



ANIVERSARIO
1946-2026



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXXII No. 15

15 de agosto 2026

Programa de Atención para la Mujer (PAM) en la Clínica de VIH del INCMNSZ

Conferencia Magistral de la fotógrafa
Lourdes Almeida en el marco del 80 Aniversario





La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 781

15 agosto 2026

CONTENIDO

EDITORIAL

1

PARA CONOCERNOS

2

- Programa de Atención para la Mujer (PAM) en la Clínica de VIH del INCMNSZ

SER INCMNSZ

4

- El acompañamiento par en la Clínica de VIH del INCMNSZ

ENTÉRATE

6

- Conferencia Magistral "Retrato de familia"
- Fundación Carlos Slim dona vehículo para el área de trasplantes del INCMNSZ
- Agradecimiento por la donación del equipo de mastografía digital a la Fundación Gonzalo Río Arronte
- Inauguran el Seminario Ética e Investigación

NUTRICIÓN INCMNSZ

13

- Una medida clave para prevenir la infección por Cyclospora

ADMINISTRACIÓN

14

- Un departamento, diferentes perfiles: la visión integral de la colaboración

ARTE Y CULTURA

15

- Exposición Guillermo Cevallos: *Los sueños y la fantasía*

HABLEMOS DE ENFERMERÍA

16

- Clausuran Servicio Social de Enfermería y Diplomado Bases para la Prescripción Enfermera

NUEVA TORRE INCMNSZ

18

- ¡Logremos juntos!

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

19

- Evitar la contaminación de alimentos

NUESTRO ENTORNO

20

- Liderazgo y capacitación para el uso seguro del Equipo de Protección Personal

COMUNICACIÓN

21

- RAI recibe reconocimiento de calidad de la UNAM

80 ANIVERSARIO

22

- Foro Vida Saludable y Sostenible

LA CULTURA DEL BIEN COMER

23

- Tomates
- Chicharrón en salsa verde

PROGRAMA VIDA SALUDABLE

24

- Programa Vida Saludable y Sostenible



Con un modelo de cuidado integral centrado en la paciente, el **Programa de Atención para la Mujer (PAM)** de la **Clínica de VIH del INCMNSZ** reorganiza la consulta médica para superar barreras biopsicosociales y de género, logrando elevar la retención en la atención médica al 89.6 % y la supresión viral al 91.9 %. Conoce más sobre esta iniciativa en la sección **Para Conocernos**.

Frente a la incertidumbre y el miedo que genera un diagnóstico de VIH, la labor de **acompañamiento par** que se realiza en la Clínica de VIH del INCMNSZ demuestra que la contención emocional, la empatía y la cercanía humana son tan importantes como los fármacos. En **Ser INCMNSZ** te contamos la historia de una persona que transformó su propia experiencia –tras el diagnóstico– en una guía de esperanza para fortalecer la adherencia al tratamiento, combatir la desinformación y tejer una red de apoyo comunitario que cambia vidas.

En **Entérate**:

En el marco de las celebraciones por el **80 Aniversario del INCMNSZ**, se llevó a cabo la **Conferencia Magistral del mes de agosto**, con la participación de la **fotógrafa Lourdes Almeida** y su conferencia titulada “**Retrato de Familia, la nación mexicana**”. En el que se reflexionó cómo la mirada clínica y el lente artístico convergen en una misma exigencia: observar con empatía para defender la vida del deterioro y la memoria del olvido; mientras el diagnóstico busca preservar el cuerpo, la fotografía resguarda la identidad y la pluralidad de nuestra nación.

La **Fundación Carlos Slim para la Salud** donó al Instituto una camioneta tipo van, con la finalidad de apoyar el sistema de **procuración de órganos y tejidos del Departamento de Trasplantes**. Este vehículo representa un avance logístico fundamental para optimizar los tiempos de respuesta y garantizar el traslado oportuno de personal e insumos críticos cuando sea necesario.

La reciente incorporación y puesta en marcha del avanzado **equipo de mastografía digital**, donado por la **Fundación Gonzalo Río Arronte** al INCMNSZ, se formalizó con la **develación de una placa de agradecimiento**. Gracias a esta tecnología de vanguardia, el Instituto consolida un modelo de atención integral en un solo sitio (*One Stop Shop*), que agiliza el diagnóstico preciso, reduce los rezagos y reafirma el compromiso institucional de brindar a las pacientes un acompañamiento clínico humanizado y de excelencia.

El **Seminario Ética e Investigación en el INCMNSZ**, realizado en colaboración con la **Comisión Nacional de Bioética**, destacó la importancia de armonizar el avance científico y tecnológico con un estricto rigor normativo y ético. Durante el encuentro se abordaron desafíos contemporáneos como la inteligencia artificial, la perspectiva de género y los biobancos.

Modelo centrado en la paciente

Programa de Atención para la Mujer (PAM) en la Clínica de VIH del INCMNSZ

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculación



Mtra. Jessica Mejía Castrejón

El **Programa de Atención para la Mujer (PAM)** surgió en el año 2018 en la **Clínica de VIH** del INCMNSZ, liderada por el **Dr. Juan Sierra Madero**, como parte del **Departamento de Infectología**. Se trata de un modelo de atención integral centrado en la paciente, diseñado específicamente para mujeres que viven con el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH).

En *La Camiseta* entrevistamos a la **Mtra. Jessica Mejía Castrejón**, coordinadora de Atención Psicológica en la Clínica de VIH y responsable del PAM, quien nos explicó que en el Programa se reorganiza el sistema de atención para que, cuatro veces al año, **las consultas de VIH estén destinadas exclusivamente a mujeres**.

Durante esas jornadas se concentra la mayor cantidad posible de servicios para facilitar su atención integral.

- **Citas integrales.** En un solo día, las pacientes reciben consulta de VIH, atención psicológica o psiquiátrica de urgencia, dispensación de tratamiento antirretroviral y participan en un grupo de apoyo para mujeres que viven con VIH.
- **Acompañamiento par.** Una mujer que también vive con VIH se comunica con las pacientes días antes de la jornada del PAM para informarles sobre las actividades, motivarlas a asistir a su consulta y apoyarlas en la navegación de los diferentes servicios.
- **Información.** En la sala de espera se ofrecen pláticas impartidas por especialistas sobre cinco temas principales: VIH, salud mental, salud general, desarrollo personal, salud sexual y reproductiva.
- **Vinculación con asociaciones civiles.** Durante las jornadas del PAM participan organizaciones de la sociedad civil que brindan servicios, información y apoyo a personas que viven con VIH, como Casa de la Sal, México Vivo y Balance, entre otras.
- **Material de apoyo.** Además, las pacientes reciben folletos sobre temas de interés, así como condones femeninos y masculinos y lubricantes.



Sesión PAM

Todo ello se desarrolla en un **ambiente feminizado**, percibido como un espacio seguro que fomenta la confianza y el intercambio de experiencias entre mujeres que, en muchos casos, nunca habían conocido ni conversado con otra persona que compartiera su misma condición.

La Mtra. Jessica Mejía, quien también es **coordinadora del Consejo de Equidad y Género** del Instituto, explica que este modelo surgió a partir de la experiencia en la **atención psicológica**, donde identificaron que **las mujeres que viven con VIH enfrentan múltiples vulnerabilidades** que dificultan su permanencia en la atención médica, la adherencia al tratamiento antirretroviral y el cuidado de su salud mental, debido a diversos **factores biopsicosociales**.

