Liliana Morán Rodríguez

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