



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXVIII No. 24

31 de diciembre 2022

Mensaje de fin de año del Dr. José Sifuentes Osornio, Director General

Donación de equipo al Servicio de Estomatología



Mensaje de fin de año del 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. 694

31 diciembre 2022

CONTENIDO

EDITORIAL	1	DÍA NARANJA INCMNSZ	14
		• Tiempo de actuar	
SER INCMNSZ	2	VIDA LABORAL	15
• Mensaje de fin de año del Dr. José Sifuentes Osornio, Director General		• El crecimiento personal a través de la capacitación	
• Comida para la Comunidad Institucional 2022		EQUIDAD Y GÉNERO	16
		• Importancia y complejidad de ejemplos a seguir en el área de salud	
PARA CONOCERNOS	4	CULTURA DEL BIEN COMER	17
• Donación de equipo al Servicio de Estomatología		• El Tejocote	
		• Ponche de Frutas	
ENTÉRATE	6	SABÍAS QUE	18
• Activismo en el INCMNSZ: No más Violencia contra la Mujer		• Efemérides de la salud	
• Congreso Internacional de Geriatría		TU SALUD	19
• Conferencia Dr. Rubén Lisker sobre Bioética		• Enfermedades en la época invernal	
CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	8	TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	20
• Reflexiones 2022		• Una mujer entre 50 Residentes, Flor de María Herrera	
NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	10	ESPACIO DE LECTURA	22
• Y de verdad: ¿no aprendimos nada? Segunda y última parte		• <i>Quinteto de Mogador</i> Alberto Ruy Sánchez	
NOTICIAS INCMNSZ	11	HABLEMOS DE ENFERMERÍA	23
• Información importante		• Tres enfermeras pioneras en la Revolución Mexicana Tercera y última parte	
VIDA INSTITUCIONAL	12	CAMPAÑA INSTITUCIONAL	24
• Gabriel Saucedo		• A los primeros 75 años del INCMNSZ, tú, ¿cómo visualizas el futuro?	
ARTE Y CULTURA	13		
• Sesión Cultural dedicada a la Comunidad Institucional			

La **Comunidad Institucional participó** de la **comida de fin de año**, realizada en el comedor central del INCMNSZ, en la que el **Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del Instituto, felicitó al personal por el año que concluye y les manifestó sus mejores deseos para el 2023**. En la sección **Ser INCMNSZ**, se da cuenta de ello.

El **Servicio de Estomatología**, a cargo del **Dr. Carlos Hernández Hernández**, recibió una **donación de equipo dental de alta tecnología**, otorgado por la **Fundación Gonzalo Río Arronte**. En **Para Conocernos**, se exponen los pormenores de este acontecimiento que **favorecerá a muchos pacientes del INCMNSZ**.

Tres relevantes sucesos, acontecidos en el Instituto, se narran en la sección **Entérate: el evento conmemorativo en el INCMNSZ, No más Violencia contra la Mujer; el Congreso Internacional de Geriátría y la Conferencia Dr. Rubén Lisker sobre Bioética**.

En **Sabías que**, se hace alusión a algunas **efemérides de la salud celebradas durante la segunda quincena de diciembre**, tales como: 17 de diciembre, **Día Internacional para poner fin a la Violencia contra las Trabajadoras Sexuales**; 20 de diciembre, **Día Internacional de la Solidaridad Humana** y 22 de diciembre, **Día Mundial del Termómetro**.

La temporada invernal representa un grave riesgo para la población ante las enfermedades respiratorias, en la sección **Tu Salud**, el **Dr. Eric Ochoa Hein**, adscrito a la Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad de la Atención Médica del INCMNSZ, expone algunos **puntos clave al respecto**.

En la sección **Campaña Institucional**, se expresa una de las **aspiraciones que el personal del INCMNSZ** tiene para los próximos **75 años de existencia del Instituto; permanecer a la vanguardia en asistencia, enseñanza e investigación**.

Agradecimiento a la Comunidad Institucional por su compromiso

Mensaje de fin de año del Dr. José Sifuentes Osornio, Director General

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

El pasado 14 de diciembre, el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ, expresó un mensaje de fin de año a la Comunidad Institucional, en el que manifestó su agradecimiento a todos los integrantes del Instituto por su esfuerzo y empeño durante el 2022. De igual forma, les deseó, a ellos y a sus familias, lo mejor para el 2023. Lo anterior, fue dado a conocer en un mensaje pregrabado.

“Me dirijo a ustedes, en esta ocasión, para hacer un recuento de todas nuestras actividades que hemos hecho en este año, 2022. Así mismo, deseo felicitarlos por todos los logros profesionales, por los logros familiares y por los logros espirituales que hemos tenido en el año que concluye.

Deseo invitarlos a que se sumen en esta nueva gestión 2022-2027, en la que tengo la responsabilidad de conducir los destinos de esta gran familia, del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y de Nutrición Salvador Zubirán.

Quiero expresarles, en esta ocasión, mis mejores deseos para ustedes, que se cumplan todos ellos. En conjunto con sus familias, que tengan salud, armonía, bienestar y progreso en este próximo año.



Es muy importante saber que esta, es una magnífica oportunidad para hacer reflexiones y acercarse, sobre todo a sus familiares, compañeros, colegas y avanzar, para dejar atrás los desencuentros y para crecer espiritual y profesionalmente. Por ello, los invito a continuar con este modelo de gestión que tiene una visión más humanista, de más cuidado hacia la persona, sobre todo, a todos ustedes que son nuestros colegas, nuestros compañeros de trabajo.

En esta gestión, en la que llevo 6 meses, quiero manifestarles que tengo interés importante en hacer un análisis de introspección y conocer cómo podemos mejorar las condiciones de las personas en su ambiente laboral para favorecer un entendimiento, una mejor coordinación y clima de trabajo para todos nosotros. Por ello, creo que es importante para todos ustedes y para mí mismo, entender este cierre de año y tener esperanza de que podemos hacer mejor las cosas en el próximo 2023.

Les agradezco ampliamente todo su esfuerzo y su empeño en 2022. Desearles, también, lo mejor para ustedes y para sus familias en el año que está por iniciar. Felices fiestas y mis mejores deseos. Muchas gracias” Concluyó.