Uno de ellos es que **con frecuencia son las principales cuidadoras de personas en situación de vulnerabilidad**. En muchos casos priorizan el cuidado de sus hijos, padres o nietos por encima de su propia salud; por ello, el programa concentra sus consultas y servicios en un solo día, evitando que deban acudir al Instituto en múltiples ocasiones. “Otros **predictores críticos** que afectan su salud mental son el desempleo, la pobreza, el bajo nivel educativo y los antecedentes de violencia de pareja o violencia sexual. Entre las **consecuencias** destacan la **interferencia en las conductas de autocuidado** y la **baja adherencia al tratamiento**, lo que puede favorecer la progresión del VIH y otras complicaciones de salud”, advierte la Mtra. Jessica Mejía.

Los resultados de este modelo de atención integral en el INCMNSZ son contundentes entre las pacientes que participan en el PAM: la **retención en la atención médica** aumentó del **78.8 % al 89.6 %**, mientras que la **supresión viral** (carga viral indetectable) pasó del **88.2 % al 91.9 %**.

Barreras en la atención de las mujeres

En México viven con VIH alrededor de **66 mil mujeres**, lo que representa aproximadamente el **20%** del total de los casos. Aunque no constituyen la mayoría de la población que vive con el virus, enfrentan vulnerabilidades derivadas de estigmas sociales.

“**El sistema de salud no fue diseñado para ellas**. En el caso específico de esta epidemia, la mayor parte de los recursos destinados a la prevención, la detección y las campañas se ha dirigido a Hombres que tienen Sexo con Hombres (HSH) y a otras poblaciones clave, como mujeres trans, personas en situación de prostitución y personas usuarias de sustancias inyectables”, señala la Mtra. Jessica Mejía.

Añade que el PAM contribuye a **visibilizar a esta población** y a atender sus necesidades específicas en un entorno de confianza que favorece la interacción entre pares.



Integrantes de la Clínica de VIH

Más allá del diagnóstico

El acompañamiento par en la Clínica de VIH del INCMNSZ

Lcda. Lilitiana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculación



Leticia Segundo Márquez

En la **Clínica de VIH del INCMNSZ**, entre consultorios, batas blancas, expedientes y la complejidad propia de la **alta especialidad**, existe una figura que no porta estetoscopio, pero cuya labor representa, para muchas personas, la **diferencia entre el miedo paralizante y la esperanza**. Se trata de **Leticia Segundo Márquez**, una mujer que ha transformado su propia experiencia con el VIH en una guía para quienes reciben un diagnóstico reciente.

Hace 26 años, Leticia enfrentó el momento que cambió su vida: recibió un diagnóstico de VIH durante el séptimo mes de su segundo embarazo. “No tengo tiempo de llorar”, recuerda haber pensado entonces, impulsada por la urgencia de proteger a su bebé.

Tras recorrer un camino complejo por el sistema de salud de aquella época, logró acceder a un protocolo en el Instituto Nacional de Perinatología, gracias al cual su hijo nació libre de VIH.

Ese episodio marcó el inicio de su lucha personal y el camino hacia lo que hoy constituye su labor institucional: el acompañamiento par.

“**El acompañamiento par** no es una intervención diseñada por profesionales de la salud, sino una **innovación social impulsada por la empatía que surge de compartir una misma condición**. Actualmente, el acompañamiento de pares es una **intervención estructurada e integrada a los servicios de atención del VIH**, respaldada por evidencia científica que demuestra su impacto en la vinculación, la retención, la adherencia al tratamiento y el bienestar psicosocial de las personas que viven con esta infección”, explica la **Mtra. Jessica Mejía Castrejón**, encargada de la Atención Psicológica en la Clínica de VIH.

Después de años de colaborar en grupos de apoyo y de capacitarse de manera constante en el acompañamiento de pares, Leticia formalizó su labor hace cinco años en el INCMNSZ. **Su función consiste en acompañar a las personas** durante su tránsito por los servicios de salud, orientarlas en trámites y citas, resolver dudas, brindar información y contención emocional, además de servir como enlace entre las y los pacientes y el personal de salud.

“Somos iguales, solo porto gafete por cuestiones de seguridad”, comenta Leticia al explicar su papel a quienes acompaña. **Esa cercanía favorece que las personas depositen su confianza en ella** y compartan inquietudes que, en ocasiones, no expresan durante la consulta médica, ya sea por falta de tiempo o por temor a sentirse juzgadas.

La labor de Leticia adquiere especial relevancia en situaciones críticas. Recuerda el caso de una paciente hospitalizada que, desesperada por su estado de salud, se negaba a recibir atención. “Se quería dejar morir”, relata. Leticia se acercó con un gesto sencillo y profundamente humano: “Oye, veo que tienes mucho tiempo aquí. ¿Me permites sobarte los pies?”. Ese acto de cuidado rompió el hielo y permitió establecer el vínculo necesario para que la paciente retomara su tratamiento. Para Leticia, **el diagnóstico de VIH no ha sido sinónimo de muerte**, sino un punto de inflexión. Utiliza su propia historia como ejemplo: “He estado **indetectable** durante casi 24 años, **gracias a una buena adherencia al tratamiento**”. Le gusta transmitir un mensaje esperanzador y realista: el tratamiento permite vivir con dignidad, llegar a la vejez con buena calidad de vida y mantener proyectos personales y familiares.

Aunque su labor en el **Programa de Atención para la Mujer (PAM)** y en la **Clínica de VIH** ha sido fundamental, Leticia reconoce que aún existen importantes desafíos. “**El desconocimiento sigue siendo una barrera** y, con frecuencia, las personas llegan con información errónea que buscaron en medio de la desesperación y que muchas veces no comparten durante la consulta”. Desde supuestos tratamientos con “agüitas que curan el VIH” hasta remedios derivados de la pseudociencia, las personas recurren a estas alternativas porque encuentran en ellas cercanía y respuestas inmediatas.

“Es precisamente en esos casos donde el acompañamiento de pares cobra un valor especial, porque las personas encuentran a alguien en quien se ven reflejadas y que les ofrece orientación, respuestas, calidez y esperanza”, afirma la Mtra. Jessica Mejía.

Leticia considera que uno de los grandes desafíos es **ampliar esta red de acompañamiento**, pero también representa una oportunidad para avanzar hacia una **atención más integral que trascienda la especialidad del VIH**. “Creo que una persona que recibe un diagnóstico de cáncer, diabetes, lupus o artritis también necesita este acompañamiento par, además de la atención del personal médico”, señala.

Por ahora, Leticia define su trabajo como una labor de “siembra”. Comparte su experiencia para que otras personas, al igual que ella, puedan replicar este modelo de apoyo comunitario. Su mayor satisfacción es presenciar la transformación de quienes acompaña: personas que llegan con miedo y que, gracias al apoyo, la información confiable y el acompañamiento, logran retomar las riendas de su vida, de su salud y de sus proyectos personales.

En medio de la incertidumbre que acompaña a un diagnóstico, figuras como Leticia Segundo Márquez demuestran que **una escucha atenta y la mano tendida** de alguien que ha recorrido el mismo camino **pueden convertirse en un componente esencial de la atención integral**.



