



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXXI

No. 22

30 de noviembre 2025

Tercera Feria Conmemorativa Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer en el INCMNSZ

Semana de Concientización sobre la Resistencia a los Antimicrobianos





La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 764

30 noviembre 2025

CONTENIDO

EDITORIAL

PARA CONOCERNOS

- Tercera Feria Conmemorativa Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer en el INCMNSZ

SER INCMNSZ

- Semana de Concientización sobre la Resistencia a los Antimicrobianos en el INCMNSZ

ENTÉRATE

- Dr. Osvaldo Mutchinick Baringoltz, recibe el Premio a la Investigación Médica 2025 "Dr. Jorge Rosenkranz"
- 10° Evento Conmemorativo del Día Mundial de la Diabetes
- INCMNSZ sede del evento "Diálogo político para el fortalecimiento del personal de enfermería en México"
- 16° Foro Internacional de Medicina del Dolor y Paliativa

EQUIDAD Y GÉNERO

- Día de la eliminación de la violencia contra la Mujer

ENSEÑANZA

- La voz del personal de salud en formación: un avance necesario, un camino que exige responsabilidad

CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL

- Inteligencia Artificial en Medicina: ¿Aliada o amenaza para la seguridad del paciente en el INCMNSZ?

MÍSTICA

- Apego a los principios

1

VIDA INSTITUCIONAL

14

2

- Daisy Torres Díaz

ARTE Y CULTURA

15

- Sesión cultural dedicada a las y los cirujanos eméritos

4

HABLEMOS DE ENFERMERÍA

16

- La Enfermería en Anestesiología: de la asistencia a una especialidad en evolución

6

COMUNICACIÓN

17

- Dr. Carlos Hinojosa Becerril, nuevo titular de la CCINSHAE

SABÍAS QUE

18

- Efemérides de la salud

TU SALUD

19

- Del Laboratorio a la decisión clínica: excelencia y *stewardship* diagnóstico

DÍA NARANJA

20

- ¡Únete!

10

VOLUNTARIADO

21

- Bazar del Voluntariado INCMNSZ

11

SALUD MENTAL

22

- Depresión y ansiedad, complicaciones frecuentes tras una EVC

LA CULTURA DEL BIEN COMER

23

- Verduras
- Pita vegetariana

12

PROGRAMA VIDA SALUDABLE

24

- Programa Vida Saludable y Sostenible

13

La **Tercera Feria Conmemorativa Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer en el INCMNSZ** es un evento anual organizado por el Consejo de Equidad de Género, cuyo propósito es promover que toda la Comunidad Institucional se sume al compromiso de poner fin a la violencia de género mediante módulos informativos. Consulta los detalles en la sección **Para Conocernos**.

En **Ser INCMNSZ** informamos sobre la **Semana Internacional de Concientización sobre el uso de antibióticos**, organizada por la Dra. Dolores Niembro, Coordinadora del Programa de Administración y Gestión de Antimicrobianos (PAGA). Este evento destaca una de las funciones sustantivas de la institución: el **cuidado de la salud a través del uso racional y adecuado de los fármacos**, particularmente los antibióticos.

En **Entérate**, compartimos información sobre cuatro acontecimientos de gran relevancia en el INCMNSZ: El **Dr. Osvaldo Mutchinick Baringoltz**, Jefe del Departamento de Genética, **obtuvo el Premio a la Investigación Médica 2025 “Dr. Jorge Rosenkranz”**, un reconocimiento merecido a su trayectoria y a la excelencia de su labor en el ámbito de la genética.

El **10º Evento Conmemorativo del Día Mundial de la Diabetes**, “Redefiniendo el futuro del tratamiento,” subrayó la importancia de atender estas crisis de salud pública mediante medicina de precisión y un enfoque multidisciplinario centrado en la persona. El evento fue organizado por el **CAIPaDi: a cargo del Dr. Sergio César Hernández Jiménez**, coordinador y la **Dra. Ana Cristina García Ulloa**, responsable de Atención Médica.

Asimismo, el INCMNSZ fue sede del evento **“Diálogo político para el fortalecimiento del personal de enfermería en México”**, cuyo objetivo fue delinear el **Plan Rector de Enfermería 2030**. Este encuentro fue convocado por la Secretaría de Salud federal, en colaboración con la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud.

Finalmente, se llevó a cabo el **16º Foro Internacional de Medicina del Dolor y Paliativa**, un evento de gran relevancia para mantener a México a la vanguardia en el manejo del dolor y en la atención paliativa para pacientes con enfermedades terminales.

El sobrediagnóstico, que puede resultar en tratamientos antimicrobianos innecesarios, se ha identificado como un factor de graves consecuencias, entre ellas efectos adversos por medicamentos y la aparición de cepas resistentes. En **Tu Salud**, presentamos la cobertura de la **conferencia magistral “Del laboratorio a la decisión clínica: excelencia y stewardship diagnóstico”**, impartida por la **Dra. Fernanda González Lara**, Jefa del Laboratorio de Microbiología Clínica.

En **Programa Vida Saludable y Sostenible** el INCMNSZ invita a la comunidad a **crear un cambio en los hábitos** esenciales como **hidratarse**. El **agua natural** es la opción más saludable y sostenible para la mayoría de las necesidades.

Participación comunitaria

Tercera Feria Conmemorativa Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer en el INCMNSZ

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Dirección de Comunicación Institucional y Social



De izquierda a derecha: Dra Judith González Sánchez, Dra Alicia Frenk Mora, Dr. José Sifuentes Osornio y Mtra. Jessica Mejía Castrejón

El pasado 25 de noviembre se llevó a cabo la Tercera Feria Conmemorativa Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer en el INCMNSZ. El evento fue organizado por el Consejo de Equidad de Género, dirigido a la comunidad Institucional, personal de Salud y al público en general.

La inauguración estuvo a cargo de: Mtra. Jessica Mejía Castrejón, Coordinadora del Consejo de Equidad de Género; Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del Instituto; Dr. Raúl Rivera Moscoso, Director de Medicina; Dra. Alicia Frenk, Subdirectora de Servicios Paramédicos; y Dra. Judith González, Jefa de la Consulta Externa.

En su discurso inaugural, la Mtra. Jessica Mejía enfatizó: “Es urgente **romper el silencio** y hablar con nuestras amigas, nuestras hijas, nuestras compañeras sobre las violencias que viven; sobre todo **necesitamos creerles**”. Explicó que el evento tiene el propósito de informar para contribuir en la lucha por **erradicar la violencia de género, el acoso y el abuso** sobre las mujeres en la comunidad.

Por su parte, el Dr. Sifuentes refrendó el compromiso de la institución de privilegiar la **cultura de respeto y la protección de todas las personas por igual**, en el propósito de construir un ambiente de trabajo mejor.

La Dra. Judith González consideró: “la lucha debe ser una **colaboración de hombres y mujeres en la misma línea, ya que las grandes transformaciones se logran en comunidad**”.

La Dra. Alicia Frenk subrayó: “**la violencia es una situación que existe, es real, persiste**, y la única forma de combatirla es mediante la unión y la creación de conciencia”.

El Dr. Rivera Moscoso destacó que la Comunidad Institucional tiene la convicción de dar lo mejor de sí para la Institución: “creo que una parte fundamental es que deseamos servir: **en el servicio hay humildad, compañerismo, equidad, justicia; creo que, si logramos mantener estos principios en nuestro quehacer diario podremos ir haciendo cambios en beneficio de nuestra institución y a nivel comunitario**”.