Los integrantes del INCMNSZ acudieron a la comida en conmemoración de fin de año. Para esta celebración, como ya es una tradición, la Dirección de Comunicación Institucional y Social, con el apoyo del Departamento de Comunicación y Vinculación, realizó su encuesta anual con la pregunta: ¿Para ti, qué es llevar una **VIDA SALUDABLE**? Las respuestas que la Comunidad proporcionó, serán el fundamento de la Campaña de Comunicación Institucional 2023.

La Dirección de Comunicación Institucional y Social, así como, el Departamento de Comunicación y Vinculación, agradecen profundamente a toda la Comunidad por su entusiasta y activa participación, que permitirá conocer la percepción que se tiene acerca de una Vida Saludable. En la siguiente edición, daremos a conocer los resultados.



Tecnología dental de punta

Donación de equipo al Servicio de Estomatología

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

El pasado 23 de noviembre, el Servicio de Estomatología, a cargo del Dr. Carlos Hernández Hernández, recibió equipo dental, donado por la Fundación Gonzalo Río Arronte. La puesta en marcha del equipo fue presidida por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General, el Dr. Raúl Rivera Moscoso, Encargado de despacho y de asuntos de la Dirección de Medicina; el Dr. Sergio Ponce de León, Director de Enseñanza; el Lic. Carlos Osornio Pineda, Director de Administración; la Dra. Judith González Sánchez, jefa del Departamento de Consulta Externa, la Ingeniera Fanny Alvarado Chávez, jefa del Departamento de Biomédica y por el propio Dr. Carlos Hernández Hernández, jefe del Servicio de Estomatología, todos del INCMNSZ.

El Dr. José Sifuentes Osornio, después de visitar el área y conocer las cuatro unidades dentales con sus respectivos sillones, que beneficiarán a miles de pacientes, cortó el listón inaugural y expresó:

“Deseo agradecerles esta invitación para estar con ustedes esta mañana, en esta ocasión, en la que vislumbramos un avance que significa la renovación, el espíritu siempre de vanguardia que queremos mantener en esta Institución, sobre todo, que nos motiva con lo que son nuestras actividades fundamentales para brindar el mejor servicio médico posible de manera continua”.

Por su parte, el Dr. Raúl Rivera Moscoso, expreso: “Gracias por la invitación. Es un gusto cada vez que el Instituto tiene una actividad en la que se demuestra el compromiso por la excelencia, por el servicio y por el trabajo colaborativo.

Es un motivo de gratitud y de orgullo. El Instituto se ha caracterizado por tratar de buscar siempre la mejor atención, la manera más óptima y más integral de servicio a nuestros pacientes. También, es una parte fundamental, es ese binomio entre la tecnología y la entrega; el compromiso y el trabajo colaborativo de todos los miembros de este Instituto”.

El Dr. Carlos Hernández Hernández, después de mostrar los equipos y explicar el funcionamiento de los mismos, agradeció el apoyo que recibió a todo el cuerpo directivo del Instituto y al equipo de Ingeniería Biomédica, a cargo de la Ing. Fanny Alvarado.

“Han sido 35 años de una lucha diaria para que la atención al paciente sea la mejor. Empecé a insistir con los directivos del Instituto para que nos apoyaran en todo esto y afortunadamente, cada director lo ha hecho.

Los equipos fueron donados por la Fundación Gonzalo Río Arronte A.C. Fue un esfuerzo de muchos años. Hace tiempo hablé con el Dr. David Kershenobich y me dijo que iba a tratar de apoyarnos y así fue, este apoyo se vió materializado con el respaldo del Dr. José Sifuentes. Fue un trabajo en conjunto con el área de Ingeniería Biomédica que fue crucial, sin ellos, no hubiera sido posible.

El equipo donado consiste en cuatro unidades dentales, cada una con sillón dental y lámpara. Es un equipo de alta tecnología, de punta. Con ello, tenemos el compromiso de dar una mejor atención al paciente, no porque se le diera mala atención, sino porque ya tenemos mayor rapidez y comodidad.

La cantidad de pacientes que vemos es muy importante, atendemos diariamente 40 pacientes. Con los equipos no se pretende incrementar la cantidad de pacientes, sino incrementar la calidad en la atención, al contar con mejores equipos, con más opciones, con un trabajo más cómodo y con una serie de condiciones que van a favorecer el dar un mejor tratamiento al paciente. No importa el número, lo importante es la calidad en la atención.

Finalmente, quiero agradecer a todos el apoyo, porque esto no solo es un esfuerzo de nosotros, sino que es un esfuerzo de mucha gente." Concluyó.



De izquierda a derecha: Dr. Raúl Rivera Moscoso, Lic. Carlos Osornio Pineda, Dr. José Sifuentes Osornio, Dra. Judith González Sánchez, Dr. Carlos Hernández Hernández y Dr. Sergio Ponce de León

16 días de acciones; del 25 de noviembre al 10 de diciembre

Activismo en el INCMNSZ: No más Violencia contra la Mujer

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

Con el objetivo de crear conciencia sobre las consecuencias sanitarias y sociales de la violencia contra las mujeres, así como fortalecer el compromiso con la acción colectiva, la Organización de las Naciones Unidas, en coordinación con la Organización Mundial de la Salud y otras instancias internacionales, llevan a cabo la Campaña Pinta el Mundo de Naranja:

¡ÚNETE! Activismo para poner fin a la Violencia contra las Mujeres y las Niñas, celebrada del 25 de noviembre al 1 de diciembre del 2022.

El Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, a través de su Consejo de Equidad y Género, se sumó a estas acciones, dando inicio con el tendedero naranja el pasado 25 de noviembre, en el que convocó a toda la Comunidad Institucional a participar, respondiendo a dos preguntas:

- 1.- ¿Qué entiendes por Violencia contra las Mujeres?
- 2.- ¿Qué acciones propones para erradicar la Violencia contra las Mujeres?

La Dra. Fernanda González Lara, integrante del Consejo de Equidad y Género del INCMNSZ, expresó: "Con estas acciones, se pretende que todas las personas reflexionemos qué es la Violencia contra las Mujeres y qué podemos hacer para erradicarla en el país. Todo el equipo del Consejo de Equidad y Género del INCMNSZ queremos sensibilizar a la Comunidad para traer el tema al plano principal y lograr que se visualice".