Especialistas de la Clínica de VIH

Medicina y fotografía comparten la capacidad de observar

“Retrato de Familia”: La fotógrafa Lourdes Almeida captura la diversidad e identidad de la nación mexicana

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculación



Fotógrafa Lourdes Almeida

En el marco de las celebraciones por el **80 Aniversario del INCMNSZ**, la reconocida fotógrafa mexicana **Lourdes Almeida** dictó la Conferencia Magistral del mes de agosto, titulada **“Retrato de Familia, la nación mexicana”**. El evento, celebrado el pasado 12 de agosto en el Auditorio Principal, reunió a la Comunidad Institucional para reflexionar sobre la identidad, la memoria histórica y los lazos que unen al arte con las ciencias de la salud.

La bienvenida oficial estuvo a cargo del **Dr. Jorge Oseguera Moguel**, asesor de la Dirección General, en representación del **Dr. José Sifuentes Osornio**, Director General, quien destacó el compromiso del INCMNSZ con una visión humanista de la medicina, en la que el arte y la ciencia convergen para enriquecer la Mística Institucional y la atención a la sociedad.

Durante la apertura, el **Dr. Carlos Aguilar Salinas**, Director de Investigación, resaltó cómo la medicina clínica y la fotografía comparten una cualidad primordial: **la capacidad de observar**.

“Mientras la medicina clínica busca signos y diagnósticos a través de la mirada atenta, la fotografía busca señales. **Los médicos luchamos contra el deterioro del cuerpo; los fotógrafos luchan contra el deterioro de la memoria**”, expresó el Dr. Aguilar al presentar a la ponente.

Durante su intervención, Lourdes Almeida compartió los orígenes de su emblemático proyecto, el cual nació tras explorar sus propios archivos genealógicos e inspirarse en la herencia de sus antepasados.

Impulsada por el propósito de retratar la identidad del país más allá de su círculo personal, la artista emprendió **un viaje de tres años** -realizado entre 1992-1994- **a lo largo de la República Mexicana para fotografiar a familias en sus entornos cotidianos**.



Asistentes a la Conferencia Magistral “Retrato de Familia”



A través de las imágenes proyectadas en el auditorio, Almeida mostró un mosaico de retratos que reflejan la amplia pluralidad sociocultural del México de esa época:

- **Pueblos originarios:** familias de comunidades tarahumaras, tzotziles, huicholes, coras y kikapúes, entre otras, retratadas en sus viviendas tradicionales de paja, madera o bajareque y con sus atuendos cotidianos.
- **Migración e integración:** grupos familiares que reflejan la pluralidad étnica del país, como comunidades de origen alemán, francés, italiano, chino, afromexicano y judío.
- **Entornos y oficios:** desde familias de pescadores hasta agricultores, mineros, industriales y comerciantes, retratados en sus lugares de trabajo o junto a altares religiosos.

Almeida enfatizó que la **tolerancia y el respeto mutuo** fueron dos de sus grandes aprendizajes durante la realización de este trabajo: “La familia sigue siendo el núcleo que nos da identidad a los mexicanos, ya sea la familia de sangre o la familia que elegimos, como las amistades o nuestro entorno de trabajo”, afirmó.

La creadora también compartió pasajes de su historia personal. Relató que sus padres enfrentaron complejas condiciones de salud a lo largo de sus vidas y permanecieron durante largos periodos en centros médicos, por lo que expresó su profundo agradecimiento al personal médico y de enfermería del INCMNSZ cuando fueron atendidos aquí en algún momento. Destacó que **el equipo de salud puede convertirse en una “segunda familia”** que acompaña a los pacientes y a sus seres queridos en los momentos de mayor vulnerabilidad.

Al finalizar, las autoridades del Instituto entregaron a **Lourdes Almeida** una **medalla conmemorativa por el 80 Aniversario** y una **serigrafía del escultor Sebastian**, en reconocimiento a su valiosa contribución cultural y artística dentro del ciclo de conferencias de la institución.

Consulta la Conferencia Magistral en el Canal Institucional de YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=vr34RwhdGaA>
 Conoce más sobre el trabajo de la fotógrafa Lourdes Almeida: www.lourdesalmeida.com/trabajo/retrato-de-familia-la-nacion-mexicana

Fortalecer la red de trasplantes

Fundación Carlos Slim dona vehículo para el área de trasplantes del INCMNSZ

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculación

A principios de agosto, la **Fundación Carlos Slim para la Salud** donó una camioneta tipo van al Instituto. La unidad estará destinada exclusivamente a agilizar el traslado del personal médico-quirúrgico, instrumental de alta especialidad e insumos para la preservación de órganos, con el propósito de fortalecer la procuración de órganos y optimizar los tiempos de respuesta del **Departamento de Trasplantes**, a cargo del **Dr. Mario Vilatobá Chapa**.

El INCMNSZ se distingue como una de las instituciones pioneras y de referencia en el sistema de trasplantes en México. No obstante, debido al perfil altamente especializado de la población que atiende, la generación interna de donantes es limitada. Por ello, el programa institucional depende en gran medida de la obtención de órganos provenientes de hospitales donantes ubicados en distintas regiones del país, lo que exige una capacidad de respuesta inmediata, coordinada y eficiente, explicó el **Dr. José Luis López Jiménez**, Coordinador de Donación y Trasplantes adscrito al Departamento de Trasplantes.

El especialista señaló que la incorporación de **esta unidad responde a una necesidad crítica para reducir los tiempos de respuesta, las 24 horas** del día, los siete días de la semana. Anteriormente, el traslado de los equipos quirúrgicos dependía del parque vehicular de ambulancias del Instituto, las cuales con frecuencia se encontraban atendiendo emergencias o realizando traslados interhospitalarios, situación que podía generar demoras y limitar la disponibilidad inmediata del servicio.



Unidad para el traslado del personal médico-quirúrgico del Departamento de Trasplantes

La unidad operará principalmente en la región centro del país y funcionará como enlace logístico prioritario con los aeropuertos para el traslado de órganos obtenidos en entidades más alejadas, contribuyendo a preservar su viabilidad de los injertos.

Con el propósito de garantizar una operación continua, el **Servicio de Transportes** del INCMNSZ, bajo la coordinación del señor **Marcos Gutiérrez**, implementó un esquema permanente de guardias. Esta estrategia asegura la disponibilidad de operadores y de la unidad las 24 horas del día, los 365 días del año, permitiendo responder en cuestión de minutos ante cualquier notificación de donación, lo que puede representar una oportunidad para salvar vidas.

Por su parte, el **Dr. Alan Cuica Valverde**, médico coordinador de Donación y Trasplantes del Instituto, detalló el equipo especializado que transportará de manera habitual esta nueva unidad:

- **Hieleras de conservación:** La camioneta trasladará dos contenedores térmicos especializados: uno destinado a las soluciones químicas para la preservación de órganos y otro para soluciones refrigerantes y hielo médico, con el fin de mantener las condiciones óptimas de conservación.
- **Instrumental quirúrgico autónomo:** Se transportarán dos maletas equipadas con instrumental quirúrgico completo, lo que permitirá al equipo médico realizar procedimientos en hospitales receptores que, eventualmente, no cuenten con determinados insumos o equipo especializado.
- **Adaptaciones de emergencia:** Próximamente, la unidad será equipada con una torre de emergencia de grado médico, lo que facilitará su desplazamiento en carreteras y vialidades urbanas de alta congestión en la Ciudad de México, favoreciendo tiempos de traslado más oportunos durante las procuraciones.