El evento incluyó una feria de mesas informativas y actividades con llamados a la acción, organizadas por diversas áreas y algunos invitados externos:

- **Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la CDMX.** Con información para solicitar apoyo legal y psicológico
- **Colegio de Profesionales en Derecho A. C.** que brinda asesorías legales gratuitas
- **Departamento de Genética,** INCMNSZ, participó con “Pescando Actitudes de Violencia”
- **Departamento de Comunicación y Vinculación,** INCMNSZ participó con la campaña “Día Naranja” del 25 de cada mes; la actividad “Mural del compromiso” y un área instagrameable para la toma de fotos.
- **Red de Apoyo a la Investigación (RAI),** INCMNSZ / UNAM, con información sobre discriminación en la ciencia
- **Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito”** del INCMNSZ, a través del alumnado, abordaron el tema “Acoso callejero”
- **Cuentas Corrientes de Pacientes Hospitalizados,** INCMNSZ, compartieron información sobre cómo apoyan a los pacientes.
- **Consejo de Equidad de Género,** INCMNSZ contó con las siguientes actividades interactivas:

Memorial para honrar a mujeres mexicanas que perdieron la vida a causa de la violencia feminicida.

Mensajes de apoyo para mujeres víctimas de violencia.

“Revienta el Estereotipo”, que desmintió mitos como: **“El peor enemigo de una mujer es otra mujer”** y **“Las mujeres son multitareas”**, evidenciando que la lucha contra la violencia también pasa por la **sensibilización y la educación** para desterrar vicios normalizados.

Muro informativo con infografías de temáticas como machismo, sexismo, techo de cristal y más.



En busca del uso racional

Semana de concientización sobre la Resistencia a los Antimicrobianos en el INCMNSZ

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Dirección de Comunicación Institucional y Social



De izq. a der. Mtra. Martha Huertas Jiménez, Dra. Dolores Niembro Ortega, Dr. Raúl Rivera Moscoso, Lcda. en Enf. Leticia Garduño Ronquillo y Dr. Eric Ochoa Hein

Del 18 al 21 de noviembre se llevó a cabo, en el INCMNSZ, la **Semana Internacional de Concientización sobre el Uso de Antibióticos, WAAW** (por sus siglas en inglés, *World AMR Awareness Week*). La iniciativa, liderada por la Dra. Dolores Niembro Ortega, Coordinadora del **Programa de Administración y Gestión de Antimicrobianos (PAGA)**, incluyó diversas actividades de difusión y divulgación.

La inauguración de la Semana WAAW tuvo lugar el martes 18 en el vestíbulo de la UPA, en donde se presentó la exposición **"Antibiótico mal usado = bicho empoderado"**. En representación del Dr. José Sifuentes Osornio, Director General, asistió el Dr. Raúl Rivera Moscoso, Director de Medicina, quien destacó que este evento se ha consolidado como una actividad de gran relevancia para el Instituto, al estar estrechamente vinculada con tres funciones esenciales del personal de la salud: el cuidado de los pacientes, la educación y el trabajo en conjunto.

Señaló que el objetivo principal es doble: **sensibilizar al personal de salud**, que en ocasiones prescribe antibióticos de manera innecesaria, y **educar al público en general**. Subrayó que el uso inadecuado de estos medicamentos favorece el desarrollo de resistencia por parte de bacterias y otros microorganismos, comprometiendo la capacidad de combatir infecciones.

“Es función de todos nosotros procurar que esta herramienta fundamental en el combate de infecciones sea utilizada de manera adecuada”, puntualizó, invitando también a la autocritica respecto a la prescripción sin la certeza diagnóstica necesaria.

La Dra. Dolores Niembro expresó su agradecimiento al equipo de trabajo e invitó a la Comunidad Institucional a recorrer las estaciones temáticas de la exposición, que abarcaban desde la **higiene en la cocina** hasta el **desecho adecuado de medicamentos**. Además, informó, que el Instituto dispondrá de un contenedor del Sistema Nacional de Gestión de Residuos de Envases y Medicamentos (SINGREM) para uso del público.



Asistentes Concurso “**Bichopardy**” y ganadores de la Copa WAAW

En el Auditorio Principal se llevó a cabo el “**Bichopardy**”, un concurso tipo *Jeopardy* centrado en temas de Resistencia a los Antimicrobianos (RAM), dirigido al personal de salud. El concurso anual, conducido por los doctores Karen Marañón y Héctor Rivera, presentó este año “**enfoque de detective**”, poniendo a prueba los conocimientos de los participantes en áreas como serología, diagnóstico, zoología y diversas pruebas relacionadas con el uso adecuado de antibióticos. Su objetivo principal es **fortalecer la conciencia del personal de salud respecto al uso responsable de estos fármacos**.

Cuatro equipos, integrados por residentes, personal de enfermería, patología, química e infectología, participaron en esta competencia académica. El evento **contó con un riguroso Comité Académico** conformado por la Dra. Carla Román Montés, la Dra. Karla Tamez Torres, el Dr. Bernardo Martínez y el Dr. Alfredo Ponce de León; todos del Departamento de Infectología, quienes atendieron cualquier controversia, siendo sus decisiones inapelables.

El equipo “**Morganellos**” resultó **ganador de la codiciada Copa WAAW**. Como recompensa a su desempeño, recibieron las emblemáticas **mascotas de la RAM: Ramiro y Ramona**; constancias; y una colección de cuatro libros bestsellers. Los premios fueron entregados por el Dr. Guillermo Ruiz Palacios y Santos, Investigador Emérito y destacado infectólogo, quien reconoció el compromiso y la preparación del equipo.

El equipo ganador estuvo conformado por **residentes de Medicina Interna**: Dr. Juan Pablo Moran Peraza (R1); Dra. Paula Beltrán Reyes (R1); Dra. Carmen Zepeda Campos (R2); Dra. Laura Quetzalli López Hernández (R3).



Honor a su trayectoria y excelencia en su trabajo

Dr. Osvaldo Mutchinick Baringoltz, recibe el Premio a la Investigación Médica 2025 “Dr. Jorge Rosenkranz”

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Dirección de Comunicación Institucional y Social



Dr. Osvaldo Mutchinick Baringoltz recibiendo el Premio a la Investigación Médica



Dr. José Sifuentes Osornio, Dr. Osvaldo Mutchinick Baringoltz y Lcda. Carmen Amescua Villela

El pasado 6 de noviembre, en un evento que celebra la vanguardia de la ciencia mexicana, se llevó a cabo la edición número 41 del **Premio “Dr. Jorge Rosenkranz”**, un reconocimiento que impulsa la investigación biomédica en México. En esta ocasión, el galardonado fue el **Dr. Osvaldo Mutchinick Baringoltz, Jefe del Departamento de Genética “Dr. Rubén Lisker”** del INCMNSZ.

Este prestigioso reconocimiento, que se ha consolidado como un pilar en el impulso a la ciencia en México, es otorgado por iniciativa de Roche México, la Fundación Mexicana para la Salud A.C. (FUNSÁLUD), la Academia Nacional de Medicina de México, A.C. (ANMM) y la Asociación Mexicana de Facultades y Escuelas de Medicina, A.C. (AMFEM). Desde su creación, en 1984, el Premio “Dr. Jorge Rosenkranz” ha mantenido el firme compromiso de promover la investigación médica como una prioridad. Su propósito es estimular e impulsar las valiosas contribuciones y proyectos que, año con año, presentan investigadores mexicanos, impactando directamente en la salud y el bienestar de la población.

El INCMNSZ felicita al Dr. Mutchinick, por este reconocimiento que honra su trayectoria y dedicación. Asimismo, se hace extensiva la felicitación a su equipo de colaboradores, reconociendo el rigor y la excelencia que caracteriza su labor. La investigación premiada, titulada: **“Enfoque bayesiano de estimación del riesgo poligénico en familias nucleares con pares de hermanos discordantes para mielomeningocele”**, representa un avance significativo en la comprensión y estimación del riesgo genético asociado con padecimientos complejos como el mielomeningocele, ofreciendo nuevas perspectivas para el diagnóstico y la prevención.