De esta forma, el INCMNSZ se suma a estas acciones en favor de la No Violencia contra la Mujer, además de que el 25 de cada mes, se conmemora el **Día Naranja en el Instituto**, por lo cual, procuramos llevar una prenda o distintivo de color naranja para destacar ese día, pero durante todos los días del año, implementamos acciones para combatir la Violencia contra las Mujeres.



Salud Global de la Persona Mayor en un mundo post-pandemia

XVII Congreso Internacional de Geriátría

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

Del 1 al 3 de diciembre, se llevó a cabo el XVII Congreso Internacional de Geriátría "Salud global de la persona mayor en un mundo post-pandemia" en el INCMNSZ, en el que se dieron cita expertos en el campo de la geriatría de diversas especialidades médicas.

El evento fue presidido por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ; la Dra. Marta Eugenia Valdivia Proa, presidenta del Colegio Nacional de Medicina Geriátrica; el Dr. Jorge Orozco Gaytán, presidente del Consejo Mexicano de Geriátría; el Dr. Alberto Ávila Funes, jefe del Servicio de Geriátría y la Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro, profesora titular del curso.

Al inaugurar el curso, el Dr. José Sifuentes Osornio expresó: "Este Congreso se ha vuelto una tradición. Me da gran alegría verlos aquí, así como, a los participantes a distancia a través de las plataformas digitales".



De izquierda a derecha. Dra. Marta Eugenia Valdivia, Dr. José Sifuentes Osornio, Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro y Dr. Jorge Orozco Gaytán

Estado vegetativo: criterios, actualidades y Bioética

V Conferencia Magistral en Bioética

Dr. Rubén Lisker

El 30 de noviembre tuvo lugar una de las conferencias más destacadas del INCMNSZ; la V Conferencia Magistral en Bioética Dr. Rubén Lisker, dictada por el Dr. Luis Dávila Maldonado, jefe de la Unidad de Educación para la Salud y médico adscrito al Departamento de Psiquiatría y Neurología del Instituto, con el título: "Estado vegetativo: criterios, actualidades y Bioética". La presentación de la misma, estuvo a cargo del Dr. Sergio Ponce de León Rosales, Director de Enseñanza del INCMNSZ, organizada de forma conjunta por el INCMNSZ y por la Comisión Nacional de Bioética.

El presidium estuvo integrado por el doctor José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ; el Dr. Patricio

Santillán Doherty, Comisionado de la Comisión Nacional de Bioética y la Dra. Judith González Sánchez, jefa del Departamento de Consulta Externa y presidenta del Comité Hospitalario de Bioética.



Dr. Luis Dávila Maldonado

Seguridad del Paciente

Reflexiones 2022

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández
Coautores: Dr. Nelson Rodrigo Cruz Castellanos y Mtro. Jovani Emmanuel Torres García/
Unidad de Mejora Continua de la Calidad

“Después de dos años, sumergidos dentro del momento más fuerte de la Pandemia de COVID-19, el tiempo hacia la normalidad está llegando y con ello, los nuevos retos y la creación de nuevas estrategias en pro de la seguridad del paciente.

Es importante fortalecer la atención primaria al paciente y mejorar la comunicación entre el personal de atención a la salud y los familiares del mismo.

Este año, diseñamos una estrategia de difusión en el Día Mundial de Seguridad del Paciente, con la finalidad de permearse de una mejor manera las Acciones Esenciales para la Seguridad del Paciente. Deseamos que todo este equipo que va desde el personal que trabaja en el Instituto, hasta nuestros pacientes y familia, tengan la seguridad que día a día trabajamos para mejorar la atención”.

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández



“Durante el 2022, se realizó por primera vez la conmemoración del Día Mundial de Seguridad del Paciente, se celebró el pasado 17 de septiembre, en donde equipos multidisciplinario realizaron actividades alusivas a este Día, para fortalecer el conocimiento de las estrategias que nos permiten mitigar o disminuir los riesgos inherentes en toda institución de salud.

Si bien, han sido tiempos difíciles desde que inició la Pandemia de COVID-19, hemos logrado adaptarnos y superar muchas batallas, algunos se quedaron en el camino, pero los recordaremos con amor y estarán en nuestros corazones; y para los que nos quedamos en este plano terrenal esperamos que disfruten de estas fechas decembrinas, que nos permitamos reflexionar y convivir con nuestros seres queridos. De todo corazón, esperamos que todos nuestros pacientes pasen unas felices fiestas y les permita estar con sus seres queridos”.

Dr. Nelson Rodrigo Cruz Castellanos

“Aunque parezca difícil de ver por las adversidades que enfrentamos como parte de esta gran familia que llamamos Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, este 2022 no fue el año para bajar la guardia en tanto a las medidas de cuidado por el COVID-19. Este, fue el año de aprender a valorar todo lo que tenemos y nos rodea, y darnos cuenta que lo único que importa es nuestra familia y amor por el prójimo. Esas cosas tan simples y sencillas como la libertad de poder reír, convivir y disfrutar con familiares y amigos libremente.

Este 2023 nos regala una nueva oportunidad de forjarnos retos y metas. El día de hoy, queremos invitarlos a que cada día sean felices y sonrían”.

Mtro. Jovani Emmanuel Torres García



FELIZ NAVIDAD Y PRÓSPERO AÑO 2023 LES DESEA: UNIDAD DE MEJORA CONTINUA DE LA CALIDAD



De izquierda a derecha: Dr. Nelson Rodrigo Cruz Castellanos, Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández y Mtro. Jovani Emmanuel Torres García

Fenómenos Sanitario-Ecológicos

Y de verdad: ¿no aprendimos nada?

Segunda y última parte

Biol. José Luis Cruztitla Carrillo/Coordinación de Protección Civil

Como comentamos en la edición anterior, uno de los agentes perturbadores de los **Fenómenos Sanitario-Ecológicos** es la Pandemia de COVID-19. Es por esto que resulta incomprensible el claro desdén a la experiencia vivida. Bastó que las autoridades informaran una disminución de las medidas preventivas para que muchas personas asumieran la finalización de la emergencia. El descenso en el número de contagios y decesos fue interpretado, también, por la gente como la autorización para retomar sus actividades sin precaución alguna. Este relajamiento es evidente en todos los espacios públicos, incluido el transporte. Un alto porcentaje de personas ya no utilizan el cubrebocas o lo traen más para aparentar que lo utilizan que por hacerlo realmente. Increíble, pero se engañan a sí mismos.