Integrantes del Departamento de Trasplantes

Develación de placa

Agradecimiento por la donación del equipo de mastografía digital a la Fundación Gonzalo Río Arronte

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculacióm

El pasado 6 de agosto, en el área de Radiología del INCMNSZ, se develó una placa en agradecimiento a la **Fundación Gonzalo Río Arronte, I.A.P.**, por la importante donación de un avanzado **equipo de mastografía digital**.

En el evento estuvieron presentes distinguidas personalidades, entre ellas el **Dr. Javier Moctezuma Barragán** y la **Lcda. Marta Mejía Montes**, Director General y Presidenta, respectivamente, de la Fundación Gonzalo Río Arronte. Por parte del INCMNSZ asistieron el **Dr. José Sifuentes Osornio**, Director General; **Dr. Raúl Rivera Moscoso**, Director de Medicina; **Dr. Luis Dávila Maldonado**, Subdirector de Servicios Auxiliares de Diagnóstico; **Dra. Mónica Chapa Ibargüengoitia**, Jefa del Departamento de Radiología e Imagen; **Dra. María del Carmen Cravioto Galindo**, Investigadora del Departamento de Biología de la Reproducción; **Dra. Sara Eugenia Vázquez Manjarrez**, médica adscrita de Imagen e Intervención Mamaria, así como otras autoridades.

Este acto simbolizó el agradecimiento por el apoyo recibido para consolidar una atención médica de excelencia y fortalecer la **detección oportuna y el diagnóstico especializado del cáncer de mama**.



Inauguración de mastógrafo digital en el área de Radiología

El equipo donado comenzó a operar plenamente después de realizar las adaptaciones técnicas necesarias y la capacitación del personal, ofreciendo ventajas significativas respecto de la mamografía diagnóstica o de tamizaje convencional.

La **Dra. Mónica Chapa** explicó que el equipo cuenta con tecnología de última generación, como la tomosíntesis, que permite obtener imágenes mamográficas tridimensionales, y la **mamografía contrastada**, mediante la cual es posible evaluar tanto la imagen anatómica como la presencia de vasos sanguíneos, a través de la administración de un medio de contraste. Además, señaló que el equipo funciona como **guía para la realización de biopsias**, ya que permite asistir en procedimientos de alta precisión mediante técnicas avanzadas al vacío y de estereotaxia.

Durante la presentación, la **Dra. Sara Eugenia Vázquez** destacó que este equipo permite consolidar el modelo internacional conocido como **"One Stop Shop"** (atención en un solo sitio). Este sistema busca que las pacientes —tanto del propio Instituto como de programas externos de apoyo— puedan acudir, realizarse el estudio, someterse a una biopsia en caso de ser necesario y obtener un diagnóstico certero de manera ágil, con el propósito de evitar los rezagos prolongados que suelen presentarse.

Por su parte, el **Dr. Sifuentes Osornio** enfatizó que el valor de la tecnología radica también en la **Mística Institucional** de no limitar la atención a la entrega de un resultado aislado, sino garantizar el seguimiento clínico, proporcionar la documentación necesaria para una derivación oportuna y brindar un acompañamiento integral a las pacientes.

Asimismo, se reconoció la labor de la **Dra. María del Carmen Cravioto** por las gestiones realizadas para obtener respaldo y apoyos de programas con políticas en materia de salud materna, sexual y reproductiva, los cuales aportan recursos esenciales para garantizar la disponibilidad de insumos y tratamientos.

Finalmente, los representantes de la **Fundación Gonzalo Río Arronte** reiteraron su disposición para continuar colaborando con el INCMNSZ y destacaron la importancia de una planeación anticipada que permita sumar esfuerzos con otras fundaciones y asegurar que la tecnología de vanguardia continúe beneficiando, de manera integral, a quienes más lo necesitan.



Develación de placa: Lcda. Marta Mejía Montes, Dr. José Sifuentes Osornio y Dr. Javier Moctezuma Barragán



Equipo de mastografía digital

Hacia una ciencia con estricto rigor humano y normativo

Inauguran el Seminario Ética e Investigación

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculación



Dr. Carlos Aguilar Salinas

El pasado 06 de agosto, se llevó a cabo el Seminario de Ética e Investigación en el INCMNSZ, organizado con la **Comisión Nacional de Bioética**. Este espacio permite reflexionar sobre los nuevos desafíos en la protección de los participantes y la integridad metodológica de los protocolos clínicos. Con el objetivo de fortalecer la conciencia ética ante el desarrollo de la ciencia y la tecnología.

El acto inaugural, moderado por el investigador **Pablo Mejía** a nombre de la **Dra. Marta de la Cruz, presidenta del Comité de Ética en Investigación**, marcó el arranque de una jornada académica orientada a actualizar de forma permanente al personal clínico, investigadores y profesionales en formación.

Durante la ceremonia el **Dr. Carlos Aguilar Salinas, Director de investigación del Instituto** -en representación del Director General, Dr. José Sifuentes Osorio-, destacó la trascendencia del trabajo que realizan los comités funcionales de evaluación.

El Dr. Aguilar Salinas enfatizó “La labor de revisión de proyectos es la piedra angular sobre la cual se rige la ética en las Américas y la investigación de la comunidad”. A la vez, reconoció el esfuerzo desinteresado de las personas integrantes de los comités, quienes dedican horas de su tiempo libre y familiar para salvaguardar la calidad y seguridad de los trabajos institucionales: “La ciencia es una actividad con una cultura. Los humanos nos equivocamos y hemos cambiado el entorno en que vivimos, pero también podemos corregir. **El Comité de Ética debe ser capaz de reflexionar, identificar de manera oportuna y dar seguimiento a los proyectos**”.

El programa del Seminario abordó temas de frontera altamente sensibles para la comunidad médica actual, tales como: los sesgos algorítmicos e Inteligencia Artificial en salud; la perspectiva de género en la investigación clínica; la ética de la salud digital; las aplicaciones móviles de monitoreo remoto; los biobancos humanos; y los dilemas éticos asociados a los hallazgos incidentales en pruebas genéticas.



Asistentes al Seminario Ética e Investigación

Lavado seguro de frutas y verduras

Una medida clave para prevenir la infección por Cyclospora

Q.B.P. Ana Rebollar Luna, Q.B.P. Claudia A. Gutiérrez Leyte y Dr. Israel García Cano / Departamento de Ciencia y Tecnología de los Alimentos



Ante el **brote de ciclosporiasis** reportado por las autoridades sanitarias de los Estados Unidos, el **lavado y la manipulación higiénica de frutas y verduras** constituyen algunas de las medidas más importantes para disminuir el riesgo de exposición a microorganismos presentes en la superficie de los alimentos. Si bien estas prácticas no eliminan por completo todos los riesgos, **forman parte de las recomendaciones esenciales para una alimentación más segura.**

Alimentos que precisan mayor atención y que requieren extremar las medidas de higiene:

- **Verduras de hoja verde** (lechuga, espinaca, berros y mezclas para ensalada)
- **Hierbas frescas** (cilantro, perejil y albahaca)
- **Frutas delicadas**, como fresas y frambuesas
- **Frutas y verduras** de cáscara firme que se consumen crudas

Recomendaciones importantes:

- Utilice únicamente agua potable para el lavado de alimentos.
- Evite consumir alimentos de procedencia dudosa.
- Si viaja a zonas donde la enfermedad es frecuente, consuma agua embotellada y alimentos completamente cocidos.

