



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIX No. 17

15 de septiembre 2023

Servicio, Ética y Compromiso, Subdirección de Recursos Financieros

Diplomado en Inmunología y Nutrición 2023



Subdirección de Recursos Financieros



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 711

15 septiembre 2023

CONTENIDO

EDITORIAL	1	COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN	15
PARA CONOCERNOS	2	• Espacios de Lectura en el INCMNSZ	
• Servicio, Ética y Compromiso, Subdirección de Recursos Financieros		SABÍAS QUE	16
SER INCMNSZ	4	• Efemérides de la salud	
• La Mística Institucional es congruencia, empatía y respeto C. P. María Teresa Ramirez Arellano		TU SALUD	17
ENTÉRATE	6	• Día Mundial del Fisioterapeuta	
• Diplomado en Inmunología y Nutrición 2023		NUEVA TORRE INCMNSZ	18
INVESTIGACIÓN	8	• Logremos juntos	
• Cambios en el micrositio de la Dirección de Investigación		ESPACIO DE LECTURA	19
NUTRICIÓN INCMNSZ	9	• <i>La Reina del Sur</i> Arturo Pérez-Reverte	
• Técnica Culinaria para disminuir el aporte de energía en platillos		NUESTRO ENTORNO	20
ADMINISTRACIÓN	10	• Señalización en el INCMNSZ	
• ¿Cómo las relaciones personales influyen en el trabajo?		LA CULTURA DEL BIEN COMER	21
MÍSTICA	11	• Chícharos • Consomé de chícharos	
• Creatividad y Humanismo		TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	22
VIDA INSTITUCIONAL	12	• En la carpa de hisopados (COVID-19), vivimos la Mística Institucional	
• Mujeres Residentes en el INCMNSZ		FORO DEL LECTOR	23
HABLEMOS DE ENFERMERÍA	14	• Agradecimiento al personal del Departamento de Radiología e Imagen	
• Enfermería de Práctica Avanzada en atención Oncológica		PROGRAMA	24
		• Programa Vida Saludable y Sostenible	

Una de las áreas del INCMNSZ que representa un eje estratégico es la Subdirección de Recursos Financieros, a cargo de la C. P. María Teresa Ramírez Arellano. En la sección *Para Conocernos*, ella misma, nos informa sobre la vocación de Servicio, Ética y Compromiso Social con los que se desempeñan quienes la conforman. De igual manera, en *Entérate*, reflexiona en torno a la Mística Institucional y lo que representa ser parte del INCMNSZ.

El **Diplomado en Inmunología y Nutrición** es una actividad académica con gran prestigio en el INCMNSZ, organizado por el Dr. Enrique Gómez Rodríguez, la Mtra. Gabriela Mancera Chávez y la Dra. Mónica Rodríguez González; en *Entérate*, se da cuenta de ello.

En *Sabías que* se dan a conocer efemérides de la salud, conmemoradas durante la primera quincena de septiembre: 03 de septiembre, **Día Mundial de la Higiene**; 04 de septiembre, **Día Mundial de la Salud Sexual** y 04 de septiembre, **Día Mundial del Síndrome de Fiebre Periódica, Adenopatías, Faringitis y Aftas Orales** (PFAPA)

Al conmemorarse el **Día Mundial del Fisioterapeuta (8 de septiembre)**, en la sección *Tu Salud*, se hace mención a la importancia de esta labor, cuyo objetivo es recuperar, prevenir y mantener la funcionalidad física para mejorar la salud integral.

En *Programa Vida Saludable*, promover el conocimiento del consumo correcto de los alimentos es de suma importancia para mantener la salud y tener bienestar; que al final dará como resultado un impacto en nuestro entorno ambiental.

Sistemas informáticos de vanguardia

Servicio, Ética y Compromiso, Subdirección de Recursos Financieros

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

La Subdirección de Recursos Financieros trabaja bajo una visión de ser una subdirección de referencia para otras instituciones de salud, por el manejo de los recursos financieros y la calidad de la información que proporciona para la toma de decisiones; todo el equipo de trabajo que conforma esta Subdirección, desarrolla su función pensando en dar un buen servicio con ética y compromiso, aseguró la Lic. María Teresa Ramírez Arellano, subdirectora de la misma.

“Nuestro origen se sitúa en 1993, cuando se autorizó la nueva estructura orgánica al INCMNSZ, en la cual se creó la División de Recursos Financieros, con el objetivo de planear y controlar los recursos federales, cuotas de recuperación y otros ingresos captados, en conformidad con las leyes, normas y demás lineamientos.

En 1999, la División de Recursos Financieros cambió de nombre a Subdirección de Recursos Financieros, en esa fecha, los Departamentos que integraban esa Subdirección eran: Contabilidad, Control Presupuestal y el Tesorería. Pero, en 2008, por acuerdo del Consejo Técnico de Administración y Programación (COTAP) se adicionó el Departamento de Control de Fondos Especiales para la Investigación, el cual era coordinado por la Dirección de Investigación.

En 2016, con el fin de llevar un mejor control tanto de las operaciones como del personal, el Departamento de Contabilidad se reorganizó y se subdividieron las funciones operativas de la Sección de Cuentas Corrientes de Pacientes Hospitalizados, agrupándose en 3 Subcoordinaciones: Recuperación de Adeudos, Cuentas Corrientes y Contable.

Después de dos años de trabajo el Departamento de Mantenimiento y Desarrollo de Sistemas en conjunto con el Departamento de Tesorería, desarrollaron un nuevo sistema informático que reemplazó y mejoró el funcionamiento de los sistemas de cobro por servicios médicos ambulatorios, denominados “INNSZNet” y “SIPAM” (Sistema Integral del Paciente Ambulatorio). Esto se realizó en mayo del 2017, fecha en la que entró en operaciones el sistema informático denominado GRP Net. A finales del 2018, se incluyeron los cobros por servicios de hospitalización, posteriormente, el sistema GRP Net fue creciendo en funciones.