Por ello, no es de extrañar que, en los últimos días, se haya reportado un incremento en los casos de COVID-19, los cuales, asociados a la temporada de frío y a la influenza estacional sugieren que el número de enfermos de las vías respiratorias se incrementará en las próximas semanas. Es precisamente, en este punto que recordamos que uno de los principales temas dentro de los Programas de Protección Civil está la PREVENCIÓN que idealmente permitiría eliminar los riesgos de que ocurra una emergencia -en este caso de índole sanitaria-, pero que esencialmente buscaría “reducirlos; evitar o mitigar su impacto destructivo sobre las personas, bienes, infraestructura, así como anticiparse a los procesos sociales de construcción de los mismos”.

Basta recordar que, durante la etapa álgida de la Pandemia, en la que todos utilizamos el cubrebocas y llevamos a cabo las medidas de prevención, la incidencia de enfermedades respiratorias diferentes al COVID-19, fue baja. Es por ello la pregunta: ¿Acaso no aprendimos nada?

Saludos, un abrazo y mis mejores deseos a cada uno de los integrantes de la Familia Nutrición para el 2023.



9 de diciembre del 2022, *El Herald de México*

Convenio entre India y México (INCMNSZ-IPN) de biotecnología

La India y México (INCMNSZ-IPN) firman convenio de colaboración para la transferencia de biotecnología para el tratamiento de cáncer. Se reunió en la Embajada de la India, una comitiva, integrada por directivos de Laboratorios de Biológicos y Reactivos de México (Birmex), la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), el Instituto de Salud para el Bienestar (Insabi), el Instituto Politécnico Nacional (IPN) y el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ), los cuales sostuvieron reuniones con las principales empresas farmacéuticas indias. La delegación mexicana que acompañó al canciller, Marcelo Ebrad buscó negociar acuerdos de transferencia de tecnología para producir vacunas, medicamentos y tener acceso a terapias de vanguardia en nuestro país.

Link: <https://heraldodemexico.com.mx/opinion/2022/12/9/mexico-india-una-asociacion-estrategica-464913.html>

14 de diciembre del 2022, *Crónica*

Dra. María Teresa Bourloun entrevista sobre cáncer de vejiga

La doctora María Teresa Bourloun de los Ríos, responsable de la Clínica de Tumores Genitourinarios del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ), manifestó que dentro de los tratamientos actuales para pacientes con carcinoma urotelial metastásico está la quimioterapia, aunque se ha encontrado que es importante realizar un testeo genético en estos pacientes para conocer si cuentan o no con alguna alteración genética, como podrían ser mutaciones.

Link: <https://www.cronica.com.mx/nacional/cancer-vejiga-frecuente-agresivo.html>

18 de diciembre del 2022, *Crónica*

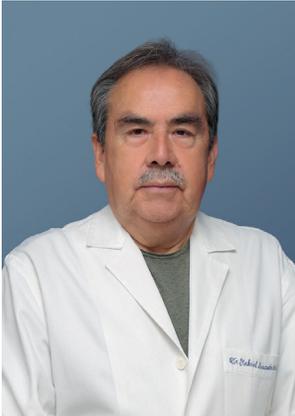
El INCMNSZ, quizás, la instancia más importante de investigación en salud del país; Dr. Gerardo Gamba

En su columna, el Dr. Gerardo Gamba Ayala, Director de Investigación del INCMNSZ, expresó que, el INCMNSZ es probablemente la instancia de investigación en salud más importante del país, más por su calidad que por la cantidad de producción, ya que somos relativamente pequeños, comparados con grandes universidades como la UNAM o el Instituto Politécnico Nacional. Ocupamos apenas una cuadra en la alcaldía de Tlalpan.

Link: <https://www.cronica.com.mx/opinion/direccion-investigacion.html>

HOMBRES EN EL INCMNSZ

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



Gabriel Justo Saucedo Arteaga

Departamento de Nutrición Aplicada y Educación Nutricional
Dirección de Nutrición
Investigador en Ciencias Médicas B

1983

Migración, Nutrición y Salud -Niños y Mujeres Mayas, Yucatán, México

1990

Detección y Atención a la Desnutrición Infantil, Centro de Estudios Rurales, Solís, Estado de México

1994

Lactancia, Ablactación y Nutrición en Prescolares, Valle del Mezquital, Hidalgo, México

1999

Nutrición y Salud en Prescolares Indígenas. Sierra Tarahumara, Chihuahua, México

2003

Impacto de un Programa en la Salud de los Preescolares. Sierra Norte de Puebla, México

2005

Deficiente Crecimiento de los Escolares. Santa Úrsula, Coyoacán. CDMX

2007- 2011

Riesgo Cardiovascular y Encuesta Alimentaria y Nutricional. Indígenas Tarahumaras, Chihuahua, México

2007

Doctor en Antropología por la Escuela Nacional de Antropología e Historia, INAH
Experiencias de Investigación: Lugares, Poblaciones y Temas

2011-2014

Afromexicanos, Condiciones de Vida y Riesgo Cardiovascular, Guerrero, Oaxaca y Veracruz, México

2004-2008

Profesor: Escuela de Enfermería del INCMNSZ, Escuela Nacional de Antropología e Historia y Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

2015-

Estudios Socioculturales sobre la Alimentación y la Nutrición

Compromiso, responsabilidad y calidez

Sesión Cultural dedicada a la Comunidad Institucional

Lcda. Palmira de la Garza y Arce/Arte y Cultura

El pasado 1 de diciembre, la Sesión Cultural estuvo dedicada a la Comunidad INCMNSZ. El Dr. José Sifuentes Osornio, Director General de la Institución, reconoció y agradeció la extraordinaria labor del personal, por atender a los pacientes con profesionalismo, compromiso, responsabilidad y calidez, lo que caracteriza al Instituto.

El recital estuvo a cargo del pianista Daniel Rodríguez, extraordinario concertista que pertenece a Concertistas de Bellas Artes; Institución a la que agradecemos su apoyo.

Sesión Cultural DICIEMBRE



CONCIERTO DEDICADO A LA
COMUNIDAD INCMNSZ

Jueves
01 diciembre
2022
19:00 hrs.

Daniel Rodríguez
piano

Concierto de piano

AUDITORIO
INCMNSZ
ENTRADA LIBRE
VINO DE HONOR

Derechos Reservados © 2022 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN. Imágenes proporcionadas por la Coordinación Nacional de Música y Ópera INBA. *Concertos en colaboración con la Coordinación Nacional de Música y Ópera del INBA.