Medidas de prevención: Las medidas de prevención son las mismas que se recomiendan para otras infecciones transmitidas por alimentos:

Considerar: El uso de desinfectantes como Microdyn e hipoclorito de sodio,

puede ser útil para prevenir infecciones. Sin embargo, es importante recordar que no todos los microorganismos pueden eliminarse con estos métodos.

Prepara hipoclorito de sodio para desinfectar frutas y verduras:

Agregue entre **1/4 y 1/2** cucharadita (aproximadamente **1 a 2 mililitros**) de **cloro comercial por cada litro de agua**. Sumerja los alimentos entre **3 y 5 minutos** para conseguir una desinfección adecuada; posteriormente, enjuáguelos con agua para retirar el cloro de la superficie del producto. **Importante:** Más cloro no significa mayor protección. Utilice únicamente la concentración recomendada.

MEDIDAS PARA PREVENIR INFECCIONES CAUSADAS POR ALIMENTOS CONTAMINADOS

- 1 Lavado de manos**
 Realice higiene de manos con agua y jabón antes y después de manipular frutas y verduras crudas. Limpie la superficie de trabajo, coladores, cuchillos, tablas y recipientes. Verifique que el agua utilizada sea potable o segura para consumo.
- 2 Saneamiento**
 Separe las frutas y verduras en una sola capa, retire hojas externas dañadas o magulladas. Elimine tierra, residuos vegetales o material extraño visible antes del lavado principal.
- 3 Lavado productos**
 Coloque el producto bajo un chorro de agua corriente. Frote suavemente con las manos toda la superficie mientras enjuaga. En productos de cáscara firme, use un cepillo limpio. Lave las frutas y verduras antes de pelarlas o cortarlas.
- 4 Tipo de productos**
Verduras de hoja verde: separe hoja por hoja, enjuague cuidadosamente y revise pliegues, tallos y zonas ocultas.
Frutas y verduras: use agua a baja presión para evitar daño mecánico.
Productos con cáscara dura: frote con cepillo limpio bajo el chorro de agua.
- 5 Cadena de frío**
 Escurra en un colador limpio o sobre una superficie sanitizada. Separe con papel o con una toalla limpia destinada para ese fin. Refrigere el producto limpio si no se consumirá de inmediato.

La multidisciplinariedad enriquece los entornos profesionales

Un departamento, diferentes perfiles: la visión integral de la colaboración

Mtro. Carlos Augusto Sánchez Morales y María Fernanda González Nájera/ Departamento de Reclutamiento, Selección y Capacitación

Al hablar del Reclutamiento, Selección y Capacitación de Personal dentro de una institución gubernamental, comúnmente se considera que las funciones que se desempeñan en esta área corresponden exclusivamente a profesionales de la Psicología y la Administración del Capital Humano.

No obstante, esta percepción limita la comprensión de la gestión del talento humano, ya que **las organizaciones actuales requieren la participación de perfiles multidisciplinarios que aporten conocimientos, habilidades y perspectivas innovadoras para fortalecer el desarrollo institucional.** En este sentido, la Licenciatura en Relaciones Comerciales representa una disciplina que, por la formación que ofrece, puede contribuir de manera significativa a los procesos de Recursos Humanos.

Si bien esta licenciatura suele asociarse con otras disciplinas, su formación también desarrolla competencias relacionadas con: análisis de información, planeación estratégica, administración de recursos, comunicación organizacional y toma de decisiones. Estas habilidades encuentran una aplicación relevante en diversos procesos de la gestión del talento humano.

El Departamento de Reclutamiento, Selección y Capacitación (DRSC) se ha consolidado como un espacio de aprendizaje para estudiantes de distintas carreras y niveles académicos, quienes participan activamente en las actividades del área, adquiriendo experiencias formativas enriquecedoras. Parte de estas experiencias puede conocerse mediante el siguiente código QR:



En particular, la formación en Relaciones Comerciales aporta una visión multidisciplinaria que favorece la integración de conocimientos y competencias provenientes de diferentes áreas profesionales. Ello permite generar soluciones desde diversos enfoques y fortalecer los procesos institucionales. Un ejemplo de esta contribución es la participación en el análisis de proveedores para los programas de capacitación institucional, siempre en apego a los lineamientos establecidos por la Secretaría de Salud y la Secretaría de Hacienda.

En este contexto, puede afirmarse que el trabajo multidisciplinario constituye una de las estrategias más efectivas para impulsar la mejora continua. **Ninguna disciplina, por sí sola, posee todas las respuestas;** por el contrario, la integración de distintas perspectivas enriquece el análisis, favorece la innovación y fortalece la excelencia institucional.

Bajo esta visión, el DRSC reafirma su compromiso con la **incorporación de profesionales de diversas áreas del conocimiento**, fortaleciendo el desarrollo del capital humano y **consolidándose como un espacio donde la diversidad de perfiles enriquece la gestión del talento humano** y contribuye al cumplimiento de la misión del INCMNSZ.

“Yo hago lo que usted no puede, y usted hace lo que yo no puedo. Juntos podemos hacer grandes cosas”. — Madre Teresa de Calcuta

¡Todos somos INCMNSZ!

Del 12 al 27 de agosto

Exposición Guillermo Cevallos: *Los sueños y la fantasía*

Lcda. Paulina Salazar/Arte y Cultura

La Coordinación de Arte y Cultura, encabezada por la Lcda. Palmira de la Garza y Arce, ha organizado exposiciones mes con mes con motivo del **80 Aniversario del Instituto**. En agosto, contará con la participación del pintor **Guillermo Cevallos**, en el vestíbulo del Auditorio principal.

Nacido en la Ciudad de México en 1946, Guillermo inició su trayectoria artística a los 13 años, cuando se inscribió al curso de dibujo impartido por el acuarelista Antonio Assad, en la Casa del Lago Juan José Arreola. Su hermana también influyó en su acercamiento al arte al recorrer juntos galerías, museos y bazares.

A los 19 años ingresó a la **Escuela Nacional de Pintura y Escultura "La Esmeralda"**. Posteriormente incursionó en el ámbito publicitario y, años más tarde, retomó su labor pictórica al especializarse en grabado con el maestro uruguayo Anhele Hernández. Asimismo, realizó estudios en el **Centro de Investigación y Experimentación Plástica del Instituto Nacional de Bellas Artes**.

Su obra ha sido exhibida en París, Alemania y Nueva York, y actualmente puede apreciarse en diversos espacios del INCMNSZ.

Para Cevallos, quien considera **el color como una expresión de la vida**, los rostros ocupan un lugar protagónico en su obra. A través de su paleta y de las distintas fisonomías que plasma, transmite emociones, experiencias y vivencias. Cada rostro representa un mundo, una identidad y una historia, tanto para el espectador como para el propio artista.

En su obra, el rostro se convierte en el espacio donde convergen lo físico y lo

espiritual, y en el lienzo que da forma a los pensamientos y a la inspiración.



Guillermo Cevallos y sus obras



En lo profundo, obra en la exposición *Los sueños y fantasía*

Consolidan excelencia y liderazgo

Clausuran Servicio Social de Enfermería y Diplomado Bases para la Prescripción Enfermera

Lcda. Liliana Morán Rodríguez / Departamento de Comunicación y Vinculación



De izquierda a derecha: Mtra. Patricia Ramírez Arvizú, Mtra. Leticia Garduño Ronquillo, Dr. José Alberto Ávila Funes, Dr. José Sifuentes Osornio, Lcda. Marta Huerta Jiménez y Mtra. Nancy López Carvajal

El pasado 31 de julio, en el Auditorio Principal del INCMNSZ, se llevó a cabo la clausura del **Servicio Social de Enfermería**, correspondiente a la promoción agosto 2025-julio 2026, así como la histórica graduación de la primera generación del **Diplomado Bases para la Prescripción Enfermera**.

La ceremonia contó con la presencia en el presídium del **Dr. José Sifuentes Osornio**, Director General del INCMNSZ; **Dr. José Alberto Ávila Funes**, Director de Enseñanza; **Lcda. Marta Huerta Jiménez**, Subdirectora de Enfermería; **Mtra. Patricia Ramírez Arvizú**, Jefa del Departamento de Enfermería; **Mtra. Nancy López Carvajal**, Jefa del Departamento de Educación Continua en Enfermería; y **Mtra. Leticia Garduño Ronquillo**, Jefa del Departamento de la Escuela de Enfermería.

El evento reunió a distinguidas autoridades del sector salud, personal docente, familiares e invitados de honor para reconocer el esfuerzo, la disciplina y el rigor científico de las y los profesionales de Enfermería que, durante un año, fortalecieron con su labor una de las áreas fundamentales de este Instituto.

Al hacer uso de la palabra, la **Mtra. Nancy López Carvajal** destacó que el servicio social en el INCMNSZ no representa únicamente un requisito normativo o el cierre de una etapa académica: “Es el primer encuentro con la alta complejidad del sistema de salud, la exigencia científica y la práctica clínica de excelencia”.

Explicó que los 53 pasantes, provenientes de cerca de una decena de universidades del país –entre ellas la Escuela de Enfermería María Elena Maza Brito– realizaron durante 12 meses actividades en áreas críticas, hospitalización, clínicas especializadas, investigación y trabajo multidisciplinario.

Por su parte, el **Dr. José Sifuentes Osornio** felicitó a las personas graduadas y subrayó la importancia de preservar la Mística de servicio heredada desde la fundación del hospital por el doctor Salvador Zubirán.

Asimismo, destacó el significado de la graduación de la primera generación del Diplomado **Bases para la Prescripción Enfermera**, un programa de 140 horas que brinda a las y los profesionales de Enfermería herramientas avanzadas para la prescripción independiente y colaborativa, con especial énfasis en el primer nivel de atención y en comunidades donde este personal desempeña un papel fundamental en la toma de decisiones terapéuticas.

“El conocimiento tiene un gran valor cuando se traduce en una oportunidad para nuestros pacientes”, señaló el Dr. Sifuentes Osornio, al tiempo que reconoció la colaboración de instructores externos del Instituto Nacional de Cardiología y del Hospital Infantil de México Federico Gómez en el desarrollo de este innovador proyecto académico.

En representación de los graduados, la pasante **Norma Sumano Cruz** pronunció un mensaje en el que expresó su profundo agradecimiento a las y los pacientes, a quienes calificó como sus mejores maestros: “Que nunca olvidemos que detrás de cada paciente existe una historia, una vida y una familia que merece ser tratada con respeto, pasión y amor. Que el conocimiento nos haga competentes, pero que la humanidad nos haga extraordinarios”.

Para cerrar la ceremonia, la **Lcda. Marta Huerta Jiménez** dirigió un mensaje en el que invitó a las personas egresadas a mantener el hábito permanente del estudio y el autocuidado profesional. Asimismo, les recordó que las puertas del Instituto siempre estarán abiertas para quienes hagan del rigor científico y la calidez humana los pilares de su ejercicio profesional.

Finalmente, enfatizó que **la enfermería debe dejar de ser vista únicamente como una disciplina de apoyo para ser reconocida como una ciencia del cuidado, líder e imprescindible en el sistema de salud mexicano.**



Clausura del Servicio Social de Enfermería y graduación de la primera generación del Diplomado Bases para la Prescripción Enfermera

LOGREMOS
juntos

UNA NUEVA TORRE
HOSPITALIZACIÓN • QUIRÓFANOS • TERAPIA INTENSIVA

así es la
NUEVA TORRE
INCMNSZ



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



Agosto 2026



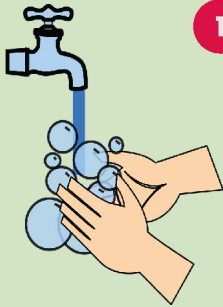
Agosto 2025



Agosto 2024

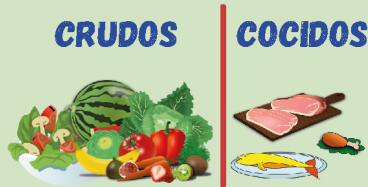
Sigue el avance en la página: www.incmnsz.mx

¿CÓMO EVITAR LA CONTAMINACIÓN DE LOS ALIMENTOS EN CASA?



1 LAVAR

- Lave con agua y jabón las manos antes de tocar los alimentos.
- Lave los alimentos antes de prepararlos.
- Lave y desinfecte superficies y utensilios.



2 SEPARAR ALIMENTOS CRUDOS DE COCIDOS

PARA QUE NO SE CONTAMINEN ENTRE SÍ.

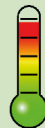
- Conserve en distintos recipientes.
- Utilice diferentes utensilios como cuchillos y tablas de cortar para manipular los alimentos.



3 COCER COMPLETAMENTE LOS ALIMENTOS PARA MATAR LOS MICROORGANISMOS.

Especialmente las carnes rojas, carne de ave, los huevos y el pescado, lave sus manos antes y después de manipular estos alimentos.

4 MANTENER LOS ALIMENTOS A TEMPERATURA SEGURA FRÍO O CALOR



Para que las bacterias no proliferen

5 USAR AGUA LIMPIA

Para cocinar use agua potable o hervida o desinfectada con 2 gotas de cloro por litro de agua.

www.epsnutricion.com.mx

Preparación ante emergencias sanitarias

Liderazgo y capacitación para el uso seguro del Equipo de Protección Personal

Dr. Rodrigo Figueroa Méndez/ Departamento de Reacción Hospitalaria para Desastres

Como parte de las acciones preventivas del INCMNSZ, durante el mes de julio se llevaron a cabo cuatro capacitaciones sobre el uso adecuado del Equipo de Protección Personal (EPP), organizadas de manera conjunta por la **Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de la Calidad de la Atención Médica y el Departamento de Reacción Hospitalaria para Desastres**.

El escenario que puso de manifiesto la importancia de que las instituciones de salud mantengan una preparación permanente para responder ante enfermedades infecciosas de alto impacto fue el **brote de enfermedad por el virus del Ébola** de la especie *Bundibugyo*, registrado en la República Democrática del Congo y Uganda. Mismo que la OMS determinó como emergencia de salud pública internacional, el pasado 17 de mayo.

Las sesiones de capacitación se realizaron en el Aula Jorge Elías Dibb (La Pirámide), mediante una convocatoria dirigida a personal voluntario de las áreas **médica, enfermería, camillería y afanadores**. La participación multidisciplinaria es fundamental, ya que la seguridad hospitalaria depende de la coordinación y del cumplimiento de las medidas de protección en cada etapa de la atención.

La capacitación inició con un componente enfocado en la salud mental, reconociendo que la **preparación emocional, el manejo del estrés y la comunicación efectiva son elementos indispensables para actuar con seguridad en escenarios de riesgo**.

Posteriormente, se revisaron los componentes del equipo, su correcta colocación (*donning*), las medidas para prevenir la contaminación y su retiro seguro (*doffing*).

Uno de los aspectos centrales de la capacitación fue la supervisión entre pares. La verificación mutua permite identificar oportunamente omisiones o errores durante la colocación y el retiro del equipo, etapas en las que existe un mayor riesgo de contaminación.

El personal responsable de impartir las sesiones demostró un liderazgo destacado, no solo al transmitir conocimientos técnicos, sino también al brindar un acompañamiento cercano a las y los participantes, resolver sus dudas y ofrecer retroalimentación durante cada ejercicio. Su disposición, experiencia y compromiso contribuyeron a convertir la capacitación en un espacio de confianza, colaboración y aprendizaje práctico.

Estas actividades tendrán continuidad con el propósito de ampliar la participación y fortalecer de manera progresiva las capacidades institucionales. La preparación anticipada, el trabajo coordinado y el liderazgo del personal capacitador reafirman el compromiso del INCMNSZ con la protección de su comunidad y con una respuesta segura, organizada y de calidad ante las emergencias sanitarias.



Capacitación del personal del INCMNSZ

Excelencia institucional

RAI recibe reconocimiento de calidad de la UNAM

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

En el marco del **25 aniversario del Programa Institucional de Certificación y Acreditación de Laboratorios de la UNAM**, se llevó a cabo una ceremonia en la Torre de Ingeniería de Ciudad Universitaria, durante la cual la **Red de Apoyo a la Investigación (RAI) UNAM-INCMNSZ** recibió importantes certificaciones por la implementación y el mantenimiento de su Sistema de Gestión de Calidad.

Las distinciones fueron otorgadas por implementar y mantener un Sistema de Gestión de Calidad conforme a las normas internacionales **ISO 9001:2015 e ISO/IEC 17025**, las cuales reconocen la competencia y confiabilidad de los procesos técnicos desarrollados en los laboratorios.

Este logro comprende los servicios científicos especializados que ofrece la RAI en **Biología Molecular, Genómica, Citometría de Flujo, Metabolómica y Proteómica**, y refrenda su compromiso con la calidad, la trazabilidad y la confiabilidad de los servicios brindados al sector académico.

“Este reconocimiento representa un logro colectivo, resultado del trabajo y compromiso de quienes han participado en la construcción y mantenimiento de estos sistemas de calidad. Al mismo tiempo, establece una plataforma importante para continuar fortaleciendo las capacidades científicas y los servicios que ofrecemos a nuestra comunidad”, explica el **Dr. Luis Angulo Medina**, Director de la RAI.

Nombró a quienes participaron en este esfuerzo: **Dr. David Meza Sánchez, Dr. Guillermo Juárez Vega, Dra. Rosa Rebollar Vega, Dra. Teresa Zariñán García, Dr. Rubén Gutiérrez Sagal y Dra. Georgina Hernández Montes.**

Fuente: <https://www.gaceta.unam.mx/un-cuarto-de-siglo-del-programa-de-certificacion-y-acreditacion-de-laboratorios/>



Integrantes de la Red de Apoyo a la Investigación (RAI) con sus reconocimientos

INVITAMOS A TODA LA
COMUNIDAD INCMNSZ AL

PRIMER FORO

DEL PROGRAMA DE SALUD
QUE EL INSTITUTO TIENE PARA TI

VIDA SALUDABLE®
Y SOSTENIBLE

24
de agosto
2026

Auditorio Principal
INCMNSZ



PARA VIVIR MEJOR
UNA INICIATIVA DEL INCMNSZ



ANIVERSARIO
1946-2026



Tomates

El tomate verde o tomatillo (*Physalis philadelphica*), es originario de México y Centroamérica.

Fue domesticado en la época prehispánica por los pueblos mesoamericanos —como los mexicas y mayas— mucho antes que el tomate rojo. Los nahuas lo llamaban *tomatl* o *miltomatl* (tomate de milpa), y era un pilar básico en su alimentación.

Crecía junto al maíz y el chile, así se fue formando la base de las salsas ancestrales, para ayudar a equilibrar el picor y realzar los sabores.

Posee una hoja seca en forma de farolillo o bolsa que cuida al fruto de los animales y del sol mientras crece.

De sabor único que aporta un toque ácido, fresco y cítrico, muy distinto al del jitomate rojo.

Es indispensable en la preparación de salsa verde y se utiliza en platillos típicos como los chilaquiles, moles verdes y enchiladas.



Chicharrón en salsa verde



Ingredientes:

½ taza de salsa de tomate verde
1 diente de ajo
½ pieza de cebolla
½ kilo de tomates verdes (en trozos)
Chile serrano al gusto
1 ramo de cilantro
1 taza de agua
¼ de taza de aceite
60 gramos de chicharrón
1 pieza de tortilla de maíz
2/3 de pieza de aguacate hass
9 piezas de nuez pecana

Modo de preparación:

Lavar las verduras. En un comal, asar el diente de ajo, la cebolla, los tomates verdes y el chile serrano. Una vez que estén bien asados, colocar todos los ingredientes en la licuadora junto con la taza de agua y el cilantro. Licuar hasta obtener una mezcla homogénea.

Verter la salsa en un sartén con el aceite y dejar sazonar. Una vez lista, agregar el chicharrón troceado y cocinar durante aproximadamente 5 minutos más.

Servir caliente y acompañar con tortilla de maíz, aguacate y nueces..

Fuente: Recetario con menús bajos en hidratos de carbono
Departamento de Fisiología de la Nutrición INCMNSZ
Dra. Laura A. Velázquez Villegas, Dra. Isabel Medina Vera, Dra. Adriana M. López Barradas, L.N. Ana Vigil Martínez, Dra. Martha Guevara Cruz, Dra. Nimbe Torres y Torres, Dr. Armando Tovar Palacio.

SALUD MENTAL



¿Sabes cómo influye
tu salud mental en tu bienestar
físico y emocional?



PROGRAMA INCMNSZ

VIDA SALUDABLE
Y SOSTENIBLE



PARA VIVIR MEJOR

#VidaSaludableINCMNSZ
#VidaSostenibleINCMNSZ

Derechos reservados © 2025
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN
www.incmnsz.mx



INCMNSZ



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Feliz Cumpleaños Segunda quincena de agosto

16

Méndez Bribiesca Sofía Alejandra
Cervantes Rosales Leticia
Rangel Parra Angelica
Flores Rebollar Armando
López León Alfonso
Cabello Montes José Antonio
Jiménez Neria Nayeli Zurisadai
Foujilloux Gutiérrez Pamela
Velázquez Núñez Carlos

17

Sotelo Alarcón Raúl
Burgos Jiménez Patricia
Mutua Contreras Rocío
Arzate Rodríguez Enrique
Román Calleja Berenice Monserrat

18

Poot Pérez Martha Patricia
Polanco Rivera Daniel Eduardo
Cervantes Villar Luz Elena
De Jesús Mendiola Francisco
Rodríguez González Guadalupe Leticia
Huerta Pérez Joshua Efraín
Hernández Ramírez Laura

19

Ramírez Camacho Juana
Aguilar Guadarrama Noema
Ramírez Rodríguez Isabel
Tafolla Ramírez Jesús Daniel
Moreno Velázquez Genesis Abigail
Elvira Valdovinos Alejandra

20

González Sosa Wolfgang
Soto González Jorge Isaac
Jacobo Herrera Nadia Judith
Mejía Vilet Juan Manuel
Rojas Lemus Olga Patricia
López Villanueva Martha
Torres Salazar Oswaldo
López Pérez Porfirio Fernando
Hernández Gilsoul Thierry
Córdova Aguilar Diana Rocío
Ramírez Tréjo Raúl
Romero Toledo Juan Bernardo
Bonilla Mendoza Dulce Fabiola
Ruperto Centeno Jorge Arturo
Mendoza de la Vega Karina de Jesús
Becerra Andrade Jesús

21

Borunda Nava Delia
Pedraza López Martha
Manjarrez Martínez Iliana
Santiago Zúñiga Eduardo
Palomares de la Rosa Carlos Lino
Del Angel Leal Rebeca

22

Jaramillo Vdales Ricardo Juan
Salmerón Estrada Griselda

23

Cisneros Flores Rosa María
López Spindola Alejandra
Bárceñas Hernández Amparo
French Ocaña María Irlanda
Ruelas Estrada Israel
Martínez Cortes Emmanuel
Rodríguez García José Martín
Calvo Jiménez Miguel
Arenas Muñoz Andrea Michell

24

Vega Vega Olynka
Sánchez Ballinas Ana Lilia
Del Razo Olvera Fabiola Mabel
Cruz Santos Irma
Bendito Gómez José Luis
Cadeza Aguilar Josué Daniel
Miguel Pérez Karina

25

Rodríguez Cruz Luis
Caro Vega Yanink Neriad
Velasco Pérez María Luisa
Reyes Avila María del Rayo
Alfonso Baruch Eunice Elizabeth
León Vaqueiro Luis
Zepeda Mejía Humberto
Ayala Silva Susana
Pérez Rivas Esmeralda Marely
Pérez Anaya Herminio de Jesús
García Tenorio Barbara
Pineda Vergara Brenda Montserrat
Santiago Castro Oswaldo Iván

26

Díaz Martínez Margarita
Guzmán Hernández Oscar
Méndez Monter Adriana
García Morales Yosimar
Del Hoyo García Gabriela
López Durand Carlos Fernando

27

Sánchez Morales Carlos Augusto
Morales Guerrero Josefina Consuelo
Cardona Juárez Armando 2
Marquina Castillo Brenda Noemi
Jiménez Guzmán Maribel
Iniguez Ariza Nicole Marie
Secundino García Ulises
Dominguez Xolalpa Raúl Usiel
Mendoza Molina Miguel Angel

28

Colin Lovera Agustina
Sol Oliva Luis David
Villanueva Garduño Benjamín
Pacheco Cervantes Alejandra
Palacios Muñoz Luz María
Tobías Gallardo Angelica Yamel
García Martínez Agustín
Chávez Torres Juan Pablo
Venegas Rosales Iván Ricardo
Treño Barajas Elizabeth

29

Gamboa Carrillo Citlaly
Zalapa Soto Jessica
López García Norma Irene
Gómez Cuellar Joanna Martha
Bravo Reyna Carlos Cesar
Ríos Argáiz Eduardo
Posadas Arana Samantha Alexia
Reyes Moya Javier
Albarrán López Jorge
Martínez Soto Ricardo
Ramírez López Diego
Martínez Sánchez Daniela Guadalupe
Mendoza López Edith
Colin González Karla Karina
Lugo Ramírez Selene
Hernández Rosas Jonathan Israel
Ontiveros Austria Juan Luis

30

Barrera Morales Elisa del Carmen
Cortes Hidalgo Martha Cristal
Díaz Pérez Ma. Rosa
Ramírez Cazares José Luis
Gamino Godoy Rosa
Olvera Martínez Claudia
García Jiménez Alma Rosa
Hernández Ortigoza Rosa Aretmin
Arredondo Ramos Genaro Emmanuel
Ojeda Tobón Christian Alberto
Moreno Ramírez Adriana

31

Xancl Salvador Luis Fernando
Ponce Romero Isaac
Flores Silva Fernando Daniel
Canseco Canseco Felipe Ramon
Ramírez Martínez Norberto Saul
Inclán López Elys Pamela
Robles Limas Irvin
Alvarado Chávez Fanny

● Felicitaciones ● Obituarios

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 Informes al 5521414074.

RENTO CASA.

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

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. Informes con Arturo al 5537555309.

RENTO HABITACIONES.

Cerca del INCMNSZ, frente a Metrobús el Caminero. Incluye wifi, limpieza, seguridad 24 hrs. Informes con Edith al WhatsApp 5546122988 whats.

VENDO DEPARTAMENTO.

En Villa Tlalpan 165m², cocina integral con alacena y desayunador, 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. Informes 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. Informes al 5521414074.

VENDO DEPARTAMENTO.

En Santa Úrsula Xitla. En planta baja. Dos recámaras, sala, comedor, cocina integral, patio con lavadero, boiler de paso, estacionamiento. Precio \$2,500,000. Informes con Isabel al 5520813468.

VENDO DEPARTAMENTO.

114mts², 3 recámaras, 2 1/2 baños, elevador, lavandería, cajones de estacionamiento, áreas verdes, vigilancia. Ubicado en Tepepan, Alcaldía Tlalpan. Informes con Gabriela al 5621935556.

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. Informes al 5617991318 (whatsApp).

RENTO DEPARTAMENTO.

Fuentes Brotantes, 2 recámaras, vestidor, cocina integral, refrigerador, horno eléctrico y centro de lavado. Un lugar estacionamiento \$8400. Informes con Margarita al 5513911562.

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 CELULAR HUAWEI P30 Pro.

Amoled 6.47 pulgadas, RAM 8GB, 128 GB almacenamiento, cámara Leica 40 mpx. Precio, \$3,300 a tratar. Informes con Jorge, mensaje por whatsapp al 5513631019.

VENDO DOS LLANTAS NUEVAS.

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

VENDO EDREDÓN DE PLUMA DE GANSO Y SÁBANAS DE FRANELA.

El edredón tiene funda y las sábanas son 100% de algodón. Informes 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. Informes 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. Informes con Gerardo a la ext. 2946 o celular 552128 0806.

VENDO RELOJ.

Bulova Marine Star modelo 988301. Informes con Montserrat al 5513717643.

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



EL INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

INVITA A LA
SESIÓN CULTURAL DE AGOSTO
CONCIERTO DEDICADO A
AMIGOS DEL INSTITUTO



Eugenia Garza
Soprano



María Luisa Tamez
Mezzosoprano



Luis María Bilbao
Tenor



Arturo Barrera
Barítono



Héctor Cruz*
Piano

CANTANTES SOLISTAS DE ÓPERA DE BELLAS ARTES

*CONCERTISTA DE BELLAS ARTES

Música INBAL

Jueves 27 de AGOSTO 2026
18:00 horas

Auditorio principal del INCMNSZ
Entrada libre

Vino de Honor

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



Salud
Secretaría de Salud



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

ARTE y CULTURA
INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN



INBAL

PROYECTO
ÓPERA

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

Revisión

María Concepción Nolasco Miguel

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación



**ANIVERSARIO
1946-2026**



Si deseas colaborar escríbenos a:
camiseta@incmnsz.mx



Consulta la edición digital
www.incmnsz.mx/opencms/Camiseta2026.html



Salud
Secretaría de Salud



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN