



La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXX

No. 08

30 de abril 2024

Jornada del Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024 en el INCMNSZ

En memoria del Dr. Héctor Orozco,
XVII Curso Internacional de Cirugía



Corte de listón inaugural de la Jornada del
Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024 en el INCMNSZ

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 726

30 abril 2024

CONTENIDO

EDITORIAL	1	HABLEMOS DE ENFERMERÍA	14
PARA CONOCERNOS	2	<ul style="list-style-type: none">Inmerecedora de tus propios logros	
<ul style="list-style-type: none">Jornada del Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024		NOTICIAS	15
SER INCMNSZ	4	<ul style="list-style-type: none">Información importante	
<ul style="list-style-type: none">En memoria del Dr. Héctor Orozco Zepeda, pilar de la cirugía del INCMNSZ		SABÍAS QUE	16
ENTÉRATE	6	<ul style="list-style-type: none">Efemérides de la salud	
<ul style="list-style-type: none">XV Curso Internacional Endoscopia Terapéutica, ENDO-INNSZ 2024Curso Monográfico Gestión del Cuidado de Enfermería		TU SALUD	17
EQUIDAD Y GÉNERO	8	<ul style="list-style-type: none">Golpe de Calor	
<ul style="list-style-type: none">Violencia en la Pareja		DÍA NARANJA	18
ENSEÑANZA	9	<ul style="list-style-type: none">¡Únete!	
<ul style="list-style-type: none">La Enfermería Especializada en Atención de Personas Mayores		ESPACIO DE LECTURA	19
CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL	10	<ul style="list-style-type: none"><i>Las Cenizas de Ángela</i> Francis McCourt	
<ul style="list-style-type: none">Modelos de Gestión de Calidad en Salud		NUESTRO ENTORNO	20
MÍSTICA	11	<ul style="list-style-type: none">Productos de las abejas que son buenos para tu salud	
<ul style="list-style-type: none">Amistad y compañerismo		LA CULTURA DEL BIEN COMER	21
VIDA INSTITUCIONAL	12	<ul style="list-style-type: none">SetasSetas Capeadas	
<ul style="list-style-type: none">Mtro, Jovani E. Torres García		TU HISTORIA CON EL INSTITUTO	22
ARTE Y CULTURA	13	<ul style="list-style-type: none">52 años del Departamento de Medicina del Dolor y Paliativa	
<ul style="list-style-type: none">Dedicada a la Subdirección de Recursos Materiales y Servicios Generales		FORO DEL LECTOR	23
		<ul style="list-style-type: none">Agradecimiento al Personal de Trasplantes	
		PROGRAMA	24
		<ul style="list-style-type: none">Programa Vida Saludable y Sostenible	

En esta edición, en la sección **Para Conocernos**, se presenta información relativa a la **Jornada del Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024** en el INCMNSZ, en la que la **Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro**, jefa del Servicio de Geriátrica **destaca la importancia de reflexionar en torno a este padecimiento**. Así mismo, se mencionan las actividades que se llevaron a cabo en torno a esta conmemoración mundial.

En **Ser INCMNSZ** se exponen algunos aspectos del **Dr. Héctor Orozco Zepeda (fallecido en 2013)**, quien fuera Director de Cirugía del INCMNSZ y **pilar de esta especialidad en el propio Instituto**. En su memoria se lleva a cabo uno de los cursos más importantes a nivel nacional e internacional, como lo es el Curso Internacional de Cirugía "Dr. Héctor Orozco" 2024, en su XVII edición.

En **Entérate** se presentan dos acontecimientos celebrados en el INCMNSZ: el **XV Curso Internacional Endoscopia Terapéutica, ENDO-INNSZ 2024** y el **Curso Monográfico Gestión del Cuidado de Enfermería en los Servicios de Urgencias de Medicina Interna**; ambos, fundamentales para la profesionalización del personal de la salud, dedicados a estos campos científicos.

En la sección **Sabías que**, Se presentan las efemérides de la salud, conmemoradas durante la segunda quincena de abril: 17 de abril, **Día Mundial de la Hemofilia**; 24 de abril, **Día Mundial de la Meningitis** y 27 de abril, **Día Nacional de Prevención de Quemaduras en Niñas, Niños y Adolescentes**.

Ante las **altas temperaturas que se han registrado en el país** y con la intención de ser un medio de orientación para **prevenir enfermedades**, en **Tu Salud** se informa respecto al **Golpe de Calor**; **como prevenirlo o en su caso, como actuar ante esa situación**, señalando cuáles son los síntomas.

En **Programa Vida Saludable y Sostenible** se presentan algunos de los **puntos claves de esta estrategia, dirigida a la comunidad INCMNSZ para mejorar su futuro** en beneficio de cada uno de sus integrantes.

¡Por más pacientes sin Delirium!

Jornada del Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024

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

Sumándose al movimiento internacional que se realiza en el marco del Día Mundial de la Concientización de Delirium 2024, el pasado 13 de marzo, dio inicio la “Jornada del Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024” en el INCMNSZ, inaugurada, en la Explanada del Quijote, por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General; le acompañaron el Dr. José Alberto Ávila Funes, Director de Enseñanza; Mtra. Martha Huertas Jiménez, Subdirectora de Enfermería y la Dra. Sara Gloria Aguilar Navarro, jefa del Servicio de Geriátría, quien señaló:

“Cada año, el 15 de marzo a nivel internacional, se celebra la lucha contra esta importante entidad. Es para el Servicio de Geriátría un honor poder contar con su presencia, y poder inaugurar esta jornada que durara 8 días con diferentes actividades distribuidas en los diversos Sectores de Hospitalización y Urgencias. Al final, terminaremos con una mesa de discusión sobre el Delirium”.

La Dra. Sara Gloria Aguilar, en entrevista agregó: “El Delirium es una condición frecuente, sobre todo, en los pacientes mayores, que están hospitalizados después de una infección grave, de una fractura de cadera o, incluso, por tener una neumonía. Desafortunadamente, su atención esta infraestimada, se reconoce muy poco los síntomas y signos del Delirium y eso ha perpetuado a que su incidencia y su prevalencia sigan aumentando.

También hemos conocido, después de la Pandemia por COVID-19, la importancia de su prevención. Se observa que los pacientes mayores, principalmente aquellos que están aislados, que no está su familiar o su cuidador cerca de ellos para estimularlos; aquellos que sufren de inmovilidad; los que no se hidratan bien durante la hospitalización; o que tienen un dolor crónico mal controlado, pueden presentar Delirium.

Este año hemos preparado una Jornada muy interactiva, involucrando a los Servicios de Urgencias, Terapia Intensiva, algunos Sectores de Hospitalización. Es una dinámica en donde hemos establecido las nueve medidas preventivas del Delirium. Los doctores o cualquier personal de salud, van a encontrar una pieza de la atención del Delirium, a partir de esta pieza ellos pueden hacer difusión en las redes sociales del INCMNSZ, hablar sobre esta problemática, hacer recomendaciones y, a partir de eso, entran a una rifa en donde podrán ganar un premio, una tarjeta para que puedan comprar lo que quieran”.

Para concluir la Jornada, el 20 de marzo se clausuró con una mesa redonda en la cual especialistas compartieron el tema: Humanizando y Concientizando los Cuidados del Delirium, organizada por el Servicio de Geriátría y la Subdirección de Enfermería. La Dra. Sara Aguilar Navarro, jefa del Departamento de Geriátría expresó: “Ha avanzado

mucho el campo del estudio del Delirium, pero son muchos los desafíos que enfrenta, al igual que las instituciones de salud. La subdirección de Enfermería y Geriátría estamos convencidos que este trabajo debe ser multidisciplinario.

El Delirium se puede presentar desde las salas de urgencias. Se ha asociado a mayor mortalidad y deterioro cognitivo, su presencia representa un desafío tanto en su manejo como en la toma de decisiones en el diagnóstico y en el tratamiento, se recomienda su tamizaje desde que el paciente llega a urgencias, incluso durante la hospitalización.

Este año, nos hemos sumado a un evento mundial, auspiciado por la Federación Internacional sobre la Atención, Concientización y Manejo del Delirium que tiene como misión aumentar la conciencia y atención en el público en general, en los encargados de salud y en los responsables, a través de su detección temprana y su manejo adecuado.

Los participantes de la Mesa de Redonda fueron: la Dra. Carolina Gómez Moreno de Urgencias, especialista en geriatría; Dr. Alberto José Mimenza Alvarado, neurólogo, adscrito al Servicio de Geriátría; María del Carmen Flores Miranda, psiquiatra, adscrita a dicho servicio; el subdirector de Epidemiología Hospitalaria, Dr. Arturo Galindo Fraga y de la Subdirección de Enfermería, Enf. Nancy Cecilia Cortés Fernández y José Luis Coria Soriano, especialistas en enfermedad del anciano.



Jornada del Día Mundial de la Concientización del Delirium 2024 en el INCMNSZ

XVII Curso Internacional de Cirugía “Dr. Héctor Orozco” 2024

En memoria del Dr. Héctor Orozco Zepeda, pilar de la cirugía en el INCMNSZ

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



Del 11 al 15 de marzo tuvo lugar en el INCMNSZ, el XXII Curso Internacional de Cirugía “Dr. Héctor Orozco” que se realiza en honor y memoria del Dr. Héctor Orozco Zepeda, fallecido en 2013, considerado como un pilar de la cirugía en el INCMNSZ. Fue inaugurado por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General y por el Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz, Director de Cirugía.

El Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz, en memoria del Dr. Héctor Orozco Zepeda, publicó en la Revista de Investigación Clínica lo siguiente: “El Dr. Héctor Orozco-Zepeda murió el 28 de septiembre 2013. Nació en 1935 en Sahuayo, Michoacán, proveniente de una familia conservadora católica con valores morales muy arraigados y profundos. Toda su vida fue un hombre congruente con sus principios. Estudió medicina en la Universidad Autónoma de Guadalajara y posterior a su Servicio Social en Uruapan, Michoacán, realizó la Residencia de Medicina Interna y después la de Cirugía en el entonces Hospital de Enfermedades de la Nutrición. Emigró, ávido de evolucionar en sus conocimientos, al Hospital de Graduados de Filadelfia, E.U.A. y posteriormente al hospital afiliado de Bethlehem. Regresó a México para incorporarse como cirujano en la Cruz Roja y en el Hospital Naval, acudiendo voluntariamente al Instituto Nacional de la Nutrición donde finalmente fue incorporado como cirujano titular.

Desarrolló un interés especial por la Cirugía de Hígado e Hipertensión Portal y de esta forma visitó al Dr. Dean Warren en Atlanta, E.U.A. al Dr. Mitsuo Sugiura en Japón y al Dr. Thomas Starzl en Denver, E.U.A. Gracias a ello, fundó en nuestro hospital una Clínica de Hipertensión Portal (que tiempo después tuvo reconocimiento internacional), en donde investigó con profundidad los procedimientos y resultados.

Realizó el primer Trasplante Heterotópico de Hígado en 1976 y el primer Ortotópico en 1985. En 1988 fue nombrado Director de Cirugía del Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Zubirán, en donde modificó sustancialmente su organización. Envió cirujanos jóvenes a prepararse en el extranjero y posteriormente los reincorporó al Instituto para el desarrollo de programas de subespecialidades; de tal forma, que los objetivos institucionales (Asistencia, Docencia e Investigación) fueron consumados con creces. Esta práctica se ha mantenido.

Desarrolló, además, el exitoso programa de intercambio con la Universidad de Alabama, que albergó a todos los estudiantes durante su residencia y se logró también el envío de médicos para el desarrollo de las subespecialidades.

Fue miembro de la Academia Nacional de Medicina, de la Academia Mexicana de Cirugía y del Sistema Nacional de Investigadores, presidente de la Asociación de Médicos del Instituto, de la Sociedad Mexicana de Hepatología y de la Asociación Mexicana de Gastroenterología. Miembro Honorario de la Asociación Americana de Cirugía en 1999 (la más antigua y prestigiosa de los Estados Unidos), así como del Colegio Americano de Cirujanos en 2012. Fue también Miembro Honorario de la Asociación Mexicana de Cirugía General.

Publicó más de 100 artículos en revistas con arbitraje y más de 50 capítulos en libros, participando como editor en dos de ellos. Todo esto lo hacía el cirujano académico más importante del país, recibiendo un gran número de distinciones.

Personalmente lo considero el mejor maestro y gran amigo. Me distinguió, como a muchos, obsequiándome consejos de vida para diversas circunstancias, siempre considerando la amistad y honestidad como tesoros invaluable. Era un conversador extraordinario con grandes conocimientos de historia, arte y música. Cuando decidió retirarse voluntariamente del Instituto en 2007, regresó a su ciudad natal a un hospital público que lleva su nombre, en donde, con completa actividad física y mental, operaba a personas de bajos recursos.

Fundó y organizó los Cursos de Actualización en Sahuayo, Michoacán, de Educación Médica Continua para los médicos de la región en donde invitaba a internistas y cirujanos de reconocido prestigio a participar, y donde la amistad y convivencia eran también uno de los objetivos principales.

Uno de los consejos principales que me obsequió y que reflejaba su gran amor y pasión por nuestra Institución fue el de recuperar cirujanos académicos entrenados fuera del país, en los que tuviera la certeza de que fueran a realizar un trabajo académico superior al existente.

Silvia fue la esposa perfecta para un cirujano académico, siempre apoyando sus sueños y planes. Sus tres hijos, Adrián, Paulo y Julián, tienen los mismos valores morales en sus vidas. Fue un ser humano, médico y cirujano único; marcó la vida de todos los que tuvimos el privilegio de conocerlo”.

