



La **Cámiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIX No. 11

15 de junio 2023

El INCMNSZ, ganador del Premio Institución Excepcional

Visita de *Fellows* de *Global Brain Health* al INCMNSZ, Narrativas sobre Demencia



El INCMNSZ, ganador del Premio Carlos Slim en Salud Institución Excepcional



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 705

15 junio 2023

CONTENIDO

EDITORIAL	1	COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	15
PARA CONOCERNOS SER INCMNSZ	2	• Sitio Web del INCMNSZ	
• El INCMNSZ, ganador del Premio Institución Excepcional		SABÍAS QUE	16
ENTÉRATE	6	• Efemérides de la Salud	
• Reconocimiento “Carmen Viqueira Landa” a la Dra. Martha Kaufer Horwitz		TU SALUD	17
• Dr. Armando Tovar Palacio, Medalla de Oro “Ernesto Domínguez Quiroga”		• Salud de las mujeres	
• Narrativas sobre Demencia		NUEVA TORRE INCMNSZ	18
• Día Institucional de Prevención de Caídas en el INCMNSZ		• Logremos juntos	
INVESTIGACIÓN	8	ESPACIO DE LECTURA	19
• Creación de la Dirección de Investigación		• <i>La Conquista de la Malinche</i> Luis Barjau	
NUTRICIÓN INCMNSZ	9	NUESTRO ENTORNO	20
• Acciones que protegen el Derecho para ejercer la lactancia		• Gratitud a abejas, mariposas y otros polinizadores	
ADMINISTRACIÓN	10	LA CULTURA DEL BIEN COMER	21
• ¿Incentivos en el Ambiente Laboral?		• Frijol	
MÍSTICA	11	• Enchiladas Veracruzananas	
• Devoción, cariño y respeto		TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	22
VIDA INSTITUCIONAL	12	• 25 Aniversario Luctuoso del Dr. Salvador Zubirán Anchondo	
• Mujeres Residentes en el INCMNSZ		FORO DEL LECTOR	23
HABLEMOS DE ENFERMERÍA	14	• El INCMNSZ, Institución incluyente que respeto la diversidad	
• La atención integral desde la Clínica de Heridas y Ostromías		PROGRAMA	24
		• Programa Vida Saludable	

Uno de los objetivos del **INCMNSZ** es proporcionar **Atención Médica de calidad, excelencia y seguridad**. Accionar que ha sido alcanzado, llevándolo a recibir el **Premio “Carlos Slim en Salud” como Institución Excepcional**, otorgado por la **Fundación Carlos Slim**. En las secciones **Para Conocernos** y **Ser INCMNSZ** se da cuenta de ello.

En **Entérate** se presenta información de importantes reconocimientos otorgados por la Universidad Iberoamericana a dos integrantes del INCMNSZ: el **Reconocimiento “Carmen Viqueira Landa”** a la **Dra. Martha Kaufer** y la **Medalla de Oro “Ernesto Domínguez Quiroga”** al **Dr. Armando Tovar**. En la misma sección, se expone, información relativa a la visita que realizaron **Fellows** de **Global Brain Health** al **INCMNSZ** como parte de las **Narrativas sobre Demencia**. Así mismo, se exponen pormenores del **Día Institucional para la Prevención de Caídas en el INCMNSZ**.

Las efemérides de la salud, presentadas en **Sabías que** son: 7 de junio, **Día Mundial de Concientización del Síndrome de Tourette**; 8 de junio, **Día Internacional de la Tumores Cerebrales** y 12 de junio, **Día Mundial de la Esteatohepatitis No Alcohólica**.

En **Vida Saludable**, en el entendido que es una campaña para **concientizar acerca del reciclaje**, se aborda el tema de **entender y evitar el consumo innecesario**, para llegar a lograr un mundo completamente sostenible.

Premios Carlos Slim en Salud 2020-2023

El INCMNSZ, ganador del Premio Institución Excepcional

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

Con el objetivo de reconocer el trabajo de profesionales y organizaciones de excelencia, cuyo compromiso es mejorar la salud de la población de América Latina, el pasado 6 de junio del 2023, la Fundación Carlos Slim otorgó los Premios Carlos Slim en Salud 2020-2023 en dos categorías: Institución de Excepcional y Trayectoria en Investigación, siendo ganador del primero, en el año 2020, el INCMNSZ.

La ceremonia tuvo lugar en el Museo Soumaya. Fue presidida por el Ing. Carlos Slim Helú, fundador de la Fundación Carlos Slim; el Lic. Marco Antonio Slim Domit, presidente del Instituto Carlos Slim de la Salud; el Dr. Enrique Graue Wiechers, Rector de la Universidad Nacional Autónoma de México y el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, investigador y ex director del INCMNSZ. La Ceremonia fue conducida por el Dr. Roberto Tapia-Conyer, Director General de la Fundación Carlos Slim.

El Lic. Marco Antonio Slim Domit hizo un recuento de las acciones que la Fundación Carlos Slim realizó durante la Pandemia de COVID-19, entre ellas, la Unidad Temporal COVID-19 y la producción de la vacuna AstraZeneca para América Latina.



Lic. Marco Antonio Slim Domit

A graphic for the award ceremony. On the left is a silver globe trophy on a black and white base with the Fundación Carlos Slim logo. The background is light blue and white with diagonal lines. The text reads: 'FUNDACIÓN Carlos Slim otorga a Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán el Premio Carlos Slim en Salud 2020 Institución Excepcional'.

FUNDACIÓN
Carlos Slim

otorga a

**Instituto Nacional de Ciencias Médicas
y Nutrición Salvador Zubirán**

el Premio Carlos Slim en Salud 2020
Institución Excepcional

“La Pandemia de COVID-19, presentó desafíos sin precedentes, impulsando a la Fundación a enfocar sus capacidades e implementar soluciones innovadoras inmediatas, para reducir de manera contundente el impacto de COVID-19 para la salud, el empleo y la vida de millones de personas, en México y el resto de América Latina”.

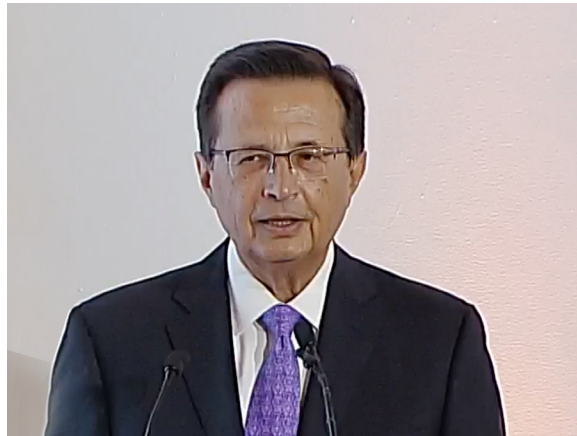
Destacó también, que cuando se suman capacidades y voluntades entre el sector público, privado, asociaciones civiles y la academia, se pueden lograr resultados extraordinarios en beneficio de todos.

Asimismo, hizo mención de las acciones que realizó la Fundación Carlos Slim en apoyo por las graves afectaciones, derivadas de los sismos del 2017 que impactaron a miles de personas en el país.

Por otro lado, afirmó que, en materia de salud, la Fundación realizó la rehabilitación de ocho Institutos Nacionales de Salud y 92 centros de salud, así como, la construcción de dos centros nuevos y de la nueva torre de hospitalización del Hospital General Manuel Gea González.

Al concluir la participación del Lic. Marco Antonio Slim Domit, los asistentes al evento brindaron un emotivo aplauso al Lic. Carlos Slim Helú por todo lo que ha brindado para apoyar a la población, pero sobre todo, por su gran labor y apoyo durante la Pandemia de COVID-19, pues eso, contribuyó a salvar muchas vidas.

Continuando con la ceremonia, el Dr. Roberto Tapia-Conyer reconoció la labor del Dr. David Kershenobich durante la Pandemia, como líder y promotor de equipos de trabajo que realizaron actividades colaborativas en favor de la atención de esta crisis sanitaria. Motivo por el cual, fue convocado para presentar una plática sobre COVID-19 y sus implicaciones futuras.



Dr. Roberto Tapia-Conyer

“Enfrentar y controlar la Pandemia requirió de líderes para encabezar la respuesta médica y orientar con rigor la investigación científica, a fin de generar conocimiento acorde a nuestro contexto médico y social, a la vez de implementar las mejores prácticas médicas dadas a conocer en el mundo; uno de ellos, es el Dr. David Kershenobich, por lo que le hemos solicitado nos hable de las implicaciones de COVID-19 y la ciencia”

El Dr. Kershenobich agradeció al Lic. Carlos Slim Helú por todo su apoyo durante la Pandemia y dio un panorama de las implicaciones que COVID-19 dejó a futuro y la manera en que la ciencia y la sociedad deben afrontar este reto.



Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

“Hay acciones que trascienden en la historia. La acción de la Fundación Carlos Slim en el apoyo a lo que vivimos en México, en Latinoamérica, me atrevería a decir, a nivel global, van a quedar marcadas en la historia cuando queramos recordar lo que fue la Pandemia de COVID-19. Muchas gracias a la familia Slim.

Quiero recordar, lo que dijo el Secretario General de la Organización de las Naciones Unidas, António Guterres, él expresó que la Pandemia ha significado: Primero, que todos estamos profundamente interconectados; nadie se salva del virus hasta que todos estemos salvados; dos, las mismas actividades humanas que impulsan el cambio climático y la pérdida de la biodiversidad, también, aumentan el riesgo de las pandemias a través del cuidado del medio ambiente, esta es una lección que a la ciencia se le debe de quedar y; la tercera, es la importancia vital que tuvo la ciencia en el manejo de la Pandemia”.

Después de hacer una exposición de estos tres puntos, el Dr. Kershenobich afirmó “Tenemos una ciencia sin fronteras. La ciencia, debe estar al servicio de la sociedad, la ciencia debe hacerse con una amplia gama de perspectivas y debe ser políticamente imparcial.

COVID-19 demostró el valor que tienen las tecnologías digitales en situaciones de emergencia, un ejemplo es un trabajo que se hace en el INCMNSZ con la telemedicina que no se utilizaba antes como se está utilizando en la actualidad, después de COVID-19”.

Una vez concluida su exposición, se entregaron los Premios del 2020, 2021 y 2022 que no se habían podido dar por la Pandemia de COVID-19 y, que en esta ocasión, se entregaron junto con los del 2023.

Institución Excepcional

- 2020 Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (México)
- 2021 Patrulla Aérea Civil Colombiana (Colombia)
- 2022 Asociación Pro Personas con Parálisis Cerebral | APAC (México)
- 2023 Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria (Argentina)

Trayectoria en Investigación

- 2020 Dr. Claudio Lanata (Perú)
- 2021 Dr. José Miguel Belizán (Argentina)
- 2022 Dr. Milton Ozorio Moraes (Brasil)
- 2023 Dr. José Alejandro Madrigal Fernández (México)

El Premio de Institución Excepcional lo recibió el INCMNSZ, entre otras cosas, porque es considerado como una institución que, por más de 70 años, se ha convertido en un referente nacional e internacional en materia de nutrición, medicina interna y cirugía de alta especialidad. Así mismo, sustenta sus niveles de excelencia en tres pilares comunes entre las instituciones de vanguardia: la clínica, la investigación y la docencia.

De igual forma, ha contribuido en la formación y diseminación de profesionales médicos líderes a nivel nacional e internacional. Tanto el INCMNSZ como sus investigadores han recibido múltiples premios, reconocimientos y acreditaciones otorgados a sus departamentos, programas y proyectos, por parte de instituciones y organismos internacionales.

En el marco de la ceremonia, también se entregó un reconocimiento especial al Dr. Rafael Valdez Vázquez por su gran labor al frente de la Unidad Temporal COVID-19.

El Dr. Roberto Tapia-Conyer expresó que los ganadores fueron designados de cientos de postulaciones, a partir de una convocatoria pública hecha en países de América Latina y el Caribe que fueron evaluadas por un jurado independiente integrado por expertos nacionales e internacionales, de instituciones académicas, centros de investigación, organizaciones internacionales y ganadores de premios anteriores.



De izquierda a derecha: Lic. Marco Antonio Slim Domit, Dr. Enrique Graue Wiechers, Dr. José Sifuentes Osornio, Lic. Carlos Slim Helú y Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Otorgado por la Universidad Iberoamericana

Dra. Martha Kaufer Horwitz, reconocimiento “Carmen Viqueira Landa”

Con el objetivo de reconocer el trabajo docente realizado por profesores de la Universidad Iberoamericana, el pasado 22 de mayo, la Dra. Martha Kaufer Horwitz, Directora de Nutrición del INCMNSZ, recibió el reconocimiento Diploma al Mérito “Carmen Viqueira Landa” de Salud que la coloca como una de las mejores docentes.

Carmen Viqueira Landa llegó a México en 1940, como exiliada de la Guerra Civil Española. Estudió en la IBERO el Doctorado en Antropología Social, área del conocimiento en la que se especializó y a la que se consagró mediante el ejercicio docente y la investigación.

Fuente: <https://ibero.mx/prensa/condecoramos-con-diplomas-al-merito-universitario-quienes-hacen-ser-mejor-la-ibero>



Otorgado por la Universidad Iberoamericana

Dr. Armando Tovar Palacio, Medalla de Oro “Ernesto Domínguez Quiroga”

Con el objetivo de reconocer el esfuerzo y excelencia de docentes más destacados que han dedicado su vida a la formación de estudiantes, el 22 de mayo, la Universidad Iberoamericana otorgó las Medallas de Oro: “Ernesto Domínguez Quiroga”, José Sánchez Villaseñor, San Ignacio de Loyola y San Francisco Javier, siendo el Dr. Armando Tovar Palacio, jefe del Departamento de Fisiología de la Nutrición del INCMNSZ, merecedor a la Medalla de Oro “Ernesto Domínguez Quiroga” se confiere a docentes de asignatura que han tenido una labor académica relevante, caracterizada por su demostrada adhesión al Ideario de la IBERO y su consagración a nuestra universidad, a lo largo de 60 períodos regulares.

Bajo la guía y liderazgo del Dr. Ernesto Domínguez Quiroga, como Rector de la IBERO (1980-1988), se construyó el campus Santa Fe; se crearon los planteles Noreste, Laguna y Golfo Centro; se obtuvo el Reconocimiento de Validez Oficial a los estudios impartidos en la universidad -por Decreto Presidencial, en abril de 1981- y se aprobó el documento de la Filosofía Educativa de la Iberoamericana -7 de marzo de 1985.

Fuente: <https://ibero.mx/prensa/reconocemos-el-esfuerzo-y-excelencia-de-nuestro-profesorado-mas-destacado>



Ciencia, creatividad y servicio

Narrativas sobre Demencia

Con el objetivo de comprender y abordar la demencia, mediante la exploración de la ciencia, la creatividad y el servicio, el 16 de mayo, tuvo lugar Narrativas sobre Demencia, organizado por la sección de Geriátrica del INCMNSZ. El Dr. José Sifuentes Osornio, director general, lo inauguró y dio la bienvenida a los participantes y a los *fellows de Global Brain Health* que visitaron el Instituto. Expresó que la ciencia médica y quienes se dedican a ella, deben estar preparados para atender los problemas de memoria en los adultos que es tan frecuente en el mundo: "Como sociedad e institución de salud debemos estar preparados para atender esta importante condición de los problemas de memoria en adultos. Así mismo, agradezco y reconozco la participación de *Atlantic Fellows* y *Global Brain Health Institute*".



Dinámicas lúdicas e información para favorecer la prevención

Día Institucional de Prevención de Caídas en el INCMNSZ

El 26 de mayo, en el marco del Día Institucional de la Prevención de Caídas (27 de mayo), se llevaron a cabo actividades, juegos, pláticas y recorridos con una botarga por diversas áreas del Instituto, con el fin de favorecer la toma de conciencia sobre la importancia de prevenir las caídas. El evento fue inaugurado por el Dr. Raúl Rivera Moscoso, Director de Medicina del INCMNSZ, quien agradeció el esfuerzo del personal de salud, pacientes y familiares por participar en el mismo. De esta forma, el INCMNSZ fortalece la atención médica de calidad con humanismo y seguridad y promueve una cultura de cuidado, centrado en el paciente y su familiar, ya que ellos son también pieza clave en el cuidado y la seguridad.



1947, inicio del Departamento de Enseñanza y Divulgación Científica

Creación de la Dirección de Investigación

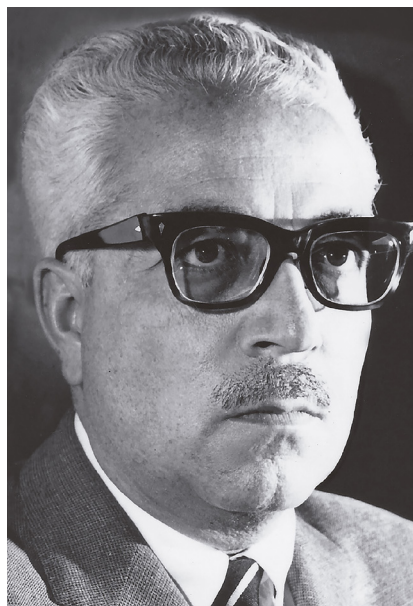
Gabriela Rubello Marín/ Centro de Información e Investigación Documental

En el Primer Informe de Labores del Hospital de Enfermedades de la Nutrición, (1947-1950, pág. 16), el Dr. José Báez Villaseñor (al cuidado del texto y de la edición) informa acerca del Departamento de Enseñanza y Divulgación Científica.

Tomamos textualmente lo que reporta:

“El Departamento de Enseñanza y Divulgación Científica, cuenta con las siguientes secciones:

- Sección editorial
 - Control del aula
 - Cuarto de proyecciones
 - Biblioteca-Hemeroteca
 - Mesa de fotografía y dibujo
 - Archivo de publicaciones
 - Sección de relaciones culturales con otras instituciones y participación en eventos científicos
- En 1960 se conforma como la División de Investigación.
 - En 1985 se convierte en Subdirección de Investigación.
 - En 1992 se transforma en Dirección de Investigación.



Dr. José Báez Villaseñor

Responsables/Directores, Doctores:

- Guillermo Soberón Acevedo (1960-1962)
- Luis Sánchez Medal (1962-1964)
- Carlos Gual Castro (1965-1977)
- Gregorio Pérez Palacios (1977-1992)
- Rubén Lisker Yourkowsky (1992-2014)
- Gerardo Gamba Ayala (2014-2022)
- Carlos Aguilar Salinas (2023-)

Salud y supervivencia del niño

Acciones que protegen el Derecho para ejercer la lactancia

LN. A. Viridiana Romero López y Dra. Martha Kaufer Horwitz NC/Dirección de Nutrición

La Lactancia Materna es una de las formas más eficaces de garantizar la salud y la supervivencia del niño, brinda la nutrición perfecta y protección contra infecciones y muerte. Además, es amigable con el medio ambiente. A pesar de ello, tanto en México como en el mundo existe mucha desinformación sobre esta práctica vital.

El ritmo de vida actual, la publicidad por parte de la industria de fórmulas infantiles, la falta de apoyo de los sistemas de salud, la carencia de espacios adecuados en el trabajo, la intimidación y la agresión a la mujer lactante, han propiciado que muchas madres decidan no practicar la Lactancia Materna.

En diciembre de 2016, México dio un gran paso cuando la Asamblea Legislativa de la ciudad de México aprobó una reforma a la Ley de Cultura Cívica en la cual estableció sanciones de 20 a 36 horas de arresto a quien condicione, insulte o intimide a una mujer lactante en espacios públicos, convirtiéndose en la primera entidad del país en adoptar esa medida de protección.

A este respecto, la Ley General de Salud, en su artículo 64, contempla acciones en favor de la lactancia. En dicho artículo se señala lo siguiente: "En la organización y operación de los servicios de salud destinados a la atención materno-infantil, las autoridades sanitarias competentes establecerán: II. Acciones de orientación y vigilancia institucional, fomento para la Lactancia Materna, promoviendo que la leche materna sea alimento exclusivo durante los primeros seis meses de vida y complementario hasta avanzado el segundo año de vida, y en su caso, la ayuda alimentaria directa tendiente a mejorar el estado nutricional del grupo materno infantil".

Por otra parte, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en el Convenio 183 sobre la protección de la maternidad establece, en su artículo 10, "que la mujer tiene derecho a una o varias interrupciones por día o a una reducción diaria del tiempo de trabajo para la lactancia de su hijo y este tiempo debe contabilizarse como tiempo de trabajo y remunerarse en consecuencia".

Las mujeres tienen el derecho de decidir la lactancia de sus hijos, el cual debe ser ejercido en un ambiente amable, seguro, higiénico, sin discriminación ni violencia. A ninguna mujer se le debe impedir el libre ejercicio de este derecho; por ello, necesitamos ser conscientes de los beneficios de la lactancia y tener claro que el fomento de la lactancia requiere acciones firmes de protección, promoción y apoyo.

Referencia: Semana Mundial de la Lactancia Materna. (s/f). Org.mx. Recuperado el 29 de mayo de 2023, de <https://www.cndh.org.mx/noticia/semana-mundial-de-la-lactancia-materna> (S/f). Gob.mx. Recuperado el 29 de mayo de 2023, de https://www.dof.gob.mx/avisos/2170/SALUD_070612/SALUD_070612.htm
Convenio C183- Convenio sobre la protección de la maternidad, 2000 (núm. 183). (s/f). Ilo.org. Recuperado el 29 de mayo de 2023, de https://www.ilo.org/dyn/normlex/es/f?p=NORMLEXPUB:12100:0::NO::P12100_ILO_CODE:C183

Actividades organizadas y beneficiosas

¿Incentivos en el Ambiente Laboral?

Dirección de Administración

En la vida diaria y laboral se intenta guiar a las personas a realizar actividades organizadas y beneficiosas haciendo uso de reglas, sanciones o información. Sin embargo, no es difícil notar que muchos de los esfuerzos por reglamentar e informar las acciones de los trabajadores caen en saco roto, más veces de las que se quisiera. Resultando en retrasos o errores con repercusiones negativas para las organizaciones y para los mismos usuarios. A través de numerosas investigaciones,¹ se ha demostrado que, lejos de ser seres que optimizan sus decisiones de manera económica y consciente, cometemos los mismos errores de juicio de manera sistemática y constante.

En ese orden, han surgido numerosas aproximaciones para diseñar entornos, productos y servicios que se ajusten a la realidad y una de estas corresponde a la Teoría de los *Nudges* o pequeños empujones, popularizada por Cass Sunstein y Richard Thaler, ganador del Premio Nobel de Economía 2017.

En la práctica, los *Nudges* consisten en introducir pequeños cambios en el medio de las personas para promover acciones que les beneficien de una manera predecible, sin prohibir ninguna opción.² Por ejemplo, los humanos tendemos a interactuar con aquello que se nos presenta primero, de manera accesible, algunos de los *Nudges* hacen uso de esta predisposición para mejorar nuestra salud, o nuestro estado de ánimo.

Un ejemplo de esto consistió en reducir el consumo de energía eléctrica de un barrio en Estados Unidos, colocando una carita feliz en el recibo de luz de personas que consumían menos energía que el promedio y una carita triste si consumían más que el promedio. Iniciativas como estas están siendo implementadas alrededor del mundo, creando pequeños empujones que favorecen a las personas en un amplio abanico de situaciones. Y ahora podríamos preguntarnos ¿Cómo se pueden aplicar los *Nudges*? Algunos de los usos más famosos en la actualidad incluyen: promover el bienestar de los empleados, reducir el impacto ambiental de las organizaciones y facilitar la adherencia a las normas de la organización.³

Estos tres aspectos de la vida laboral ya son abordados por el INCMNSZ, a través de métodos tradicionales, sin embargo, la adopción de *Nudges* resulta ser una alternativa que se advierte más eficiente. Así las cosas, proponemos aceptar y utilizar esta nueva herramienta en nuestro entorno laboral o personal, pues de esta forma mejoraremos juntos propiciando un ambiente más cómodo y sano en nuestro beneficio.

Para el caso, dejamos al lector con la siguiente frase: “Mientras más nos reconozcamos como seres humanos, más podremos mejorar nuestro mundo, un *Nudge* a la vez”.

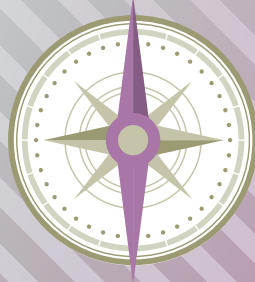
¡Yo también soy INCMNSZ!

Autores: Carlos Augusto Sánchez Morales y Julián Rubén García Flores.

1. Tversky, A. y Kahneman, D. (1974). Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases: Biases in judgments reveal some heuristics of thinking under uncertainty. *Science*, 185(4157), 1124-1131.

2. Thaler, R. H., y Sunstein, C. R. (2008). *Nudge: Un pequeño empujón*. Taurus.

3. Venema, T., & van Gestel, L. (2021). Nudging in the Workplace: Facilitating desirable behaviour by changing the environment. In *A Handbook of Theories on Designing Alignment Between People and the Office Environment* (pp. 222-235). Routledge.



**MÍSTICA
INCMNSZ**
así somos

DEVOCIÓN, CARIÑO Y RESPETO

**No solamente se entiende
la pertenencia, sino la importancia
de incorporarla a la vida cotidiana.**

¡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



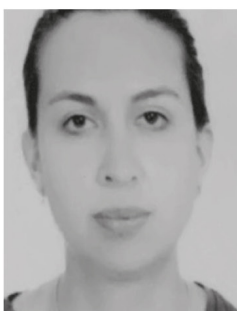
**INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN**

#mística #misticaincmnsz #campañaincmnsz #asisomos #yaquilavivimosdiario

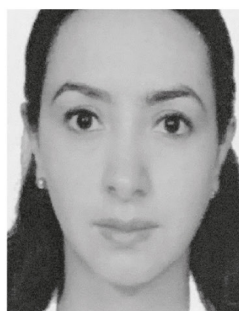
Información: Gabriela Rubello Marín
Centro de Información e Investigación Documental, CIID

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

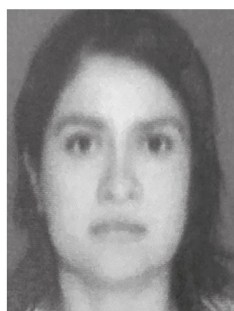
Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



Dra. Lydia Moreno Castañeda
2012



Dra. Mayra Navarrete Pacheco
2012



Dra. Sandra Olivares Cruz
2012



Dra. Elizabeth Paredes Salomón
2012



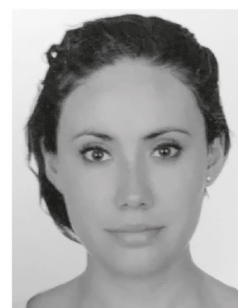
Dra. Silvia E. Ramírez Andrade
2012



Dra. Pamela Ramírez Rangel
2012



Dra. Montserrat Reig Sosa
2012



Dra. Bernardette Rivas Gómez
2012



Dra. Erika F. Rodríguez Aguilar
2012



Dra. Adriana Romano Munieva
2012



Dra. Ana Paulina Rosas Flores
2012



Dra. Nayeli Soriano Meléndez
2012

MÉDICAS EN EL INCMNSZ

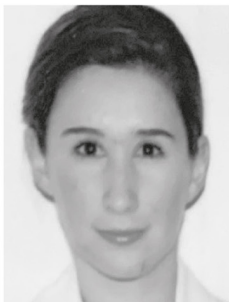
2012-2013

vida institucional

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

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



Dra. Yuriria Vall Carmona
2012



Dra. Carol M. Aguilar Alvarado
2013



Dra. Angelica Balderrama Rdz.
2013



Dra. Paulina Bueno García Reyes
2013



Dra. Paulina Calderillo Cabrera
2013



Dra. Armelle Pérez Cortés V.
2013



Dra. Carolina Cruz Reyes
2013



Dra. Enedina Cuatecontzi Xochitlotzi
2013



Dra. Rosario Hernández Ortega
2013



Dra. Eva Izquierdo Echeverría
2013



Dra. Ana Dayra Lazo López
2013



Dra. Mariana Lizcano Zubiarte
2013

Una mirada al interior de una clínica de especialidad

La atención integral desde la Clínica de Heridas y Ostomías

PSS Adriana Itzel Mortera Rojas / Clínica de Heridas y Ostomías

Soy pasante de enfermería y me encuentro asignada a la Clínica de Heridas y Ostomías del INCMNSZ, uno de los servicios de especialidad con mayor demanda en la institución, por un lado, para la valoración y seguimiento del usuario hospitalizado y, por otro lado, para seguimiento a los pacientes ambulatorios. La Clínica brinda un servicio de atención integral a las personas con factores de riesgo para desarrollar una herida de diversos orígenes.

Al realizar mi pasantía en la Clínica, he podido ser testigo de la gran dimensión que implica participar en ella, las clínicas de especialidad en el Instituto no son islas de atención enfocadas a un segmento de la persona, sino al contrario, se brinda una atención integral.

Tal es el caso de la Clínica de Heridas y Ostomías que, según la historia institucional, ha ido creciendo paulatinamente hasta ser una de las clínicas que se ha ganado un espacio en la Consulta Externa por la calidad y profesionalismo en su atención. El equipo de trabajo, además de contar todas con la maestría en esta especialidad, participa en proyectos de investigación que son publicados en revistas científicas; siendo esto un gran avance para enfermería. Como parte de las varias actividades también se lleva a cabo la participación en foros internos y en instituciones aledañas; se lleva un Programa de Capacitaciones a Usuarios y a sus Familiares sobre el Correcto Cuidado de Lesiones por Presión (LPP), Ostomías, Úlceras Venosas o Arteriales, Pie Diabético, en casa, asimismo se programan talleres de capacitación al personal de enfermería.

Estas breves líneas son parte de un agradecimiento y reconocimiento a mis compañeras, al INCMNSZ, a la Subdirección de Enfermería, que a través del Departamento de Educación Continua, me hayan dado la oportunidad aprender y desarrollarme en esta área de especialidad que me permitió visualizar de manera integral al paciente. Asimismo, es un llamado para las nuevas generaciones a mirar al interior de esta Clínica, para conocer la gran labor en beneficio de los usuarios y continuar en la formación de especialistas en Heridas y Ostomías.



Comunicación, acceso a la información e interacción

Sitio Web del INCMNSZ

M.M.D. Samuel Rivera Flores/Departamento de Comunicación y Vinculación

En el sector salud, contar con un sitio web institucional se ha vuelto esencial para brindar una comunicación efectiva, mejorar el acceso a la información médica y promover una mayor interacción con los pacientes. Los beneficios que les ofrece es la promoción de servicios médicos, educación sanitaria y acceso rápido a información relevante.

En el Departamento de Comunicación y Vinculación, el área de Diseño Interactivo es la encargada de esta función, generando una comunicación directa con los pacientes, las áreas médicas, administrativas, académicas y la comunicación interna. A través de diversos micrositios que mejoran la accesibilidad y la prontitud en la respuesta, generando confianza y satisfacción de los usuarios.

Esta área también se dedica al diseño continuo de nuevos micrositios, publicaciones digitales, actualización y mantenimiento de cada apartado del sitio web institucional. A través de secciones dedicadas a cada especialidad médica, se brinda información sobre los servicios profesionales especializados.

En el sector salud, la rapidez en el acceso a datos relevantes puede marcar la diferencia en la atención médica. Un sitio web institucional permite a los pacientes acceder rápidamente a información esencial, como horarios de atención, ubicación de la institución, servicios de emergencia, especialidades médicas disponibles y perfiles de los médicos.

En el año 2022 el sitio web institucional obtuvo más de 2.5 millones de visitas afirmando la importancia de contar con esta plataforma institucional.

Por lo anterior, el Departamento de Comunicación y Vinculación seguirá comprometido con brindar un servicio eficiente para esta gran Comunidad INCMNSZ.



Torre de Hospitalización

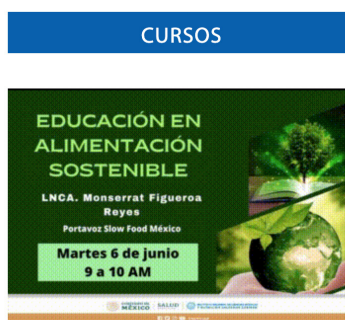
La Camiseta

Noticias en Salud

Sesión Cultural Abril

75 Aniversario INCMNSZ
Conferencias y videos

CURSOS



Comité de Ética

Servicio Social

Comunidad INCMNSZ

Requisitos para donar sangre

Brigada de Salud Mental

Agradecimientos

Comunicados

7 de junio, Día Mundial de Concientización del Síndrome de Tourette

Sensibilizar sobre esta enfermedad neurológica

Con el objetivo de sensibilizar a la población acerca de este trastorno neurológico se conmemora dicho día ya que, generalmente, las personas que han sido diagnosticadas con esta enfermedad son objeto de acoso, discriminación y rechazo.

La creación de esta efeméride es en honor a la Dra. Mary Robertson, quien ha dedicado su trayectoria profesional a la investigación y tratamiento de pacientes que padecen el Síndrome de Tourette. La selección de la fecha, coincide con el día de nacimiento de la Dra. Robertson.

Fuente: <https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-mundial-sindrome-tourette>

8 de junio, Día Internacional de la Tumores Cerebrales

Pese a su poca incidencia, es necesario un diagnóstico oportuno

Esta conmemoración tiene el objetivo de visibilizar la importancia de diagnosticar oportunamente el tumor cerebral, aunque sea de poca incidencia. Los tumores cerebrales son masas generadas por el crecimiento de células anormales en el cerebro, pudiendo originarse por causas genéticas y ambientales.

Existen tumores cerebrales benignos o no cancerosos y tumores cerebrales malignos o cancerosos.

Fuente: <https://www.gob.mx/insabi/articulos/8-de-junio-dia-internacional-de-los-tumores-cerebrales#:~:text=20el%202000%2C%20cada%208,solidaridad%20a%20pacientes%es>

12 de junio, Día Mundial de la Esteatohepatitis No Alcohólica

De 5 al 10 % de la población adulta padece esta enfermedad

Se estima que entre 5 y 12 % de la población adulta padece Esteatohepatitis No Alcohólica (EHNA o NASH). La mayoría de ellos desconoce que presenta esta enfermedad, que es asintomática.

Esta enfermedad "silente" se asocia a diabetes tipo 2 y a la epidemia mundial de obesidad, la cual afecta a un número creciente de adultos, pero también a una alarmante proporción de niños y adolescentes.

Fuente: <https://alehlatam.org/12-de-junio-dia-mundial-del-nash/>

Datos de alarma

Salud de las Mujeres

Segunda y última parte

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación



Desde el número pasado, con el pretexto de la efeméride del 28 de mayo, Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer, destacamos algunos datos de la desigualdad de acceso a la salud entre hombres y mujeres. En el artículo actual compartimos información sobre la prevalencia de enfermedades en mujeres.

Según la Organización Mundial de la Salud, en muchos países los servicios de salud sexual y reproductiva tienden a centrarse exclusivamente en las mujeres casadas o en procesos gestacionales, dejando de lado las necesidades de las que no lo son, de las adolescentes y de las personas mayores de 60 años. Así como otros cuidados preventivos como las Infecciones de Transmisión Sexual.

Para las mujeres en edad reproductiva (15 a 44 años), el VIH/SIDA es la principal causa de mortalidad y morbilidad en el mundo entero. Según la Organización Panamericana de la Salud, OPS, el mayor índice de mujeres en esta situación se encuentra en los países en desarrollo.

“Los factores biológicos, la falta de acceso a información y servicios de salud, la vulnerabilidad económica y la relación de poder desigual en las relaciones sexuales exponen especialmente a las mujeres jóvenes al riesgo de contraer la infección por VIH”.

Por lo que no es de extrañar que el cáncer del cuello uterino sea el segundo tipo de cáncer más frecuente en la mujer, prácticamente todos los casos están relacionados con la infección por el Virus del Papiloma Humano (VPH), de transmisión sexual.

Sin embargo, a medida que la mujer envejece, las enfermedades no transmisibles pasan a ser las principales causas de defunción y discapacidad, particularmente después de los 45 años.

La salud en estas etapas de vida es importante porque las mujeres suelen vivir, en promedio, entre seis y ocho años más que los hombres.

En México, 7 de cada 10 personas mayores reportan al menos una afección crónica (hipertensión, diabetes, enfermedad pulmonar, enfermedad vascular cerebral, infarto agudo de miocardio, cáncer, artritis o reumatismo).

Se estima que 5 de cada 10 hombres y 7 de cada 10 mujeres viven con afecciones crónicas.

Imagen: <https://www.gob.mx/sre/articulos/dia-internacional-de-accion-por-la-salud-de-la-mujer-32018>

nueva torre incmnsz

LOGREMOS juntos

UNA NUEVA TORRE
HOSPITALIZACIÓN • QUIRÓFANOS • TERAPIA INTENSIVA

así es la
NUEVA TORRE
INCMNSZ



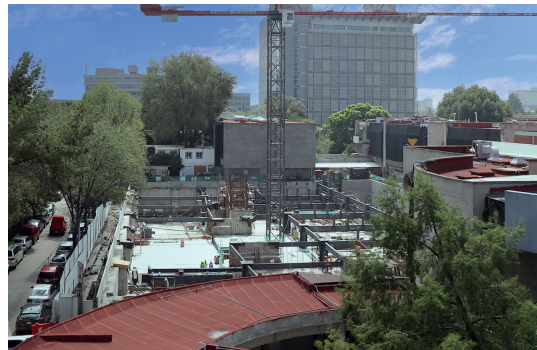
INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



Junio 2023



Junio 2022



Junio 2021

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

La verdad acerca de la mujer que fundó el mestizaje en México

La Conquista de la Malinche

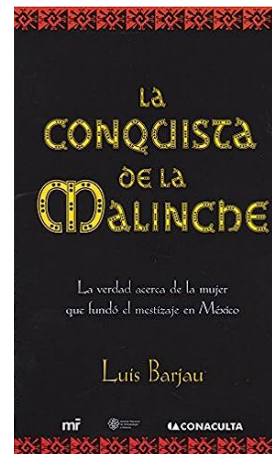
Luis Barjau

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

Luis Barjau (1943, Jalpa de Méndez, Tabasco, México), narrador, poeta, investigador y director de Etnohistoria del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH); asesor e investigador del Centro de Estudios de la Revolución Mexicana Lázaro Cárdenas. Autor de ensayos sobre el México prehispánico y mitología. Colaborador de *El Financiero*, *El Rehilete*, *Excelsior*, *La Semana de Bellas Artes*, *Punto de Partida*, *Revista de la Universidad de México* y *Unomásuno*. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores (SNI). Premio Juchimán de Plata 1998 de la Universidad Autónoma de Tlaxcala y la Asociación Civil de Juchimanes de Plata.

El libro *La Conquista de la Malinche*, muestra una nueva biografía de la joven que protagonizó un papel fundamental en el encuentro de dos civilizaciones durante la Conquista, es el resultado de más de 10 años de investigación y fundamentada en el análisis de manuscritos. La Malinche o Malintzin "Una figura en constante transformación que pasó de ser esclava a la principal mujer de Estado en el Nuevo Mundo" es una de las figuras femeninas más conocidas de la historia de México, aunque es de la que menos se han ocupado los historiadores.

En esta obra, Barjau, busca completar ese vacío historiográfico a través de un estudio que se fundamenta en una gran cantidad de información y de la que presenta interpretaciones de los hechos importantes de la Conquista. Aunque la obra se basa en la Malinche, también se abordan los diferentes asuntos de la Conquista y la cosmovisión indígena.



Sabías que...

Álvaro Matute Aguirre

- Es uno de los historiadores más importantes de México.
- Se dedicó a la historia política y cultural de la Revolución Mexicana, investigó la historiografía mexicana, la vida y obra de José Vasconcelos; así como la teoría y filosofía de la Historia.
- Recibió el Premio Universidad Nacional, PUN, en Investigaciones en Humanidades (1997).
- En 2007 se le otorgó la Medalla "Capitán Alonso de León", de la Sociedad Nuevoleonesa de Historia, Geografía y Estadística; y en 2008, el Premio Nacional de Ciencias y Artes, en el área de historia, ciencias sociales y filosofía.
- Formó parte de la Junta de Gobierno de la UNAM entre los años de 1999 y 2009.
- Nació en la Ciudad de México en 1943 y muere en septiembre de 2017, su fallecimiento coincide con la conmemoración del Día del Historiador.

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.

Es hora de apreciar la labor de los polinizadores

Gratitud a abejas, mariposas y otros polinizadores

Tercera y última parte

T. S. Claudia Márquez Enríquez/Departamento de Comunicación y Vinculación

En la edición anterior, expusimos tres de las seis razones para estar agradecidos con nuestros polinizadores. En esta ocasión, daremos a conocer las tres restantes:

4- Mejoran el sabor de nuestros alimentos. Si una planta no se ha polinizado adecuadamente, no invertirá necesariamente sus recursos de manera uniforme, produciendo en consecuencia frutas y hortalizas deformes o blandas. Una manzana deformada, por ejemplo, podría significar que la polinización de la planta ha sido insuficiente o desigual.

Consejo: Evita los plaguicidas, fungicidas o herbicidas en tu huerto. Pueden acabar con los polinizadores y envenenar las colmenas. Trata de encontrar soluciones naturales para combatir las plagas en las plantas de tu huerto.

5- Aumentan la producción de alimentos y la seguridad alimentaria. Un estudio realizado en varias explotaciones agrícolas pequeñas encontró que cuando la polinización se gestionó adecuadamente, el rendimiento agrícola aumentó de media un 24%.

Consejo para los agricultores: Crea un hábitat adecuado para las abejas, para garantizar la polinización. Deja algunas zonas de la explotación agrícola como un hábitat natural. Reduce el empleo de plaguicidas y mantén intactos los lugares donde anidan las abejas.



6- Mantienen la Biodiversidad. A menudo se pasa por alto, las abejas y la apicultura forestal, contribuyen igualmente a mantener los ecosistemas forestales, ya que la polinización ayuda a regenerar los árboles, lo que a su vez contribuye a conservar la biodiversidad forestal.

Consejo: Amplía tus conocimientos sobre las abejas y supera tu miedo. Si estudias a estas criaturas, comprobarás que no suelen ser peligrosas. No todas las abejas pican y, las que sí lo hacen, tienen una razón para hacerlo. La picadura y la enjambrazón son mecanismos de autodefensa.

No es de extrañar que las principales religiones del mundo tengan pasajes sagrados sobre las abejas. Han sido y siguen siendo vitales para la alimentación y la vida, tal y como las conocemos.

Ayudar a proteger nuestros polinizadores, para contribuir a mejorar la producción alimentaria, los ingresos de los agricultores y el medio ambiente en general.

Fuente: <https://www.fao.org/fao-stories/article/es/c/1129811/>

Frijol

Son ricos en proteína vegetal, fibra, vitaminas del grupo B, hierro, ácido fólico, calcio, potasio, fósforo y zinc. La mayoría también tienen pocas grasas.

Son similares a la carne en nutrientes, pero con menores niveles de hierro y sin grasa animal. Las altas proteínas y otros nutrientes los convierten en una excelente opción en lugar de la carne y los productos lácteos.

Consumirlos como parte de una dieta saludable puede ayudar a bajar el azúcar en la sangre y la presión arterial. Contienen antioxidantes que ayudan a prevenir el daño celular y el envejecimiento.

La mayoría de los granos secos (excepto guisantes y lentejas) hay que enjuagarlos y remojarlos durante toda la noche, antes de cocinarlos, esto disminuye la probabilidad de que produzcan gases.

Fuente: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000726.htm#:~:text=Los%20frijoles%20y%20las%20legumbres,hierro%20y%20sin%20grasas%20animales>.



Cuadernos de

nutrición

Enchiladas Veracruzanas



(1 porción)

Ingredientes:

1 taza de frijoles
2 huevos
1 tortilla de maíz
¼ de taza de queso panela rallado
1 cucharadita de crema *light*

Modo de preparación:

Para hacer la salsa de frijol:

Licuar los frijoles con un poco de agua y calentar la salsa de frijol en un sartén.

Batir el huevo y cocinarlo en un sartén a fuego medio, removiendo constantemente.

Calentar la tortilla y remojarlas en la salsa de frijol. Rellenar la tortilla con el huevo.

Bañar las enchiladas con el resto de la salsa de frijol.

Al servir, agregar el queso panela rallado y la crema.

Fuente: Recetas del cuaderno "Menús altos en proteína ricos en alimentos con proteína de origen vegetal"

Fundador y Director Emérito del INCMNSZ

25 Aniversario Luctuoso del Dr. Salvador Zubirán Anchondo

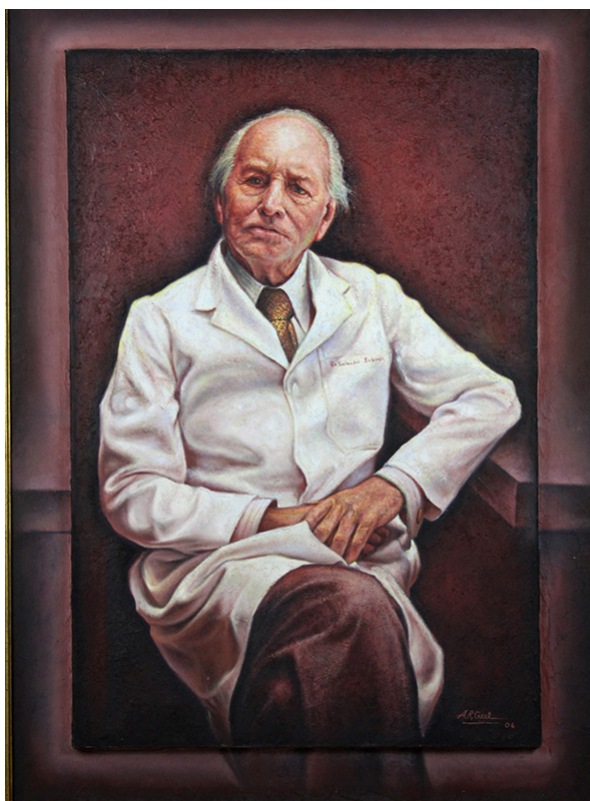
Dra. Dora Valenzuela de la Cueva/Departamento de Comunicación y Vinculación

Nació en Cusihuiriachic, Chihuahua, el 23 de diciembre de 1898, y falleció en la ciudad de México, el 10 de junio de 1998 (meses antes de cumplir 100 años).

La vida del doctor Salvador Zubirán Anchondo, se caracterizó por su permanente vocación de servicio y amor a su profesión, empeño denodado y entrega absoluta a las funciones públicas que desempeñó.

Vale destacar lo que, según sus palabras, él sintió como su mayor obra, la que orgullosamente vivió como el fruto más preciado de su profesión.

“Siento que el edificio y los objetivos, y aún un poco de los hombres que ahí laboran sin descanso, tienen algo de mí mismo”, se refería al Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, del cual fue fundador y Director General en el periodo de 1946–1980.



Fuente: https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/conoce/historia_zubiran.html

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

Tolerancia, igualdad y dignidad

El INCMNSZ, Institución incluyente que respeta la diversidad

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



Como cada año, el INCMNSZ se suma a las acciones conmemorativas al mes del Orgullo LGBTQIA+, al incluir el arcoíris representativo en su comunicación visual y llevando a cabo conferencias y foros con dicha temática, todo ello con el fin de manifestar respeto, tolerancia y trato con igualdad a la comunidad LGBTQIA+, dando paso a la inclusión y a la diversidad en la atención a la salud.

El Día Internacional del Orgullo LGBTQIA+, también conocido como Día del Orgullo Gay se celebra cada año el 28 de junio con el objetivo de promover la tolerancia, la igualdad, el respeto y la dignidad de dicha comunidad que hoy, no solo celebra ese día, sino que el mes de junio se considera como el mes del Orgullo LGBTQIA+.

Se celebra en ese día, porque en tal fecha, se conmemoran los disturbios de Stonewall (Nueva York, EE. UU.) de 1969, que marcan el inicio del movimiento de liberación homosexual.

Dichos disturbios consistieron en una serie de manifestaciones contra una redada policial que tuvo lugar en la madrugada del 28 de junio de 1969, en el pub conocido como el Stonewall Inn del barrio neoyorquino de Greenwich Village, en el que se reunía la comunidad homosexual, acosada por la policía de la ciudad que se hartó de esos acosos homofóbicos. Ese día, quisieron arrestar a las personas que se encontraban en el bar porque dos hombres o dos mujeres bailaran juntos o no llevaran ropa considerada tradicional para su sexo.

No obstante, en vez de dejarse atacar y acosar, los asistentes al Stonewall Inn decidieron resistirse y alrededor de las 1:20 de la madrugada comenzó una batalla a la que luego se unieron más miembros de la comunidad LGBTQIA+, convirtiéndose en un ícono de la lucha por los derechos gay. Durante los días siguientes, hechos similares se dieron en otros sectores de Nueva York, siendo reconocidos como el catalizador del movimiento moderno pro-derechos LGBTQIA+ en Estados Unidos y en todo el mundo.

La noción básica del "Orgullo LGBTQIA+" consiste en que ninguna persona debe avergonzarse de lo que es, cualquiera que sea su sexo, orientación sexual o identidad sexual, transmitiéndose la idea de una dignidad de cada ser humano.

La celebración se desarrolla con "marchas del orgullo" que coinciden, con el inicio del verano. Los símbolos del orgullo gay (la bandera con los colores del arcoíris) se exhiben en abundancia en esta conmemoración y suele darse cabida a actividades como reivindicaciones sociales o políticas que identifican a los colectivos participantes.

Fuente: <https://www.pjecz.gob.mx/derechos-humanos-e-igualdad-de-genero/sabias-que/junio/28-de-junio---dia-internacional-del-orgullo-lgbt-o-dia-del-orgullo-gay/>



el consumo innecesario



SOSTENIBLE

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

#incmsz #vidasostenible #campañaincmsz #vidasaludable

PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR

ALIMENTACIÓN
SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



Consume alimentos naturales como avena, arroz y trigo

HIDRATACIÓN
CONTINUA
Y SUSTENTABLE



Hidrátate con agua simple y no con refrescos o jugos

ACTIVIDAD
FÍSICA
COTIDIANA



Practica actividad física todos los días para mejorar tu estado y fuerza muscular

SUEÑO
ADECUADO



Duerme bien evita consumir bebidas de cola o energizantes antes de ir a la cama

SALUD MENTAL



Aprende diversas técnicas de relajación y respiración

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

#incmsz #vidasostenible #campañaincmsz #vidasaludable

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