En 2020, debido a la reconversión del INCMNSZ por la declaratoria de la Pandemia causada por el virus SARS-CoV-2, se retiró el Servicio de Cuentas Corrientes de Pacientes Hospitalizados de los pisos para prestarse el servicio solo en planta baja, a fin de reducir la exposición del personal al virus; asimismo, se trasladó a las servidoras y los servidores públicos de esa Sección para integrar las cuentas de personas beneficiarias en el Instituto Nacional de Rehabilitación, lugar que nos fue proporcionado para desarrollar cirugías urgentes, que debido a la saturación de nuestros servicios, no se podían realizar en nuestras instalaciones.

A finales del 2020, se puso en operación el Módulo de Cuentas Corrientes en el Sistema GRPNet, en ese mismo año, con la llegada del Acuerdo de Gratuidad para las personas beneficiarias sin seguridad social, se realizaron modificaciones a los sistemas informáticos del Departamento de Tesorería y de la Sección de Cuentas Corrientes de Pacientes Hospitalizados, así como, a los procedimientos y a los horarios de atención, destacándose, entre éstos cambios, la emisión de un recibo por concepto de gratuidad con la integración del costo de atención pero con saldo en cero y la eliminación del turno nocturno de las servidoras y los servidores públicos de la Sección de Cuentas Corrientes”.

La Contadora Ramírez enfatizó, sobre la importancia de la Subdirección dentro de la estructura del INCMNSZ, ya que es la encargada de administrar los ingresos y gastos; así como, hacer frente a los compromisos que adquiere el Instituto conforme lo dicta la normatividad aplicable, administrando los recursos financieros que permiten la continuidad en la operación de esta Institución.

“En esta área es, donde se captan todos los ingresos que tiene el INCMNSZ para distribuirlos de la mejor manera, con el fin de garantizar un servicio de calidad a nuestros pacientes, evitando o reduciendo, la posibilidad de carecer de insumos y/o servicios necesarios para su atención.

En este sentido, todo el equipo de trabajo sabe que nuestro compromiso y responsabilidad es con los pacientes, por lo que trabajamos de manera coordinada con otras áreas que integran la administración, para proporcionar a las áreas de atención y de investigación, los recursos financieros, humanos, materiales y tecnológicos necesarios para su operación, ya que sabemos que nuestra actuación, de forma indirecta repercute en la atención que ellos brindan; en ese sentido, nuestro objetivo es servir de apoyo no solo a las áreas de atención e investigación, sino a todas las áreas que integran la Institución, con el fin de que el Instituto cumpla sus objetivos”.

Para concluir, a través de este medio aprovechó la ocasión, para reconocer y agradecer todo el apoyo que he recibido del personal que integra la Subdirección de Recursos Financieros, ya que cuento con un equipo solidario, que actúa con responsabilidad, bajo el cumplimiento de la ética profesional, compañerismo bajo un ambiente laboral sano, conformando un equipo acorde a las necesidades de una gran Institución como lo es el INCMNSZ.



De izquierda a derecha: C. Araceli Alfaro Membrillo, C.P. Ma. Teresa Ramírez Arellano y C.P. Norma Angélica Martínez Santana

Atención con humanismo en todas las áreas

La Mística Institucional es congruencia, empatía y respeto

C.P. María Teresa Ramírez Arellano

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



C.P. María Teresa Ramírez Arellano

La Mística Institucional es congruencia, empatía y respeto, pero no solo en la atención del paciente, sino que estos valores, también son aplicables con nuestros propios compañeros, con quienes compartimos nuestro quehacer diario en esta gran Institución, aseguró la C. P. María Teresa Ramírez Arellano, Subdirectora de Recursos Financieros.

En entrevista, narró que el 16 de octubre del 2015 fue invitada por el entonces Director de Administración del INCMNSZ, el Lic. Mario Francisco Márquez Albo, a trabajar en la Subdirección de Recursos Financieros, oportunidad que tomó y después de realizar los trámites y entrevistas necesarias fue aceptada para formar parte del INCMNSZ.

“Desde que llegué, me gustó mucho el INCMNSZ, entre otras cosas, por la calidez del personal y su esmero por atender al paciente con humanismo.

La atención su organización administrativa, el volumen de operaciones, así como, los diversos padecimientos que se atienden de alta especialidad, lo que hace que la distribución de los recursos financieros sea más dinámica”.

Comentó que cursó la carrera de Contador Público en la Escuela Bancaria y Comercial, que ha realizado diplomados relativos a finanzas en las organizaciones, tales como como: Gestión Empresarial, Presupuesto Basado en Resultados y Compras Gubernamentales.

“Antes de ingresar al INCMNSZ, trabajé en la Administración Pública Federal en puestos afines al que desempeño actualmente, específicamente, en: Centros de Integración Juvenil, A.C. y en la Secretaría de Gobernación, por lo que mi formación ha sido desarrollada en la Administración Pública Federal”.

Fui bien recibida por el personal del INCMNSZ, esa ha sido una de mis grandes satisfacciones; el personal que tengo a cargo son nobles, trabajadores y conocen perfectamente las actividades a realizar en el desempeño de sus funciones, son amables y con sentido de cooperación, por lo que el trabajo se desarrolla más eficientemente. Recuerdo que cuando llegué a conocerlos les dije: “vengo a trabajar con ustedes, aprender y a trabajar en conjunto”.

En ese momento, comencé a escuchar de la Mística del Dr. Salvador Zubirán que visualicé como ese trato amable a los pacientes. Así como, ser congruente con lo que se dice y hace, tener empatía y estar siempre dispuestos a colaborar y a trabajar para que el paciente, que es lo primero, lo más importante, reciba una atención de calidad.

Aprendí que todos tenemos que trabajar en conjunto para que el paciente tenga un buen trato y una buena atención.

