



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIX

No. 08

30 de abril 2023

Departamento de Fisiología de la Nutrición, investigación de vanguardia

Primer aniversario luctuoso del Dr. Manuel Campuzano Fernández



Departamento de Fisiología de la Nutrición, investigación de vanguardia



GOBIERNO DE MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 702

30 abril 2023

CONTENIDO

EDITORIAL	1	ARTE Y CULTURA	13
PARA CONOCERNOS	2	• Sesión Cultural dedicada a Clínica de Trastornos del Dormir	
• Departamento de Fisiología de la Nutrición, investigación de vanguardia		HABLEMOS DE ENFERMERÍA	14
SER INCMNSZ	4	• La Enseñanza Continua y la Administración como pilares para la formación profesional	
• La Mística del INCMNSZ; no son palabras, son hechos		NOTICIAS	15
ENTÉRATE	6	• Información importante	
• Día Mundial del Sueño en el INCMNSZ		SABÍAS QUE	16
• La Sociedad Internacional de Nefrología recertificó al Departamento de Nefrología y Metabolismo Mineral del INCMNSZ		• Efemérides de la salud	
• Clausura del curso "Implicación de los Valores en el Desarrollo Laboral"		TU SALUD	17
• Primer aniversario luctuoso del Dr. Manuel Campuzano Fernández		• La Pandemia por la COVID-19 sigue	
EQUIDAD Y GÉNERO	8	DÍA NARANJA	18
• ¿Paridad en puestos directivos? ¿Requisito o Equidad? ¿Promesa o Realidad?		• ¡Únete!	
ENSEÑANZA	9	ESPACIO DE LECTURA	19
• Tecnologías y la Relación médico-paciente		• <i>Lo peor sucede al atardecer</i> Olivier Debroise	
CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	10	NUESTRO ENTORNO	20
• <i>Lean Six Sigma</i> como método de control de la calidad en la Atención Hospitalaria		• Pedro y el Lobo en Protección Civil	
MÍSTICA	11	LA CULTURA DEL BIEN COMER	21
• Amistad y Compañerismo		• Arroz integral	
VIDA INSTITUCIONAL	12	• <i>Yakimeshi</i> de Pollo	
• Bárbara Chávez		TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	22
		• Hermosos e inolvidables recuerdos de mi ingreso al HEN y de mi reingreso al INNSZ	
		PROGRAMA	24
		• Programa Vida Saludable	

Una de las áreas más prolíferas en investigación es el **Departamento de Fisiología de la Nutrición**, dirigida por el **Dr. Armando Tovar Palacio**. En la sección **Para Conocernos**, él mismo, hace un recuento de lo que ha sido esta área desde su creación y la investigación de vanguardia que se realiza. En ese contexto, en **Ser INCMNSZ**, también, hace una reflexión de lo que le ha **significado la Mística** en su transitar por el Instituto y narra, algunos **pormenores de su trayectoria**.

La conmemoración del **Día del Sueño en el INCMNSZ**, la **recertificación que la Sociedad Internacional de Nefrología** otorgó al **Departamento de Nefrología y Metabolismo Mineral**, la clausura del **curso “Implicación de los Valores en el Desarrollo Laboral”** y el **primer aniversario luctuoso del Dr. Manuel Campuzano Fernández**, son los hechos que se narran en la sección **Entérate**.

En **Sabías que** se dan a conocer efemérides de la salud, conmemoradas durante la segunda quincena de abril, tales como: 17 de abril, **Día Mundial de la Hemofilia**; 19 de abril, **Día Mundial de la Cefalea** y 24 de abril, **Día Mundial de la Meningitis**.

La **Pandemia de COVID-19** ha tenido diversas etapas en su evolución. Aunque ha menguado, aún **no se puede decir que ha concluido**. Por lo que en la sección **Tu Salud**, se hacen observaciones del tema.

En **Programa Vida Saludable** se reflexiona respecto a la importancia de **vivir mejor con alegría y entusiasmo, con plena capacidad, sin afecciones y padecimientos, sin angustia y sin miedo al futuro**.

Portafolios Dietarios en beneficio del paciente

Departamento de Fisiología de la Nutrición, investigación de vanguardia Dr. Armando Tovar Palacio

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

En entrevista, el Dr. Armando Tovar Palacio, jefe del Departamento de Fisiología de la Nutrición, expresó que el área a su cargo realiza investigación de vanguardia, contribuyendo con el desarrollo del conocimiento y favoreciendo la salud de la población.

Como investigador, junto con la Dra. Nimbe Torres en el Departamento de Fisiología de la Nutrición, dió origen al área de Nutriología Molecular del INCMNSZ, que fue la primera en el país. Lo que, desde ese momento, marcó la pauta de su innovación en Asistencia, Docencia e Investigación. Esta área fue inaugurada por el Dr. Donato Alarcón Segovia, Director General del Instituto de 1992 a 2002. En 2001 fue nombrado jefe del Departamento de Fisiología de la Nutrición.

“Para la primera década de los 2000, nuestra experiencia estaba centrada en el metabolismo de proteínas y aminoácidos, pero a nivel internacional había otros campos que se necesitaban abarcar; como, estudiar el metabolismo de hidratos de carbono o de las grasas. Por lo que se fueron teniendo estudiantes de doctorado, algunos se fueron al extranjero para luego incorporarse a la plantilla del Departamento. De esta manera se comenzaron a tener especialistas en Lípidos, Colesterol, Hidratos de Carbono y Compuestos Bioactivos de la dieta entre otros. En la actualidad el Departamento tiene 14 investigadores, la mayoría miembros del Sistema Nacional de Investigadores”, SNI.

El Dr. Tovar agregó que la investigación en dicho Departamento tiene tres campos centrales que se desarrollan a través de investigación a varios niveles: la Nutrigenómica, la Nutrigenética y la Microbiota Intestinal.

En el caso de la Nutrigenómica, cuyo objetivo es estudiar como los nutrimentos de la dieta regulan la expresión de genes se lleva a cabo a través estudios en:

Modelos in Vitro. Se centra en entender, a nivel de las células, cómo actúan los nutrimentos.

Modelos in Vivo. Es investigación en modelos de animales en experimentación, lo que establece modelos de investigación preclínica. A partir de estos estudios se obtiene conocimiento de los mecanismos de acción de los nutrimentos para, después, traducir algunos de estos conceptos y llevar a cabo estudios de intervención en humanos, con el objeto de generar beneficios a través de la dieta sobre la salud de la población.