Fuente: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revinvcli/nn-2013/nn136j.pdf>

In Memoriam Dr. Héctor Orozco Zepeda Miguel Ángel Mercado-Díaz Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, Revista de Investigación Clínica del INCMNSZ Mercado-Díaz MA. In memoriam Dr. Orozco. Rev Invest Clin Re l v t n n 2013; 65 (6): 537-538

Calidad, Vanguardia y Actualización

XV Curso Internacional Endoscopia Terapéutica, ENDO-INNSZ 2024

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



Del 7 al 9 de marzo, tuvo lugar en el INCMNSZ el XV Curso Internacional Endoscopia Terapéutica, ENDO-INNSZ 2024 con el fin de promover la calidad, vanguardia y actualización de la Endoscopia Terapéutica. El cual fue inaugurado por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del INCMNSZ.

En el presidium estuvieron el Dr. Francisco Valdovinos Andraca, jefe del Departamento de Endoscopia Gastrointestinal; el Dr. José Guillermo de la Mora Levy, así como el presidente de la Sociedad Mexicana de Endoscopia Gastrointestinal.

El Dr. Valdovinos Andraca expresó: “Es un honor que el Dr. Javier Elizondo Rivera esté presente. El objetivo del curso es crear un curso con la máxima expresión de calidad, vanguardia y actualización en endoscopia gastrointestinal. Hemos contado con la valiosa participación de destacados profesores internacionales y nacionales. Mismo que no sería posible sin el trabajo comprometido, entusiasta, dispuesto y entregado de los integrantes del Departamento que me honro dirigir. De igual forma, sin la visión y respaldo de nuestros directores. Muchas gracias al Dr. José Sifuentes Osornio. Tampoco sería posible sin el personal médico, técnico y de enfermería que han depositado su confianza en este Departamento.

Por su parte, el Dr. José Sifuentes afirmó: “En el INCMNSZ estamos convencidos que la medicina ha cambiado y debe cambiar. La visión moderna es un manejo ágil y ambulatorio del paciente. La Endoscopia es la reina de estas actividades. Estamos haciendo un proceso de renovación del equipamiento con esta visión. Los procedimientos bien realizados, de manera ambulatoria, pueden ser igual o más eficaces que la tradicional medicina de hospitalización. Estoy muy orgulloso del equipo de endoscopia que ahora se centra más en el enfoque terapéutico. Vamos a hacer una absoluta renovación de las instalaciones de Endoscopia para que podamos beneficiar a un número mayor de pacientes. Sé que esto requiere de un gran esfuerzo, pero creo que lo podemos sacar adelante. Muchas gracias por estar aquí, en su casa, el INCMNSZ”.

Compromiso, Responsabilidad y Seguridad en la Atención al Paciente

Curso Monográfico Gestión del Cuidado de Enfermería

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



Del 17 al 19 de abril, tuvo lugar en el INCMNSZ, el Curso Monográfico Gestión del Cuidado de Enfermería en los Servicios de Urgencias de Medicina Interna, con el objetivo de reconocer a quienes ofrecen atención de enfermería en el Área de Urgencias, así como explorar y compartir conocimientos en este campo del saber.

El evento fue presidido por: Dr. Alberto Ávila Funes, Director de Enseñanza; Mtra. Martha Huertas Jiménez, Subdirectora de Enfermería; Dr. Víctor Manuel Acosta Nava, Subdirector de Medicina Crítica; Mtra. Nancy López Carbajal, jefa del Departamento de Educación Continua y Lcda. en Enf. Patricia Ramírez Arvizu, jefa del Departamento de Enfermería.

El Dr. Ávila Funes afirmó: “En este evento, exploraremos y celebraremos el papel fundamental que desempeña la enfermería en los Servicios de Urgencias Hospitalaria. No es solo una profesión, es un llamado, una vocación que exige valentía, empatía y habilidades excepcionales. Enfermería de urgencias se enfrenta a situaciones críticas, pero con su rápida respuesta y actuación meticulosa marcan la diferencia entre la vida y la muerte. En estos entornos de alta presión, la enfermería es pilar, estabilidad y compasión para los pacientes y sus familias. Reciben a pacientes, brindándoles apoyo emocional, cuidado experto y atención.

Este Curso es una oportunidad para reflexionar sobre los desafíos y las innovaciones en el campo de enfermería de urgencias, así como, reconocer el arduo trabajo y el compromiso inquebrantable de quienes dedican su vida para salvar a otros. Este día, compartiremos conocimientos, experiencias y mejores prácticas, que nos permitan fortalecer nuestra labor en el Servicio de Urgencias. Exploraremos como seguir mejorando la calidad de la atención, garantizando la seguridad de pacientes y promoviendo el bienestar de nuestras comunidades”.

Por su parte, la Mtra. Huertas Jiménez, al inaugurar el acto destacó: “En Urgencias el trabajo en equipo debe marcar la pauta. Hoy, en el INCMNSZ, queremos marcar esa pauta. Es crucial que un profesional de enfermería sepa identificar la necesidad de atención pronta para la persona que lo requiere. Esto es vital, ahí se marca la diferencia, así como liderar a todo el equipo para que todo se de en buen término”, concluyó.

En la actualidad se siguen normalizando Violencia en la Pareja

Lcda. Alejandra Flores Hernández/Consejo de Equidad y Género

La exposición repetida en los medios de comunicación sobre casos “nuevos de violencia”, donde destacan: agresiones, golpes, insultos, desapariciones, maltrato psicológico, agresiones sexuales, dominio económico, y un sinnúmero de acciones u omisiones repetitivas por parte de la pareja, que en la actualidad, seguimos normalizando.

El pasado noviembre, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), publicó a propósito del Día internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, que “La violencia de la pareja ocurre con mayor frecuencia entre las mujeres que están o han estado casadas o unidas. Se estima que por cada 100 mujeres de 15 años y más que han tenido pareja o esposo, 42 de las casadas y 59 de las separadas, divorciadas y viudas han vivido situaciones de violencia emocional, económica, física o sexual durante su actual o última relación”.

Durante nuestro caminar, encontramos frases, basadas en usos y costumbres, con concepciones equivocadas sobre los roles de género; consintiendo el “soportar”, aceptando que la violencia tenga un incremento; incluso, más allá de la relación al trasladar este tipo de comportamientos al núcleo familiar. Generalmente la violencia se presenta de forma cíclica, en donde nos sentimos atrapados o culpables, produciendo conductas de dependencia y aislamiento.



Servicios de Salud adecuados y humanizados

La Enfermería Especializada en Atención de Personas Mayores

Dr. José Alberto Ávila Funes/Director de Enseñanza



En los países en desarrollo, el aumento del número de personas mayores plantea desafíos únicos en términos de atención médica y cuidado. La enfermería especializada, particularmente en la atención de las personas mayores, juega un papel crucial en abordar estas complejas necesidades de salud en un entorno, donde los recursos son limitados y las disparidades en la Atención Sanitaria son evidentes. México es un buen ejemplo de ello.

Uno de los principales desafíos que enfrentan los países como el nuestro es la falta de acceso a Servicios de Salud adecuados para las personas mayores. En muchos casos, las comunidades carecen de infraestructura médica adecuada y de personal capacitado para atender las necesidades de una población envejecida. En este contexto, el personal de enfermería especializado desempeña un papel vital al proporcionar atención primaria, educación sobre la salud y apoyo emocional a las personas mayores y sus familias. Además, la enfermería especializada en la atención de personas mayores en países de economías emergentes se enfrenta a la realidad de recursos limitados y sistemas de salud frágiles. Deben trabajar de manera innovadora y eficiente para proporcionar cuidados de calidad, a menudo, adaptando prácticas y protocolos a las circunstancias locales. Esto puede implicar el desarrollo de programas de atención comunitaria, la capacitación de cuidadores familiares y el uso de tecnologías de la información y la comunicación para mejorar el acceso a la atención.

En un contexto donde los recursos son escasos, la enfermería especializada en la atención de personas mayores requiere un enfoque integral y colaborativo. Es fundamental la colaboración entre gobiernos, organizaciones no gubernamentales y profesionales de la salud para abordar las necesidades de atención de una población envejecida de manera efectiva y sostenible. Por lo tanto, la promoción de esta "geriatrización" y "gerontización" de las distintas disciplinas de la salud parece incontornable.

Nuestro Instituto está preocupado en promover la atención especializada para la atención de personas mayores. El INCMNSZ desempeña un papel importantísimo al ser la única sede en la Ciudad de México que enfrenta el personal de enfermería en ese campo. El aumento de este personal es crucial ante la realidad donde el número de personas mayores está en aumento. A pesar de los desafíos inherentes, el personal especializado con el que ya contamos en el INCMNSZ trabajan incansablemente para proporcionar cuidados de calidad, promover la salud y mejorar la calidad de vida de las personas mayores, una población particularmente vulnerable.

Seguridad del Paciente

Modelos de Gestión de Calidad en Salud

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández / Unidad de Mejora Continua de la Calidad

De las funciones principales de un Sistema de Salud se encuentran la provisión de servicios equitativos, oportunos, efectivos y seguros, lo que implica que el Sistema responda a las necesidades de salud de la población, siendo un elemento fundamental la calidad de la atención a la salud

Hacer referencia al Premio Nacional de Calidad en Salud, es concretar el resultado de una estrategia, que funciona como incentivo para la implementación del Modelo de Gestión de Calidad en Salud, el cual promueve el incremento en la calidad de los servicios de salud proporcionados en las Unidades de Atención Médica; de servicios estatales auxiliares de diagnóstico y tratamiento; y de servicios administrativos intermedios y centrales, mediante el establecimiento de un Sistema de Gestión de Calidad.

Los ocho criterios que integran el Modelo son:

- 1) Personas, Comunidad, Población
- 2) Liderazgo
- 3) Información, Conocimiento, Innovación y Tecnología
- 4) Planeación
- 5) Responsabilidad Social
- 6) Desarrollo y Satisfacción del Personal
- 7) Mejora de Procesos
- 8) Resultados de Valor:
 - a. Salud en la Población
 - b. Acceso Efectivo
 - c. Organizaciones Confiables y Seguras
 - d. Experiencia Satisfactoria y Costos Razonables

Como INCMNSZ tenemos el firme propósito de contribuir a asegurar el acceso efectivo a servicios de salud con calidad, mediante el impulso a la consolidación de la calidad, mediante la implementación de sistemas de gestión de la calidad en salud.

Sigamos por el camino

“Todos juntos trabajando por la Seguridad del Paciente”



**MÍSTICA
INCMNSZ**
así somos

AMISTAD Y COMPAÑERISMO

**Establecer lazos afectuosos
de amistad con los compañeros de
trabajo.**

¡y aquí la vivimos diario!

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados © 2024 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 #yaquilavimosdiario

mística incmnsz

COMUNIDAD INCMNSZ

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



Jovani E. Torres García

Departamento de Integración Programática y Evaluación
Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad

2008

Servicio Social, Departamento de Radiología e Imagen, INCMNSZ

2009

Licenciado en Administración por la Universidad Autónoma Metropolitana, UAM
Medalla al Mérito Universitario
Ingreso como Apoyo Administrativo al Departamento de Radiología e Imagen, INCMNSZ

2010

Analista Especializado en Costos, Departamento de Integración Programática y Evaluación,
Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad, INCMNSZ

2011-

Coordinador de Evaluación, Departamento de Integración Programática y Evaluación
Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad, INCMNSZ

2014

Encargado del Departamento de Integración Programática y Evaluación,
Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad, INCMNSZ

2016-2020

Responsable de la sección: Calidad y Gestión Institucional de La Camiseta

2019

Maestría en Administración de Negocios por la Universidad de Negocios, CDMX

2020

Diplomados en Liderazgo, Negocios, Visión Estratégica por la Universidad de Negocios, CDMX

2020- 2021

Miembro y Asesor en temas de Hostigamiento Laboral, Comité de Ética y de Prevención de Conflictos de Interés, INCMNSZ

Labor con Estusiamso y Profesionalismo

Dedicada a la Subdirección de Recursos Materiales y Servicios Generales

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

Se llevó a cabo la Sesión Cultural del mes de abril, que en esta ocasión estuvo dedicada a la Subdirección de Recursos Materiales y Servicios Generales del INCMNSZ, el responsable de esta importante e inmensa área es el Lic. Sergio Aquino Avendaño.

Esta Subdirección está integrada por 8 Departamentos:

Servicios Generales, Nutrición Hospitalaria y Ambulatoria, Adquisiciones, Almacén General, Ingeniería Biomédica, Mantenimiento, Medicamentos y Construcción y Conservación. Estos son el andamiaje, la sólida estructura que hace que la institución cumpla con su objetivo principal: brindar atención a nuestros pacientes con la calidad y excelencia que lo ha caracterizado siempre.

El concierto estuvo precioso, diferente, las voces de Encarnación Vázquez, mezzosoprano, Eugenia Ramírez, soprano y José Luis Ordóñez, tenor; interpretaron música de la autoría de Matías Carbajal, quien además es un extraordinario pianista.

El Director General, el Dr. José Sifuentes Osornio, felicitó y agradeció a los integrantes de esta área su extraordinaria labor, realizada siempre con entusiasmo y profesionalismo.

Sesión Cultural ABRIL

	<p>CONCIERTO DEDICADO A LA SUBDIRECCIÓN DE RECURSOS MATERIALES Y SERVICIOS GENERALES</p>	<p>Jueves 25 abril 2024 18:00 hrs.</p>			
		<p>Eugenia Ramírez, soprano Encarnación Vázquez, mezzosoprano Concertista de Bellas Artes</p>		<p>José Luis Ordóñez, tenor Cantante Solista de Bellas Artes Matías Carbajal, piano</p>	<p>AUDITORIO INCMNSZ ENTRADA LIBRE VINO DE HONOR</p>

Síndrome del Impostor

Inmerecedora de tus propios logros

Lizeth Guadalupe López López/ Educación Continua en Enfermería

¿Alguna vez has sentido que no mereces los logros que has alcanzado? ¿Has pensado que ciertos reconocimientos no te pertenecen, a pesar de tu esfuerzo por obtenerlos? Si es así, es probable que estés experimentando lo que se conoce como el **Síndrome del Impostor**.

Este fenómeno psicológico afecta a personas exitosas que dudan de su valía, sintiéndose fraudulentas o impostoras, de ahí su nombre. Aquellos que padecen esta condición temen ser descubiertos como impostores, creyendo que engañan a los demás acerca de sus capacidades y viven con miedo a ser desenmascarados como un fraude, con la creencia de haber engañado a quienes les rodean haciéndoles creer que son competentes cuando en realidad no lo son.

El Síndrome del Impostor es más frecuente en mujeres, especialmente en académicas o científicas de la salud que tienden a minimizar sus éxitos y tienen dificultades para valorarse a sí mismas. Por otro lado, en los hombres, suele manifestarse de manera más sutil, adoptando una actitud indiferente para evitar sentirse socialmente inadaptados. Se dice que no es un fenómeno cultural novedoso porque la inseguridad descrita es un sentimiento antiguo y común en la humanidad. Pero existen controversias que muestran que también puede ser un síndrome cultural, por la importancia de la salud mental actualmente. La influencia de las redes sociales pueden contribuir a este fenómeno.

Algunos autores destacan la importancia de mantener una alta autoestima para no sufrir ansiedad, depresión y/o estrés.

Según una investigación peruana, se recomienda brindar orientación y apoyo psicológico desde la universidad debido a que hay mayor presencia en académicos; sin embargo, para quienes estamos en el ámbito laboral se recomienda además: reconocer y aceptar los sentimientos de autodesvalorización; buscar redes de apoyo constructivas que permitan compartir sentimientos y experiencias con personas de confianza para aliviar la carga emocional y proporcionar perspectivas diferentes.

También es importante aceptar que nadie es perfecto, y que todos cometemos errores y que enfrentar desafíos es parte del crecimiento y aprendizaje. Aprender a abrazar la imperfección y verla como una oportunidad para crecer y mejorar puede ayudar a reducir la presión de ser perfecto.

Finalmente, debemos aprender a reconocer y celebrar nuestros logros que son fruto del trabajo duro y las habilidades propias, por lo que merecen ser reconocidos y valorados.



Noticias U de C

Investigación para crear huevos con bajo colesterol

En un esfuerzo por abordar la mejora en la salud y la nutrición, un equipo de expertos internacionales ha estado trabajando en estrecha colaboración con el Departamento de Producción Animal de la Facultad de Agronomía de la Universidad de Concepción. Encabezados por el Dr. Hernán Rodríguez Ríos, estos científicos también incluyen al Dr. Jesús Daniel Grande Cano de la Universidad Autónoma Metropolitana-Unidad Iztapalapa en Ciudad de México, y a la Dra. Silvia Carrillo Domínguez del INCMNSZ, también en Ciudad de México.

Link: <https://noticias.udec.cl/expertos-internacionales-y-de-agronomia-udec-lideran-investigacion-para-crear-huevos-con-bajo-colesterol/>

Medscape

Especialistas del INCMNSZ, opinan respecto a retirar el termino SIDA

La Dra. Brenda Crabtree Ramírez y el Dr. Isaac Núñez, investigadores de la Clínica de VIH-SIDA del INCMNSZ, expresan la pertinencia de adoptar el término VIH-Avanzado como se propone en un texto publicado en The Lancet HIV.

Dr. Isaac Núñez: "El término SIDA se introdujo como una definición de caso para fines de vigilancia epidemiológica. Sin embargo, las connotaciones estigmatizantes que se le atribuyen ya hacen que carezca de esa utilidad. Un problema adicional se genera cuando se utiliza para tomar decisiones clínicas".

Dra. Brenda Crabtree Ramírez: "Veo en forma diaria a pacientes que han sido atendidos por otros profesionales que no son expertos o que no están bien informados en VIH. Siguen pensando que todo lo que le pasa al paciente es por el VIH y seguramente tiene que ver con sus prácticas sexuales, o con sus prácticas de riesgo. Esto sigue siendo algo sumamente estigmatizante".

Link: <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5912215?form=fpf>

Crónica

Opinión del Dr. Gerardo Gamba Ayala respecto a la Investigación Básica

La Investigación Científica es el motor de la sociedad moderna. La generación de conocimiento es el punto de partida para el desarrollo de modelos y estrategias que sirvan para hacer mejor la vida de los seres humanos. Todas las comodidades que hoy gozamos partieron de un conocimiento básico que alguien generó en un laboratorio de investigación. Estamos tan acostumbrados que ni siquiera lo sabemos y por eso, nuestra sociedad no le da la importancia a la Investigación Básica.

Link: <https://www.cronica.com.mx/opinion/historia-choque-septico.html>

17 de abril, Día Mundial de la Hemofilia

Mejorar la calidad de vida para quienes padecen Hemofilia

Cada año se elige un tema para la campaña del Día Mundial de la Hemofilia. En 2024, el tema es: "Acceso Equitativo para Todos: reconociendo todos los trastornos de la coagulación". La intención este año es que todas las personas con trastornos de la coagulación hereditarios tengan acceso a la atención, al diagnóstico y al tratamiento, independientemente del trastorno.

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

24 de abril, Día Mundial de la Meningitis

La población infantil es la más susceptible de padecerla

Es una enfermedad caracterizada por la inflamación aguda de las membranas (meninges) que rodean el sistema nervioso central (cerebro y médula espinal). Aunque puede presentarse debido a causas poco habituales como reacciones químicas, la gran mayoría de los casos de meningitis son causados por infecciones. Aunque la Meningitis puede aparecer a cualquier edad, niños menores de 5 años y jóvenes de entre 15 y 24 años son los grupos de edad en los que con mayor frecuencia se dan casos de Meningitis bacteriana.

Fuente: <https://www.sabervivir.es/salud-y-bienestar/24-de-abril-dia-mundial-de-la->

27 de abril, Día Nacional de Prevención de Quemaduras

Conciencia sobre reducir los riesgos de los accidentes con fuego

Este Día Nacional fue establecido mediante decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el 12 de septiembre de 2019. Su objeto es generar conciencia entre la población sobre el alto riesgo que representan los accidentes con fuego, líquidos calientes, electricidad, entre otros, particularmente para los niños. De hecho, previamente, en 2017, se decretó el 27 de abril de cada año como Día Nacional de Prevención de Quemaduras en Niñas, Niños y Adolescentes, con igual objetivo y enfocado en estos grupos poblacionales.

Fuente: https://www.cipes.gob.mx/resources/docs/xunuta/octubre/1026invXunuta_DN_

¡Cuidado con las altas temperaturas!

Golpe de Calor

Primera parte

Lcda. Liliana Morán Rodríguez /Departamento de Comunicación y Vinculación

No había comenzado la primavera cuando en la mayor parte del territorio nacional ya se registraban altas temperaturas.

El Servicio Meteorológico Nacional (SMN) pronostica cinco olas de calor de marzo a julio de 2024.

Se prevé que estados como Baja California, Coahuila, Colima, Durango, suroeste del estado de México, Guanajuato, Jalisco, Nayarit, Querétaro, Sinaloa y Sonora registren temperaturas máximas de 35 a 40 grados. Mientras que en Aguascalientes, Baja California Sur, Chihuahua, Ciudad de México, Tlaxcala y Zacatecas se pronostican temperaturas máximas de 30 a 35 grados.

Ante las altas temperaturas, la Secretaría de Salud (SSA) aconseja:

- Evitar la exposición directa al sol durante periodos prolongados.
- Mantener una hidratación adecuada.
- Vestir ropa ligera y colores claros.
- Utilizar protector solar, gorros, sombreros, sombrillas, gafas protectoras de los rayos UV.
- Cuidar especialmente a los más vulnerables: las personas adultas mayores y con enfermedades crónicas, así como los niños pequeños.



Exponernos excesivamente a los rayos solares o permanecer en sitios donde nos sintamos acalorados podrían causarnos insolación o golpes de calor.

Es importante buscar atención médica de inmediato al detectar los siguientes síntomas: Desmayo, dolor de cabeza, náuseas, calambres musculares, presión baja, pulso débil, cansancio extremo, piel fría o húmeda, sudoración.

En la siguiente entrega te compartiremos medidas para evitar infecciones gastrointestinales en temporada de calor.

Fuentes: <https://www.gob.mx/salud/prensa/125-especialistas-del-inr-emiten-recomendaciones-para-prevenir-golpe-de-calor?idiom=es>
-<https://www.gob.mx/salud/prensa/151-secretaria-de-salud-emite-recomendaciones-para-prevenir-golpe-de-calor?idiom=es>

¿CÓMO CONTRIBUYO PARA ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES?



Mismas
oportunidades

RESPUESTAS DEL EVENTO
INCMNSZ 25 NOVIEMBRE 2023

#DiaNaranja #YaEsYa #YoMeUno

Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados © 2024 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

#25N #dianaranja #yaesya #yomeuno

Conmovedora y desgarradora historia

Las Cenizas de Ángela

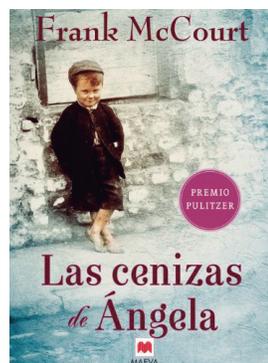
Francis McCourt

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

Francis McCourt, (19 de agosto de 1930–19 julio de 2009, Nueva York, E.U.A.), escritor estadounidense de origen irlandés. Aunque nació en Estados Unidos, McCourt se marchó muy pronto con su familia a Limerick, Irlanda, de donde provenían. Tiempo después retornó a Nueva York, donde se licenció en la Universidad, haciendo igualmente un posgrado en el Brooklyn College en 1958, tras lo cual ejerció la docencia hasta su jubilación. Sus siguientes libros de memorias transcurren en Estados Unidos, donde nos habla de su vida como emigrante retornado, sus estudios universitarios y sus años de profesorado.

Las Cenizas de Ángela es una conmovedora y desgarradora autobiografía de Frank McCourt. Es sobre el hecho de ser pobre, humillado y golpeado por una sociedad que dice que todos los hombres son iguales en la otra vida, pero que te fuerza a conformarte con lo que Dios y la patria te dan en ésta. El autor narra en primera persona y con muchas pinceladas de humor una infancia tan dura que lo raro fue sobrevivir a ella con Ángela que es una madre responsable, muy débil, con varios hijos que viven en la pobreza extrema y buscan con sus escasos medios salir adelante. Una vida llena de sueños y promesas incumplidas. Una novela autobiográfica escrita con una naturalidad sorprendente. Nos cuenta sus penas y miserias, el dolor de su infancia y el sufrimiento familiar, pero de tal forma que no parece un drama. Es una mezcla de sentimentalismo y humor, uno nunca sabe si llorar o reír.

Nos relata la supervivencia y superación de los obstáculos que la vida va arrojando al camino de Frank MacCourt, él tenía un objetivo y un sueño, la esperanza de un futuro y un mundo mejor para él y su familia. Un escenario adverso, principalmente por la fuerte influencia de la iglesia y la poca ayuda del patriarca. Una gran novela que sirve como ejemplo de entereza y tenacidad. Cuando se tiene amor, un objetivo en mente y el consejo de una madre pueden ser suficientes para salir adelante.



Sabías que...

La historia se desarrolla en Limerick, Irlanda. Una ciudad sumergida en la pobreza por los efectos de la Segunda Guerra Mundial.

Galardonado con el prestigioso Premio Pulitzer, *Las Cenizas de Ángela* fue llevado al cine en 1999 en una película que resultó todo un éxito de la crítica y el público.

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.

Hablando de Abejas

Producto de las abejas que son buenos para la salud

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

Las abejas no sólo ayudan al planeta en la polinización de plantas sino que con su trabajo proporcionan diversos productos que tienen muchos beneficios para la salud. Enumeramos algunos de ellos:

Miel: Es el producto más conocido de las abejas con múltiples propiedades benéficas. Es energética, desinfectante y cicatrizante. Ayuda a la digestión, a los síntomas del resfriado y de los catarros.

Jalea Real: Este néctar sólo lo usan en la colmena las abejas reinas, de ahí sus excelentes propiedades para la salud. Ayuda a mejorar la circulación sanguínea, tiene efectos vasodilatadores y ayuda a controlar el colesterol y la glucosa en sangre.

Polen: Tiene propiedades antiinflamatorias y analgésicas, es ideal para las personas que sufren cansancio y astenia.

Propóleo o Própolis: Tiene propiedades analgésicas y antibacterianas, se usa para mejorar catarros y dolores de garganta. Existen numerosos estudios que avalan su uso para enfermedades respiratorias o cardiovasculares.

Cera: Es un producto muy nutritivo para la piel y el cabello, y por eso se incluye en las mascarillas de belleza, con propiedades emolientes y antiinflamatorias.

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



Setas

Suelen crecer entre los restos de madera, hojas de los árboles y otros compuestos orgánicos, así como en lugares húmedos, sombreados y con algo de calor. Hay más de 300 especies comestibles en México que se colectan en zonas boscosas entre los meses de julio y septiembre, que es la temporada de lluvias.

La Seta (*Pleurotus Ostreatus*) es grande, su "sombbrero" puede medir entre seis y 15 centímetros en forma de una oreja de elefante, por eso también se le llama "oreja blanca". Se puede preparar en caldo, sopa, salsas y moles, preparada "a la mexicana" con jitomate cebolla y chile, dentro de una quesadilla o simplemente salteada o frita para acompañar unas fajitas de pollo.

Este alimento se considera saludable por carecer de grasa y tener proteínas de buena calidad, así como fibra, vitaminas A y B, hierro, calcio, potasio e hidratos de carbono entre otros.



Cuadernos de

nutrición

Setas Capeadas



Ingredientes:

- 4 piezas de huevos, claras y yemas separadas
- 12 piezas de setas enteras (puede sustituirlas por hongo portobello)
- Sal al gusto
- Suficiente aceite para freír

Ingredientes para la salsa:

- 6 piezas de tomates verdes asados
- 1 pieza de cebolla asada
- 2 dientes de ajo, pelados y asados
- 2 piezas de chiles verdes asados
- 1 taza de caldo de pollo
- 1 cucharada de aceite

Manera de hacerse:

Batir las claras de huevo a punto de turrón. Añadir las yemas al final para dar color a la mezcla. Sazonar los hongos, pásarlos por huevo batido y freírlos hasta dorar perfectamente. Escurrir sobre papel absorbente de cocina y reservar calientes.

Salsa:

Moler los tomates con cebolla, ajos, chiles y caldo hasta obtener una salsa homogénea. Calentar una cacerola con aceite, verter la salsa y dejar cocer por 5 minutos a fuego alto. Sazonar.

Servir una base de salsa caliente en cada plato. Cortar los hongos fritos en mitades y montar encima de la salsa.

La primera en su tipo, en México

52 años del Departamento de Medicina del Dolor y Paliativa

Primera parte

Dr. Alfredo Covarrubias Gómez/Clinica del Dolor y Paliativa



La fundación de la primera clínica especializada en el alivio del dolor, en la República Mexicana, ocurrió en junio de 1972, en las instalaciones del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ). El Dr. Ramón De Lille Fuentes, médico adscrito al Departamento de Anestesiología del propio Instituto, tenía que intervenir ocasionalmente a enfermos con dolor. En su asistencia a eventos científicos de las asociaciones médicas de anesthesiólogos del país, pudo conocer al Dr. Vicente García Olivera.

El conocimiento del Dr. García Olivera, en el área del dolor, influyó en la decisión del Dr. De Lille para invitarle a dar una conferencia en el INCMNSZ. Derivado de su exposición y con la aprobación del Dr. Salvador Zubirán Anchondo (Director general del instituto de 1946 a 1980), así como con los apoyos de los

doctores Javier Ramírez Acosta (jefe de Anestesiología del Instituto) y Manuel Campuzano Fernández (jefe de Cirugía del Instituto), los doctores De Lille y García inauguraron, en forma conjunta, la Clínica del Dolor del INCMNSZ. Al Dr. García se le otorgó el cargo de médico voluntario honorario.

Un Departamento Institucional requiere la colaboración de un grupo de trabajo que se extiende más allá de las acciones de personal médico y de enfermería.

Desde el área de psicología, la Dra. Anne Marie Brugmann García, del entonces Departamento de Medicina Psicológica, participaba con la Clínica dando clases en el Curso de Algología, durante la jefatura del Dr. Uria Guevara López, al atender además a los pacientes desde un punto de vista psicoanalítico. Después, Dra. Lou González colaboró en la Clínica con el mismo enfoque; y con ella, se comenzaron a recibir alumnos de la Maestría en Medicina Conductual. Desde 2007, la Dra. Sofía Sánchez Román funge como supervisora de la maestría de los alumnos en medicina conductual que han rotado en la Clínica de Dolor.

La Atención desde 2007 ha sido con un enfoque cognitivo conductual y, últimamente, hemos incorporado cada vez más técnicas de tercera generación.

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

Son todos amables

Agradecimiento al Personal de Trasplantes

Juanita/paciente del INCMNSZ

Agradecimiento al Personal de Trasplantes

Mi familia y yo deseamos agradecer a todo el Personal de Trasplantes, desde Personal Administrativo, Médico, de Enfermería y de Trabajo Social. Su amabilidad, apoyo y respuesta pronta, así como su empatía y seguimiento son extraordinarios. Muchas gracias

Atentamente

Juanita



PROGRAMA INCMNSZ®

VIDA SALUDABLE Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR

Una estrategia dirigida a la
comunidad INCMNSZ para
mejorar nuestro futuro

¡Entérate!

www.incmnsz.mx

¡DE TI DEPENDE!



Coordinación: Departamento de Comunicación y Vinculación

Derechos reservados© 2024 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

#incmnsz #vidasostenible #campañaincmnsz #vidasaludable



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Feliz Cumpleaños Primera quincena de mayo

1

Becerril Flores Jorge Eliazib
Becerril Nieto Eloisa
Bello Domínguez Juan Luis
Delgado Martínez Felipe Martin
González García Juana Isabel
Gutiérrez Villalobos Rafael
Lorenzana Fonseca Silvia Angela
Parra Carrillo Amparo
Portillo Olivares Dulce María
Reyna Carbajal Joaquín Alberto
Septien Stute Luis Albrecht
Tellez Sánchez Adriana Ivette
Vásquez Ortiz Zuilma Yurith

2

Aviles Marroquín Juan Eduardo
Cerón García Rosalinda
Flores Miranda María Del Carmen
Gómez Del Pino Jorge Raymundo
Hernández Toriz Alberto
Marín Ortiz Victor Manuel
Méndez Olascoaga Luis Fernando
Méndez Probst Carlos Enrique
Morales Suárez Juan José
Niembro Ortega María Dolores
Ramírez Vázquez Dalia

3

Álvarez Esquivel Lucía
Ávila Funes José Alberto
Cardenas León Mario
Carrillo Soto Monica Maricruz
Daza Silva Diana Angélica
De La Cruz Rodríguez Alejandro
García Silva Rafael
Pedraza Sánchez Sigifredo
Rodríguez Farfán Monica Marycruz

4

Farrera González Viviana
González Argueta Alejandro
Jaramillo Trejo Monica Alejandra
Jiménez Galicia Daniel
Mendoza Rosas Saul
Roldan Hernández María De Jesús
Tolentino Dolores Marí Cruz
Valle Jiménez Eduardo Enrique

5

Barroso Cuellar Martin
Contreras Martínez Maribel
Gil López Fernando
Gutiérrez Estrada Christopher
Hernández Ayala Rolando Arturo
Hernández Daniel Cristian Eduardo
Huerta Valdez Iran Mariel
Jasso Baez Gilberto

Ortiz Rodríguez Ilyana
Ramírez Cazares Rosa María
Torre Villalvazo Ivan
Velázquez Villegas L. Alejandra

6

Carrillo Vidales Javier
De La Garza Villaseñor José Lorenzo
Deveza Hernández Giovanni Emmanuel
García Lara Juan Miguel Antonio
González De Jesús Lorena N.
Guerra Castro Gerardo
Landa Delgado M. Del Carmen
Medina Valadez Juan
Robles Gallegos Eva Alejandra
Valdez Piña Janeth
Vega Siurob Clemencia

7

Alvarez Cruz María Del Rocío
Arizmendi Rosas María Guadalupe
Barquera Nuñez Emma Myrna
Bravo Bravo Mario
Dominguez Villacorral Karina
Martínez Baños Deborah María
Santos Sánchez Eduardo

8

Aguilera Martínez Yolanda Valeria
Cruz Lara María De Los Angeles
Cruz Yedra Nabila
Garduno Ronquillo Leticia
Marcial Barba Luis David
Martínez Hernández Rubí Celeste
Martínez López Julia
Puerto Ávila Griselda
Sánchez De La Rosa Liliana
Suárez Ramirez Erendira
Valdespino Trejo Adrian Aquiles

9

Briones Serna José Alfredo
Escarcega Aranda Edgar Erick
Luna Ortiz Jossette Ileana
Sarmiento Figueroa Alexis
Telio Aguirre Adriana
Tellez Munguia Araceli
Tellez Munguia Delfino
Torres Cortés Gabriela
Zapatero Sánchez Alejandro

10

Ayala Marin Miguel Angel
Bolaños Haro Oscar
Cedillo Hernández Alin

Cerón Pérez Amanda Vanessa
Cruz Najera Alejandro
Lazaro Rosalio Rodrigo
López Estrada Angelina
López Mendoza Diana Laura
Luna Muñoz Leonora
Luna Vázquez Mario
Velázquez Mata Braulio

11

Andoney García Ruben
Chavira Ramírez David Roberto
Guevara Martínez Mayola Magdalena
Hernández Cruz Araceli
Iturbe Ocampo Fernando
Romero Juárez Ana Gabriela

12

Aguirre Sánchez Edwin
González Muñoz Jenifer Gabriela
Loeza Sánchez Karla Mariana
Vázquez Sánchez María G.
Villegas Narvaez Liliana Andrea

13

Aguilar Zamora David
Angeles Muñoz Blanca Estela
Cruz Herrera Jesús David
Guzmán Ruiz Osiris Suhelen
Hinojosa Becerril Carlos Arturo
Martínez Cruz Wilibaldo
Orozco Ibanez Karen
Pérez Segovia Aarón Horeb
Trejo Mejía Giovanni
Vázquez Marcos Itzel

14

Adams Rivera Luz Nohemi
Cárdenas García Víctor Sergio
De Los Santos Galicia Jeeny
León Rodríguez Eucario
Lomas Orozco Víctor Manuel
Nepomuceno García Aimee
Reyes García Griselda
Romero Cordero Claudio
Vera Márquez Rodrigo

15

Cervantes Bermudez María Del Rosario
Hernández Peralta Zuly Jasel
Martínez Padilla Hilda Isabel
Pérez Gómez Asalia
Pérez Ruelas María Del Carmen
Rodríguez Juárez Cristina
Tovar González Carlos Eduardo

Esta información es responsabilidad de la Subdirección de Recursos Humanos.

El nombre y la fecha de nacimiento constituyen un dato personal. Si por algún motivo deseas que tu nombre no aparezca en esta lista, por favor repórtalo a las extensiones 2519 y 4163, te atenderemos con gusto.

VENDO NISSAN VERSA 2017.

Sedan, color bgris Oxford. Todos los documentos en orden, único dueño. \$170,000. Inf. con

RENTO DEPARTAMENTO AMUEBLADO.

Periférico Sur, a siete minutos de la zona de Hospitales (Alcaldía Tlalpan). Cuenta con dos recámaras, dos baños, un lugar de estacionamiento. Inf. al Whatsapp 5529841858.

RENTO DEPARTAMENTO.

Col. Volcánes, a 15 minutos de la zona de Hospitales (Alcaldía Tlalpan), amplio. Cuenta con tres recámaras, dos baños completos, área de tendido, un lugar de estacionamiento. Inf. con Carmen al 5536545026 o a la Ext. 2183.

RENTO DEPARTAMENTO.

Amplio, en Conjunto Cerrado (sólo 3 edificios), con vigilancia, a 5 minutos de periférico y Av. Revolución, cuenta con tres recámaras, principal con baño y vestidor, sala comedor, baño, cocina integral, área de lavado, cuarto de servicio y dos lugares de estacionamiento. \$17,000 ya incluye mantenimiento. Inf. al 5539369149.

VENDO LIBROS SEMINUEVOS.

En buen estado. Colección de cuentos Disney \$250. Colección de 12 libros, un cuento cada día, mes por mes \$1,500. La Biblia infantil con CD de actividades \$300. Inf. con Leonel al 5574961973.

VENDO BICICLETA FIJA SEMINUEVA.

En buen estado. \$1,000 marca Turbo Sport Home, color negra. Inf. por WhatsApp al 5539405598.

VENDO JUEGO INFLABLE PARA NIÑOS.

En muy buen estado. Medidas de ancho 3.20 mts. de altura 3.80 mts. Largo 6.20 mts. Precio \$22,000. Inf. al 5574961973.

VENDO GOPRO 7 Y MEMORIA.

La Gopro viene con selfie stick, funciona muy bien y solo tiene un par de detalles físicos por uso, que no afectan su funcionamiento. La memoria es de 32G. \$4,300. Inf. por WhatsApp al 5567919377.

VENDO CARRIOLA DOBLE MARCA GRACO.

Modelo Ready 2 Grow, seminueva en excelentes condiciones. \$2,200. Asiento trasero desmontable para acceder al asiento del banco y la plataforma de pie. Asiento trasero Face Time para una mayor interacción con el bebé. 12 Opciones de equitación para 2 niños. Inf. con Nahieli al 5528512015.

VENDO ORGANIZADOR PARA COCHE.

Marca Skip Hop (nuevo) \$490. Elegante estampado de chevron y modernos detalles de piel sintética. El bolsillo transparente se adapta a tabletas horizontales de hasta 6.75 pulgadas de alto. Dos bolsillos aislantes para botellas. Bolsillo de piel sintética. nf. con Nahieli al 5528512015.

VENDO FRIGOBAR WHIRPOOL.

Color rojo, \$4,000 a tratar. Inf. conn Rogelio al 5523062539

VENDO CELULAR OPPO A17 NUEVO Y CARPA PLEGABLE.

Pantalla: 6.56", 720 x 1612 pixels Procesador: Mediatek Helio G35 2.3GHz RAM: 4GB Almacenamiento: 64GB Expansión: microSD. Cámara: Dual, 50MP+2MP Batería: 5000 mAh OS: Android 12 Perfil: 8.3 mm Peso: 189 g \$3,000. La carpa plegable es para exteriores de color azul, de 2x2m con paredes de lona. \$1,500. Inf. con Azucena a la Ext. 4161.

VENDO CELULAR.

ZTE BLADE L9. Nuevo \$1000. Inf con Luna ext 4161.

* Los criterios editoriales de **La Camiseta** no nos permiten publicitar servicios profesionales.



SOSTENIBILIDAD

Beneficios de una vida sostenible

- 1** Promueve la transformación de materiales 
 - 2** Mejora el entorno 
 - 3** Impulsa las energías limpias 
 - 4** Ayuda a reducir el consumo de recursos 
 - 5** Disminuye los residuos generados 
 - 6** Induce buenas prácticas ambientales 
 - 7** Preserva los bienes naturales 
- 

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
SECRETADÍA 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 escríbenos a:
camiseta@incmnsz.mx

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