



La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIX

No. 12

30 de junio 2023

El Departamento de Control Presupuestal, automatizado y eficiente

Reconocimiento del Centro Nacional de Trasplantes al Departamento de Trasplantes INCMNSZ



El Departamento de Control Presupuestal



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 706

30 junio 2023

CONTENIDO

EDITORIAL	1	HABLEMOS DE ENFERMERÍA	14
PARA CONOCERNOS	2	• Ciclo de competencias en enfermería	
• El Departamento de Control Presupuestal, automatizado y eficiente		NOTICIAS	15
SER INCMNSZ	4	• Información importante	
• La Mística Institucional; sentirla, vivirla y transmitirla. Lcda. Yadira Laura Hernández Reyes		SABÍAS QUE	16
ENTÉRATE	6	• Efemérides de la salud	
• Reconocimiento del Centro Nacional de Trasplantes al Departamento de Trasplantes		TU SALUD	17
• Colaboración en Terapia Celular entre IPN-INCMNSZ-AMEXID		• Vitiligo y calidad de vida	
• Curso Internacional <i>NASH Week</i> en el INCMNSZ		DÍA NARANJA	18
EQUIDAD Y GÉNERO	8	• ¡Únete!	
• La Mujer y la Cirugía		ESPACIO DE LECTURA	19
ENSEÑANZA	9	• <i>El piloto ciego</i> Giovanni Papini	
• Clausura de Internado Médico de Pregrado		NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL	20
CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	10	• Medio Ambiente y Sustentabilidad en las grandes ciudades	
• Modelo y Notación de Procesos de Negocio (BPMN)		LA CULTURA DEL BIEN COMER	21
MÍSTICA	11	• Flor de Calabaza	
• Entrega total		• Ensalada de Quelites con Flor de Calabaza	
VIDA INSTITUCIONAL	12	TU HISTORIA CON EL INCMNSZ	22
• Eurídice Rioja Guerrero		• Día del Donador Altruista de Sangre en el INCMNSZ	
ARTE Y CULTURA	13	FORO DEL LECTOR	23
• Dedicado al Departamento de Estadística y Archivo Clínico		• Recomendaciones para el AHORRO de energía eléctrica en el INCMNSZ	
		PROGRAMA VIDA SALUDABLE	24
		• Vida Saludable y Sostenible	

En la sección **Para Conocernos** se presenta información relativa al **Departamento de Control Presupuestal a cargo de la Lcda. Yadira Laura Hernández Reyes** quien explicó que dicha área está **automatizada y es eficiente**. De igual forma, en **Ser INCMNSZ**, comparte cuál ha sido **su trayectoria en el Instituto** y lo que representa la Mística Institucional para ella.

En **Entérate**, se narran tres **hechos relevantes que ponen de manifiesto la excelencia del INCMNSZ**: 1) el Reconocimiento del **Departamento de Trasplantes a cargo del Dr. Mario Vilatobá Chapa** ante su gran labor, otorgado por el Centro Nacional de Trasplantes; 2) el Convenio de Colaboración en **Terapia Celular para tratar el Cáncer**, firmado por el Instituto Politécnico Nacional (IPN), la Agencia Mexicana de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AMEXID) y el INCMNSZ; 3) el **Curso Internacional NASH Week**, celebrado en el Instituto.

Las efemérides de la salud conmemoradas durante la segunda quincena de junio que se presentan en **Sabías que** son: 18 al 24 de junio, **Semana Mundial de la Alergia**; 21 de junio, **Día Mundial contra la Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA)** y 25 de junio, **Día Mundial del Vitíligo**.

“El **Vitíligo** es una **enfermedad crónica autoinmunitaria** de la piel en la que la destrucción selectiva de los melanocitos provoca la pérdida del color de la misma”, Así lo explica la doctora Karen Férrez-Blando en la sección **Tu salud**.

En Programa **Vida Saludable** se enmarca la **importancia de reciclar la basura**, esto en el contexto de tener un gesto que **ayuda a cuidar y preservar nuestro planeta y su impacto medioambiental**, protegiendo a los ecosistemas y sus especies y conservando espacios naturales.

Trabajo en equipo con humanismo

Departamento de Control Presupuestal: automatizado y eficiente

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



Departamento de Control Presupuestal

El Departamento de Control Presupuestal, a cargo de la Lcda. Yadira Laura Hernández Reyes, requiere automatización y eficiencia, ya que el presupuesto que se ejerce en el INCMNSZ debe ser utilizado adecuadamente para favorecer la atención de calidad al paciente, aseguró en entrevista.

“Entre otras de las acciones que realizamos, generamos sistemáticamente información presupuestal útil, oportuna y confiable para la toma de decisiones de las autoridades del Instituto y así se haga un ejercicio razonable del presupuesto, con base en la normatividad vigente. Nuestra función es muy importante para el desempeño del INCMNSZ. Una adecuada presupuestación contribuye al óptimo funcionamiento de la Institución, por lo que debemos orientar el presupuesto para cubrir las necesidades de todas las áreas, para que éstas, a su vez, logren sus objetivos y metas.

Explicó que el objetivo del área a su cargo es elaborar, modificar, controlar y rendir informes del presupuesto, mediante la comunicación directa con las unidades ejecutoras y las áreas que intervienen en los procesos financieros y presupuestales, estableciendo normas, políticas y procedimientos con el fin de optimizar el uso de los recursos.