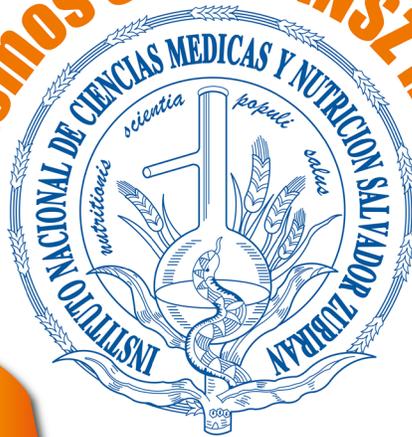


[f](#) [t](#) [i](#) [@](#) [incmnsz](#)

!ÚNETE!

ACTIVISMO NO + VIOLENCIA CONTRA LA MUJER

#pintemos el INCMNSZ naranja



#DiaNaranja
#25deCadaMes

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación / CEG Consejo de Equidad y Género 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

#dianaranja #incmnszsevistedenaranja #detidepende

Pensamiento abstracto y competencias cognitivas

El crecimiento personal a través de la capacitación

Dirección de Administración

La educación es un derecho humano, un importante motor del desarrollo y uno de los instrumentos más eficaces para reducir la pobreza, mejorar la salud, pero además, lograr la igualdad de género, la paz y la estabilidad¹. En ese orden, se advierte que tal concepto forma parte de nuestra vida voluntaria e involuntariamente, pues todo el tiempo estamos aprendiendo, aplicando conocimientos y adquiriendo más información.

Resulta importante entender que la educación, pudiera obtenerse a través de la capacitación, pues tal, propicia la actualización del saber, la construcción, el descubrimiento, el enriquecimiento de uno mismo y del entorno que nos rodea, entre otras cosas; sin embargo, no siempre este proceso de aprendizaje es igual en todas las etapas de la vida. Según se advierte, en la niñez, adolescencia y adultez, la recepción del conocimiento puede ser distinta, pues cada una tiene sus retos y características. En esta investigación, nos centraremos en la que corresponde a la adulta, misma a la que se denomina Andragogía, la cual se enfoca en el entendimiento y aceptación de las diferencias en las motivaciones, necesidades, actividades, experiencias y conocimientos previos, a comparación de etapas anteriores.

La Andragogía postula que la disposición del aprendizaje por parte del adulto y la aplicación del conocimiento a partir del cúmulo de experiencias previas forman un recurso importante para este proceso de educación². Pues, además, se acompaña generalmente del pensamiento abstracto, lo cual nos habilita para utilizar competencias cognitivas como la conciencia de uno mismo, así como del otro y la capacidad de cambiar el pensamiento para ejecutar acciones más complejas. Esta ciencia descansa entre otras, en los cambios que en la actualidad se implementan como la aplicación, uso de la tecnología, la visión de prepararse más y mejor con la finalidad de crecer en distintos ámbitos.

Basado en lo anterior, podemos decir que, al interior del Instituto, la capacitación se oferta y satisface considerando las necesidades reales de los que lo integramos, buscando propiciar la elevación de la calidad de desempeño, la resolución de problemas, la orientación o inducción del nuevo personal, así como de un nuevo puesto, la actualización de conocimientos y habilidades³.

Como conclusión, podemos decir que el desarrollo humano es necesario y fundamental para el cambio, solo debemos de tomarlo. Así, la siguiente frase tiene un empate definitivo: El ser humano no alcanza su desarrollo si, no lo piensa, lo desea y lo asume⁴.

¡Todos somos INCMNSZ!

Autores: Nora Jiménez Flores y Carlos Augusto Sánchez Morales

[1] <https://www.bancomundial.org/es/topic/education/overview>

[2] Alonso Chacón, P., (2012). La Andragogía como disciplina propulsora de conocimiento en la educación superior. Revista Electrónica Educare, 16 (1), 15-26.

[3] Siliceo Aguilar, A., (2006). Capacitación y desarrollo de personal. Editorial Limusa, 29-32.

[4] Sierra Fontalvo, R., (2006). La Andragogía, modelo propicio para el desarrollo de la educación de adultos. Prospectiva, 4(1), 100-102.

Arquetipos poderosos para la educación formal

Importancia y complejidad de ejemplos a seguir en el área de salud

Primera parte

Dra. Paulina Bueno García-Reyes

La medicina se percibe como una profesión con ideales muy exigentes, quienes la practican deben ser éticos, humanitarios, compasivos, inclusivos, caritativos y entregados al bienestar de los pacientes, incluso, por encima del bien propio. Pero ¿son estos principios a los que se exponen los estudiantes, residentes y colegas? ¿Cuál es el papel de tener un ejemplo a seguir para fomentar estos ideales? ¿Importan las características propias del arquetipo?

Los modelos o ejemplos a seguir como personas dignas de ser imitadas o de quienes se pueden aprender características para formar y complementar el estilo propio son clave en la formación de profesionales, de forma muy particular el área de la salud. Los estudiantes consideran que el estar expuestos a modelos a seguir es una parte clave de su aprendizaje. La observación de arquetipos puede ser incluso más poderosa y permear de manera más profunda que la educación formal.

En estudios que se han realizado con estudiantes de medicina, se ha identificado un sentimiento de impotencia y conflicto cuando se inician en actividades clínicas, ya que lo que se observa no es congruente con los ideales originales y con una medicina centrada en el paciente. Además, se enfrentan por primera vez directamente al sufrimiento y dolor de los pacientes, sin una preparación para lidiar con la carga emocional que esto genera. Y puede suceder una de tres cosas, los principios y valores de estos sujetos en formación se pueden mantener, se pueden comprometer o se pueden transformar.

A veces, pareciera que la respuesta por parte del personal un poco más experimentado es preocuparse por desensibilizar y endurecer a los futuros profesionales de la salud, alejándolos del ideal inicial y contribuyendo a la falta de principios y al cinismo que se ve en etapas posteriores.



El Tejocote

Es un pequeño fruto con gran valor nutricional, pertenece a la familia de las *Rosaceae*, su nombre proviene del náhuatl *texócotl*: *tetl* (duro) y *xocotl* (fruto agrio) que significa fruto duro de sabor agrio, también se le conoce como manzanita y manzana de Indias.

Este producto es originario de México, crece en un árbol caducifolio llamado manzanillo, el cual se desarrolla en diferentes sitios de la República que cuentan, principalmente, con climas templados y poca humedad. Se cosecha a partir de agosto, pero los meses con mayor consumo son durante noviembre y diciembre. Es utilizado para la preparación de licores, dulces típicos como ates, jaleas, mermeladas y conservas.

Beneficios que aporta el tejocote:

- Favorece la coagulación sanguínea.
- Aporta altos contenidos en vitamina C y calcio.
- Fortalece el sistema inmunológico.
- Es rico en vitaminas del complejo B.



Fuente: Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera (SIAP) Gobierno de México/Bienestar
<https://www.gob.mx/siap/articulos/el-tejocote-fruto-de-temporada-con-gran-valor-nutricional>

Cuadernos de
nutrición

Ponche de Frutas



Ingredientes:

- ¼ de pieza de manzana
- 1 pieza de guayaba
- 1 pieza de tejocote
- 1 pieza de caña
- 2 piezas de ciruelas pasas
- 3 piezas de nuez
- 1 sobre de endulzante bajo en calorías
- Jamaica, tamarindo y canela al gusto

Procedimiento:

Corte las fruta en gajos.

Pele las cañas.

Hierva las cañas con la canela, la jamaica y el tamarindo.

Agregue el resto de la fruta.

Hierva a fuego lento hasta que toda la fruta esté cocida.

Sirva una taza de poche, agregue el sobre de endulzante bajo en calorías y espolvoree la nuez picada.

Fuente: Fuente CAIPaDi
<https://incmnsz.mx/imagenes/RECETARIOnutriologia.pdf>

17 de diciembre, Día Internacional para poner fin a la Violencia contra las Trabajadoras Sexuales

Su origen, “El Asesino de Green River”

Desde el año 2003, el 17 de diciembre se celebra el Día Internacional para poner fin a la Violencia contra las Trabajadoras Sexuales, una efeméride que nació por los crímenes violentos que ocurrieron en la ciudad de Seattle entre los años ochenta y noventa, y que fueron perpetrados por el “El Asesino de Green River”.

Durante su “purificación de las calles”, este hombre mató a más 49 prostitutas. Desde entonces, se ha tomado el 17 de diciembre como un día de homenaje para las víctimas y dar voz a las trabajadoras sexuales.

Fuente: <https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-internacional-fin-violencia-contra>

20 de diciembre, Día Internacional de la Solidaridad Humana

Construcción de vidas dignas en un planeta sano

El trabajo de las Naciones Unidas se ha definido en gran parte por la solidaridad, desde su creación, ya que atrajo a los pueblos del mundo para promover la paz, los derechos humanos y el desarrollo económico y social.

Sugiere que dicha conmemoración, sea una fecha para celebrar nuestra unidad en la diversidad, así como para recordar a los Gobiernos a que respeten sus compromisos con los acuerdos internacionales.

Fuente: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/20-diciembre-dia-internacional>

22 de diciembre, Día Mundial del Termómetro

Su uso, crucial durante COVID-19

El termómetro es un instrumento esencial utilizado para medir la temperatura corporal o ambiental. Ha sido muy útil durante la Pandemia de COVID-19. Con esta efeméride, se rinde homenaje a la invención del termómetro y a su utilidad en la vida cotidiana, especialmente en el campo de la medicina.

Galileo Galilei lo inventó en el año 1552. Inicialmente, era conocido como termoscopio, utilizado para medir la temperatura del ambiente. El invento consistió en un tubo de vidrio y uno de sus extremos terminaba en un bulbo grande.

Fuente: <https://www.diainternacionalde.com/dias-raros/dia-mundial-termometro>

Época invernal

Enfermedades respiratorias

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

En la temporada invernal se presentan masas de aire y frentes fríos que provocan un importante descenso en la temperatura, por lo que sentimos frío y reducimos la ventilación de los ambientes; lo que facilita la transmisión de diversos virus y que seamos más propensos a desarrollar alguna infección respiratoria aguda.

Las infecciones respiratorias agudas son enfermedades que afectan nariz, oídos, ojos, garganta y pulmones, generalmente, son de corta duración y autolimitantes, es decir, que no requieren antibióticos o antivirales; pero existen otras enfermedades que pueden complicarse; desde neumonía, hospitalizaciones, infartos al corazón y cerebrales, hasta la muerte.

En entrevista para *La Camiseta*, el doctor Eric Ochoa Hein, adscrito a la Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad de la Atención Médica del INCMNSZ, advirtió: “Nuestra atención sigue enfocada hacia COVID-19, secundariamente, hacia Influenza; pero no se nos debe olvidar que hay otros virus respiratorios que causan enfermedad en niños y adultos y que pueden ser igualmente importantes: virus sincicial respiratorio (VSR), rinovirus y parainfluenza, por decir algunos, y para los que no hay vacunas”.

Las principales enfermedades que se están presentando en esta época, además de COVID-19 e Influenza, son: resfriado común, laringotraqueitis, bronquiolitis, faringitis, rinosinusitis (causada por bacterias,) y las complicaciones de asma.

“Es importante que las personas no se queden con la idea de que COVID-19 ya descendió o que no hay peligro. Hay que prevenir, primero con vacunación y sus refuerzos, pero también no despreciar el resto de medidas que nos sirven para evitar diversas infecciones: usar cubrebocas en actividades que representen ciertos riesgos como lugares no ventilados, lugares con mucha gente o que estén congregados por un buen tiempo; si es posible, distanciamiento físico; y continuar con el lavado frecuente de manos con agua y jabón”, aconsejó el especialista.

Puedes enfermarte de COVID-19 e influenza al mismo tiempo

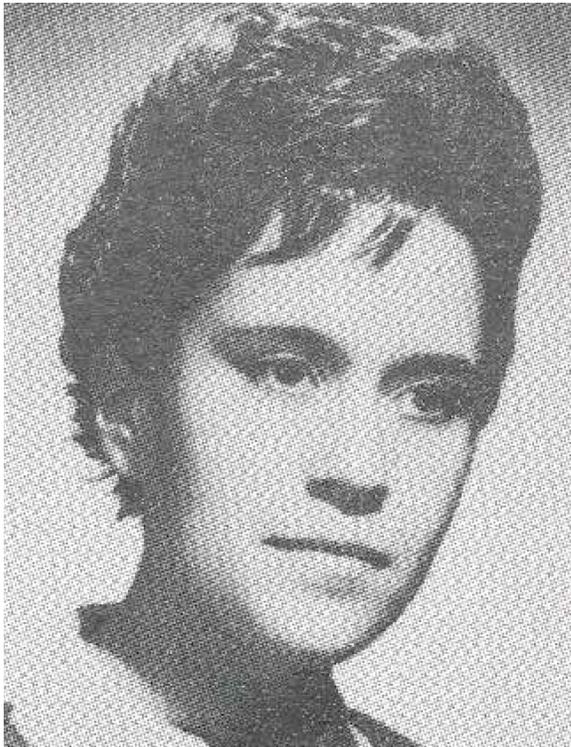


Memorias en el Hospital de Enfermedades de a Nutrición, hoy INCMNSZ

Una mujer entre 50 Residentes, Flor de María Herrera

Segunda y última parte

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



El programa académico contenía desde temas básicos y variados como eran la bioquímica y fisiología, hasta los diferentes e interesantes temas actualizados de las especialidades. Preparábamos los temas del programa, elaborando un resumen con los datos más relevantes, transcribiéndolo e imprimiendo copias para todos. Careciendo de medios electrónicos, el trabajo era tardado. De antemano, estábamos listos a la acción, profundizando conceptos especializados en revistas y siendo evaluados por nuestra participación.

Cada día, estaba más contenta y orgullosa de pertenecer al admirado grupo de Residentes "almidonados".

En historias clínicas de todos los pacientes de nuevo ingreso, empatizándonos con su situación de salud. Los casos de larga y compleja evolución eran tardados, y podíamos trabajar hasta altas horas de la noche. El trabajo era evaluado por el residente líder, el médico adscrito y los especialistas. En discusiones *ad hoc*, nos pedían opiniones y explicaciones, estábamos en tensión y alerta continua.

Muchos de los médicos especialistas eran grandes y destacados personajes masculinos. Solo había una Hematóloga. En Urgencias, se respiraba un ambiente de mayor tensión, acción constante y decisiones oportunas y precisas con un alto grado de responsabilidad. Las sesiones anatomopatológicas, ya famosas en el Hospital General de México, sobre los casos de difícil diagnóstico, eran muy interesantes, provocadoras y retadoras, pero estimulantes. Se revelaban la calidad de capacidades del abordaje clínico. Los nuevos conocimientos entraban con chisquetes de hormonas de estrés, previa "egotomía".

La especialización. Como privilegiada, procedente del grupo de Residentes "almidonados", me integré al ya conocido programa universitario de posgrado en Hematología, que se conformaba, además, con varios médicos provenientes de otros hospitales y otros países. Dicho curso fue creado por el muy distinguido y premiado médico, maestro e investigador original, impulsor de la hematología nacional, Luis Sánchez Medal, jefe del Departamento, perteneció a la primera generación de residentes del Hospital. Sus interconsultas eran muy interesantes, instructivas y de gran conocimiento.

Debíamos tener y memorizar todos los datos clínicos y de los estudios de cada paciente “al dedillo”, para presentarlos, compartirlos y trabajar en equipo. Uno debería estar siempre informado y alerta a los cuestionamientos en las discusiones evaluatorias. La tensión siempre constante.

Previo entrenamiento, llevábamos a cabo e interpretábamos los estudios hematológicos. El Dr. José Báez Villaseñor, hematólogo distinguido también, tenía a su cargo un grupo de los pacientes hospitalizados. Sus abordajes clínicos eran muy ilustrativos y didácticos. Después de sus revisiones clínicas, nos daba clases magistrales sobre las diferentes patologías. Los alumnos éramos cuestionados permanentemente y asignados para informar y compartir los conocimientos en el tema, así como la evolución actualizada de los pacientes. A su alta del piso, seguíamos evaluándolos en la consulta externa, previa revisión antes de la consulta, y en forma conjunta. Esto aseguraba la enseñanza, todos nos enterábamos de todos los casos. Los pacientes nos depositaban mucha confianza.

En nuestras sesiones conjuntas con Patología, se presentaban los casos especiales, y también discutíamos los de difícil diagnóstico. A falta de instrumentación electrónica y anticuerpos específicos para tipificación celular en diferentes neoplasias, reconocíamos dichas células por sus características morfológicas y de tinción, en biopsias, sangre periférica y/o de médula ósea. El Dr. Luis Sánchez Medal era un morfológico y maestro, extraordinario, con el que nos entrenábamos en morfología celular al microscopio, con la amplia colección de muestras patológicas. Teníamos con él, las revisiones semanales bibliográficas de actualidad. El tratamiento de los padecimientos era difícil, por medicamentos limitados, pero muy bien planeado basado en la bibliografía y experiencia de los maestros.

El Dr. Rubén Lisker muy activo en estudios poblacionales de alteraciones genéticas hematológicas, incluyendo hemoglobinopatías. Alumnos del posgrado ya eran de base en el departamento que estaba muy bien organizado, todo el personal técnico muy bien entrenado, y privilegiando siempre la investigación. La Dra. Ma. Soledad Córdova, tenía a su cargo el Banco de Sangre e iniciaba la autosuficiencia de reactivos, para identificar marcadores celulares y anticuerpos en sangre que destruían glóbulos rojos. El Dr. Juan Labardini realizaba estudios de investigación en modelos animales.

Ahí me inicié en la investigación en medicina experimental. Participé en un estudio sobre estimulación de formación de glóbulos rojos, con una interesante molécula (llamada heme), cuya acción, Sánchez Medal había observado en anemias por destrucción de glóbulos rojos. Los estudios poblacionales sobre anemias por deficiencia de hierro en mujeres embarazadas y niños, así como otros aspectos de metabolismo de hierro eran liderados por el excelente químico Alvar Loría. Dichos resultados y sus interesantes estudios estadísticos, se publicaban y servían de base para sugerir tratamientos y algunas medidas de salud pública. Los resultados de todas las investigaciones y temas importantes afines, se presentaban en las sesiones mensuales de la Agrupación para el Estudio de la Hematología, integrada por estudiosos sobre el tema, de la Ciudad de México y entidades federativas. Anualmente se organizaba un congreso nacional para presentar los trabajos, y donde se invitaban expertos nacionales e internacionales a compartir sus conocimientos.

Llegué a establecer una gran amistad con la mayoría del personal del departamento, que ha perdurado toda mi vida. ¡Fue una excelente e interesante etapa de formación integral en mi trayectoria profesional!

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

Novela documental sobre el deseo

Quinteto de Mogador

Alberto Ruy Sánchez

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

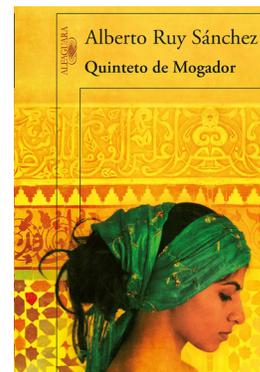
Alberto Ruy Sánchez Lacy (CDMX, 1951). Editor y escritor mexicano, autor de cerca de treinta libros de ensayo, poesía, cuento y novela.

Desde el año de 1988 es director general de la revista *Artes de México*, publicación de arte y cultura líder en América Latina. *Los nombres del aire*, fue su primera novela y en su obra destacan las novelas que forman *El Quinteto de Mogador: Nueve veces el asombro, En los labios del agua, Los jardines secretos de Mogador: voces de tierra y La mano del fuego*. En 1987 obtuvo el Premio Xavier Villaurrutia. En 2018 recibió el Premio Nacional de Letras por el conjunto de su obra y además el Premio Mazatlán por su novela *Los sueños de la serpiente*.

El *Quinteto de Mogador* es una novela documental sobre el deseo; contada en esencia poética, como un diverso mosaico de historias, revelaciones, aprendizajes, aventuras amorosas inusuales, viajes por varias partes del planeta, reflexiones sobre el amor y las maneras de relatarlo, sonrisas e infinitas sorpresas.

El deseo lo dibuja cinco elementos: aire, agua, tierra, fuego y la quinta esencia, el asombro. Los cinco libros que conforman *Quinteto de Mogador*, construyen un microcosmos en cuyo centro late la búsqueda del amor y, a la vez, de la mujer amada. Textos que inducen a reinventarse y donde siempre hay algo nuevo por conocer, pero encerrarán su punto de coincidencia: el deseo.

En la novela se unen varias aventuras. Donde el hombre que admite sus limitaciones, quiere entender mejor el mundo del deseo. Del femenino, sobre todo, pero también del masculino. Consiste en escuchar ávidamente a las mujeres amantes, deseantes, activas en su afirmación de la vida sensual que se abre ante ellas.



Sabías que...

La Literatura:

- Es arte.
- Produce goce estético.
- Aporta conocimientos, informaciones, formas de conocer el mundo.
- Nos enfrenta a los valores más íntimos como: solidaridad, respeto, amor, convivencia.
- Nos despierta la sensibilidad, la imaginación, porque abre nuestros sentidos hacia otros mundos creados o por idearse, donde hay diversos modos de sentir.
- Nos da modelos que contribuyen a mejorar la expresión escrita.

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

Tercera y última parte

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

En la edición anterior, se dió un panorama de dos importantes enfermeras de la Revolución Mexicana: Elena Arizmendi Mejía, fundadora de la Cruz Blanca Neutral y Leonor Villegas de Magnón "La Rebelde". Hoy, conoceremos a Refugio Esteves Reyes "Madre Cuca"

Refugio Esteves Reyes "Madre Cuca" (1881-1955)

A los 25 años fue invitada a trabajar como enfermera en el hospital que atendía a los primeros heridos de la Revolución. "Madre Cuca", como era conocida, fue la primera que adiestró a mujeres en primeros auxilios para atender a los heridos. La bautizaron como "Madre Cuca", a raíz de la atención prestada a un soldado que tenía una amplia herida en la boca que le impedía comer. Ella, con su inventiva desarrolló una forma de alimentarle basada en papillas casi líquidas, lo que impidió que el soldado muriera de inanición.

Conclusiones

Aun cuando la participación de las mujeres en la Revolución Mexicana no es del todo conocida, se sabe que tuvieron una participación invaluable en la atención a los heridos.

No ha sido posible identificar a todas aquellas que hicieron labores de enfermería, son pocos los documentos que hacen mención a ello, sin embargo, la evidencia empírica indica que hubo una gran cantidad de "heroínas anónimas".

La época de conflictos armados, sociales, económicos, políticos del país contribuyó al progreso de la enfermería en México; aun cuando en 1907, el Hospital General ya había creado la primera escuela de enfermería; la Revolución Mexicana no frenó la formación de enfermeras, sino que consolidó el interés en muchas mujeres, que en principio atendieron a los heridos y más adelante, después del conflicto bélico, buscaron nuevas oportunidades de desarrollar la Enfermería formal, asimismo se levantaron líderes que buscaron la creación de organismos que favorecieran al sistema de salud, lideradas por enfermeras.



Información retomada de: Alba-Leonel, A. et al. Tres enfermeras pioneras en la Revolución Mexicana. Rev. Enferm.

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

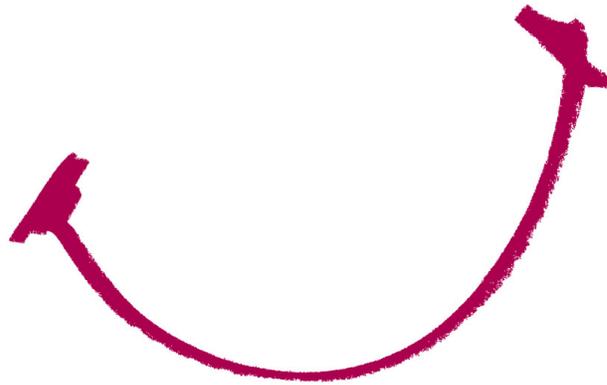


Comparte tu experiencia en la página [www.incmnsz.mx/sección:Tú, ¿cómo visualizas el futuro?](http://www.incmnsz.mx/sección:Tú,¿cómovisualizaselfuturo?) (encuesta)



Encuesta a la comunidad INCMNSZ

¿Para ti, qué es llevar una **VIDA SALUDABLE?**



Contesta aquí



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

#incmsz #tuseguridadeslomasimportante #detidepende



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 escribenos a:
camiseta@incmnsz.mx

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

www.incmsz.mx