El legado del Dr. Jorge Rosenkranz ha permitido consolidar este estímulo a la investigación médica, impulsando el desarrollo de proyectos que contribuyen a la búsqueda de soluciones innovadoras frente a los retos de la medicina moderna.

Fuente: <https://www.premiorosenkranzmexico.com/investigacion>

Redefiniendo el futuro del tratamiento

10° Evento Conmemorativo del Día Mundial de la Diabetes

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Dirección de Comunicación Institucional y Social

El **10° Evento Conmemorativo del Día Mundial de la Diabetes**, organizado por el INCMNSZ, a través del Centro de Atención Integral del Paciente con Diabetes (CAIPaDi), se realizó los días 13 y 14 de noviembre, bajo el eje temático **“Redefiniendo el futuro del tratamiento”**.

La edición de este año abordó temas fundamentales que van desde la innovación científica hasta el enfoque multidisciplinario centrado en la persona.

La organización estuvo a cargo del **Dr. Sergio César Hernández Jiménez**, Coordinador del CAIPaDi, y la **Dra. Ana Cristina García Ulloa**, responsable de Atención Médica.

La ceremonia inaugural fue presidida por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del Instituto, quien destacó que la diabetes debe reconocerse no solo como una enfermedad endocrina, sino como un **problema de salud pública** de gran relevancia nacional. Subrayó la importancia de fortalecer la educación y mejorar la atención, dado que su impacto positivo en el individuo se extiende tanto a su familia nuclear como a la familia extendida.

La conferencia inaugural estuvo a cargo del Dr. Carlos Aguilar Salinas, Director de Investigación del INCMNSZ, quien presentó una ponencia sobre la innovación como “el dorado” de los investigadores clínicos. En su intervención, enfatizó la transición de descubrimientos fortuitos hacia el diseño de procedimientos que transforman la calidad de la atención.



Dr. José Sifuentes Osornio

Reafirmó que el futuro del tratamiento radica en la Medicina de Precisión y en la interacción multidisciplinaria.

Las principales temáticas abordadas fueron:

- Ciencia, protocolos e implementación clínica
- Enfoque nutricional y estilos de vida
- Impacto psicológico y educación
- Modelos de atención y retos futuros

Epicentro del diálogo nacional para fortalecer la enfermería

INCMNSZ sede del evento “Diálogo político para el fortalecimiento del personal de enfermería en México”

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Dirección de Comunicación Institucional y Social



El pasado miércoles 19 de noviembre el Auditorio Principal del INCMNSZ fue sede del encuentro “Diálogo político para el fortalecimiento del personal de enfermería en México”, cuyo propósito fue **delinear la hoja de ruta del Plan Rector de Enfermería en México 2030**. Este esfuerzo busca alinear las políticas nacionales e internacionales de salud para atender desafíos prioritarios como la escasez de personal, la desigualdad salarial y la necesidad de impulsar el rol ampliado de la enfermería.

El evento fue convocado por la Secretaría de Salud, en colaboración con la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Reunió a líderes del sector salud, representantes de instituciones académicas y organismos internacionales para trazar una agenda estratégica que fortalezca a la **enfermería**, reconocida durante el encuentro como **“la columna vertebral del sistema sanitario”**.

El presidium estuvo integrado por: Lic. Eduardo Flores Rojas, en representación de la Dra. Laura Cortés Sanabria, Directora General de Calidad y Educación en Salud; Mtra. Sandra Guadalupe Moya Sánchez, Directora de Enfermería y Coordinadora General de la Comisión Permanente de Enfermería; Dra. Carey McCarthy, Oficial Técnico de Recursos Humanos para la Salud de la OMS; Dr. José Moya Medina, Representante de la OPS/OMS en México; Dr. Benjamín Puertas, Jefe de la Unidad de Recursos Humanos para la Salud de la OPS/OMS (participación virtual); Dra. Jhocelin Benitez Olvera en representación del Lic. Jesús Salvador Valencia Guzmán, Subsecretario de Bienestar; Dra. Bruna Moreno Días, Consultora Internacional de la OPS/OMS; Mtra. Martha A. Huertas Jiménez, Subdirectora de Enfermería del INCMNSZ.

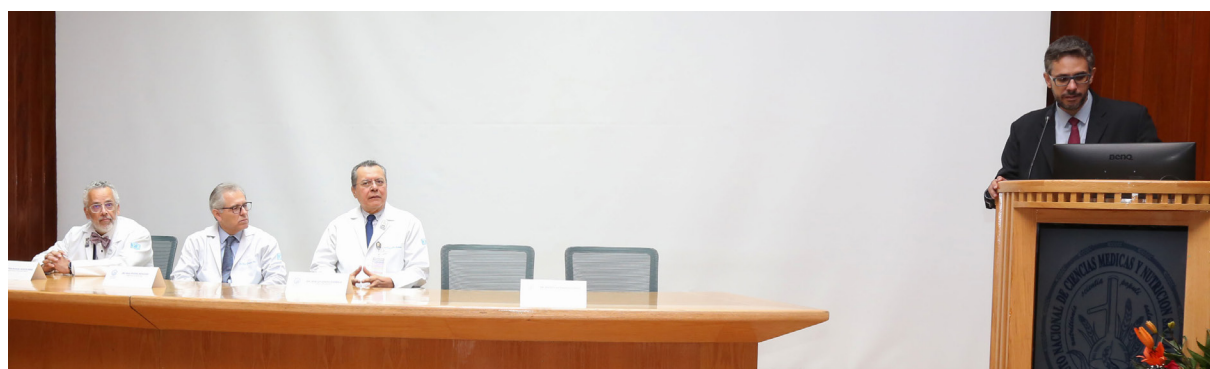
La bienvenida estuvo a cargo del Dr. Carlos Aguilar Salinas, Director de Investigación del Instituto, en representación del Director General, Dr. José Sifuentes Osornio. En su mensaje, destacó un principio fundamental en las instituciones de alta especialidad: el profundo reconocimiento del INCMNSZ hacia la labor de enfermería. Subrayó que “el personal de enfermería constituye el mayor porcentaje de la comunidad institucional; **sin su labor, la operación de Instituto no sería posible**”.

Posteriormente la Mtra. Marta Huertas Jiménez realizó la declaratoria inaugural. Destacó que la proyección de enfermería del INCMNSZ se sustenta en una sólida infraestructura educativa, que incluye la Escuela de Enfermería y cuatro programas de posgrado, todo ello bajo la filosofía institucional de que: “lo que aquí se genera es ejemplo para el país entero y tiene alcances internacionales”.

Manejo del dolor y la enfermedad terminal

16° Foro Internacional de Medicina del Dolor y Paliativa

Lcda. Liliana Morán Rodríguez /Dirección de Comunicación Institucional y Social



De izq. a der. Doctores: Víctor Acosta Nava, Raúl Rivera Moscoso, José Sifuentes Osornio y Andrés Hernández Ortíz

El pasado 21 de noviembre, en el Auditorio Principal, se llevó a cabo la inauguración del 16° Foro Internacional de Medicina del Dolor y Paliativa 2025 del INCMNSZ. El evento fue encabezado por el Dr. José Sifuentes Osornio, Director General del Instituto, acompañado por el Dr. Raúl Rivera Moscoso, Director de Medicina, y el Dr. Víctor Acosta, Subdirector de Medicina Crítica.