“Para poder cumplir con estas funciones, el Departamento está dividido en dos coordinaciones: la de documentos por pagar y la de cuentas por liquidar certificadas. Conformamos el área 10 personas que trabajamos de forma coordinada, con trabajo colaborativo y solidario.

En este sentido, cabe destacar que aspiramos a ser un Departamento innovador, integrado por un equipo profesional humanista y responsable, con una cultura de superación continúa y adaptación con el avance tecnológico, coordinado hacia la eficacia, eficiencia y a la calidad de los servicios”.

Expresó que la Pandemia de COVID-19 modificó el accionar en muchas áreas y aspectos del INCMNSZ; el Departamento a su cargo no fue la excepción, ya que para continuar dando atención durante la Pandemia fue necesario automatizar y agilizar procesos, así como usar y adaptar nuevas plataformas para que el servicio no se detuviera en dicha crisis de salud.

“Al ser una área de atención no podíamos parar, recibimos los CFDIs para todo tipo de pagos a los proveedores (insumos, servicios, obra, etc.) y pagos para el personal del Instituto (reembolsos, oficios de comisión, vales de pasajes, etc.), por lo que a distancia había que seguir trabajando para no paralizar al Instituto; buscábamos como hacer las cosas.

La Pandemia nos incentivó a tratar de automatizar muchos procesos. Hoy buscamos hacerlo para mejorar y eficientizar el servicio, también que sea más rápido. Vamos abriendo la mente para poder avanzar con la tecnología, tenemos nuevas herramientas para trabajar mejor, en beneficio del Instituto y, por ende, del paciente y sus familiares”.

Para concluir, aseguró que en el Departamento a su cargo han tenido vivencias muy interesantes que los ha unido como equipo. De igual forma, han obtenido mucho aprendizaje, sobre todo, en la tecnología; su uso y la utilidad de la misma.

“Quiero destacar el trabajo en equipo, comprometido y responsable que hacemos aquí. Todos, siempre están en la mejor disposición de estar al pendiente para solucionar algún problema a la hora que sea y el día que sea.

Todo el equipo, siempre tiene ganas de trabajar y de integrarse no al equipo de trabajo, sino a la gran familia que hemos formado en esta área. Siempre es importante para todos que nos volvemos su familia. Les agradezco todo su apoyo. Tenemos un buen ambiente de trabajo”

Trabajo colaborativo que se realiza en el día a día

La Mística Institucional; sentirla, vivirla y transmitirla

Lcda. Yadira Laura Hernández Reyes

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



Yadira Laura Hernández Reyes

La Lcda. Yadira Laura Hernández Reyes, jefa del Departamento de Control Presupuestal, expresó que la Mística Institucional hay que sentirla, vivirla y transmitirla, ya que es la base de un trabajo colaborativo, lo que lleva al engrandecimiento del Instituto.

“Todos hemos ido aprendiendo a sentir, vivir y transmitir la Mística Institucional. Todo como parte del mismo crecimiento del INCMNSZ, que lo ha llevado a ser innovador y de vanguardia.

La Mística es hacer lo que sea necesario para atender al paciente con excelencia. Esto se vivió con claridad durante la Pandemia de COVID-19, en ese momento, había que reconvertirse y apoyar a la sociedad para atender a los enfermos y, sin pensarlo, el INCMNSZ se reconvirtió; hizo lo que tenía que hacer y todos los trabajadores, en equipo, también lo hicimos. Salimos muy bien de ese reto.

Estemos preparados o no, estemos capacitados o no, tengamos los elementos necesarios o no, nosotros vemos cómo le hacemos, enfrentamos el reto y lo superamos. Siempre salimos adelante de ellos. Eso es la Mística del Instituto.

La Mística, es también, estar dispuestos y hacer lo que sea necesario siempre, no sólo en momentos de crisis. En momentos difíciles, el INCMNSZ siempre sale adelante. En el temblor o en la COVID-19 por ejemplo, no sabíamos cómo hacerle y lo hicimos muy bien, fuimos de los mejores hospitales. El personal siempre tiene la disposición, se pone la camiseta y todos trabajamos en el mismo sentido.

Recordó que ella ingresó al INCMNSZ en el 2000 a realizar su servicio social en Control de Fondos para la Investigación (CADI) en donde la contrataron por honorarios. Estuvo cinco años bajo ese esquema y luego le dieron una plaza en la Sección de Cuentas por Pagar. En 2009, dicha sección se fusionó con el Departamento de Control Presupuestal. Y en 2016 fue nombrada jefa de ese Departamento.

“Yo estude en la Escuela Superior de Comercio y Administración, plantel Tetepan del Instituto Politécnico Nacional. Realicé mi Servicio Social en el INCMNSZ porque muchos compañeros lo estaban haciendo ahí y platicaban maravillas.

Me comentaron que estaban aprendiendo contabilidad gubernamental y eso me llamo la atención para tomar experiencia.

Agregó que su primera impresión cuando llegó al INCMNSZ fue la de estar ingresando a una institución grandísima en todos sentidos; de instalaciones y de organización, ya que todo funcionaba como un reloj de precisión.

“Hoy que lo veo en retrospectiva, veo que ese esfuerzo diario de cada uno de los trabajadores del Instituto ha ido creciendo en todos los aspectos y el presupuesto también se ha incrementado considerablemente.

He sido afortunada, me ha tocado ver y participar en la parte financiera-presupuestal de este crecimiento. Hemos visto la creación de la Unidad del Paciente Ambulatorio (UPA) y ahora de la Nueva Torre.

Este Departamento ha sido partícipe de muchos trámites para las construcciones del INCMNSZ”.



Destacada y trascendental contribución a la ciencia

Reconocimiento al Departamento de Trasplantes INCMNSZ

El pasado 6 de junio, integrantes del Departamento de Trasplantes a cargo del Dr. Mario Vilatobá Chapa fueron distinguidos con diversos reconocimientos por parte del Centro Nacional de Trasplantes: Al Programa de Trasplantes de Hígado que ha representado un accionar innovador, exitoso y de gran apoyo a los pacientes con problemas hepáticos. El Laboratorio de Histocompatibilidad también fue reconocido por 35 años de realizar pruebas de histocompatibilidad, necesarias para la donación y el trasplante; así como a la Lcda. en T. S. María de Lourdes Iturbe Alessio por 43 años de servicio, apoyando a pacientes y familiares en la donación y trasplantes.



Desarrollo de capacidades

Colaboración en Terapia Celular entre el INCMNSZ-IPN-AMEXID

El pasado 9 de junio, el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ), el Instituto Politécnico Nacional (IPN) y la Agencia Mexicana de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AMEXID) firmaron el Convenio de Colaboración para dar seguimiento al Memorando de Entendimiento para la Colaboración en el Desarrollo de las Capacidades de Terapia Celular.

Esta terapia puede salvar la vida de personas con leucemia, enfermedad que actualmente no tiene cura. Consiste en utilizar las células modificadas de pacientes con tumores para que éstas combatan el cáncer.



Destacados expertos internacionales y nacionales

Curso *Nash Week* en el INCMNSZ

Con el objetivo de mejorar y promover la atención y el conocimiento del hígado graso y presentar un foro de enseñanza y discusión del mismo, del 8 al 10 de junio, tuvo lugar en el INCMNSZ el *Nash Week*, inaugurado por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ. El Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, la Dra. Nayelli Cointa Flores, el Dr. Ricardo Macías y la M. en C. Astrid Ruiz Margañ, fueron los coordinadores del curso.

El Dr. Sifuentes destacó la importancia de llevar a cabo este tipo de foros que permiten contribuir en el combate y tratamiento de uno de los problemas de salud que en México se está incrementando significativamente.



Mejorar la equidad y promover un ambiente incluyente

La Mujer y la Cirugía

Hilda Saraí Zavala Vázquez, residente de quinto año de cirugía general



Reunión de las residentes de cirugía con la Dra. Elena López Gavito, mayo 2023

En 1970, la mujer únicamente conformaba el 6% de la población estudiantil en medicina. Este porcentaje ha ido en aumento, actualmente la proporción aumentó al 47%; sin embargo, a pesar de este incremento, no se ha reflejado en la proporción de mujeres en las residencias quirúrgicas, representando únicamente el 38% de ellas.

Ahora bien, si hablamos de puestos directivos en cirugía, en EUA, *Albelson et al*, publicó que en el 2015 las mujeres representan el 25% de los puestos como asistentes de profesor, 19% como profesores asociados y 9.8% como profesores de tiempo completo. Cabe mencionar que estas cifras se desconocen en México, no obstante, no basta con preguntar en las instituciones que laboramos para darnos una idea de esta proporción. Dicho lo anterior, surge la pregunta ¿Cómo pueden ser visibles las mujeres en cirugía en un ambiente donde no hay espacio para ellas?

Actualmente existen varias iniciativas que han surgido como respuesta a este problema. Por mencionar algunos:

- Impulsar la representación de las mujeres en sesiones académicas, comités, paneles, staff, etc.
- Creación de consejos que tengan la finalidad de apoyar a la mujer en caso de que se presente un caso de acoso sexual y/o laboral.
- Hacer visible el problema, creación de simposios, publicaciones, conferencias acerca de discriminación, inequidad y abuso sexual.
- Promover la mentoría en las residentes de cirugía y estudiantes de medicina.
- Permitir que las mujeres expresen su opinión, evitar *mansplaining*.
- Fomentar la diversidad en los puestos directivos.

Estas son algunas de las medidas que se pueden ir incorporando a los programas de cirugía para mejorar la equidad y promover un ambiente incluyente; a pesar de esto, se estima que tomará entre 15-20 años alcanzar la equidad de género en cirugía.

Por último, este es un llamado para que continuemos impulsando a la mujer, a las mujeres líderes, a las mujeres en la ciencia, en medicina y en cirugía, para continuar con esta lucha y alcanzar la equidad de género.

Importante momento en su carrera médica

Clausura de Internado Médico de Pregrado

Dr. Alberto Ávila Funes/Director de Enseñanza

Estimadas médicas y médicos de Pregrado:

Nos encontramos aquí para celebrar un importante momento en su carrera médica: el final de su etapa de práctica clínica supervisada, el final del internado de pregrado. Este momento marca el cierre de una etapa llena de desafíos, aprendizaje y crecimiento personal y profesional. ¡Felicitaciones a cada una y cada uno de ustedes por llegar hasta aquí!

Durante este tiempo, estoy seguro, han demostrado una dedicación incansable y una pasión inquebrantable por la medicina. Han superado largas jornadas, noches de guardia, momentos de incertidumbre y dificultades clínicas, pero han perseverado con valentía y compromiso. Han sido testigos de la fragilidad y la fortaleza del ser humano, y han llevado esperanza y alivio a quienes más lo necesitan.

Cada una y cada uno de ustedes ha dejado una huella invaluable en la vida de las personas que han atendido. Han brindado consuelo a familias preocupadas, han sido guías en momentos de dolor y han sido faros de esperanza en medio de la oscuridad. Han visto milagros y han enfrentado desafíos difíciles con una determinación inquebrantable.

A lo largo de esta etapa, han trabajado codo a codo con personal médico experimentado, absorbiendo conocimientos, habilidades y experiencias que los han transformado en profesionales médicos competentes y compasivos. Han aprendido la importancia de escuchar atentamente, de tratar a cada paciente como un individuo único y de brindar un cuidado de calidad basado en la evidencia científica. Pero este no es el final, es sólo el comienzo de un nuevo capítulo en su viaje como médicas y médicos. Se prepararon para enfrentar los desafíos que vendrán. Pueden resolver cualquier situación clínica con confianza, sabiendo que tienen los conocimientos y las habilidades necesarias para tomar decisiones informadas y brindar la mejor atención médica posible.

Recuerden siempre la razón por la cual decidieron estudiar medicina. Mantengan viva esa pasión y ese espíritu de servicio. La medicina es un noble llamado, y cada uno de ustedes tiene el poder de marcar la diferencia en la vida de las personas, de ser un agente de cambio en la sociedad. Eso se espera de quienes se ven tocados por la "Mística" de esta Institución.

A medida que continúan su camino, les animo a seguir aprendiendo y creciendo. Nunca se conformen con el conocimiento adquirido hasta ahora. La medicina avanza rápidamente y es fundamental mantenerse actualizados en los avances científicos y tecnológicos. Mantengan viva la curiosidad y el deseo de aprender, y nunca dejen de buscar la excelencia en su práctica médica.

Finalmente, recuerden cuidarse a ustedes mismos. La medicina puede ser agotadora física y emocionalmente, y es importante encontrar un equilibrio entre el trabajo y el autocuidado. Cuiden su salud física y mental, y busquen apoyo y compañerismo en sus colegas y seres queridos. En este día de celebración, quiero agradecerles por su dedicación y compromiso. Ustedes son el futuro de la medicina, y estoy seguro de que llevarán el legado de compasión y excelencia médica hacia adelante.

**¡Felicitaciones por este logro! Les deseo todo lo mejor en su futuro como médicas y médicos.
¡El mundo les espera con los brazos abiertos! Gracias.**

Seguridad del paciente

Modelo y Notación de Procesos de Negocio (BPMN)

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández / Unidad de Mejora Continua de la Calidad
 Coautor: L. A. Cristhian De León Ponce / Asesor Externo

El Modelo y Notación de Procesos de Negocio (BPMN, por sus siglas en inglés) es una herramienta ampliamente utilizada para representar gráficamente los procesos en la metodología de Gestión de Procesos de Negocio.

BPMN facilita la representación lógica y estructurada de actividades en la modelación de procesos a través de diagramas de flujo. Permite agregar objetos, conexiones y artefactos que enriquecen el modelo y lo hacen más completo y comprensible.

En la modelación de procesos, se identifican dos momentos clave:

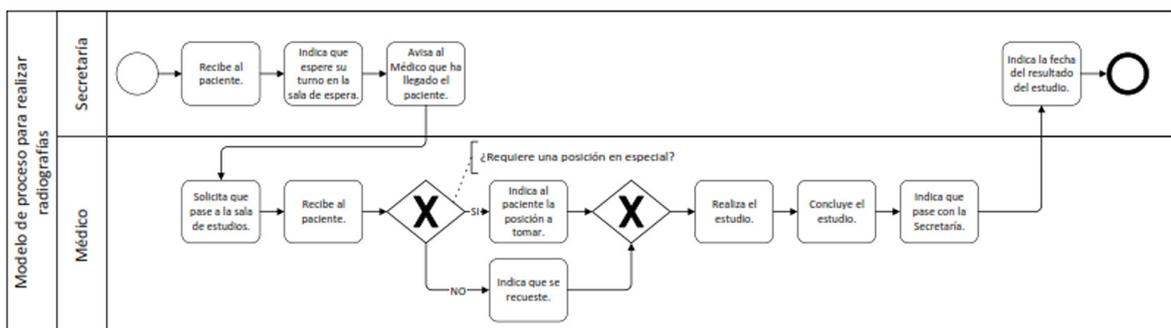
- Modelo "As Is": Este modelo representa la situación actual del proceso, reflejando los resultados y el funcionamiento tal como se encuentra en el presente.
- Modelo "To Be": Este modelo representa la situación deseada del proceso, reflejando los resultados y el funcionamiento esperados en un futuro optimizado.

Estos dos modelos son fundamentales para comprender y visualizar tanto el estado actual como el objetivo final de la mejora de procesos.

A continuación, se muestra un ejemplo de modelamiento de proceso para llevar a cabo la realización de radiografías:

Es posible mejorar el modelo al agregar información adicional como tiempos, indicadores de rendimiento y gráficos complejos. Esto se logra mediante el monitoreo y mejora continua del proceso, permitiendo la transición del estado actual *As is* al estado deseado *To be*.

"Todos juntos trabajando por la Seguridad del Paciente"





**MÍSTICA
INCMNSZ**
así somos

mística incmnsz

ENTREGA TOTAL
**Exigencia profesional con
equilibrio saludable para ofrecer
un servicio a la comunidad.**
¡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



Eurídice Rioja Guerrero

Física Médica y Encargada de Seguridad Radiológica
Departamento de Medicina Nuclear

1998

Física por la Universidad Nacional Autónoma de México, UNAM

2005

Maestra en Ciencias (Física Médica), UNAM

2006 – 2009

Física Médica y Encargada de Seguridad Radiológica en la Unidad Médica de Alta Especialidad, UMAE Hospital de Pediatría del Centro Médico Nacional Siglo XXI

2006

Curso Regional de Capacitación sobre Garantía de Calidad en el Diagnóstico por Imágenes del *International Atomic Energy Agency* – Acuerdo Regional de Cooperación para la Promoción de la Ciencia y Tecnología Nucleares
Curso para la Formación de Profesores Adjuntos de Seguridad y Protección Radiológica en el Diagnóstico Médico con Rayos X, Nivel Personal Ocupacionalmente Expuesto

2014 –

Física Médica y Encargada de Seguridad Radiológica, Departamento de Medicina Nuclear, Unidades de Investigación Médica y Radioinmunoanálisis del INCMNSZ

2017 -

Profesora de la Maestría en Ciencias (Física Médica) en el Posgrado en Ciencias Físicas, UNAM

2017

Curso Regional de Capacitación sobre Control Reglamentario de las Instalaciones de Ciclotrón y Aplicaciones PET-CT
Curso de Instrumentación y Control de Calidad en Medicina Nuclear, organizado por el servicio de Medicina Nuclear del *Hospital Clínic*, Barcelona, España

2018

Implementación y Puesta en Marcha de los Sistemas de Gestión de Calidad: QUANUM, QUATRO Y QUADRIL en el marco del Proyecto del Organismo Internacional de Energía Atómica, OIEA
Acuerdo Regional de Cooperación para la Promoción de la Ciencia y Tecnología Nucleares, ARCAL RLA 6/077

2019

Curso Nacional de Preparación y Respuesta Médica a Emergencias Nucleares y Radiológicas impartido por el Organismo Internacional de Energía Atómica, OIEA y el Centro Nacional de Prevención de Desastres, CENAPRED

2021

Autorización de la Comisión Nacional de Seguridad Nuclear y Salvaguardias para impartir el entrenamiento clínico para Físicos Médicos en Medicina Nuclear

Recuento de una historia

Dedicado al Departamento de Estadística y Archivo Clínico

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

Con un espectacular concierto, el pasado jueves 29 de junio, reconocimos y agradecemos al Departamento de Estadística y Archivo Clínico, su invaluable labor al conservar y mantener los expedientes clínicos con tecnología de vanguardia.

El Lic. Fermín Álvarez Castillo, jefe de este Departamento, dirigió unas palabras, relatando la historia del Archivo Clínico, desde sus inicios.

Para esta importante celebración, el recital fue ofrecido por los pianistas Alberto Cruzprieto y Alejandro Barrañón, concertistas del Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura (INBAL). También por el Quinteto de Alientos del INBAL, integrado por: Abraham Sáenz, en la flauta, Carmen Thierry, en el oboe, Manuel Hernández en el clarinete, Gerardo Ledezma en el fagot, y Jon Gustely en el corno. Interpretaron música de Francis Poulec.

Sesión Cultural JUNIO

	CONCIERTO DEDICADO AL DEPARTAMENTO DE ARCHIVO CLÍNICO	Jueves 29 junio 2023 18:00 hrs.
	Alberto Cruzprieto piano <small>CONCERTISTA DE BELLAS ARTES</small>	Alejandro Barrañón piano <small>CONCERTISTA DE BELLAS ARTES</small>
		Quinteto de Alientos <small>CONCERTISTAS DE BELLAS ARTES</small>
		
		AUDITORIO INCMNSZ ENTRADA LIBRE VINO DE HONOR

Estrategias de capacitación continua, centrada en los usuarios

Ciclo de competencias en enfermería

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

La Subdirección de Enfermería trabaja un programa para el fortalecimiento de las competencias en las diversas áreas, destacando la Enfermería de Práctica Avanzada. La estrategia de capacitación continua, a través de la impartición de Talleres, comprende la actualización de los aspectos teóricos; la evaluación de las habilidades en las técnicas y procedimientos bajo un marco de calidad y seguridad; así como incidir en el trato adecuado a la persona usuaria que recibe la atención en dichos procedimientos.

El personal que asiste recibe de manera práctica la actualización teórica y la instrucción para la realización del procedimiento. Posteriormente, la simulación es realizada por los asistentes que se evalúan por las y los facilitadores, para determinar si cuentan con la competencia; de lo contrario, se buscan estrategias educativas para alcanzar las metas establecidas.

Las sesiones del Encuentro de Competencias se llevan a cabo mensualmente. Se contará con la participación de las diversas clínicas de especialidad y servicios. Con esta actividad también se pretende destacar la participación de las y los facilitadores con altas competencias que, además de contar con el conocimiento y el perfil académico, tienen gran experiencia en los procedimientos y cuidados de enfermería.

Las estrategias educativas y de capacitación continua contribuyen al fortalecimiento integral a la atención de la enfermería institucional que privilegia la toma acertada de decisiones y competencias socioafectivas, tales como: compromiso, responsabilidad, objetividad, pensamiento crítico, trabajo colaborativo y la comunicación entre las personas usuarias y personal de enfermería.



06 de junio, Comunicado de la Secretaría de Salud

El INCMNSZ, una de las instituciones que más trasplantes hepáticos realiza

Durante la conmemoración del Día Mundial de la y el Paciente Trasplantado y el 23 aniversario del Centro Nacional de Trasplantes (CENATRA), dicha institución enfatizó que el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) y el Hospital General de México (HGM) "Dr. Eduardo Liceaga", son dos de las instituciones que más trasplantes hepáticos llevan a cabo: en 2022 realizaron 44 y 38 intervenciones de este tipo, respectivamente. En tanto, el Instituto Nacional de Cardiología "Ignacio Chávez" es líder en trasplante de corazón.

Link:

<https://www.gob.mx/salud/prensa/161-aumento-superior-a-44-en-trasplantes-registra-primer-trimestre-de-2023-cenatra?idiom=es>

8 de junio, Gaceta de la UNAM

El INCMNSZ, reconocido por la Fundación Carlos Slim como Institución Excepcional

El INCMNSZ fue reconocido como una Institución Excepcional por la Fundación Carlos Slim. El evento que se llevó a cabo en el Auditorio del Museo Soumaya, también se entregaron los premios a los ganadores de los años 2020, 2021 y 2022. El galardón por Trayectoria en Investigación de 2020 se otorgó al médico Claudio Lanata, de Perú.

Link:

<https://www.gaceta.unam.mx/otorgan-el-premio-carlos-slim-en-salud-2023-a-jose-alejandro-madrigal-fernandez/>

25 de junio, am

El Dr. José Sifuentes Osornio, dicta conferencia sobre COVID-19

El Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ, dictó una conferencia en la Universidad de Guanajuato, respecto al reto que significó la Pandemia de COVID-19 para el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. En el evento también se entregaron reconocimientos y se llevó a cabo un evento cultural en la reunión de egresados de la Universidad de Guanajuato, donde se propició el diálogo con las y los maestros.

Link:

<https://www.am.com.mx/sociales/2023/6/25/se-reunen-medicos-de-la-universidad-de-guanajuato-665951.html>

18 al 24 de junio, Semana Mundial de la Alergia

El Cambio Climático aumenta la sintomatología de las alergias

Para el año 2023 el lema es: “El cambio climático empeora las alergias”. Las alergias son alteraciones físicas que se producen en el organismo, al reaccionar ante una sustancia extraña. Estos cambios están asociados al sistema inmunológico, el encargado de producir anticuerpos y son los que identifican cuando estos cuerpos o sustancias extrañas generan los síntomas provenientes de elementos externos, como el polvo, el humo, el polen, pelo de las mascotas o, inclusive, algunos alimentos. Por lo general, cuando una persona sufre de alergia presenta algunas sintomatologías, tales como inflamación en las vías respiratorias, vías digestivas y cambios importantes en la piel.

Fuente: <https://www.diainternacionalde.com/semanas-internacionales/semana-mundial-a>

21 de junio, Día Mundial contra la Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA)

Exigir más investigación para los pacientes con ELA

Es una fecha impulsada por asociaciones de pacientes de todo el mundo para concienciar sobre esta enfermedad, unir fuerzas y exigir más investigación, misma que es uno de los pilares fundamentales para conseguir aumentar la esperanza de vida de los pacientes con ELA, enfermedad degenerativa del sistema nervioso. La ELA es la tercera enfermedad neurodegenerativa más frecuente, tras la demencia y la enfermedad de Parkinson. Para esta enfermedad no existe cura al día de hoy, suele afectar a adultos de entre 40 a 70 años.

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

25 de junio, Día Mundial del Vitíligo

El 2% de la población mundial padece Vitíligo

El vitíligo es una enfermedad cutánea, crónica y no contagiosa que ocasiona un trastorno en la pigmentación de la piel. El 25 de junio se celebra el Día Mundial del Vitíligo, con la finalidad de dar a conocer información sobre esta patología y como afecta a las personas que la padecen. Se requiere sensibilizar y concienciar a las personas sobre esta condición dermatológica autoinmune que afecta aproximadamente a un 2% de la población a nivel mundial no sólo en la piel, sino en su autoestima.

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

#AceptemosLaDiversidad

Vitilígo y calidad de vida

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación



Exposición "Una Piel de Color" en el Día Mundial del Vitilígo en el Auditorio Principal del INCMNSZ

"El Vitilígo es una enfermedad crónica autoinmunitaria de la piel, en la que la destrucción selectiva de los melanocitos provoca la pérdida del color de la misma", explica la doctora Karen Férez-Blando, adscrita a la Dirección de Medicina del INCMNSZ.

La también presidenta de la Fundación Mexicana de Vitilígo asegura que, debido a los cánones de belleza que históricamente han definido que la piel bella tiene un color, las personas que viven con vitilígo experimentan pena o vergüenza, por el estigma y discriminación que enfrentan.

"Esta enfermedad es crónica y no contagiosa, no duele ni pica la piel, pero duele de otra forma: Si bien los síntomas físicos son pocos, el efecto emocional puede ser devastador.

La naturaleza crónica de la enfermedad, la imposibilidad de predecir su curso, la falta de tratamiento ideal, la certeza de su ingobernabilidad y los estigmas sociales llevan a quienes la padecen a alcanzar altos niveles de ansiedad y de depresión".

Actualmente, se cuenta con tratamientos seguros como medicamentos y terapias de luz que ayudan a detener o retrasar el proceso de cambio de color de la piel, incluso recuperar un poco del color, pero los resultados varían de paciente a paciente.

Recurre a tu médico o dermatólogo para atención especializada.

"No hay tratamientos milagrosos, ni cura al 100%, si alguien asegura eso, es mentira", enfatiza la especialista.

La doctora Férez asegura que no pasa nada si no se aplica algún tratamiento, simplemente pueden aceptar la diferencia en su piel y no significa que no están sanos:

"Algunas personas se han autodenominado *vitiligans*, en parte para perder la etiqueta de "paciente" y poder sobrellevar la enfermedad de una forma más ligera".

El INCMNSZ trabaja de la mano de la Fundación Mexicana de Vitilígo para diagnosticar y tratar desde la medicina y los grupos de apoyo para el tratamiento psicoemocional.

¡ÚNETE!

¿QUÉ ENTIENDES POR VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES?

Es todo acto que genera agresión, maltrato o amenaza de manera consciente

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

Visibilizar y hacer conciencia de la problemática para dar seguimiento

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

Escritor y poeta

El piloto ciego

Giovanni Papini

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

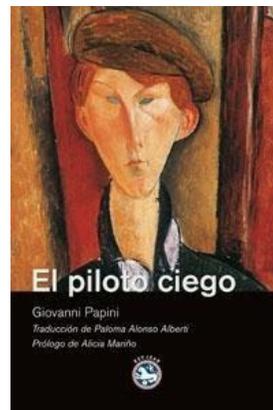
Giovanni Papini (9 enero 1881- 8 julio 1956, Florencia, Italia). Escritor y poeta, fue uno de los animadores más activos de la renovación cultural y literaria que se produjo en su país a principios del siglo XX.

Sus primeros escritos los firmó bajo el seudónimo: Gian Falco. Colaboró con innumerables revistas y periódicos. Polemista apasionado, dejó en su autobiografía, *Un hombre acabado*, su obra maestra. Fundó la revista literaria *Leonardo*, famosa en su época. Se hizo célebre con sus ensayos: *El diablo*, *Don Quijote del engaño* y *Gog*. Escribió las biografías de Miguel Ángel, Dante y la célebre Historia de Cristo.

El piloto ciego (1907), una de las grandes obras de la literatura fantástica de la época de Papini, la integran trece relatos breves. Son un ejemplo de literatura muy especial que contiene un amplio fondo filosófico que llegan al alma. Incluso, algunos de ellos parecieran ser pensamientos, un tipo de literatura para reflexionar y recibir de ella un inolvidable aporte.

En esta colección de relatos, Papini no sólo aborda situaciones irónicas y metaficcionales sino que va más allá y efectúa una clase de análisis psicológico. Así, podemos encontrar a «...un narrador que se encuentra consigo mismo, aunque siete años más joven, es decir, en una fase pretenciosa de su vida; un sujeto que le muestra a otro un texto en el que describe con toda exactitud hasta los detalles más insustanciales de su vida; un tipo que, durante todo un día, parece haber sido olvidado por todos aquellos que lo conocían; una jovencita que presta un año de su vida a un hombre que promete devolvérselo cuando ella más lo necesite».

Son reflexiones filosóficas que ponen en tela de juicio ciertos detalles de la existencia que muchos pasarían por alto sin mayor culpabilidad.



Sabías que...

Existen figuras clave en la literatura que han marcado la historia de Italia, hasta convertirse en íconos de la palabra.

- **Dante Alighieri**, *il Sommo Poeta* -el poeta supremo- es reconocido y afamado por su obra *La Divina comedia*, pieza clave de la literatura italiana y universal. Fue uno de los poetas que más contribuyeron a establecer el italiano como lengua literaria.
- **Petrarca**, importante lírico y humanista italiano, creador de una nueva corriente literaria. Influyó de manera importante en las obras de los escritores William Shakespeare, Edmund Spenser y Garcilaso de la Vega.
- **Nicolás Maquiavelo**, escritor, filósofo, político, diplomático y funcionario público; autor del libro *El príncipe*.

Te recordamos que puedes solicitar libros en 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.

Modernidad, razón y espacio vital

Medio Ambiente y Sustentabilidad en las grandes ciudades

Primera parte

Biol. Abdalá Rodríguez Assad/Coordinación de Control Ambiental

Las grandes ciudades han sido consideradas como la forma territorial más eficaz de la modernidad y como ámbito espacial en el cual se expresan de la mejor manera y en forma más concreta, los principios de la modernidad. Esto es, el principio de razón, la igualdad, la democracia, el libre albedrío, entre otros. Pero, las ciudades expresan no sólo los bienes o las adquisiciones de la sociedad moderna, sino también sus males.

Uno de esos males, deriva de un exceso de racionalidad y de un exceso de artificialidad que ella misma encarna. Las ciudades son el mejor ejemplo de la subordinación y el sometimiento de la naturaleza que la modernidad representa.

Las ciudades no sólo nacen como negación de la naturaleza sobre la que se erige, sino también sobre aquella de la que se nutre, y mediante la cual, reproduce sus formas de producción, de consumo y sus estilos de vida.

En las ciudades, se expresa también, el máximo alejamiento con lo natural, la reducción de materia prima del mundo natural, a insumos para la producción y consumo.

Las ciudades, no sólo someten y niegan la naturaleza, sino que la cosifica, la hace materia muerta y la vive bajo su forma inerte, separada y distante de la fuente de vida y de sentido de la que proviene.

Los valores y los principios de las sociedades modernas, que constituyen la fábrica y el significado de la ciudad, representan en muchos sentidos, la antítesis de la sustentabilidad. Los procesos que en la ciudad tienen lugar, las racionalidades económica, social, política e instrumental que allí se despliegan se traducen en consumo irracional y no sustentable de su propio medio natural y de aquéllos de donde extrae la energía y la materia requerida para sus procesos productivos.



Flor de Calabaza

Deliciosas flores amarillas que forman parte de la gastronomía mexicana. Es una cucurbitácea mesoamericana, estimando que se cultiva desde hace más de diez mil años.

No tienen aroma, su sabor se hace especial cuando se combina con hierbas como el epazote, quelite, espinaca, etc. Se emplean en sopas, quesadillas, ensaldas, cremas y otros platillos tradicionales de México.

Al igual que la flor de calabaza, la chaya, los quintoniles, los romeritos, la hoja santa, los berros, las verdolagas y el pápalo se consideran como quelites, todos son característicos de la milpa y abundan en temporada de lluvias.

Constituyen una fuente muy importante de Vitaminas A, C, B1, B2, B3 y B9. Son especialmente ricas en calcio, también aportan diversos minerales como: hierro, calcio, fósforo, potasio y magnesio, sodio y fibra. Casi el 90% de su contenido es agua.



Fuente: <https://www.cmabastos.es/flor-de-calabaza-todo-lo-que-debes-saber-de-este-superalimento/2020-06-28/blog-comida-mexico/>

Ensalada de Quelites con Flor de Calabaza



Ingredientes:

(5 porciones)

- ½ kilogramo de quelites
- 5 tazas de flor de calabaza fileteada
- 2 pimientos naranja medianos cortados en cubos medianos
- 12 piezas de almendras tostadas
- 8 piezas de fresas cortadas en cuartos

Modo de Preparación:

Mezclar los quelites, la flor de calabaza, los pimientos, almendras y fresas.

Al servir, bañar con alguna vinagreta de tu agrado.

Promover la donación altruista entre la comunidad Institucional

Día Mundial del Donador Altruista de Sangre en el INCMNSZ

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

Con el objetivo de promover la donación altruista de sangre entre la comunidad institucional, el pasado 14 de junio, en el marco del Día Mundial del Donador de Sangre, se llevó a cabo una serie de actividades, organizadas por la Dra. Laura Adriana Trip, Coordinadora del Servicio de Medicina Transfusional y los integrantes del mismo. En entrevista, destacó la importancia de sumarse a este esfuerzo solidario.

“Hoy, decidimos hacer una campaña de donación altruista en el INCMNSZ. La idea es tener un alcance institucional; primero, una concientización de los integrantes del INCMNSZ, de todas las áreas, acerca de la importancia de la donación altruista de sangre y después, invitarlos a donar. La donación altruista es sumamente importante. En muchos estudios se ha avalado que la sangre más segura es la de la donación altruista. Tenemos dos tipos de donación: **Donación Altruista** que sin ningún fin se realiza, la intención es ayudar a otra persona, y **Donación de Reposición** que es cuando un paciente recibe sangre y es necesario reponerla, se le solicita que lleve donadores para que la repongan.

La sangre donada por voluntad propia sin que nadie la solicite es la más segura. La Organización Mundial de la Salud dijo en el 2020 que la meta es que la sangre sea de donador altruista al cien por ciento, en todos los bancos de sangre del mundo. En México, por ejemplo, en 2018, se estableció que el 8 por ciento era de sangre de donador altruista, la meta realista es llegar al 10 por ciento, de acuerdo a estimaciones del Centro Nacional de la Transfusión Sanguínea; es decir que, de diez, una sea altruista. Por eso los invitamos a que se sumen a este esfuerzo, recordándoles que la donación es muy segura.

Apóyenos acudiendo a donar al Banco de Sangre del INCMNSZ, de lunes a sábado de 7:30 a 10:00 horas. Y para donar plaquetas pueden acudir a una primera evaluación para que en caso de ser candidatos se les agende una cita para que otro día acudan a donar”, concluyó.



Recomendaciones para el AHORRO de energía eléctrica en el INCMNSZ



Usar escaleras en lugar de ascensor



Cerrar las puertas para minimizar fugas de calor y frío



Regular la temperatura:
• Aire acondicionado a 27°
• la calefacción a 19°



Apagar la luz cuando no se utilice



Apagar computadora y cargadores cuando no se usen

Derechos Reservados © 2023 Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán



GOBIERNO DE MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



 RECHAZA



no separar
basura



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 bajos en sodio añadido

HIDRATACIÓN
CONTINUA
Y SUSTENTABLE



Hidrátate con agua simple y no con bebidas energizantes

ACTIVIDAD
FÍSICA
COTIDIANA



Practica actividad física todos los días te ayuda a mantener un peso saludable

SUEÑO
ADECUADO



Duerme bien evita pensar en los problemas del día

SALUD MENTAL



Aprende diversas técnicas para mejorar la atención y concentración

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