Hoy en día, sigo ese esquema. De hecho, les comenté a quienes forman parte de la Subdirección: "Independientemente de que, si alguien me cae bien o no, tenemos que ser objetivos, trabajar y lo que nos pidan atenderlo a tiempo, ya que esto es para el bien de la comunidad institucional, así como, de los pacientes, procuremos que las cosas salgan bien y no tengan queja de nosotros".

Recordó que durante la Pandemia de COVID-19, estuvo de manera permanente en el INCMNSZ, no dejó de laborar, realizó actividades tales como: la atención de peticiones extraordinarias de las áreas médicas para adquirir insumos médicos y medicamentos, ampliando suficiencias presupuestales de los contratos indispensables, como el del suministro de oxígeno y mantenimientos de los equipos médicos, para hacer frente a la pandemia. "Estar trabajando en Pandemia, con otros compañeros fue una buena experiencia, todos unidos con temor por el contagio, pero es agradable saber que no solo los administrativos estuvieron ahí, también los médicos, siempre al pie del cañón y con todo profesionalismo, para sacar adelante a los pacientes; Aun cuando los días de Pandemia fueron muy difíciles, creo que nos dejaron algunas cosas positivas, sobre todo, nos dejaron la enseñanza del autocuidado y el de nuestros compañeros.

De igual manera, el COVID-19 nos enseñó que no es necesario estar de manera física para trabajar, a través de nuevas tecnologías es posible hacerlo también a distancia se puede atender con excelencia y humanismo, de igual manera que como lo hacemos de manera presencial".

Subdirección de Recursos Financieros

Misión

Administrar los recursos financieros del Instituto en cumplimiento de la normatividad aplicable vigente a través de la implementación de políticas institucionales que permita su manejo, a fin de generar información contable y presupuestal, proporcionando elementos para la toma de decisiones de las autoridades institucionales.

Visión

Ser una Subdirección de referencia para otras instituciones de salud, por el manejo de los recursos financieros y la calidad de la información que proporciona para la toma de decisiones con vocación de servicio, ética y compromiso social de las servidoras y los servidores públicos que la integran.

Excelencia Académica

Diplomado en Inmunología y Nutrición 2023

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



El 28 de agosto tuvo lugar en el auditorio principal del INCMNSZ, la entrega de constancias del Diplomado en Inmunología y Nutrición 2023. El evento fue presidido por la Dra. Martha Kaufer Horwitz, Directora de Nutrición; el Dr. Alberto Ávila Funes, Director de Enseñanza; la Lic. Luz María Aguilar Valenzuela, Directora de Comunicación Institucional y Social y los integrantes del Comité Organizador del mismo: el Dr. Enrique Gómez Rodríguez, la Mtra. Gabriela Mancera Chávez y la Dra. Mónica Rodríguez González.

La Dra. Martha Kaufer expresó: “Quiero agradecer a todos por este diplomado que fue largo e intenso. Empezó como un curso y se transformó en un diplomado por la demanda que tuvo y por la importancia de los temas que aborda”.

Agregó que la interrelación entre la nutriología y la inmunología es fundamental y que en el diplomado se dió cuenta de ello, pues se hizo un recorrido de manera amplia sobre el tema. Agradeció a los coordinadores y recordó al Dr. Julio Granados Arriola quien siempre ha participado en ese diplomado y que debido a problemas de salud no pudo estar presente en esta ocasión.

“Este diplomado es visionario. Todos los profesionales de la salud, independientemente del área en la que se desempeñen, deben tener conocimientos de nutrición y de inmunología, así mismo, saber cuáles son las interconexiones que unen a estos dos campos del saber. Los médicos no saben lo suficiente de nutrición y los nutriólogos no saben lo suficiente de inmunología, por eso es importante esta unión de disciplinas que se consolida en una interdisciplina que todos debemos abordar”.

Por su parte, el Dr. Alberto Ávila Funes comentó: “Gracias al Dr. Héctor Bourges Rodríguez, a los docentes y a los coordinadores del diplomado. La importancia de la alimentación, en relación con el sistema inmunológicos es crucial. La evidencia científica es clara al señalar que una dieta equilibrada es esencial para tener un buen estado de salud”.

En su oportunidad, el Dr. Héctor Bourges Rodríguez señaló: “Esta, es la décima versión del Diplomado que se ha preparado con mucho cuidado. En innumerables sesiones del Comité hemos procurado ofrecerles lo mejor de lo mejor en términos de la nutriología e inmunología. Siempre en estos cursos, digo: el universo no es uno solo, todo se relaciona.

Evidentemente, la nutriología y la inmunología están correlacionadas. Se ha buscado tener a los mejores profesores y exigirles más allá. Aunque es muy pesado para ustedes, creemos qué, con ello, sacamos lo mejor de cada uno. Quiero felicitarlos, fueron un excelente grupo. Felicito al Comité organizador”.

Por su parte, la Dra. Mónica Rodríguez González, en representación de los docentes externó: “Deseo felicitarlos y hacer un poco de conciencia respecto a qué en la historia, el hombre, la inmunología y la nutrición están relacionados.

El camino ha sido largo en este diplomado. Se cumplieron los objetivos de aprendizaje. Ahora ustedes, pueden comprender interacciones desde simples hasta muy complejas. En estos momentos, se convierten en responsables de brindar información para nuestra práctica clínica con impacto hacia nuestros pacientes.

A nombre de las y los alumnos del Diplomado, la alumna Xelha Aquino Delgado dio un emotivo mensaje: “Excelente nivel educativo, cautivante y exigente, son algunas de las palabras que enmarcan nuestro sentir al dirigirnos al diplomado. Fue una inversión del tiempo, ya no dedicado a otras actividades, sino al mundo de conocimientos, llamadas de atención a nuestra propia práctica”.

El Dr. Enrique Gómez Rodríguez, felicitó a los graduados y agradeció al profesorado por compartir sus conocimientos, centrados de manera especial, en el objetivo del Diplomado que es abordar la Nutrición y la Inmunología desde diversas perspectivas para tener una visión más amplia y poder dar respuesta a problemas de salud. Así mismo, destacó la cuidadosa selección que se hizo de los mismos, de acuerdo a su trayectoria profesional y académica en beneficio de los estudiantes del Diplomado.

“Felicidades a quienes se gradúan hoy y gracias a quienes han contribuido para que este Diplomado se lleve a cabo. Hago una extensa invitación para que el próximo año se inscriban los profesionales interesados en la Nutrición y en la Inmunología”.

De esta forma, la Dirección de Nutrición, dando seguimiento a la Enseñanza que es uno de los ejes del INCMNSZ, llevó a cabo el Diplomado en Inmunología y Nutrición 2023, el cual se ha consolidado como un foro académico para la especialización de profesionales de la salud de alto nivel.

Una labor de equipo

Cambios en el Micrositio de la Dirección de Investigación

Dr. Carlos A. Aguilar Salinas/Dirección de Investigación

La investigación es una labor de equipo. El INCMNSZ concentra recursos tecnológicos, infraestructura, talentos y grupos consolidados que deben interactuar entre sí para el desarrollo de líneas innovadoras de diagnóstico, pronóstico y tratamiento.

Es responsabilidad de la Dirección de Investigación facilitar la vinculación de nuestra comunidad en multidisciplinarios de frontera. Para ello, es necesario crear canales de comunicación y tener espacios donde se concentren nuestros recursos y logros en la investigación.

Gracias al apoyo del Departamento de Comunicación y Vinculación, el micrositio de la Dirección de Investigación fue rediseñado.

Concentra las publicaciones recientes, un análisis de nuestra productividad, las aportaciones científicas más importantes de nuestros grupos y las oportunidades que ofertan a los estudiantes para continuar su preparación. Incluye videos, donde los investigadores describen el contenido de una de sus aportaciones más recientes.

En breve, se contará con un buscador de recursos tecnológicos existentes en el INCMNSZ, lo que facilitará las colaboraciones interdepartamentales. Además concentra el acceso a los comités institucionales, al sistema "Investiga" (un recurso tecnológico que facilita la creación de cohortes y registros) y a los servicios que brinda la Dirección de Investigación.

A la reestructuración del micrositio, añadimos la creación de una cuenta de twitter de la Dirección de Investigación, donde se difundirán las publicaciones en revistas indexadas más recientes realizadas por los integrantes de nuestra comunidad.

Invitamos a la comunidad del INCMNSZ a visitar el micrositio de la Dirección de Investigación y seguir nuestra cuenta de twitter: @incmsz_DirInv

El conocimiento de nuestras fortalezas crearan nuevos equipos y puentes para aumentar la competitividad de nuestra Institución.

La Investigación en el INCMNSZ



Al vapor, al horno y a la plancha

Técnica Culinaria para disminuir el aporte de energía en platillos

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

Cuando cocinamos nuestros alimentos, no solamente está implicado el arte de preparar una buena comida, sino que también se evoca la herencia que tenemos en la manera de cocinar, es decir el uso de ciertas técnicas culinarias que forman parte de nuestra cultura alimentaria. Estas técnicas se van construyendo con aportaciones de cada generación, que agregan su toque especial para hacer que nuestros platillos sean diferentes a través del tiempo, según la cosmovisión de la época.

El proceso de preparación de los alimentos previo a su consumo es de suma importancia, dado que los nutrimentos que aportan pueden verse afectados por las técnicas culinarias. Algunos alimentos requieren de estos procesos para que la asimilación de sus nutrimentos sea la óptima y se facilite su digestión.

Durante la elaboración de los platillos se puede variar en forma importante el aporte de energía y de nutrimentos en función de los ingredientes y de su forma de preparación.

Las técnicas culinarias saludables incluyen una buena manera tanto de cocinar como de comer; de esta forma se puede evitar consumir grasa en exceso que, como se sabe, es perjudicial para la salud.



A continuación, algunas técnicas que nos ayudan a cocinar con menos grasa:

VAPOR: Se puede cocinar una variedad amplia de alimentos. En general no es recomendable cocinar carnes al vapor, a excepción del pescado.

En el caso de las frutas y las verduras se reduce la pérdida de las vitaminas sobre todo las termosensibles como la vitamina C, y los nutrimentos inorgánicos. Los alimentos mantienen su forma y color, por lo que tienen muy buena presentación.

HORNO: El calor seco concentra los sabores. Con una temperatura moderada de 170°C se logra una cocción uniforme y se concentran los sabores. Se puede añadir algún líquido y sazonar con caldo, jugo de limón, salsas como la de tomate, entre otras. Es recomendable cubrir los recipientes para evitar que se sequen demasiado.

PLANCHA: La difusión del calor que se logra con esta técnica permite elaborar platillos bajos en energía, ya que la cantidad de grasa o aceite que se adiciona es mínima, solamente para mejorar la difusión del calor. Los alimentos así cocinados pueden sazonarse de diferentes formas de acuerdo al gusto del comensal; por ejemplo, añadiendo condimentos o salsas con una brocha.

El reto es cocinar platillos apetitosos sin agregar grasa en exceso, buscando la variedad, y una buena condimentación.

Lectura sugerida: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-tecnicas-culinarias-una-buena-herramienta-X0212047X11247507>

Satisfacción personal

¿Cómo las relaciones personales influyen en el trabajo?

Segunda y última parte

Dirección de Administración

Como se publicó en la edición anterior, es bien sabido que el lugar de trabajo es un segundo hogar para los trabajadores, puesto que en él invierten gran parte de su tiempo diario. Por esta razón, las relaciones entre las personas, negativas o positivas, influyen en el comportamiento, calidad y eficacia en la situación laboral.

Así, las buenas relaciones interpersonales son un aspecto fundamental en el trabajo, permitiendo a los integrantes de la organización comunicarse, crear soluciones y nuevas maneras de mejorar el proceso de sus labores. Al mismo tiempo, las mismas relaciones positivas permiten que los trabajadores se sientan unidos y reconocidos, permitiéndoles trabajar juntos con mayor efectividad para conseguir sus diversos objetivos.¹

Algunas de las habilidades interpersonales más importantes mencionadas por Daniel Goleman, (psicólogo, periodista y escritor estadounidense, reconocido por su teoría de la Inteligencia Emocional) incluyen: Organizar grupos, negociar soluciones, conectar con los demás mediante la empatía y comprender las intenciones y motivaciones de las personas. De este modo, el INCMNSZ y sus miembros podrán experimentar mejoras en su bienestar y calidad de servicio, desarrollar habilidades comunicativas e interpersonales y crear un ambiente favorable para todos los involucrados.

Como se mencionó anteriormente, difundir el conocimiento sobre esta iniciativa es muy importante, ya que mejora la calidad de cada empleado en ese orden el Departamento de Reclutamiento Selección y Capacitación de Personal también ofrece cursos que brindan conocimientos sobre el mismo. Abonando al actual Programa de Vida Saludable y Sostenible impulsado por el Director General del INCMNSZ, entendiendo que la promoción de las buenas relaciones interpersonales contribuye al bienestar, vitalidad y alegría cotidiana.

Como corolario, la siguiente frase de Ben Stein (escritor, abogado, actor, comediante y comentarista estadounidense, sobre temas políticos y económicos) resulta aplicable al tema presente. “Las relaciones personales son el suelo fértil de la que todo avance, todo el éxito, todo logro en la vida real crece”.

Autores: Carlos Augusto Sánchez Morales, Anahí Lopez Mendoza, Julián Rubén García Flores

Referencias

1. Carmeli, A., Brueller, D., & Dutton, J. E. (2009). Learning behaviours in the workplace: The role of high-quality interpersonal relationships and psychological safety. *Systems Research and Behavioral Science: The Official Journal of the International Federation for Systems Research*, 26(1), 81-98.

Ramírez-Wong, L. C. (2019). Relaciones interpersonales en el ámbito laboral. Trabajo de obtención de grado, Maestría en Desarrollo Humano. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO.

Yañez Gallardo, Rodrigo, Arenas Carmona, Mallén, & Ripoll Novales, Miguel. (2010). The impact of interpersonal relationships on the general job satisfaction. *Liberabit*, 16(2), 193-202. Recuperado en 21 de julio de 2023, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272010000200009&Ing=es&tIng=en.

Goleman, D. (2009). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bloomsbury Publishing



**MÍSTICA
INCMNSZ**
así somos

mística incmnsz

CREATIVIDAD Y HUMANISMO

**Modificar el pensamiento, los hábitos,
las costumbres o las formas de actuar
frente a la vida con innovación.**

¡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

MÉDICAS EN EL INCMNSZ

2015-2016

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

Origen de las fotografías:
Memorias, INCMNSZ

Generaciones de mujeres residentes del INCMNSZ



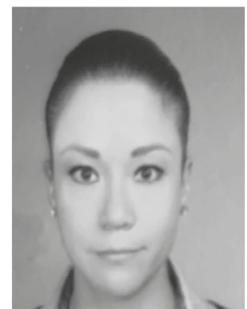
Dra. Diana E. García Campos
2015



Dra. Ana Guerrero Torres
2015



Dra. Liliana Hernández Lara
2015



Dra. Yolitzí Herrera Rodríguez
2015



Dra. Alicia López Romo
2015



Dra. Nicole B. Maldonado
2015



Dra. Judith Márquez Reyes
2015



Dra. Valeria Montes Aparicio
2015



Dra. María Nájera Meneses
2015



Dra. Elvia de Rodríguez Osegueda
2015



Dra. Belem Mejía Peñaloza
2015



Dra. Itzel Portillo Yañez
2015

MÉDICAS EN EL INCMNSZ

2015-2016

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. Ana K. Pulido Ayala
2015



Dra. Andrea Remolina Bonilla
2015



Dra. María Serrano Cueva
2015



Dra. Lorena Torres González
2015



Dra. Andrea Velázquez Burciaga
2015



Dra. Haydee Verduzco Aaguirre
2015



Dra. María F. Zavala Miranda
2015



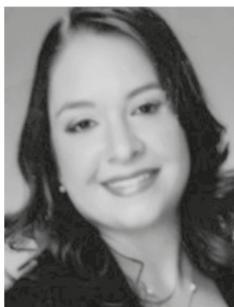
Dra. Diana Guadalupe Arzola
2016



Dra. Paola Bermúdez Bermeo
2016



Dra. Judith Bermeo Cabrera
2016



Dra. Ana C. Cook Tapia
2016



Dra. Noemí del Toro Cisneros
2016

Los cuidados especializados en la atención de calidad

Enfermería de Práctica Avanzada en Atención Oncológica

Primera parte

EEO Elisabeth Gutiérrez Pérez/ Unidad de Atención Continua al Paciente Oncológico

El cáncer es un grupo de enfermedades que va en aumento en la población a nivel mundial; según datos del INEGI en el 2023 se estimó que, de las muertes en un año, el 8% (90,123) fueron a causa de tumores malignos y que, en Ciudad de México, así como en los estados de Colima, Veracruz, Sonora, Chihuahua y Morelos fueron las entidades con la tasa de defunción más alta del país a consecuencia de diversos tumores malignos. Existen investigaciones que evidencian la necesidad de contar con personal de enfermería especializado para atender las principales demandas de cuidados en las y los usuarios que requieren tratamiento contra el cáncer tanto en instituciones de salud como un cuidado extendido al hogar.

El INCMNSZ cuenta con la Unidad de Atención Continua al Paciente Oncológico (UACPO), donde se brindan cuidados especializados de enfermería oncológica a las y los usuarios que reciben quimioterapia antineoplásica y otros tratamientos intravenosos de diversas especialidades como Neurología, Reumatología, Nefrología y Medicina Interna, la aplicación de tratamientos farmacológicos y de radiología como medida de seguimiento, control o curación.

En la UACPO el personal de enfermería también realiza actividades de educación, es decir de promoción y prevención de complicaciones dirigidas al paciente y a su familia, años atrás la Unidad destacó por el seguimiento de enfermería a las y los pacientes atendidos y construyó las bases de lo que hoy conocemos como la Consultoría de Enfermería de Práctica Avanzada Hematoncológica.

El equipo de enfermería de la UACPO busca fortalecer la práctica avanzada, porque estamos convencidos del gran impacto positivo que se genera en la adherencia al autocuidado y tratamientos por parte de las y los pacientes.



Equipo de Enfermería de la Unidad de Atención Continua al Paciente Oncológico (UACPO)

Promoviendo la lectura

Espacios de Lectura en el INCMNSZ

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

Desde su inicio en 2015, los Espacios de Lectura se crearon como lugares abiertos al entretenimiento, aprendizaje y distracción para beneficio de pacientes, familiares y personal del INCMNSZ, ubicados en salas de espera. Se equiparon con material de lectura y de entretenimiento, como libros, periódicos, revistas, juegos, crucigramas, rompecabezas, etc., obtenidos en su gran mayoría por donaciones. Gracias a ello se creó también una pequeña biblioteca que ofrece obras de distintos géneros, que están a la disposición de quien gusta de la lectura.

Actualmente y debido a la Pandemia por COVID-19, Espacios de Lectura solo ofrece el servicio de préstamo a domicilio, como una medida de prevención. Así los usuarios tienen acceso a libros de su interés cuando acuden al INCMNSZ.

Promover la lectura es uno de sus objetivos, por lo tanto, periódicamente y a lo largo de 2023, se han estado obsequiando ejemplares.

Si tienes interés en solicitar préstamo de libros te invitamos a acudir al Departamento de Comunicación y Vinculación, en el segundo piso de la Unidad de Investigación, junto a la fuente del Quijote. De lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas.



03 de septiembre, Día Mundial de la Higiene

Conservar la salud y prevenir enfermedades

Al conmemorarse el Día Mundial de la Higiene, la Organización Mundial de la Salud (OMS) hace un llamado para que la población reflexione en torno a la importancia de tener una buena higiene para combatir y prevenir enfermedades. Resalta la importancia de la higiene personal (aseo del cuerpo) y recomienda: limpiar adecuadamente las diferentes áreas de la vivienda, eliminar desperdicios o basura, ubicarlos en lugares apropiados y en recipientes y ventilar con frecuencia los ambientes.

Fuente: <https://www.insp.mx/avisos/la-higiene-salva-vidas>

04 de septiembre, Día Mundial de la Salud Sexual

Sensibilizar y promover la sexualidad como un aspecto esencial

Desde 2010, la Asociación Mundial para la Salud Sexual (AMSS) estableció esta fecha como un esfuerzo para sensibilizar y promover la sexualidad como un aspecto esencial del ser humano y un elemento de la salud reproductiva que debe ser satisfactorio, saludable y sin riesgo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad.

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

04 de septiembre, Día Mundial del Síndrome PFAPA

Sensibilizar a la población sobre este síndrome tan desconocido

El Síndrome PFAPA es una enfermedad auto-inflamatoria que se caracteriza por episodios de fiebre periódica, adenopatías, faringitis y aftas orales. También se le denomina como Síndrome Marshall, que hace referencia a su descubridor. El objetivo es sensibilizar a la población sobre este Síndrome, generar conciencia en las administraciones para que se faciliten los procesos médicos a las familias de niños con esta enfermedad, que se compartan los historiales a nivel nacional de cada país y que exista un protocolo adecuado.

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

Terapia Física para la salud

Día Mundial del Fisioterapeuta

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

Cada 8 de septiembre se celebra el Día Mundial del Fisioterapeuta, con el fin de dar a conocer la importancia de su labor en terapia física, cuyo objetivo es recuperar, prevenir y mantener la funcionalidad física para mejorar la salud integral de las personas.

El Servicio de Fisioterapia del INCMNSZ trabaja muy de cerca con especialistas en Reumatología, Medicina Física y Rehabilitación, Medicina Interna, Ortopedia, Neurología, Cirugía General, Pediatría, Cardiología, Neumología, Oncología, Angiología, Terapeutas Ocupacionales, Terapeutas de Lenguaje, Ortopedia, Cirugía Plástica y Reconstructiva.

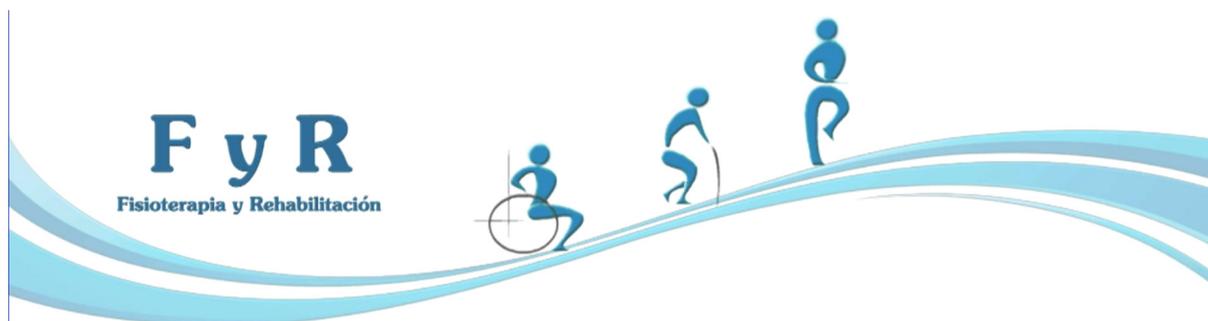
La Licenciada en Terapia Física Ana Paola González Díaz, Coordinadora del Servicio de Fisioterapia del INCMNSZ nos explicó que las principales afecciones que tratan son:

Artroplastia Total de Cadera y Rodilla, Lumbalgias, Cervicalgia, Hernias Discales, Canal Lumbar Canal Cervical Estrecho, Fibromialgia, Parálisis Facial, Espondilitis Anquilosante, Osteoartritis, Artritis Reumatoide, Lupus Eritematoso Sistémico y Generalizado, Esclerodermia, Esclerosis Múltiple, Fracturas, Esguinces, Sx Guillán Barré, Evento Vascular Cerebral (EVC), Pinzamiento Subacromial, Lesión de Manguito Rotador, Amputados, Caídas, Parkinson, Radiculopatías, Osteoartritis Degenerativa, Inmovilidad Prolongada, Pacientes Covid y Post-Covid.

Las diferentes afecciones requieren diversas técnicas como la terapia manual; cinesiterapia, ejercicios terapéuticos, masoterapia, vendaje funcional, estiramientos, movilización articular; o con agentes físicos: termoterapia, crioterapia, hidroterapia, electroterapia, magnetoterapia, presoterapia, fototerapia.

Además de estos servicios, en el INCMNSZ se llevan a cabo investigaciones respecto a terapia física y a casos de pacientes con trasplante hepático y seguimiento a pacientes con tratamientos de quimio y radioterapia.

En la página institucional podemos encontrar videos de libre acceso con ejercicios de fortalecimiento para pacientes con COVID-19.



Fuente: <http://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/serviciosclinicos/fisioterapia/Videos-fortalecimiento.html>

LOGREMOS juntos

UNA NUEVA TORRE
HOSPITALIZACIÓN • QUIRÓFANOS • TERAPIA INTENSIVA

así es la
NUEVA TORRE
INCMNSZ



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



Septiembre 2023



Septiembre 2022



Septiembre 2021

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

Un *thriller* apasionante

La Reina del Sur

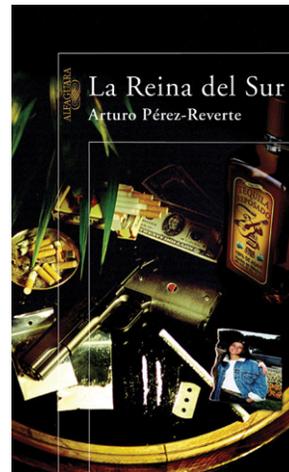
Arturo Pérez-Reverte

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

Arturo Pérez-Reverte (Cartagena, España, 1951-). Escritor, periodista y académico. Sus obras han sido traducidas a cuarenta idiomas y muchas de ellas llevadas al cine y la televisión. Es miembro de la Real Academia Española y de la Asociación de Escritores de Marina de Francia. *La Reina del Sur* es su decimotercera novela, publicada en 2002.

Teresa Mendoza es una chica nacida en México, de padre español y madre mexicana, que procede de los barrios bajos de Guasave, Sinaloa. Todo comienza en Culiacán, cuando Teresa recibe una llamada y se entera de que su novio, El Güero, famoso traficante, fue asesinado. Tras esto, se dirige a la capilla del santo Malverde, donde verá a Don Epifanio Vargas para entregarle la agenda del Güero a cambio de su vida. Éste la envía a Melilla, donde inicia como camarera en un bar, ahí conoce a Santiago López Fisterra, un contrabandista, de quien se enamora. Tras una persecución de la policía, chocan; él muere y Teresa es enviada a prisión. En la cárcel se involucra en las redes del narcotráfico, asociándose con una compañera de prisión.

No le hizo falta ningún tipo de formación para liderar el negocio de tráfico de drogas al sur de España. Pero al formar parte de este círculo, ganó enemigos y descubre que planean asesinarla. Teresa no se acobarda y si tiene que pelear, lo hará con más coraje, porque sabe que si pierde, lo pierde todo. Una mujer que cuando la vida la puso a prueba, no dudó en luchar para sobrevivir. *La Reina del Sur* es una obra basada en hechos reales.



Sabías que...

Los lectores, el *marketing* y la crítica se reparten la competencia de decidir quién se lleva lo que llaman tendencia. Tres imprescindibles actuales de la narrativa española:

Eduardo Portela (Santurce, España, 1974-). Ha escrito varios ensayos y novelas que lo han llevado a la fama. Autor de: *Los ojos cerrados* y *Mejor la ausencia*. Aborda la temática de la violencia.

Juan Tallón (Ourense, España, 1975-) es periodista y escritor gallego, Autor de: *Rewind* y *Obra maestra*. Novelas que lo han llevado a la fama y al reconocimiento unánime por su calidad narrativa.

Laura Fernández (Terrassa, Barcelona, España, 1981-). Autora de: *Bienvenidos a Welcome*, *La señora Potter no es exactamente Santa Claus*. Se dice que sus libros han creado un universo propio y personal.

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.

Informar sobre condiciones de riesgo y seguridad

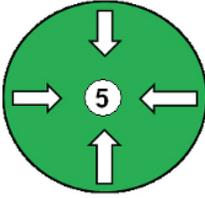
Señalización en el INCMNSZ

Segunda parte

José Luis Cruztitla Carrillo/Protección Civil

Como se expuso, en la edición anterior, en muchos casos, las necesidades inmediatas nos hacen obviar cosas que, aunque parezcan lógicas y sobrentendidas, en realidad requieren ser explicadas o al menos, enunciadas.

Es el caso de la señalización de Protección Civil, en esta ocasión, explicamos de acuerdo a algunos signos:

SIGNIFICADO	CARACTERÍSTICAS	IMAGEN/SIMBOLO	SIGNIFICADO
Ruta de Evacuación	COLOR Fondo Verde Contraste Amarillo Verdoso foto luminiscente FORMA: Cuadrada SÍMBOLO: Flecha indicando el sentido requerido. Texto: RUTA DE EVACUACIÓN		Indica la dirección que debemos seguir para abandonar el área/edificio cuando es necesario evacuar.
Ruta de Evacuación	COLOR Fondo Verde Contraste Amarillo Verdoso foto luminiscente FORMA: rectangular Dimensiones: 30X15 cm. SÍMBOLO: Flecha indicando el sentido requerido. Texto: sin texto		Mismo significado. Puede utilizarse en sitios donde el espacio limita las dimensiones de la señal o se utiliza a nivel de piso o zoclo cuando no es posible colocarlo en los muros
Zona de Menor Riesgo Interna (ZMRI)	COLOR Fondo Verde Contraste Amarillo Verdoso foto luminiscente FORMA: Cuadrada. SÍMBOLO: Silueta humana resguardándose. Texto: sin texto		Indica un área donde se encuentran elementos estructurales como columnas o traveses dentro del edificio y que ofrecen una mayor seguridad en caso de sismo.
Punto de Reunión	COLOR Fondo Verde Contraste Amarillo Verdoso foto luminiscente FORMA: Circular. Dimensiones variables, en función del espacio disponible. Medidas mínimas 1m de diámetro. SÍMBOLO: Cuatro flechas equidistantes dirigidas hacia un punto central con el número correspondiente a la ZMRE. Texto: Zona de Menor Riesgo Externa.		Se ubican en espacios abiertos que ofrecen condiciones de menor riesgo cuando se realiza la evacuación de un edificio.

Chícharos

Forma parte de la familia de las leguminosas y es la semilla de una planta trepadora que lleva el mismo nombre, se encuentran dentro de unas vainas verdes que contienen entre cuatro y 10 chícharos. Posee un alto nivel de nutrientes, proteínas, Vitamina A y C, hierro y flavonoides.

Al cosecharse, se destinan al uso culinario para combinarlos con arroz, ensaladas, sopas, pastas y guisados. Se utilizan igualmente en la preparación de salsas, purés, tortitas y pasteles salados, como el de carne y pollo.

Al comprar chícharos, prefiere las vainas largas que tengan un color verde claro, con una cáscara suave y granos firmes. Guarda los chícharos en el refrigerador dentro de una bolsa de papel o de plástico perforada. Procura usar antes de tres días para una calidad óptima.

Fuente: <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/el-chicharo-aunque-pequeno-esta-lleeno-de-propiedades>



Cuadernos de
nutrición

Consomé de Chícharos



(1 porción)

Ingredientes:

1 taza de chícharos
1 1/2 taza de caldillo de jitomate

Modo de preparación:

En una olla poner a cocer los chícharos hasta que se ablanden (aproximadamente de 3 a 5 minutos).

Una vez cocidos se licúan junto con el caldillo de jitomate.

Una vez licuado, poner en una olla a hervir la mezcla durante unos 10 minutos, servir caliente, adornar con unos pocos de chícharos enteros.

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

Solidaridad y compromiso

En la carpa de hisopados (COVID-19), vivimos la Mística Institucional

Mtra. Silvia Bautista Martínez /Dirección de Investigación

En esta ocasión, deseo reflexionar en lo que significó para quienes estuvimos en la carpa de hisopados para detectar COVID-19, vivir esa experiencia, dejó huella inédita como persona y profesionalista, pese al riesgo que significaba para nuestra salud y nuestra vida, pero pudimos poner en práctica la Mística Institucional, junto con el gran equipo de trabajo.

Fue un esfuerzo interdisciplinario y multidisciplinario de diversas áreas del INCMNSZ, en el que se realizaron hisopados para detectar COVID-19 en personal, pacientes y sus familiares. La carpa estuvo desde mayo del 2020, hasta junio del 2023. Durante ese tiempo, atendimos a miles de personas.

Mis compañeros y yo, quienes estuvimos trabajando en la carpa, con mucho compromiso y responsabilidad, antepusimos nuestra vida, nuestra integridad física y mental, siendo fieles a la Mística Institucional y a los valores del INCMNSZ, como lo hicieron otras áreas clínicas.

Fue una misión que nos encomendó el Dr. José Sifuentes Osornio, siendo todavía Director de Medicina y posteriormente, cuando tomó la Dirección General, dando apoyo y seguimiento a nuestra labor también, la Lcda. Nancy Sánchez Martínez, de la misma Dirección General y el Dr. Raúl Rivera Moscoso, Director de Medicina, actualmente.

Fueron varios los aprendizajes de todas las personas que llegaban a la prueba de hisopado, algunos con emociones y sentimientos encontrados al saberse posiblemente contagiados de la enfermedad y quizás haber sido la fuente de contagio para sus familiares, amigos y con quienes interactúan.

Como Supervisora de Trabajo Social y recientemente Psicóloga aprendí mucho más, sobre la conducta humana en momentos de crisis sanitaria mundial.

Esta Pandemia de COVID-19 nos ha dejado muchas enseñanzas y saber que en cualquier momento podemos morir, sin importar profesión y edad, por ejemplo. Hay que vivir el día a día, el aquí y el ahora, pero siempre con solidaridad y empatía hacia los otros como lo hacemos quienes formamos parte de la comunidad INCMNSZ.



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

Atención de primera y amabilidad

Agradecimiento al personal del Departamento de Radiología e Imagen

En virtud de reconocer la atención de una institución de primera calidad, además en amabilidad, responsabilidad y respeto de todos los que laboran en el Departamento de Radiología e Imagen del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, escribo estas líneas con la intención de que sean reconocidos por su labor tan extraordinaria.

Cada que vengo a mis consultas siempre encuentro rostros amables y personas que nos atienden con respeto y calidad humana.

Les deseo lo mejor y les agradezco toda su atención.

Pedro/paciente del INCMNSZ



REPARA



lo que está
roto
para darle
nueva vida



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

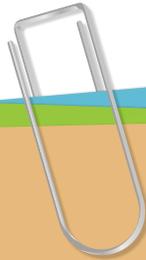


INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

#incmsz #vidasostenible #campañaincmsz #vidasaludable



ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE



ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE

Consumo correcto de
alimentos que promuevan
la salud y el bienestar
de las personas
con un bajo impacto
ambiental.

PROGRAMA INCMNSZ®

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR

¡DE TI DEPENDE!

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