Estudios Clínicos. Se utiliza el conocimiento básico de los efectos de los nutrimentos para estudiar su impacto en múltiples biomarcadores que pueden mostrar los beneficios en la población de estudio, tanto sana como con enfermedades metabólicas.

La Nutrigenética. Establece cómo las variantes que hay en el DNA de nuestro genoma modifican cómo cada uno de nosotros responde al consumo de los nutrimentos ingeridos.

La Microbiota Intestinal. En el intestino hay bacterias que pueden ayudar a la salud. La dieta modifica el tipo de bacterias del intestino y el impacto en el organismo, que puede ser desde la asociación con obesidad, alteraciones en el metabolismo, inflamación, problemas o alteraciones en el sistema inmunológico, incluso, en el sistema nervioso central. El comportamiento, en parte, depende de las bacterias que tenemos en el intestino.

En un futuro una nueva área que se está desarrollando es la Metabolómica, que estudia el cómo los alimentos que consumimos, la propia microbiota intestinal o el organismo, generan moléculas que son las que llevan a cabo efectos tanto benéficos como nocivos para el organismo, por lo que existe la necesidad de identificarlos como biomarcadores.

Explicó que el Departamento a su cargo, enfrenta retos que se transforman en oportunidades de investigación para las cuales todo el equipo está preparado para resolver.

“Todo este tipo de conocimiento que se desarrolla en Fisiología de la Nutrición, requiere de tecnologías y muchas de ellas, no son baratas. El reto es tener financiamiento para que esto siga caminando. El INCMNSZ nos ha apoyado, pero, de igual forma, se requiere de apoyos externos. También hay retos tecnológicos para no quedarnos atrás en relación al Primer Mundo”.

Destacó que las investigaciones en el área dentro del Departamento se han dividido en cuatro grupos: Metabolismo de Aminoácidos y Proteínas; Metabolismo de Lípidos y Tejido Adiposo; Compuestos Bioactivos Dietarios y la Microbiota Intestinal, así como, estudios clínicos.

“El objetivo del Departamento es desarrollar conocimiento en el campo de la Nutrición, con el fin, de que a través del INCMNSZ, México aporte un granito de arena en este campo que se desarrolla a nivel mundial.

Por otro lado, también, buscamos apoyar a la población con conocimiento real. Uno de los grandes problemas y retos de la nutrición actual es que estamos expuestos a las redes sociales y hay muchas cosas que circulan que no son ciertas.

A lo largo de los años, se han venido desarrollando productos que son de apoyo para algunos tipos de patologías asociadas con enfermedades metabólicas. Para lo que se han desarrollado los Portafolios Dietarios con el objetivo de apoyar de manera selectiva a personas con problemas de metabolismo de glucosa, lípidos o hacia la vejez, trabajo ampliamente desarrollado por la Dra. Nimbe Torres.

Con todos estos proyectos de investigación y desarrollos, implementados en el Departamento, se han generado patentes que puedan generar ingresos para seguir apoyando la investigación dentro del INCMNSZ. También, algo muy importante, es que se han generado recursos humanos. Muchos, ahora son investigadores en nuestra institución o en otras instituciones del país o del extranjero. Tuvieron un buen entrenamiento tanto experimental como científico, y ahora pueden posicionarse en su vida profesional”.



Nuestro actuar diario nos distingue

La Mística del INCMNSZ; no son palabras, son hechos

Dr. Armando Tovar Palacio

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



Dr. Armando Tovar Palacio

En entrevista, el Dr. Armando Tovar Palacio, jefe del Departamento de Fisiología de la Nutrición, expresó que la Mística del INCMNSZ es algo que se vive con hechos, es más que palabras. Es una forma de ser que ha ido aprendiendo durante su trayectoria.

“Es difícil definir la Mística Institucional. Más bien, se ve en el día a día, con los hechos. Es la forma en cómo la gente es eficiente y técnicamente capaz, se percibe en ese sentido de apoyo.

Todos los valores de la Mística no son palabras, más bien, se traducen en hechos de la vida diaria. Lo sientes, lo ves en las personas con quienes convives a diario, se vería raro que alguien no funcionara de esa manera”.

Recordó su llegada al Instituto y la forma en la que se fue compenetrando con sus compañeros, con las instalaciones y fue desarrollando sus intereses como investigador:

“Mi primera impresión cuando llegué fue muy grata. Aunque ya había escuchado que era una muy buena Institución, no dimensionaba su magnitud. Con el tiempo me di cuenta que la conforma gente excepcional que trabaja con la visión de buscar la excelencia en asistencia, enseñanza e investigación.

En el INCMNSZ existe ese modo de pensar, en el que la colaboración es el centro de todo. Los proyectos de investigación más fructíferos y eficientes ocurren adentro del Instituto más que con investigadores o instancias externas”.

Narró que ingresó al Instituto en 1980 para realizar un proyecto de investigación del Departamento de Fisiología de la Nutrición y Fisiología de los Alimentos, a cargo, en ese momento, del Dr. Héctor Bourges Rodríguez.

Ese proyecto, lo hizo en colaboración con el Departamento de Biología de la Reproducción, en el que trabajó sobre el efecto del consumo de los anticonceptivos orales hormonales en el estado vitamínico de las vitaminas B1, B2 y B6.

“Tuve la fortuna que el Dr. Bourges me invitó a trabajar en el Instituto, en investigación. Y en 1982, nos dijo: se ha creado el Departamento de Fisiología de la Nutrición. Comenzamos la Dra. Nimbe Torres, la QFB. Blanca Rosa López Castro, y la Lcda. en Nutrición, Patricia Calderón. Desarrollamos temas de investigación en el campo de la Fisiología de la Nutrición.

Posteriormente, en 1985, la Dra. Nimbe y yo, fuimos a realizar estudios de posgrado a Estados Unidos, en la Universidad de Wisconsin, en Madison, en el Departamento de Bioquímica. Ahí, estuve estudiando Metabolismo de Aminoácidos. Durante esa época comenzó a aparecer, a nivel internacional, el tema de la Nutrición Molecular, pero era un desarrollo aislado de algunos grupos de investigadores en Estados Unidos; consistía en utilizar todas esas nuevas tecnologías de Biología Molecular y aplicarlas a problemas del Metabolismo y Nutrición.

Tuve la oportunidad de hacer, después del doctorado, un posdoctorado en la Universidad de Wisconsin-Madison, en el Departamento. de Biociencias Comparativas, y después, hice otro posdoctorado en el Bowman Gray *School of Medicine* de la Universidad *Wake Forest* en Carolina del Norte en los Estados Unidos. Lo que aprendí fue Biología Molecular para aplicarla en el campo de la Nutrición y el Metabolismo.

De regreso a México, en 1991, con la idea de iniciar estas áreas de la Nutrición, retornamos al Departamento de Fisiología de la Nutrición. Al principio, nos costó mucho trabajo porque no había infraestructura para llevar a cabo este tipo de tecnologías, pero el Dr. Manuel Campuzano, director del Instituto, en ese momento, fue el primero en asignar un área pequeña para el primer laboratorio de investigación en ese campo de la Nutrición.

Para finalizar, expresó que su gran satisfacción ha sido ser parte del Instituto y haber desarrollado diversos proyectos de investigación que han contribuido a crear conocimiento científico para reducir enfermedades metabólicas.

“Me he sentido honrado de ser parte del INCMNSZ y de estar al frente del Departamento de Fisiología de la Nutrición. Estoy muy satisfecho por los trabajos que se han hecho y por la gran cantidad de publicaciones científicas generadas, eso ha puesto en alto el nombre del Instituto y de México. Porque, como siempre les digo a los investigadores del departamento: Jamás olviden que nosotros representamos al Instituto y a México; por eso, debemos hacer buen esfuerzo. Estamos aportando un granito de arena de calidad para beneficiar al país y al mundo entero”.



Equipo del Departamento de Fisiología de la Nutrición

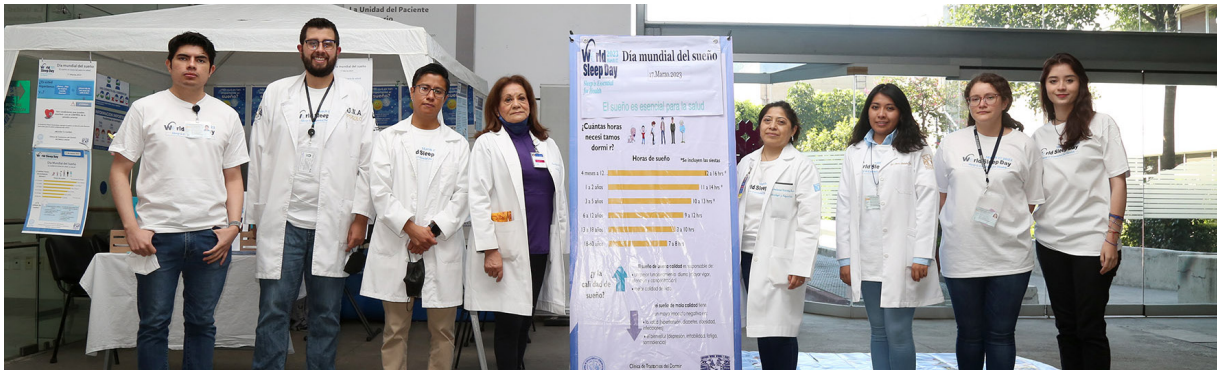
“El sueño es esencial para la salud”

Día Mundial del Sueño en el INCMNSZ

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

En el marco del Día Mundial del Sueño (viernes anterior al Equinoccio de Primavera, este año, 17 de marzo), dando seguimiento a las acciones que convoca la *World Sleep Society*, la Clínica del Trastornos del Dormir del INCMNSZ, llevó a cabo una actividad sobre la importancia del sueño. Se colocó en la entrada de la Unidad del Paciente Ambulatorio un *stand* para información a pacientes y sus familiares, así como al personal del INCMNSZ, sobre la importancia de dormir y tener un sueño de calidad.

La Mtra. Monserrat Concepción Reséndiz García, adscrita a la Clínica de Trastornos del Dormir, en entrevista, destacó que este año, el tema es: **el sueño es esencial para la salud** y el objetivo es proporcionar información a la población y al personal de salud.



Recertificación como un Centro de excelencia en la enseñanza

Departamento de Nefrología y Metabolismo Mineral del INCMNSZ

El pasado 22 de marzo, la Sociedad Internacional de Nefrología (ISN) recertificó al Departamento de Nefrología y Metabolismo Mineral como un centro de excelencia en enseñanza en la región de las Américas en nefrología general, diálisis peritoneal, hemodiálisis y trasplante renal por cinco años (2023-2028).

La ISN tiene por objetivo, promover la educación, la ciencia y la atención al paciente en nefrología en todo el mundo.

Hoy, continúa ofreciendo acceso a los últimos conocimientos y mejores prácticas a una comunidad global a

través de educación, subvenciones, investigación y promoción para avanzar en su visión de un futuro en el que todas las personas tengan acceso equitativo a una salud renal sostenible.



Enseñanza y atención, centradas en el humanismo

Clausura del curso “Implicación de los Valores en el Desarrollo Laboral”

El 31 de marzo, la Subdirección de Enfermería “Ma. Dolores Rodríguez Ramírez” del INCMNSZ, llevó a cabo la clausura del curso “La implicación de los valores en mi desarrollo laboral”, dirigido al equipo de afanadores y personal administrativo, con el objetivo de favorecer la excelencia en el desempeño de sus actividades, centrado en el humanismo y los valores de la Mística Institucional.

La ceremonia fue presidida por la Lcda. Marina Martínez Becerril, Subdirectora de Enfermería; la Enf. Paula Nájera Ortiz, jefa del Departamento de Enfermería y la Mtra. Araceli Jiménez Méndez, directora de la Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito” del INCMNSZ.

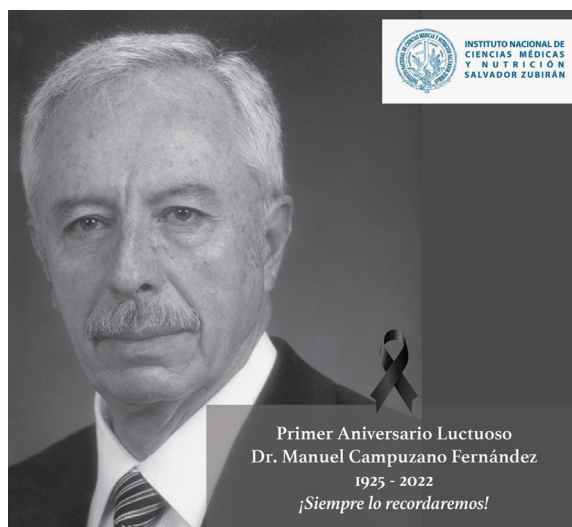


15 de abril del 2022

Primer aniversario luctuoso del Dr. Manuel Campuzano Fernández

Una de las personalidades muy queridas y reconocidas por la comunidad del INCMNSZ fue el Dr. Manuel Campuzano Fernández, cirujano, investigador, quien fuera director del Instituto del 1982-1992. Quien el 15 de abril del 2022 falleció en esta ciudad de México.

La comunidad institucional, lo recuerda con cariño y reconoce las grandes contribuciones que hizo, no sólo para el Instituto, sino para la ciencia médica del país. Pero, sobre todo, por continuar practicando y promoviendo la escuela humanista en la atención médica, heredada por el Dr. Salvador Zubirán, nuestro fundador.



Romper el “Techo de Cristal”

¿Paridad en puestos directivos? ¿Requisito o Equidad? ¿Promesa o Realidad?

Primera parte

Dra. Fernanda González Lara/Consejo de Equidad y Género

El Consejo de Equidad de Género (CEG) obtuvo un espacio físico para fortalecer su labor, ganando terreno y apoyo desde la Dirección General. Se instaló un buzón para recibir comentarios, preguntas, inquietudes y expresiones diversas. Enseguida, recibimos el primer comentario, muy atinado. Tal como señala quien lo escribe, desatendido de la opinión general en los pasillos y oficinas directivas; aunque no desapercibido para el CEG. Resumen y actualizo:

14 nombramientos de Jefaturas o puestos directivos en los últimos meses. Antes de estos cambios 10 hombres y 4 mujeres. Después de estos cambios quedamos casi igual, 9 hombres y 5 mujeres.

Cito: “¿No existe ninguna mujer en estos Departamentos que pueda sustituirlos? ¡Pero ya tenemos Consejo de Equidad de Género! ¿Atole con el dedo?, ¿Hemos protestado las mujeres?”

Respondo: Por supuesto que hay mujeres que pueden ocupar esos puestos, pero persiste el techo de cristal. Sí, tenemos CEG, porque las pequeñas acciones vienen de enormes batallas y, más tarde que temprano, tendrá resultados. No, no hemos protestado. Un genuino cuestionamiento para reflexionar a lo largo y ancho de la pirámide institucional.

Las mujeres representan alrededor del 67% de las personas empleadas en el sector salud y, hasta el 2020, 58% del personal que labora en el INCMNSZ. Esto es congruente con el incremento de mujeres inscritas en la carrera de medicina, en el año 2018, el 64% de la matrícula en pregrado eran mujeres, según la Gaceta de la Facultad de Medicina de la UNAM. Sin embargo, de acuerdo a datos de Vamos México, en el 2022, sólo el 6% de las mujeres en el sector salud ocupaba posiciones directivas.



Fuente: El sector salud: un ambiente disparado para las mujeres. (2022, junio). México ¿cómo vamos?. <https://mexicocomovamos.mx/wp-content/uploads/2022/06/mujeres-en-el-sector-salud-mexicocomovamos.pdf>

La comunicación vital en la atención a la salud

Tecnologías y la Relación médico-paciente

Dr. Alberto Ávila Funes/Director de Enseñanza

La buena relación médico-paciente es un elemento fundamental en la oferta de los servicios de calidad en salud. Sin embargo, esta relación se ha visto dañada en los últimos años debido a una multiplicidad de factores. Uno de los principales problemas es la falta de comunicación entre los médicos y sus pacientes. Muchas veces, los médicos no se toman el tiempo suficiente para escuchar los problemas de sus enfermos o usan jerga médica, lo cual hace difícil que muchos de ellos entiendan. Esto puede llevar a una mala interpretación de la información y a frustración, que puede impactar negativamente el cuidado del paciente.

Otro tema importante es el aumento en el uso de la tecnología en el ámbito de la salud. Si bien, la tecnología tiene muchos e innegables beneficios, su uso puede crear también una barrera entre médicos y pacientes. Por ejemplo, los médicos pueden pasar más tiempo viendo las pantallas de sus computadoras que hablando con sus pacientes, lo cual puede hacer sentir al paciente de que no ha sido escuchado. Otro de los retos en la relación médico-paciente es el poder dinámico entre médicos y pacientes. Éstos suelen sentirse a veces intimidados por los doctores o pueden no sentirse lo suficientemente empoderados para preguntar o hacer oír sus preocupaciones. Para mejorar esto, las escuelas deben enseñar a sus estudiantes a comenzar a tomar decisiones de cuidado compartidas con los pacientes, lo cual implica un trabajo colaborativo con ellos, al hacerlos partícipes de las decisiones y de su cuidado.

Por otro lado, también los médicos se pueden sentir presionados por tener poco tiempo para ver a sus pacientes, lo cual dificulta construir una sólida relación con cada enfermo. No obstante, se debe enseñar también sobre la importancia de tomarse el tiempo para escuchar y construir una relación aún en un ambiente acelerado.

Además de estos problemas, también hay preocupación sobre la educación de los estudiantes de medicina. Las escuelas de medicina han sido criticadas por no ofrecer un entrenamiento correcto para mejorar las habilidades de comunicación de sus estudiantes, lo cual es esencial para construir una sólida relación médico-paciente. Los estudiantes de medicina necesitan también más competencias educativas y culturales, lo cual es la capacidad para comprender y respetar las creencias y los valores de las y los pacientes con diferentes historias de vida.

Para mejorar esto, las escuelas de medicina necesitan priorizar su entrenamiento en mejorar las habilidades en comunicación y competencias culturales. Los estudiantes en medicina deben aprender a usar a la tecnología de manera que mejore su trabajo y su relación con sus pacientes, en vez de obstaculizarla. También, los médicos deben ser animados a escuchar a sus pacientes y a comunicarse con ellos de manera efectiva, además de tomar decisiones compartidas y a recordar que cada paciente es único y que nuestras acciones deben ser efectivas y equitables.

Seguridad del paciente

Lean Six Sigma como método de control de calidad en la Atención Hospitalaria

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández / Unidad de Mejora Continua de la Calidad
Coautor: Hannia Alejandra Castro Bernal /Pasante del servicio social

La calidad es el conjunto de características de un bien o servicio las cuales logran cubrir las necesidades y expectativas de los usuarios; la calidad se puede clasificar en dos dimensiones:

- Calidad Técnica
- Calidad percibida por los usuarios

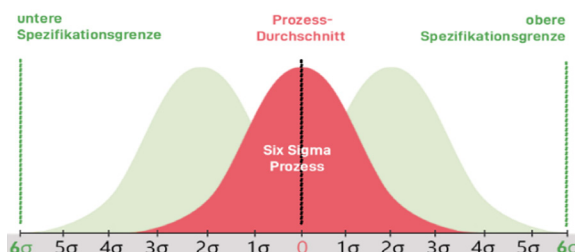
Para que la Institución logre sus objetivos en la calidad debe de tomar en cuenta lo siguiente:

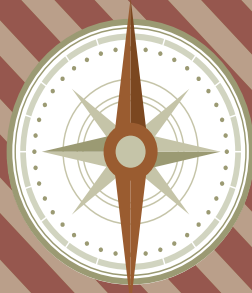
- Accesibilidad
- Oportunidad
- Seguridad
- Continuidad

Esto requiere de una buena implementación de prácticas tales como actualización de métodos, por ejemplo, el Método de *Six Sigma*, diseñado para poder reducir la variabilidad, reducir o eliminar los defectos en la entrega de un producto o servicio al usuario. Esta metodología tiene varios beneficios como se describen a continuación:

- Reduce los defectos, errores o fallos hasta un valor cercano a cero.
- Ayuda a recuperar participación, a realizar previsiones de mayor confiabilidad y a reducir el índice de quejas para la Institución.
- Mejora y optimiza los procesos (productivos o no) de manera que se dé lugar a una metodología estandarizada.
- Logra satisfacer al máximo al usuario, con un mejoramiento en todos los servicios que se pueden ofrecer.

“Todos juntos trabajando por la Seguridad del Paciente”.





**MÍSTICA
INCMNSZ**
así somos

mística incmnsz

AMISTAD Y COMPAÑERISMO

**Es amor por lo que uno hace,
es servicio y es la búsqueda
del bien común.**

¡y aquí la vivimos diario!

Tomados del libro *Mística Institucional*, MAPorrúa, 2021

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados® 2023 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



**GOBIERNO DE
MÉXICO**

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



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

#mística #misticaincmnsz #campañaincmnsz #asisomos #yaquilavivimosdiario

MUJERES EN EL INCMNSZ

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



Bárbara Chávez Mazari
Analista en el Área de Microbacteriología
Departamento de Infectología

1973

Técnica en Laboratorio Clínico por la Universidad Femenina de México

1974

Analista en el Departamento de Gastroenterología, INCMNSZ

1975

Analista en el Laboratorio de Microbiología y Parasitología, INCMNSZ

1983

Miembro fundador de la Asociación de Químicos del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, AQINCMNSZ

1988

Estancia en los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) en Atlanta, Georgia, E.U.A.
Estancia en el Laboratorio de Microbiología de la Fundación de la Clínica de Cleveland, Cleveland, Ohio E.U.A., para el diagnóstico de tuberculosis

1994 -

Analista en el área de Microbacteriología y encargada de la Bioseguridad, INCMNSZ

1999

Estancia en la Universidad Yeshiva, New York, E.U.A., entrenamiento en los virus que infectan bacterias

2000- 2022

Participación en la estandarización de las diferentes plataformas en el área de Microbacteriología

2023-

Acreditación del área de Microbacteriología en el control de calidad externo

Sesión Cultural dedicada a Clínica de Trastornos del Dormir

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

La Sesión Cultural de abril, estuvo dedicada a la Clínica de Trastornos del Dormir que, desde su fundación en 1994, dirige la Dra. Matilde Valencia Flores.

El Dr. Carlos Cantú Brito, jefe del Departamento de Neurología, habló de la historia de la Clínica y de su importancia. También, la Dra. Valencia relató sus logros y proyectos. Agradeció a todo el personal que la ha apoyado estos 28 años.

El concierto fue excepcional, tuvimos con nosotros a Lourdes Ambriz, soprano y Alberto Cruzprietto, pianista, ambos extraordinarios artistas, que pertenecen a Concertistas de Bellas Artes.

Sesión Cultural ABRIL



CONCIERTO DEDICADO A LA
CLÍNICA DEL SUEÑO

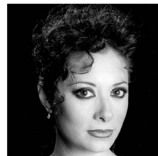
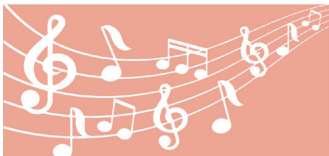
Jueves
27 abril
2023
18:00 hrs.

**Lourdes
Ambriz**
soprano

CONCERTISTA DE BELLAS ARTES

**Alberto
Cruzprietto**
piano

CONCERTISTA DE BELLAS ARTES



AUDITORIO
INCMNSZ
ENTRADA LIBRE
VINO DE HONOR

Derivados de los servicios © 2023 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Imágenes proporcionadas por la Coordinación Nacional de Música y Óperas BISA

*Concertista en colaboración con la Coordinación Nacional de Música y Óperas del INBAL



incmnsz

Experiencias profesionales

La Enseñanza Continua y la Administración como pilares para la formación profesional

Yoltic Yael Gutiérrez Marmolejo/ Pasante de Licenciatura en Enfermería



Yoltic Yael Gutiérrez Marmolejo

Soy egresado de la Fes Zaragoza-UNAM y realizo mi Servicio Social en el Departamento de Educación Continua en Enfermería.

Las actividades que me permiten acrecentar mi conocimiento y en las que me encuentro colaborando son administrativas y de enseñanza. He tenido la oportunidad de conocer y llevar junto con las autoridades correspondientes, el seguimiento al Programa de Prevención, Manejo y Seguimiento de Caídas en áreas de hospitalización.

La experiencia que estoy adquiriendo va desde la elaboración de instrumentos de evaluación, establecer los procesos de auditorías internas y otros desarrollos administrativos relacionados; hasta la aplicación de los mismos instrumentos, la conformación de bases de datos y participar en los análisis críticos sobre los principales riesgos y causas que pueden propiciar un evento de caída.

Lo anterior, me ha permitido tener un panorama de los vínculos entre la academia, la administración, los objetivos institucionales y los riesgos que se derivan de la atención a la salud.

Mi visión sobre el alcance de los servicios de enfermería en estas áreas son un pilar que me permite tener una formación de enfermería más sólida.

Estoy fortaleciendo algunos aspectos como la comunicación asertiva entre el personal médico, enfermeras jefas de servicio y compañeros del área asistencial y la enseñanza desde el enfoque de prevención terciaria para una cultura de prevención a nivel institucional con la participación de todos.

Finalmente, quiero agradecer a las autoridades de la Subdirección de Enfermería por crear un programa de Servicio Social que nos permita tener estos aprendizajes y experiencias para nuestra formación; sin duda, egresaré con una mirada más completa de las diferentes áreas donde podamos desempeñarnos como profesionales de enfermería.

11 de abril, Plano Informativo

Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz en simposio de egresados y egresadas exitosos

Como parte del simposio de egresados y egresadas exitosos de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí se contó con la presencia del doctor Miguel Ángel Mercado Díaz, director de Cirugía del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán y presidente de la Academia Mexicana de Cirugía, quien impartió la plática, "Reflexiones sobre 1000 reconstrucciones en vías biliares".

Link:<https://planoinformativo.com/915619/realizan-simposio-de-egresados-y-egresadas-de-la-facultad-de-medicina/>

8 de abril, Milenio

El Dr. Marco Melgarejo Hernández propone añadir mensajes de advertencia en alimentos

Especialistas del INCMNSZ consideraron viable implementar en la industria de bebidas y alimentos ultra procesados la misma estrategia contra el tabaquismo, basada en colocar, junto con los sellos de advertencia y de valor nutricional, tanto imágenes como mensajes directos sobre los productos que propician "obesidad, hipertensión y diabetes", es decir, que contribuyen a elevar la muerte prematura.

Link:<https://www.msn.com/es-mx/salud/noticias-medicas/expertos-proponen-a%C3%B1adir-mensajes-de-advertencia-en-alimentos-que-generen-obesidad/ar-AA19DuSD>

16 abril, Crónica

El Dr. Gerardo Gamba Ayala asegura que las plantas emiten sonidos ante el estrés

Hay miles de fenómenos que suceden en el entorno de los seres vivos y que son imperceptibles a los humanos. Mientras más entendamos de estos, mejor relación podremos tener con los demás seres que habitan el planeta.

Link: <https://www.cronica.com.mx/opinion/plantas-emiten-sonidos-estres.html>

17 de abril, Día Mundial de la Hemofilia

Mejor acceso al tratamiento y a la atención

El tema del Día Mundial de la Hemofilia de este año es: "Acceso para todos: La prevención de hemorragias como norma de atención a nivel mundial".

El llamado a la acción para la comunidad en 2023 es unirse a fin de abogar ante legisladores locales y gobiernos por un mejor acceso al tratamiento y la atención, con énfasis en un mejor control y prevención de hemorragias para todas las personas con trastornos de la coagulación (PCTC).

Fuente: <https://wfh.org/es/dia-mundial-de-la-hemofilia/>

19 de abril, Día Mundial de la Cefalea

El 50% de la población mundial ha padecido alguna Cefalea

En el marco de esta conmemoración, la Organización Mundial de la Salud estima que al menos un 50% de la población mundial ha padecido una cefalea primaria al menos una vez en el último año. La migraña afecta a aproximadamente al 12% de la población mundial. Es responsable de un alto porcentaje de absentismo y de pérdida de productividad laboral.

Fuente: <https://crezen.es/2023/04/19/dia-mundial-de-la-cefalea>

24 de abril, Día Mundial de la Meningitis

Vacunación, la forma más efectiva para prevenir la Meningitis

Al celebrarse el Día Mundial de la Meningitis, la Organización Mundial de la Salud, explica que dicho padecimiento es la inflamación del tejido delgado que rodea el cerebro y la médula espinal, llamada meninge. La vacunación es la forma más efectiva para prevenir la meningitis.

La meningitis viral, ocurre cuando un virus penetra en el organismo a través de la nariz o la boca y se traslada al cerebro, manifestándose con dolor de cabeza, fiebre y rigidez en el cuello. La meningitis es considerada una de las enfermedades más peligrosas en la infancia, ya que ocasiona una gran morbilidad y una alta tasa de mortalidad.

Fuente: <https://www.gob.mx/insabi/articulos/24-de-abril-dia-mundial-de-la-meningitis>

Conocer para prevenir

La Pandemia por COVID-19 sigue

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación



La COVID-19, enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2, sigue siendo peligrosa a pesar de los extraordinarios avances para contenerla, prevenirla y tratarla. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), oficialmente, ha sido responsable de más de 6.5 millones de muertes en todo el mundo. Se calcula que sigue provocando la muerte de entre 900 y mil personas al día.

Desde el inicio de la Pandemia de COVID-19, la OMS ha designado múltiples variantes (Alfa, Beta, Gamma, Delta y Ómicron) y subvariantes calificadas como preocupantes o de interés, dependiendo de su potencial daño.

Actualmente, la variante Ómicron es la que más prevalece. De ella surge la subvariante conocida como *Arcturus* con características similares, pero con síntomas característicos: picor, ardor y ojos rojos. Y ha permeado más entre los infantes, lo que nos recuerda que cualquier persona, de cualquier edad, puede contraer la COVID-19 y enfermar gravemente o morir.

En lo que va del mes de abril de este año, más de 14 mil personas, a nivel mundial, perdieron la vida por esta enfermedad: OMS

En el libro *El conocimiento es la mejor prevención. La Pandemia por COVID-19*, del INCMNSZ, los autores destacan el papel fundamental de la prevención: medidas higiénicas como el correcto uso del cubrebocas, la sana distancia, la ventilación de espacios y el lavado frecuente de manos con agua y jabón y, por supuesto la vacunación:

“Las vacunas contra el SARS-CoV-2 y sus crecientes variantes actuales son como un remolino en medio de una aparente permanencia. Por una parte, es un ejemplo claro de avances en fundamentos básicos de la investigación, y por otra parte es el emblema de una promesa que aún no se cumple, ya que hay inquietud acerca del grado de protección, de la frecuencia de su aplicación, del tipo de vacuna más recomendable y de los efectos adversos. Con toda seguridad podemos afirmar que, hasta el momento, la vacunación ha disminuido la letalidad de la COVID-19, pero no su transmisibilidad”.

Fuentes: -<https://www.who.int/activities/tracking-SARS-CoV-2-variants>
-Kershenobich, D., Aguilar, L., Correa, R., Pérez, M., Sifuentes, J., (2022) *El conocimiento es la mejor prevención. La Pandemia por COVID-19*, Eágueda p. 30

¡ÚNETE!

¿QUÉ ENTIENDES POR VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES?

La falta de respeto en cualquier sentido: pensar, vestir o actuar.

¿QUÉ ACCIONES PROPONES PARA ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES?

Defender las diferencias. Promover la importancia de la igualdad de género

RESPUESTAS DE LA ENCUESTA EN EL INCMNSZ 25 NOVIEMBRE 2022

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación | Derechos reservados © 2023 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

Trama y perfecto dominio narrativo

Lo peor sucede al atardecer

Olivier Debroise

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

Olivier Debroise (Jerusalén, Israel, 1952- Ciudad de México, 2008) fue novelista, historiador, crítico del arte, cineasta. Radicó en México desde 1969, donde realizó la mayor parte de su trabajo e investigaciones. Fue colaborador de *El Norte*, *La Jornada*, *Reforma*, *Nexos*, y *Siempre!*. Premio Nacional de Narrativa Colima para Obra Publicada en 1998 por su novela *Crónica de las destrucciones*. Entre sus publicaciones destacan: *Fuga Mexicana: Un recorrido por la fotografía de México*; *Figuras en el trópico, plástica mexicana, 1920-1940*; entre otras.

El puerto de Acapulco, la perla del pacífico, las vegas del trópico, la ciudad eterna del reventón y del crimen. Estos son algunos de los temas que Debroise escribió en su entretenida novela *Lo peor sucede al atardecer*, llena de trama y dominio narrativo.

La historia revela que bastan unas cuantas horas para alterar el orden de una vida y cambiarla por completo. El autor combinó con espectacular serenidad narrativa, la parodia y la verdad de varios géneros: el relato policíaco, la narración amorosa, la novela urbana.

Una soleada mañana, el detective Mateo Osorio, el mejor criminalista de la policía mexicana, es enviado a Acapulco, Guerrero para resolver un crimen, pero recorrerá otro camino común y amenazador: el de las pasiones humanas. La tensión, el suspenso y la resolución repentina son grandes sorpresas que componen esta novela.



Sabías que...

- La escritora mexicana **María Enriqueta Camarillo y Roa de Pereyra** (Coatepec, 19 de enero de 1872-Ciudad de México, 1968) es la **única mujer nominada al Premio Nobel de Literatura en 1951**.
- La poeta y narradora veracruzana compitió con 23 escritores, entre los que se encontraban Rómulo Gallegos, José Ortega y Gasset, Winston Churchill y Pär Lagerkvist, como consta en la lista de nominados al Nobel de Literatura de ese año.
- Colaboró en las revistas y periódicos más importantes de México en el Porfiriato. Bajo el seudónimo de Iván Moszkowski, se publicaron sus primeros libros de poemas. Después fue reconocida como una de las pocas mujeres escritoras.
- Aunque hoy está prácticamente olvidada, ella gozó de fama y prestigio por ser una autora prolífica y leída, que le permitió convertirse en la primera escritora mexicana profesional.
- Murió a los 96 años, sola y casi ciega en la colonia Santa María la Ribera.

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.

Tomar en serio las llamadas de auxilio

Pedro y el Lobo en Protección Civil

Biol. José Luis Cruztitla Carrillo/ Unidad Interna de Protección Civil



La fábula de *Pedro y el Lobo* es una manera de ejemplificar cómo jugar con hechos posibles no deseados puede resultar en que al final, cuando el evento temido realmente ocurre, quienes se encuentran alrededor o bien, pueden resultar afectados, no toman en serio la llamada de auxilio porque previamente recibieron falsas alarmas.

En la fábula, los pastores fueron condicionados a dudar de la veracidad y por lo tanto del peligro que podía materializarse. Todo por la irresponsabilidad de quien debería cumplir con el papel de alertarlos.

Algo similar es lo que ocurre con varios medios de comunicación cuando pasa un sismo de gran magnitud que genera daños humanos y materiales, tanto en otro país o en el nuestro.

Se ha vuelto costumbre y en los recientes terremotos ocurridos en Turquía y Siria no podía ser la excepción, que cuando ocurre un sismo de consideración, aparecen notas en las que se menciona la ocurrencia de “microsisimos” en el territorio nacional.

El objetivo de estas “noticias” no es claro. Cabe preguntarse: ¿Es importante para la población en general saber que ha ocurrido un sismo de pequeña magnitud cuando en México diariamente existe actividad tectónica o volcánica que genera cientos de movimientos en la tierra, pero que por su fuerza ni siquiera son perceptibles? ¿Qué importancia tiene para una población que ha sufrido en carne propia la afectación por fuertes movimientos de tierra saber que ha ocurrido uno más que, dada su intensidad, es imperceptible? ¿Es para infundir temor? o ¿Simplemente explotar el morbo?

Desde nuestra perspectiva, la respuesta a estas preguntas es no cumplir con la misión de alertar sobre un riesgo: más bien, es simplemente colgarse de “la” nota del día o sólo hacerse presentes ante la opinión pública.

El problema es, consideramos, que se puede generar indiferencia ante repetidos “avisos” insustanciales porque, al final, la gente, al recibir repetidamente este tipo de información, deja de atenderlos, de forma similar como ocurrió con una popular aplicación instalada en los teléfonos celulares que emitía “alertas” de todo tipo de sismos, desde los de baja magnitud hasta los peligrosos.

Así, puede ocurrirnos que cuando el lobo venga “de a de veras”, no nos habremos preparado adecuadamente ni haremos caso a las alertas auténticas. Ojo con eso.

Saludos y hasta la próxima.

Arroz Integral

Es un alimento versátil que se puede preparar de múltiples maneras; en ensaladas, en platillos con carne, pollo, camarones, verduras y en postres. Existen más de 2000 variedades distintas de arroz que varían en forma, color y contenido de almidón.

Sus principales propiedades nutricionales son las siguientes: alto contenido en hidratos de carbono complejos y, por tanto, de absorción lenta lo convierten en un alimento perfecto para aportar energía. Contiene minerales como calcio, fósforo, hierro, magnesio, selenio, zinc y potasio. Vitaminas, principalmente del grupo B, como la niacina, riboflavina, ácido fólico, tiamina.

Cabe destacar que es un alimento libre de grasas y de colesterol, no contiene gluten. Su alto contenido en almidón ayuda a la proliferación de bacterias beneficiosas en nuestro aparato digestivo.

Tiene propiedades antioxidantes gracias a componentes como la vitamina C, A y los flavonoides que ayudan a retrasar el envejecimiento celular.



Yakimeshi de Pollo



Ingredientes:

- 1 pieza de huevo
- 100 gramos de pechuga de pollo
- 1 pieza de calabaza
- 1/2 taza de zanahoria
- 1 taza de arroz cocido
- 1 taza de agua
- Cebolla al gusto
- 3 cucharaditas de salsa de soya
- 3 cucharaditas de aceite

Preparación:

Batir el huevo en un recipiente y cocinarlo revuelto con una cucharadita de aceite.

Cocer y cortar en cubos pequeños la calabaza, el pollo y la zanahoria.

Freír el arroz cocido con dos cucharaditas de aceite y agregar la cebolla en cubitos.

Mezclar el huevo, el pollo, la verdura y el arroz, añadir las tres cucharaditas de salsa de soya.

El maravilloso campo de la investigación científica

Hermosos e inolvidables recuerdos de mi ingreso al HEN y de mi reingreso al INNSZ

Segunda parte

Dra. Ana Elena Lemus Bravo

Existían dos fechas en el año que eran esperadas por todos en el Instituto: El 10 de mayo y la Posada, celebraciones que eran organizadas por las Damas Voluntarias que, en esa época, se llamaban Damas de la Consolación y que estaban mayormente integradas por personal femenino administrativo y paramédico del mismo Instituto.

El 10 de mayo era una fecha dedicada a festejar a las pacientes que eran madres, y que en ese día estaban ingresadas en el Hospital. Los que participaban en el Programa, eran aquellos que voluntariamente quisieran mostrar sus dotes artísticas para alegrar a las festejadas y al público en general.

La Posada se celebraba en algún salón de fiestas, con una buena orquesta y era una magnífica oportunidad para convivir alegremente.

Esa grata convivencia entre todo el personal del Hospital de Nutrición se daba en forma natural, ya que siendo tan pocos sus integrantes, todos se conocían, no importando a qué Departamento se perteneciera. De esta forma yo conocí en su calidad de residentes, a quienes más tarde llegaron a ser los jefes de varios Departamentos, y uno de ellos, director del Instituto: el Dr. Donato Alarcón Segovia.



En 1966, contraí matrimonio con el Dr. Gregorio Pérez Palacios, quien había finalizado la Especialidad en Biología de la Reproducción, en el Laboratorio de Investigación de Hormonas, y juntos nos fuimos a la Universidad de Michigan en Ann Arbor, Michigan, EUA, en donde realizamos una estancia de dos años y medio, en la Unidad de Investigación en Hormonas Esteroides.

En 1969, a nuestro regreso a México y a Nutrición, nos encontramos con la maravillosa sorpresa de que todos los Departamentos de Investigación del entonces Instituto Nacional de Nutrición, ocupaban unas amplias, modernas y hermosas instalaciones, en la Delegación Tlalpan, en lo que se llamó la Unidad de Investigación Wenner Gren, debido a que los fondos con que se construyó esta Unidad, fueron donados por la *Wenner Gren Foundation*, que lleva este nombre, en honor de Alex Wenner Gren, empresario y filántropo sueco y uno de los hombres más ricos del mundo, en los años 30s del pasado Siglo XX, quien debido a la Segunda Guerra Mundial, emigró a México, en donde vivió en la ciudad de Cuernavaca, por el resto de su vida.

El Dr. Carlos Gual Castro, que era jefe del Departamento de Biología de la Reproducción y de la División de Investigación, nos asignó a mi esposo y a mí, una magnífico laboratorio, modernamente equipado, que era mucho mejor que en el que habíamos trabajado en la Universidad de Michigan. Toda la Unidad de Investigación era muy grande, rodeada de hermosos jardines, de modo que hubo necesidad de contratar a más personal, por lo que ya era más difícil que nos conociéramos y conviviéramos, además, no había sitios comunes, ya que el comedor, así como la sección de hospitalización, consulta externa y laboratorios de servicio asistencial, permanecían aún en las antiguas instalaciones de Dr. Jiménez.

Como en esa época, alrededor de las nuevas instalaciones del Instituto no existía ni un solo comercio, ni restaurante, ni un sitio en el que pudiéramos comer, diariamente nos enviaban, desde Dr. Jiménez, la comida para cada empleado, la cual consistía en dos tortas y una fruta. Después de muchos meses, y debido a un descontento general, el Maestro Zubirán ordenó, que en el espacio en el que posteriormente se construiría un magnífico Auditorio, se instalara una carpa, con una cocina y mesas y sillas, para que el personal de la Unidad Wenner Gren, pudiera comer "comida caliente".





PROGRAMA
VIDA SALUDABLE
INCMNSZ



PARA VIVIR MEJOR

con alegría y entusiasmo
con plena capacidad
sin afecciones y padecimientos
sin angustia
sin miedo al futuro

¡ESFUÉRZATE!





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



“Actitud positiva ante la vida”.

“Balance y Armonía en todo”.

“Un estilo de vida
que te lleva al Bienestar”.

“Equilibrio + Equilibrio =
Vida Saludable”.

Respuestas de la encuesta a la comunidad INCMNSZ diciembre 2022



Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados® 2023 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

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

Mística Institucional

Entrega de pensamiento y acción sin límites de tiempo ni de esfuerzo • Imprimir profundo sentido humano a la atención del paciente • Permanente apego a la más estricta ética profesional • Luchar por el prestigio del Instituto antes de por el propio • Sentir orgullo de tener el honor de pertenecer al Instituto • Sentirla como el *alma mater* que alimenta nuestro espíritu con la ciencia y señala los caminos que nos hagan personas más creativas y humanas • Establecer lazos efctuosos de amistad con los compañeros de trabajo • Contribuir intencionadamente a mantener el ambiente de amable convivencia entre los que en ella laboran • Conservar a lo largo de la vida el apego a todos los principios enunciados • Fortalecer la devoción, cariño y respeto a la institución que nos formó.

Dr. Salvador Zubirán Anchondo

La Camiseta

Fundada en 1994



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

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



www.incmnsz.mx

Si deseas colaborar escribenos a:
camiseta@incmnsz.mx

Consulta la edición digital
www.incmnsz.mx/opencms/Camiseta2023.html