El Foro, organizado por el Departamento de Medicina del Dolor y Paliativa, dirigido por el Dr. Andrés Hernández Ortiz, aborda **dos aspectos ineludibles de la vida humana: el dolor y la muerte.**

Durante su discurso inaugural, el Dr. Sifuentes hizo una reflexión sobre la práctica médica, enfatizando la responsabilidad del personal de salud, particularmente de quienes atienden a pacientes en fases avanzadas de enfermedad y con polifarmacia. Invitó a revisar minuciosamente las **interacciones farmacológicas** al prescribir tratamientos, señalando que “la complejidad de la medicina actual no solo reside en la enfermedad, sino en gran medida en las interacciones entre los fármacos”.

Reiteró que atender esta problemática constituye un interés prioritario para el Instituto, que busca desarrollar, fortalecer y ampliar la investigación en esta materia. En este contexto, anunció un avance relevante: la **apertura de la residencia de entrada directa de cuidados paliativos** para el año 2026.

El Dr. Andrés Hernández destacó que la edición 2025 del Foro se centra en temas innovadores y de alta relevancia, entre ellos:

- Terapias intervencionistas y de procesamiento de dolor.
- Medicina complementaria, Incluyendo el uso de cannabis y psicodélicos.
- Cuidados paliativos, con énfasis en el abordaje de la espiritualidad y otros aspectos relacionados con las enfermedades terminales.

3ª Feria conmemorativa del 25N

Día de la eliminación de la violencia contra la Mujer

Consejo de Equidad de Género del INCMNSZ

Por tercera ocasión el CEG organizó en el instituto una feria conmemorativa por el 25N, día de la eliminación de la violencia contra la mujer. El objetivo de esta es promover entre personal de salud, pacientes y familiares, la identificación de las distintas formas de violencia hacia las mujeres, así como concientizar sobre sus consecuencias y visibilizar los mecanismos existentes para su atención, prevención y erradicación.

En esta ocasión el CEG participó con la actividad “revienta el estereotipo”, en la cual, las personas participantes tenían que lanzar un dardo para romper un globo en el que se encontraban algunos estereotipos que refuerzan la violencia en contra de la mujer y la evidencia científica que refuta el estereotipo.

Grupos invitados:

Colegio de Profesionales en Derecho: Quienes estuvieron resolviendo dudas y proporcionando asesoría legal sobre casos de violencia

Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la CDMX: Obsequiaron violentómetros, acosómetros, transviolentómetros, suicidómetros y dieron a conocer los programas de atención psicológica y legal que tienen para apoyar a mujeres e infancias víctimas de violencia, así como a personas afectadas por delitos.

Además el CEG lanzó una convocatoria para que toda la comunidad pudiera participar en algunos de los stands informativos. El apoyo y la participación de estas áreas refuerzan su liderazgo como aliadas estratégicas en la construcción de una comunidad más equitativa, justa, diversa y libre de violencia dentro de esta institución.

Departamento de Genética, INCMNSZ: Participaron con la actividad “pescando actitudes de no violencia” en la que por medio de una actividad lúdica promovían la reflexión y el aprendizaje sobre la violencia de género y fomentaban actitudes de apoyo y respeto hacia las mujeres.

Departamento de Comunicación y Vinculación, INCMNSZ: Participaron reforzando su compromiso con la campaña permanente del día naranja. Invitaron a la comunidad a comprometerse para el combate de la violencia a la mujer y el compromiso se sellaba con la huella naranja de una mano en un mural

Red de Apoyo a la Investigación (RAI), INCMNSZ / UNAM: Participaron por medio de un memorama para dar a conocer las distintas formas de violencia hacia las mujeres en el campo de la ciencia, como “el efecto Pigmalión de género”.

Escuela de Enfermería “María Elena Maza Brito”, INCMNSZ: Hablaron sobre violencia callejera y difundieron la estrategia “Stand-up” para combatirla en caso de ser testigos.

Cuentas Corrientes de Pacientes Hospitalizados, INCMNSZ: Participaron con un poster dando a conocer su compromiso para prevenir y erradicar la violencia en contra de la mujer.

Finalmente se colocaron mamparas con conceptos importantes sobre violencia, se realizó un memorial para honrar a mujeres mexicanas que perdieron la vida a causa de la violencia feminicida y se promovió que la comunidad pudiera escribir mensajes de apoyo para mujeres víctimas de violencia. Esta información se quedará en la explanada por los 16 días de activismo contra la violencia de género.

Proteger y garantizar justicia

La voz del personal de salud en formación: un avance necesario, un camino que exige responsabilidad

Dr. José Alberto Ávila Funes/Director de Enseñanza

En los últimos años hemos observado un **cambio significativo dentro de los programas de formación en salud**. Las y los jóvenes profesionales –en particular quienes cursan residencias médicas– han comenzado a alzar la voz para denunciar prácticas que, desde hace décadas, forman parte de nuestra cultura hospitalaria: la violencia laboral, la violencia académica, el maltrato normalizado y dinámicas jerárquicas que pueden afectar el aprendizaje y la salud emocional. **Que hoy se atrevan a hablar no solo es legítimo**, sino también un signo de madurez colectiva. Es un avance que debemos reconocer, pues hemos mejorado en la escucha, en la accesibilidad de los canales de denuncia, y la incorporación de la perspectiva de género como un eje irrenunciable para atender y analizar estos casos.

No obstante, este avance trae consigo un reto igualmente relevante: comprender que **visibilizar un problema no implica obtener una solución inmediata ni necesariamente aliada con lo que cada denunciante considera justo**. El Instituto –como cualquier institución pública– está obligado a actuar conforme a la normativa vigente, a las leyes aplicables y a los protocolos establecidos para investigar, documentar y, en su caso, sancionar.

Es fundamental explicar que abrir una investigación no implica que su desenlace coincida plenamente con las expectativas de quien denuncia. Un proceso puede concluir que no existe evidencia suficiente para determinar responsabilidad o que los hechos no se configuran como falta grave. Como comunidad, debemos aprender a aceptar estas resoluciones cuando han sido realizadas de manera justa, transparente, documentada e informada.

Negar una solicitud específica –por ejemplo, la destitución inmediata de un superior o la baja de un residente– no equivale a indiferencia, apatía o complicidad. Significa, simplemente, que estamos obligados a respetar el principio de presunción de inocencia y a garantizar procesos que protejan tanto a quienes denuncian como a quienes son señalados. Las tensiones propias del ambiente hospitalario, el estrés continuo y la complejidad de las relaciones jerárquicas pueden generar percepciones distintas sobre un mismo hecho; por ello, la investigación cuidadosa es indispensable para evitar decisiones irreversibles que dañen de manera injusta una trayectoria profesional.

Nuestro compromiso como Instituto es doble: **proteger a quienes se sienten vulnerados y garantizar justicia para todas las personas involucradas**. Esto implica fortalecer los mecanismos de denuncia, escuchar con empatía, actuar con seriedad y aplicar sanciones cuando corresponda. Pero también implica explicar con claridad por qué ciertas decisiones se toman de una manera y no de otra, y acompañar a las y los jóvenes para que comprendan el valor del debido proceso y la importancia de construir una cultura profesional basada en el respeto, la evidencia y la responsabilidad compartida.

El camino hacia un **ambiente formativo más sano, equitativo y humano es una tarea de todos**. Hemos avanzado, sí; pero continuar avanzando requiere diálogo abierto, paciencia institucional y madurez social y profesional. Solo así podremos transformar verdaderamente nuestras prácticas y honrar el compromiso que tenemos con quienes hoy se forman y con las generaciones que habrán de venir.

Abordarla con una profunda conciencia, formación y una sólida ética

Inteligencia Artificial en Medicina: ¿Aliada o amenaza para la seguridad del paciente en el INCMNSZ?

Segunda y última parte

Dra. Yesica Elizabeth Andrade Fernández / Unidad de Mejora Continua de la Calidad.
Coautora: Dra. Diana S. Sánchez Alfaro / Residente, de Calidad de la Atención Clínica



En continuidad a lo expuesto en el artículo anterior, la Inteligencia Artificial (IA) ha irrumpido en el campo de la medicina con una promesa transformadora, al ofrecer herramientas para permitir optimizar diagnósticos, personalizar tratamientos y agilizar procesos administrativos.

Como profesionales de la salud en el INCMNSZ, **es nuestra responsabilidad mantener una conciencia plena sobre los riesgos** previamente mencionados y **garantizar que la IA se utilice siempre en favor del bienestar del paciente**, evitando que se convierta en una fuente de nuevas vulnerabilidades. Esto implica una formación continua en el uso crítico de la IA, el entendimiento de sus limitaciones, la validación constante de sus resultados y la estricta adhesión a los protocolos éticos y de privacidad de datos.

Asimismo, es crucial establecer métricas de supervisión que permitan evaluar la efectividad y seguridad de las soluciones de IA implementadas, asegurando que su integración fortalezca, y no debilite, nuestra misión institucional de brindar atención de la más alta calidad y seguridad.

Por tanto; la Inteligencia Artificial representa una frontera prometedora para la medicina. Sin embargo, para que sea un verdaderamente una aliada dentro del INCMNSZ, debemos abordarla con una profunda conciencia, formación y una sólida ética. Solo mediante un uso responsable, crítico y centrado en la persona, podremos aprovechar su potencial para elevar la calidad y seguridad de la atención médica sin comprometer nuestros valores fundamentales.

“Estandariza, comunica y protege al paciente”



**MÍSTICA
INCMNSZ**
así somos

APEGO A LOS PRINCIPIOS

**Fortalecer la devoción, cariño y
respeto a la institución que nos
formó.**

¡y aquí la vivimos diario!

COMUNIDAD INCMNSZ



Daisy Torres Díaz

Enfermera General Titulada C
Clínica de Heridas y Ostomías,
Departamento de Enfermería, INCMNSZ

2013-2017

Licenciatura en Enfermería y Obstetricia, Escuela de Enfermería María Elena Maza Brito, INCMNSZ incorporada a la Universidad Nacional Autónoma de México.

2016

Diploma con Excelencia Académica como Estudiante del 3er año de Licenciatura en Enfermería y Obstetricia

2017-2018

Servicio Social, Instituto Nacional de la Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

2018-2020

Enfermera asistencial en Áreas de Servicios Auxiliares de Diagnóstico de Endoscopia, INCMNSZ

2019

Sesión Clínica de Enfermería con el tema: Caso clínico de un paciente con colangitis grave; Servicio de Endoscopia, INCMNSZ

2020-2025

Enfermera asistencial en Áreas Críticas de Urgencias, INCMNSZ

2022

Especialidad y Maestría de Terapia en Heridas, Estomas y Quemaduras, Universidad Panamericana

2025

Adscrita a la Clínica de Heridas y Ostomías

La última del año

Sesión Cultural dedicada a las y los Cirujanos eméritos

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

El jueves 27 de noviembre se llevó a cabo la última Sesión Cultural de 2025, dedicada en esta ocasión a los Cirujanos Eméritos, distinguidos médicos que durante muchos años contribuyeron de manera sobresaliente al trabajo de nuestra institución y que, por distintas razones, dejaron de formar parte de ella.

El Director General del INCMNSZ, Dr. José Sifuentes Osornio, expresó su agradecimiento por la labor realizada, así como por sus valiosas aportaciones en los ámbitos de la investigación y la enseñanza, resaltando la generosidad con la que compartieron sus conocimientos y experiencia con las nuevas generaciones.

El concierto fue excepcional y estuvo a cargo de dos talentosos concertistas de Bellas Artes: la destacada soprano Zulyamir López Ríos y el reconocido pianista Santiago Piñeirúa.

Sesión Cultural NOVIEMBRE

 DRA. JOSEFINA ALBERÚ GÓMEZ	 DR. LORENZO DE LA GARZA VILLASEÑOR	 DR. FERNANDO GABILONDO NAVARRO	CONCIERTO DEDICADO A CIRUJANOS EMÉRITOS	Jueves 27 noviembre 2025 18:00 hrs.
 DR. MIGUEL F. HERRERA HERNÁNDEZ	 DR. RAMIRO JIMÉNEZ TORRES	 DR. LUIS DAVID MARCIAL BARBA	 DR. ALBERTO VIESCA MURIEL	Música INBAL
	 Zulyamir Lopezríos soprano CONCERTISTA DE BELLAS ARTES	 Santiago Piñeirúa piano CONCERTISTA DE BELLAS ARTES	AUDITORIO INCMNSZ ENTRADA LIBRE VINO DE HONOR	

Copyright Reservados © 2025 INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Imágenes proporcionadas por la Coordinación Nacional de Música y Ópera INBA

*Concierto en Colaboración con la Coordinación Nacional de Música y Ópera del INBA



Formación del profesional de enfermería anestésica

La Enfermería en Anestesiología: de la asistencia a una especialidad en evolución

Karla Mendoza Rodríguez, Pasante de Servicio Social / Lcda. Alejandra Córdova Pérez, Tutora de Servicio Social

Cada 16 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Anestesiología, en honor a la primera demostración pública de anestesia con éter realizada en 1846 por el dentista William Thomas Morton. Este acontecimiento marcó un hito en la medicina moderna al permitir procedimientos quirúrgicos sin dolor lo que impulsó el desarrollo de la anestesiología como una disciplina esencial en el cuidado del paciente.

En este contexto, la enfermería ha adquirido un papel cada vez más relevante. Más allá de las funciones técnicas o de asistencia, la enfermera en el ámbito anestésico participa de manera activa en la preparación integral del paciente, el monitoreo continuo durante los procedimientos y el acompañamiento emocional y clínico. Esta labor requiere una formación especializada, habilidades precisas y una profunda comprensión del entorno quirúrgico.

La experiencia de servicios sociales en anestesiología ha sido transformadora. Desde la gestión de materiales y equipos, hasta la participación en procedimientos como la intubación endotraqueal, se reafirma el valor del trabajo colaborativo con el anestesiólogo. Uno de los aspectos más significativos en mi práctica dentro de la medicina perioperatoria es el acompañamiento emocional al paciente, quien frecuentemente enfrenta miedo, incertidumbre y ansiedad, especialmente ante el acto anestésico.

El papel de la enfermería se extiende también al área de recuperación post-anestésica, e incluye la preparación física y emocional del paciente, la verificación de indicaciones médicas y el aseguramiento de las condiciones necesarias para cada procedimiento. Durante la etapa intraoperatoria, la enfermera brinda vigilancia y apoyo constante, colaborando con el equipo quirúrgico y con los médicos en formación para garantizar la seguridad del paciente.

Actualmente, existen programas de posgrado que forman a profesionales capaces de administrar anestesia de forma segura y eficaz. Esta especialidad representa un avance significativo para la práctica profesional de enfermería y fortalece su participación dentro del equipo quirúrgico.



(Fotos) PSS. Karla Mendoza Rodríguez

Orgullo INCMNSZ

Dr. Carlos Hinojosa Becerril nuevo titular de la CCHINSAE

Comunicación



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

El Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

felicita al



Dr. Carlos Arturo Hinojosa Becerril

por su nombramiento como titular de
la **Comisión Coordinadora de Institutos Nacionales
de Salud y Hospitales de Alta Especialidad (CCHINSAE).**

Ciudad de México, México a 18 de noviembre de 2025.

El Dr. Carlos Hinojosa es cirujano vascular con trayectoria destacada en gobierno clínico, gestión institucional y formación de especialistas. Hasta el 18 de noviembre se desempeñó como Subdirector de Investigación Clínica en nuestro Instituto.

Es egresado de Cirugía General por el INCMNSZ y de Cirugía Vascular por la Universidad de McMaster. Hamilton, Ontario. Canadá. Cuenta con una Maestría en Ciencias con especialidad en Epidemiología Clínica (HRM) McMaster University, homologada como Salud Pública en México.

Ha impulsado la estandarización de comités y procesos, la trazabilidad en el uso de recursos y la medición sistemática de resultados, contribuyendo a fortalecer la productividad académica y la integridad institucional.

Actualmente es presidente del Departamento de Cirugía de la Academia Nacional de Medicina de México y Presidente del Consejo Mexicano de Angiología, Cirugía Vascular y Endovascular, desde donde ha articulado agendas interinstitucionales en calidad, formación de especialistas y adopción responsable de innovación.

Fuente: Secretaría de Salud

Efemérides de la Salud

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

17 Día Internacional de Lucha contra el Cáncer de Pulmón

Sensibilizar sus principales causas

Se conmemora 17 de noviembre, una fecha destinada a sensibilizar sobre una de las principales causas de mortalidad por cáncer en el mundo. Con más de 2,4 millones de casos nuevos y alrededor de 1,8 millones de fallecimientos anuales, esta jornada subraya la importancia de la prevención, la detección temprana y el acceso oportuno a tratamientos para reducir su impacto global.

<https://www.diainternacionalde.com/ficha/dia-internacional-cancer-pulmon>

18-24 Semana Mundial de Concientización sobre los Antibióticos

Alertar sobre la resistencia a los antimicrobianos

Lema: Actuar ahora: Proteger nuestro presente, asegurar nuestro futuro. La Organización Mundial de la Salud (OMS) impulsa esta semana para alertar sobre la resistencia a los antimicrobianos, responsable de más de 4,7 millones de muertes al año. Esta jornada promueve el uso responsable de antibióticos y el fortalecimiento de acciones para proteger su eficacia y la salud pública global.

https://www.who.int/campaigns/world-amr-awareness-week?utm_source=chatgpt.com

18 Día Mundial para Prevenir la Explotación, los abusos y la Violencia Sexuales contra los Niños y Promover la Sanación

La ONU conmemora este día con el fin de visibilizar y combatir todas las formas de violencia sexual y maltrato contra niñas y niños. A nivel global, más de 370 millones de niñas y mujeres han sufrido abuso sexual en su infancia, una cifra que alcanza los 650 millones al incluir violencias sin contacto. Esta fecha reafirma el compromiso institucional de prevenir, proteger y garantizar atención integral a todas las víctimas, promoviendo entornos seguros para la infancia en todos los ámbitos.

<https://www.un.org/es/observances/child-sexual-exploitation-prevention-and-healing-day>

29 Día Nacional de la Lucha contra el Cáncer de Próstata

Fomentar chequeos periódicos

México conmemora este día para promover la prevención y detección temprana de uno de los cánceres más frecuentes en hombres. En el país se registran más de 25 mil casos nuevos al año, y la mayoría se diagnostica en etapas avanzadas. Esta fecha refuerza el llamado institucional a fomentar chequeos periódicos, especialmente a partir de los 45 años, y a fortalecer las acciones de educación, diagnóstico oportuno y atención integral para reducir la mortalidad por esta enfermedad.

https://gaceta.diputados.gob.mx/PDF/66/2025/sep/20250909-II-1-7.pdf?utm_source=chatgpt.com

Evitar sobrediagnósticos

Del Laboratorio a la decisión clínica: excelencia y *stewardship* diagnóstico

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Dirección de Comunicación Institucional y Social



Dra. Fernanda González Lara

El pasado 21 de noviembre, en el marco de la **Semana Internacional de Concientización sobre el Uso de Antibióticos** se llevó a cabo la conferencia magistral “Del laboratorio a la decisión clínica: excelencia y *stewardship* diagnóstico” impartida por la Dra. Fernanda González Lara, Jefa del Laboratorio de Microbiología Clínica y miembro del Sistema Nacional de Investigadores.

La especialista explicó que el PRODIM, Programa de Optimización Diagnóstica, busca guiar a los clínicos hacia mejores decisiones, basándose en la “teoría del empujón” (*nudge theory*) proveniente de la fármaco-economía. Este programa está intrínsecamente vinculado con los PROA (Programas de Optimización de Antimicrobianos), bajo el principio: “No puede haber PROA sin PRODIM”.

El objetivo central del PRODIM es alcanzar la excelencia diagnóstica para minimizar el sobrediagnóstico y el diagnóstico erróneo, problemas mucho más frecuentes de lo que se suele creer. Subrayó que la meta es simple, pero contundente: “Solicitar el estudio correcto, en el paciente correcto, para llevar a cabo la acción correcta”.

El riesgo del sobrediagnóstico conduce a tratamientos antimicrobianos innecesarios, lo que genera graves consecuencias: efectos adversos por medicamentos, presión de selección sobre cepas resistentes, riesgo de infección por *Clostridioides difficile* y un aumento significativo de los costos hospitalarios.

Expuso diversos ejemplos en los que el personal de salud incurre: solicitar urocultivos en pacientes sin síntomas, especialmente ante un Examen General de Orina (EGO) anormal que se interpreta erróneamente como indicativo de infección. “Es una inercia clínica que debe erradicarse” afirmó. Asimismo, destacó como punto crítico la baja calidad en la toma de hemocultivos, una prueba estándar que con frecuencia tiene bajo rendimiento: “Si estos detalles se descuidan, el laboratorio reporta contaminantes que derivan en tratamientos innecesarios y en la prolongación de la estancia hospitalaria”, señaló.

Como parte de las acciones de optimización, el laboratorio que encabeza la Dra. González ha implementado el antibiograma en cascada, una estrategia que reporta selectivamente antibióticos de espectro reducido para cepas sensibles, evitando así la prescripción innecesaria de fármacos de amplio espectro. La meta es incorporar la probabilidad preprueba al razonamiento clínico y eliminar los estudios de rutina y control.

#DíaNaranja

Campaña para **eliminar la violencia**
contra las mujeres y niñas



Gracias por ser parte de la
foto oficial del mes
noviembre 2025



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



TE INVITAMOS AL

BAZAR

DEL VOLUNTARIADO
INCMNSZ

MARTES 2 DE DICIEMBRE
EXPLANADA DEL QUIJOTE
A PARTIR DE LAS 11 HORAS

TU AYUDA ES DE GRAN UTILIDAD
PARA NUESTROS PACIENTES



**VOLUNTARIADO
INCMNSZ**

El ictus también afecta la salud mental

Depresión y ansiedad, complicaciones frecuentes tras una EVC

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/ Dirección de Comunicación Institucional y Social

La Enfermedad Vascular Cerebral (EVC), más allá de las secuelas físicas, impone una carga significativa en la salud mental de los pacientes y sus familias. Así lo aseguró la Dra. María Los Ángeles Vargas, Coordinadora del Departamento de Neurología y Psiquiatría del INCMNSZ durante su conferencia “Depresión y ansiedad posterior a una enfermedad vascular cerebral” impartida el pasado 29 de octubre en la explanada del Quijote. La especialista subrayó que la depresión y la ansiedad son trastornos psiquiátricos altamente prevalentes en las personas sobrevivientes de ictus, constituyendo complicaciones que no solo dificultan la rehabilitación física, sino que también pueden incrementar el riesgo de mortalidad.

Riesgos y consecuencias de la depresión post-ictus

De acuerdo con la Dra. Vargas, la depresión posterior a un evento vascular cerebral se presenta hasta en el 33% de los pacientes durante la fase aguda, y el riesgo puede extenderse hasta tres años después del evento. En los primeros dos años, las personas con EVC tienen hasta seis veces más probabilidad de desarrollarla.

La ansiedad también es frecuente, con una prevalencia estimada entre el 25% al 50% en la fase aguda. Cabe destacar que una proporción considerable de pacientes ya presentaba antecedentes de ansiedad antes del evento vascular.

El impacto emocional de la EVC no se limita al paciente. La especialista enfatizó que las familias y los cuidadores también experimentan consecuencias psicológicas importantes, llegando incluso a desarrollar depresión y ansiedad derivadas del estrés crónico asociado al acompañamiento y la rehabilitación. En este sentido, el cuidado de la salud mental del entorno familiar es indispensable para favorecer una recuperación integral.

Detección y tratamiento

La Dra. Vargas recalcó que la depresión no es un asunto de “falta de voluntad” ni de “echarle ganas”; se trata de una enfermedad médica con afectaciones cerebrales que requiere atención profesional.

Los principales síntomas de alarma son:

- Tristeza persistente por más de dos semanas.
- Pérdida de interés o incapacidad para sentir placer.
- Ideas de inutilidad, culpa o pensamientos de muerte/suicidas.

El tratamiento oportuno con especialistas en salud mental –que pueden incluir psicoterapia y psicofármacos– no solo atiende el trastorno emocional, sino que contribuye a mejorar la evolución y el pronóstico en la recuperación posterior a una EVC.

Verduras

Las verduras son una parte vital de las cocinas en todo el mundo, cada país y región tiene sus propios platos favoritos. Son una parte importante de una dieta saludable.

Las **plantas** nos proveen de servicios indispensables para vivir. Los frutos, verduras y hortalizas son alimentos que obtenemos de ellas.

Las **hortalizas** son todas aquellas plantas comestibles que se puedan cultivar en huertas o milpas. El término incluye legumbres y verduras. Son ricas en vitaminas A y C, ácido fólico (folato), fibra y potasio; el folato ayuda a la formación de glóbulos rojos.

Una parte importante de las hortalizas son los **quelites**. Este grupo incluye flor, hoja o hierba tierna. Entre ellos se encuentran los romeritos, las verdolagas, la flor de calabaza, los berros y el epazote, entre otros que crecen en la milpa, nuestro sistema tradicional de cultivo de plantas comestibles.

Por su alto contenido de hierro, fibra, omega-3, antioxidantes, vitaminas C y D y potasio son una excelente alternativa para fortalecer el sistema inmunitario.

La OMS recomienda actualmente el consumo de por lo menos 400 g de frutas y verduras cada día, o cinco porciones de 80 g cada una.

Fuente: http://www.unamiradaalaciencia.unam.mx/stc_metro/consulta_stcm_pdf.cfm?vArchivoStcm=179



Pita vegetariana



Ingredientes para el relleno:

- 2 piezas de zanahoria (rallada)
- 2 piezas de calabaza (cortada en tiras)
- 2 piezas de pera (cortada en cubitos)
- 2 taza de espinaca
- 3 cucharaditas de ajonjolí tostado
- 4 piezas de chile de árbol seco (cortado en rodajas)
- 3 cucharaditas de aceite de girasol
- 6 piezas de pan pita o árabe
- Sal y pimienta al gusto

Ingredientes para el cremoso de cilantro:

- 6 cucharadas de queso de cabra
- 3 cucharadas de cilantro picadado
- Media taza de leche light

Ingredientes para la vinagreta:

- 30 mililitros de vinagre de sidra
- 70 mililitros de aceite de nuez
- Sal y pimienta al gusto

Modo de preparación:

Para las ensalada: Calentar un sartén, agregar aceite de girasol, saltear zanahoria, calabaza, espinaca, ajonjolí y pera. Sazonar con pimienta, chile de árbol y sal. Reservar.

Para el cremoso de albahaca: Deshacer el queso de cabra, mezclar con la albahaca, de manera que la preparación quede unttable. De no ser así, agregar un poco de leche y rectificar sazón.

Para la vinagreta: Colocar el vinagre en un recipiente y sazonar con sal y pimienta. En forma de hilo, agregar el aceite y mezclar, hasta integrar por completo la preparación.

Para el montaje: Calentar el pan pita, untar con el cremoso de albahaca, rellenar con dicha preparación, doblar y acompañar con la vinagreta de nuez.



HIDRATACIÓN
CONTINUA
Y SOSTENIBLE

Cuando bebes agua simple
constantemente
a pesar de no tener sed...
¡Creas tu cambio!

PROGRAMA INCMNSZ®

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR



Gobierno de
México

Salud
Secretaría de Salud



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Feliz Cumpleaños Primera quincena de diciembre

1

Garrido Aguilar Fabiola
Hernández Ramírez Rodrigo
Marín Sánchez Natali Fabiola
Muñiz Angeles Marcela Irene
Ramírez Blaz Andrea Amalia
Ramírez Morales Marco Antonio
Reséndiz Mondragón Alejandra
Villarruel Morales Edwin Daniel
Xochitototl Nava Margarita

2

Arce Sandoval Cesar Rodrigo
Cedeño Velasco Gelia
García Muñoz Bonifacio
López Vale Iris Itzel
Márquez Olvera Víctor Omar
Martínez Rojas Miguel Ángel
Palomo Ayala Eva Margarita
Rodríguez Almendros Nielzer Armando
Ruiz Lozano Andoni Miguel
Segura Morales Antonio De Jesús
Tlatempa Leyva Leticia

3

Arteaga Cabello Fernando Javier
Espinosa De Los Mont Sánchez Antonio
Flores Garduño Javier Claudio
Matali Alfaro Grissel
Payró Ramírez Gerardo
Salgado Vega Javier Armando
Villa Márquez María Del Rosario

4

Estrada Joe Laura Isabel
González Neri Tania
Kaufer Horwitz Martha
López Gómez Raúl Iván
Paz Hernández María Del Carmen
Rodríguez Medina Margarita
Rosas Galicia Gabriel
Zúñiga Martínez Carlos Bogart

5

Cabello Modesto Daniel
Cerecero Cenobio Barbarita
Contreras Rodríguez J Socorro
Dehesa Flores Yésica
Esquivel Quevedo Víctor Alberto
Neri Rodríguez Alma Julieta
Torres Acosta Irene
Tule Miranda Ana Karen
Valencia Flores Matilde

6

Crispín Acuña José Carlos
Fernández Leyva Aaron
Macías Benítez Berenice Araceli
Paredes Cervantes Kevin
Sánchez Barragán Maricela
Sánchez Vázquez Armando Salvador

7

Domínguez Villacorral Sandra Elena
García Ponce Elba
Gutiérrez Tolentino Jocelin
Hernández Mendoza Brenda Sofía
Jiménez Santana María Luisa
López Duran Ambrosio
Ramírez Rodríguez Claudia
Rangel Ruiz Marisol Sarai

8

Báez Castillo Paola Concepción
Balmez Rodríguez Gustavo
Figueroa Hernández Paola
Franco Lucas Karla Concepción
Gómez Trujillo Leopoldo
Jiménez Martínez Ernesto
Jiménez Ríos Joseline
Nolasco Miguel María Concepción
Pérez Celis Luis Gerardo
Ruiz Martínez Concepción

9

Alvarado Ortega Iván
Ayapantecatí Meléndez Guadalupe
Cruz López Adriana
Garduño González Patricia
Méndez González Arturo
Meza Cervantes Sergio Alberto
Palacios Muñoz María Fernanda
Sánchez Álvarez David Jonatan
Solís Valencia Rubén Daniel

10

Barreto Zúñiga Rafael
Beltrán Vargas Rosario
Cortes Huerta María Elvira
Díaz Diego Alma Yasmin
García Álvarez Manuel
Gómez Velasco Donají Verónica
Hernández Ortiz Francisco Rene
Hernández Reyes José Pablo
Pastrana Guzmán Araceli Dalila
Ramírez Escalante Heidi Guadalupe
Retiz Márquez Erika Desirée

11

Arteaga García Natán Carlos
Bahena Martínez Anhelen Cindy
Martínez Ruiz Rosa
Soto Victoria Daniela Montserrat

12

Díaz Lomelí Paulette Guadalupe
García Martínez Roberto
González Ramírez Santa Rita
Guerra Becerra Cinthia Saraid
Nieto Meza Christian Octavio
Noriega López Lilia Guadalupe
Pérez Méndez Guadalupe Alvin
Urbina Arronte Luz Elena

13

Cardoza Pacheco Hugo Agustín
Cedillo Vázquez Sharon
Flores Orihuela Saul
Galicia Pérez Armando
López Pérez Jorge
Pareda Hernández María Teresa Minerva
Pérez Benhumea Tania

14

Alpizar Mercado Juana
García Ulloa Ana Cristina
Juárez Flores Alejandra
Martínez Cruz Rosario
Mora Suarez Nora Karina
Sánchez García Laura Margarita
Vargas Ramírez Claudia

15

Linden Torres Enrique
Marín García Alberto
Martínez Alcalá Armando
Mendoza Vera Mario
Olvera Hernández Iván Fernando
Reyes Vela José Francisco
Rodríguez Ortega Arturo
Vázquez Andrade Alejandra

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 CAMIONETA BMW 2020.

SUV X2 18i Executive. Automática, color blanco, interiores en piel. Turbo. Cinco puertas, para cinco pasajeros. Todo pagado hasta 2025. Cámara de reversa, pantalla touche. Facilidades de pago \$450,000.00 Inf. al 5521414074.

RENTO CASA.

Cerca de Medica Sur, en condominio horizontal de 4 casas. Tres recámaras, dos y medio baños, amplia estancia y cocina, antecomedor, terraza y dos lugares de estacionamiento. Inf. al 5527733173 con Verónica.

RENTO HABITACIÓN.

En la Alcaldía de Tlalpan, detrás del Colegio Militar. Para una persona o un matrimonio (sin niños), cuenta con baño propio y un pequeño patio. Inf. al 5537555309 con Arturo.

VENDO DEPARTAMENTO.

En Villa Tlalpan 165m², cocina integral con alacena y desayunoador, sala, comedor, recibidor con clóset, 2 recámaras con clóset de pared a pared (la principal tiene baño con tina), estudio, un baño completo, cuarto y patio de servicio (con baño completo). Estacionamiento para dos autos, gas natural. Inf. con Gloria al 5514743060.

VENDO DEPARTAMENTO.

En Ventanas Coyoacán. Cerca zona de hospitales, Alcaldía Tlalpan. 118 mts. mas 35 mts. de terraza privada, planta baja, 3 recámaras, (dos de ellas con vestidor y baño completo), 3 baños completos, sala, comedor, cocina integral equipada, estudio, dos lugares para estacionamiento (techado), bodega, patio de servicio, vigilancia 24 horas, piscina, gimnasio, biblioteca, ludoteca, internet, salón de usos múltiples. Se aceptan créditos bancarios. Precio \$7 millones. Inf. al 5521414074.

VENDO DEPARTAMENTO.

En Santa Martha Acatitla, Alcaldía Iztapalapa. En Unidad privada, ubicado en primer piso; dos recámaras, baño completo, sala, comedor, cocina, cajón de estacionamiento, todos los servicios. Precio \$600 mil pesos. Trato directo, Informes al 5543566328 o al 5610980109.

RENTO MINILOFT.

Estancia por día, semana o mes. Cerca zona de Hospitales, Alcaldía Tlalpan. Alojamiento privado, seguro, limpio y tranquilo, para médicos residentes, pasantes o pacientes. Cuenta con cama matrimonial, baño completo, cocina equipada, WiFi, ventiladores, cámara de seguridad exterior. Inf. al 5617991318 (whatsApp).

JUEGO INFLABLE.

Escaladora Gusy. Medidas en metros. Ancho 3.20 alto 3.80 y largo 6.20 Precio \$22,000.00. Informes al 5574961973.

VENDO MICROSDHC CARD.

Con adaptador UHS-I class 10 de 32 GB. Nueva empaquetada. Precio \$150. Inf. al 5574961973 con Leonel.

VENDO SMART BAND 3.

Paquete con 6 piezas de diferentes colores (nuevo). \$100.00 **CASCO PARA BICICLETA.** Nuevo. Marca Oxelo, color negro \$300.00 **PISTOLA LANZADORA DE BABOSAS SLUG TERRA** \$500.00 **SET DE BABOSAS.** De la serie Slug terra \$200 Inf. con Karina a la ext. 2519.

VENDO CELULAR HONOR X8a.

Nuevo, empaquetado. ROM:128 GB, RAM: 8 GB, DUAL SIM, CÁMARA 100 MEGAPIXELES. Procesador MediaTek Helio G 88. \$3,500. Informes con Liliana Morán al WhatsApp: 5522571867 ext. 4162.

VENDO DOS LLANTAS NUEVAS.

Rin 185/65R14 marca Sonny \$2000 pesos por las dos. Inf. al 5511380210.

VENDO EDREDÓN DE PLUMA DE GANSO Y SÁBANAS DE FRANELA.

El edredón tiene funda y las sábanas son 100% de algodón. Inf al 5591026942 o al 5632885034.

VENDO MOTOCICLETA VENTO 2025.

Screamer Sportivo 300. Se vende con colín, sin caja, seis meses de uso, un solo dueño, sin caídas, en muy buen estado. Inf. con Juan Carlos; al 5536683510 o al 5642229941.

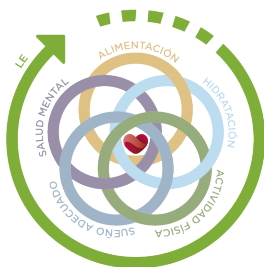
VENDO CAMA DE HOSPITAL.

Seminueva de tres posiciones, dos eléctricas y una manual con panel rígido y barandales desmontables, incluye colchón, \$15,000.00, tiempo de uso tres semanas. Inf. con Gerardo a la ext. 2946 o celular 552128 0806.



**COMUNIDAD
INCMNSZ**

Cuidate



PROGRAMA INCMNSZ

**VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE**



PARA VIVIR MEJOR

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

Director General

Dr. José Sifuentes Osornio

Dirección de Comunicación Institucional y Social

Carmen Amescua Villela

Departamento de Comunicación y Vinculación

Responsable Editorial

Liliana Morán Rodríguez

Diseño editorial, armado, retoque digital y fotografía

Karina Salas Mercado

Jorge Velázquez Hernández

Luis Francisco Hidalgo Guillén

Revisión

María Concepción Nolasco Miguel

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación



INCMNSZ



Si deseas colaborar escríbenos a:
camiseta@incmnsz.mx

Consulta la edición digital
www.incmnsz.mx/opencms/Camiseta2025.html



Salud
Secretaría de Salud



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN