



ANIVERSARIO
1946-2026



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXXII

No. 18

30 de septiembre 2026

Día Mundial de la Seguridad del Paciente en el Instituto

El INCMNSZ obtiene la Acreditación de
Programas de Protección de Investigación
en Humanos de la AAHRPP





La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 784

30 septiembre 2026

CONTENIDO

EDITORIAL

PARA CONOCERNOS

- Día Mundial de la Seguridad del Paciente en el Instituto

SER INCMNSZ

- El INCMNSZ obtiene la acreditación de Programas de Protección de Investigación en Humanos de la AAHRPP

ENTÉRATE

- El futuro de la enfermería en México: Un diagnóstico retrospectivo hacia el 2050
- Fortalecen México y Brasil cooperación en materia de salud y formación médica especializada
- XXV Curso de Cardiología y Medicina Interna "visión dual"

AGENDA 80 ANIVERSARIO

- Conferencia Magistral
Exposición mes de septiembre

EQUIDAD Y GÉNERO

- Mujeres en STEM: no basta con abrir la puerta, necesitamos rediseñar el edificio

ENSEÑANZA

- Carrera de 5 Km AMINCMNSZ

CALIDAD, ATENCIÓN MÉDICA Y GESTIÓN INSTITUCIONAL

- Día Mundial de la Seguridad del Paciente 2026: atención segura durante toda la vida

1	VIDA INSTITUCIONAL	15
	• 80 Aniversario INCMNSZ	
2	ARTE Y CULTURA	16
	• Concierto dedicado a pacientes del INCMNSZ	
5	HABLEMOS DE ENFERMERÍA	17
	• Enfermería en la primera línea de seguridad ante el delirium	
6	COMUNICACIÓN	18
	• Culmina con éxito el encuentro de formación de enfermería quirúrgica	
	COMITÉ DE ÉTICA	19
	• Acoso y hostigamiento laborales	
	TU SALUD	20
	• Prevención de caídas: el pilar invisible para un envejecimiento autónomo y saludable	
10	DÍA NARANJA	21
	• ¡Únete!	
12	SALUD MENTAL	22
	• El ABC de las emociones	
13	VOLUNTARIADO	23
	• Venta por 80 Aniversario	
14	CRÓNICAS DEL 80 ANIVERSARIO	24
	• Actividades del mes de septiembre	

En la conmemoración del **Día Mundial de la Seguridad del Paciente**, el INCMNSZ reafirmó que la calidad en la medicina trasciende el simple cumplimiento de protocolos para consolidarse como un valor ético centrado en la dignidad humana. Este año se dedicó al cuidado y seguridad de las **enfermedades no transmisibles**; por lo que, a través de una **Feria de Salud**, se enfatizó la urgencia de redefinir al paciente y a su familia como aliados activos dentro del equipo de salud, promoviendo una corresponsabilidad que involucra a todo el personal hospitalario. La información en la sección **Para Conocernos**.

El INCMNSZ se convirtió en el **primer Instituto Nacional de Salud en México en obtener la acreditación** plena de la AAHRPP que lo consolida en la élite global de la investigación médica. Con ello, el Instituto se suma a una selecta red global de entidades comprometidas con **los más estrictos estándares de protección y ética** en investigaciones con participantes humanos. Más detalles en **Ser INCMNSZ**.

En **Entérate**:

La **Mtra. Rosa Amarilis Zárate Grajales, Directora de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la UNAM**, impartió la Conferencia Magistral **“Mercado laboral y Enfermería hacia el 2050”** en la que reflexionó sobre la urgente necesidad de dignificar la **labor de enfermería** mediante mejores condiciones contractuales y autonomía clínica; requisito indispensable para la sostenibilidad de la salud pública.

La reciente **visita de la delegación del Ministerio de Salud de Brasil al INCMNSZ** consolida una alianza estratégica bilateral orientada a fortalecer la salud pública y la educación médica especializada en América Latina. Al coordinar recorridos técnicos y sesiones académicas en este Instituto, México y Brasil reafirman su compromiso de intercambiar modelos de vanguardia y buenas prácticas profesionales, tendiendo puentes de cooperación que impulsarán directamente la calidad y el desarrollo de los sistemas públicos de salud en la región.

La **XXV edición del Curso de Cardiología y Medicina Interna “Visión Dual”** reunió en el INCMNSZ a más de 600 profesionales de la salud. Con el aval del Consejo Mexicano de Cardiología, esta iniciativa promovió un enfoque integral e interdisciplinario para el abordaje de los principales factores de riesgo cardiovascular y fortaleció la actualización médica continua.

Lejos de ser inevitables, las **caídas en la población adulta mayor** constituyen un problema crítico de salud pública que compromete severamente su independencia, salud y calidad de vida. Con origen multifactorial -desde la pérdida muscular y el uso de fármacos hasta entornos de riesgo-, su prevención exige concientización, adaptación de espacios y revisiones médicas oportunas. Promover el ejercicio físico constante resulta prioritario para preservar la estabilidad, garantizando así el derecho fundamental de las personas mayores a un envejecimiento digno, activo y autónomo. Las recomendaciones en la sección **Tu Salud**.

Más allá de los protocolos: humanizar la atención médica

Día Mundial de la Seguridad del Paciente en el INCMNSZ

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

En el marco de la conmemoración del **Día Mundial de la Seguridad del Paciente**, el 17 de septiembre, la Explanada del Quijote del INCMNSZ fue sede de un encuentro de aprendizaje interactivo y reflexión colectiva. Bajo la consigna internacional **“Atención segura para las enfermedades no transmisibles”** y el lema **“Atención segura durante toda la vida”**, autoridades, personal de salud de distintas disciplinas, pacientes y familiares se reunieron para reflexionar sobre un compromiso fundamental: garantizar que la protección y el cuidado con sentido humano acompañen a cada persona en todas las etapas de la vida.

Este marco conmemorativo permitió refrendar que la **seguridad en la atención médica** va más allá del cumplimiento de protocolos, listas de cotejo o disposiciones normativas; se trata, ante todo, de un valor cultural y ético que **sitúa en el centro la dignidad del ser humano**.

En la ceremonia inaugural estuvieron presentes el **Dr. José Sifuentes Osornio**, Director General; el **Mtro. Miguel Ángel Lima Alarcón**, Director de Planeación y Mejora de la Calidad; la **Dra. Martha Kaufer Horwitz**, Directora de Nutrición; la **Lcda. Martha Huertas Jiménez**, Subdirectora de Enfermería; el **Dr. Luis Dávila Maldonado**, Subdirector de Servicios Auxiliares de Diagnóstico; la **Dra. Nayelli Cointa Flores García**, Subdirectora de Servicios Médicos, y la **Lcda. Carmen Amescua Villela**, Jefa del Departamento de Comunicación y Vinculación.



Mtro. Miguel Ángel Lima Alarcón, Dra. Yesica Andrade Fernández, Dr. José Sifuentes Osornio, Dra. Nayelli Cointa Flores García y Lcda. Martha Huertas Jiménez



Dr. José Sifuentes Osornio

Durante el discurso inaugural, el **Dr. José Sifuentes Osornio** destacó que **la calidad en la atención requiere una constante mirada autocrítica**: “La seguridad del paciente no solamente es un conjunto de protocolos, indicadores y procesos. Es, ante todo, una expresión concreta de nuestro genuino compromiso con la persona que deposita frente a nosotros su confianza, su salud y, en la gran mayoría de las ocasiones, su vida”.

El Dr. Sifuentes destacó que la **noción de una medicina “centrada en la persona”** no responde a una postura pasajera, sino a la **Mística Institucional** con la que fue concebido el INCMNSZ desde su fundación, hace 80 años.

En su mensaje, enfatizó que **prevenir el daño antes de que ocurra** implica mantener una vigilancia activa, aprender de los eventos adversos, fomentar una comunicación clara y transparente, así como construir entornos laborales en los que cada integrante del sistema de salud asuma una responsabilidad compartida.

Otro aspecto relevante de su intervención fue el **llamado a fortalecer el papel del paciente y sus familiares** dentro del proceso asistencial: “**Una atención verdaderamente segura reconoce que el paciente y su familia son parte fundamental del equipo de atención**”, puntualizó.

Asimismo, hizo hincapié en que la responsabilidad de **mantener un entorno seguro** no recae exclusivamente en los profesionales de medicina o enfermería, sino que involucra a todo el personal que participa en el funcionamiento hospitalario: intendencia, ingeniería, administración, trabajo social, psicología, nutrición, farmacia, laboratorio e imagenología. “**La seguridad se construye entre todos y se practica todos los días**, como una convicción cotidiana en nuestro ejercicio profesional”, concluyó el Dr. José Sifuentes.

Enfermedades no transmisibles: un desafío dinámico a lo largo de la vida

El eje temático de este año cobra especial relevancia en el contexto epidemiológico actual. Las **enfermedades no transmisibles (ENT)** -como diabetes mellitus, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, obesidad, enfermedades respiratorias crónicas, enfermedad renal y cáncer- representan una importante causa de morbilidad a nivel nacional y mundial.

Las ENT pueden acompañar a los pacientes durante décadas, lo que exige modelos de atención integrales, continuos e intersectoriales. En este trayecto prolongado pueden presentarse diversos riesgos para la seguridad del paciente, desde aquellos relacionados con la polifarmacia y la duplicidad terapéutica hasta dificultades en la adherencia al tratamiento por barreras de comunicación o falta de coordinación entre los distintos niveles de atención.

Durante el evento, la **Unidad de Mejora Continua de la Calidad**, a cargo de la **Dra. Yesica Andrade Fernández**, resaltó que la seguridad en la atención de las ENT debe estar presente en cada etapa del curso de vida. Esto abarca desde la detección oportuna y el manejo adecuado de los factores de riesgo hasta la prevención de complicaciones crónicas y el acompañamiento en etapas avanzadas. La continuidad de un cuidado seguro también requiere brindar al paciente conocimientos y herramientas para favorecer el autocuidado, mediante información clara, accesible y respaldada por evidencia científica.

Tras el acto protocolario, la **Explanada del Quijote se convirtió en una feria interactiva del cuidado**, donde diversos servicios e iniciativas del Instituto instalaron módulos educativos y de promoción de la salud. A través de dinámicas lúdicas, herramientas tecnológicas y valoraciones, el personal del INCMNSZ interactuó directamente con pacientes, familiares y visitantes.

En el módulo de la **Unidad de Educación para la Salud**, se presentaron aplicaciones e infografías interactivas diseñadas para fortalecer la alfabetización en salud y proporcionar a las personas usuarias herramientas digitales orientadas al autocuidado y la prevención de enfermedades.

El módulo de **Hipertensión arterial y riesgo cardiovascular** ofreció evaluaciones en las que los asistentes, mediante la lectura de códigos QR y el registro de variables como la presión arterial sistólica, pudieron estimar su riesgo cardiovascular y recibir recomendaciones sobre estilos de vida saludables.

Por su parte, el módulo dedicado a la **Salud mental** destacó la estrecha relación entre el bienestar emocional y la salud física en las personas con padecimientos crónicos. Mediante dinámicas como la identificación de estados de ánimo, juegos de cartas temáticos y un mural de consejos comunitarios, los profesionales mostraron la importancia del manejo del estrés y del cuidado de la salud emocional como parte de una atención integral.

El **Centro Integral para el Paciente con Diabetes** brindó orientación a las personas que viven con diabetes tipo 2 sobre el manejo integral de su condición, el control glucémico y la prevención de complicaciones, sin perder de vista su calidad de vida.

El área de **Nutrición y Dietética** combinó la medición de parámetros antropométricos –como la circunferencia de cintura y cadera, así como el índice de masa corporal– con juegos de preguntas sobre alimentación saludable y la elaboración de dietas hospitalarias seguras.

La jornada permitió destacar que la educación del paciente no debe limitarse a la transmisión de información; debe consolidarse como una experiencia participativa, accesible y empática que favorezca su involucramiento en el cuidado de la salud.



Participantes del Encuentro en el Día Mundial de la Seguridad del Paciente

Consolidación entre la élite mundial de la ciencia

El INCMNSZ obtiene acreditación de Programas de Protección de Investigación en Humanos de la AAHRPP

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

El pasado 18 de septiembre de 2026, el INCMNSZ obtuvo formalmente la acreditación plena por parte de la *Association for the Accreditation of Human Research Protection Programs* (AAHRPP). Con esta distinción, **el Instituto se ubica entre las instituciones premier a nivel mundial para llevar a cabo investigación de frontera y de alta calidad.**

Este reconocimiento posiciona al INCMNSZ como la segunda organización en México en lograr la acreditación de la AAHRPP y **la primera entre los 13 Institutos Nacionales de Salud de la Secretaría de Salud** en conseguir dicho aval. Con ello, el Instituto se suma a una selecta red global de más de 600 **entidades comprometidas con los más estrictos estándares de protección y ética en investigaciones con participantes humanos.**

Para obtener y mantener este sello, **las organizaciones deben demostrar de manera rigurosa que integran sólidas salvaguardas en todas las etapas de sus operaciones de investigación**, promoviendo al mismo tiempo una cultura de mejora continua e innovación.

La AAHRPP destaca que esta acreditación representa el “sello de oro” de calidad dentro de la comunidad científica internacional. En el entorno actual de investigación colaborativa y globalizada, **ostentar este estatus otorga un respaldo decisivo de garantía, certeza y competitividad** para establecer alianzas estratégicas con organismos e instituciones de vanguardia en todo el mundo.

Este importante hito institucional reafirma el compromiso del INCMNSZ con la excelencia científica, la seguridad de los participantes y el avance del conocimiento médico en beneficio de la sociedad.



Association for the Accreditation
of Human Research Protection Programs, Inc.®

Fuente: <https://www.aahrpp.org/education-news-and-events/press-releases/2026/09/18/aahrpp-accredits-second-organization-in-mexico---instituto-nacional-de-ciencias-m%C3%A9dicas-y-nutrici%C3%B3n-salvador-zubir%C3%A1n>

La enfermería en México

El futuro de la enfermería en México: desafíos y perspectivas hacia el 2050

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación



Mtra. Rosa Amarilis Zárate Grajales

En el marco de las actividades de Educación Continua en Enfermería, organizadas por la Subdirección de Enfermería del INCMNSZ, el pasado 11 de septiembre, la **Mtra. Rosa Amarilis Zárate Grajales, Directora de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la UNAM**, impartió en el Auditorio Principal la conferencia magistral **“Mercado laboral y Enfermería hacia el 2050”**.

Durante su exposición, Zárate Grajales presentó un detallado análisis sobre la **brecha que persiste entre la oferta educativa de las universidades y la capacidad real del mercado laboral** para incorporar a estos profesionales en condiciones adecuadas.

De acuerdo con la académica, este fenómeno requiere atender de manera transversal tres dimensiones estructurales: la formación, el mercado de trabajo y la regulación.

En su análisis presentado, explicó el crecimiento acelerado y poco planificado de las instituciones de educación superior dedicadas a esta disciplina. En México operan más de 450 instituciones que ofrecen formación a nivel licenciatura.

Este crecimiento de la oferta privada, contrasta con la alta demanda registrada **en la UNAM**, donde **Enfermería se posicionó como la octava carrera con mayor demanda** entre las 134 licenciaturas ofertadas. Tan solo en la última convocatoria de la Máxima Casa de Estudios, **cerca de 15 mil aspirantes a dicha Licenciatura, únicamente 750 lograron ingresar.**

Aunque son profesionistas que se requieren, existe un déficit estimado de entre 450 mil y 500 mil profesionales de enfermería en el país, mientras que la densidad nacional se sitúa alrededor de 3.5 por cada mil habitantes.

Esta situación se relaciona con la falta de mecanismos institucionales suficientes para incorporar a los profesionales al mercado laboral, así como con condiciones de trabajo que presentan dificultades, tanto en el sector público como en el privado. Los datos expuestos durante la sesión señalan que la **histórica brecha de precarización laboral entre ambos sectores se ha reducido desde 2013.**

Entre las problemáticas: modalidades de contratación informal, ausencia de contratos definitivos, falta de seguridad social, jornadas de entre 40 y 48 horas semanales, así como la necesidad de recurrir a un segundo o tercer empleo para complementar los ingresos.

“El trabajo de enfermería exige concentración, juicio clínico y toma de decisiones entre la vida y la muerte; el pluriempleo o la sobrecarga de trabajo implican riesgos directos para la seguridad del paciente”, enfatizó Zárate Grajales.

Hacia el 2050: cambio de paradigma educativo y profesional

Frente al envejecimiento demográfico y la transición epidemiológica caracterizada por una creciente presencia de enfermedades crónico-degenerativas, la ponente planteó la necesidad de transformar el modelo tradicional de formación, históricamente enfocado en el entorno hospitalario, el cuidado curativo y el dominio de procedimientos específicos. El nuevo esquema educativo deberá orientarse hacia:

- **Juicio clínico y autonomía:** Priorizar el pensamiento crítico, la prevención de errores en la atención y el fortalecimiento de la atención primaria de la salud.
- **Transformación digital:** Incorporar la salud digital, la Inteligencia Artificial, la ciencia de datos, la tele-enfermería y el uso de expedientes electrónicos para el seguimiento de pacientes en el domicilio.
- **Atención humanizada y centrada en la persona:** Fomentar habilidades interpersonales y un trato digno, elementos indispensables que complementan el uso de la tecnología.
- **Trabajo interprofesional:** Promover, desde la formación académica, la colaboración entre profesionales de medicina, enfermería y otras disciplinas de la salud, mediante centros de simulación y esquemas de aprendizaje conjunto.

Por otro lado, la ponente destacó la necesidad de **planificar el relevo generacional** ante el próximo retiro de una parte importante del personal de enfermería en activo, así como **incentivar la formación y contratación de profesionales con estudios de posgrado y especialización** en áreas que tendrán una mayor demanda.

La sesión concluyó con un llamado a **fortalecer la vinculación entre la academia y el sector salud**, así como a comunicar con mayor claridad el impacto científico y social del trabajo de enfermería.

Salud
Secretaría de Salud

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MEDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR
ZUBIRÁN

ENFERMERÍA 2050

Que queremos para los Servicios de Salud y como lograrlo?

PRESENTADO POR:
MTRA. ROSA AMARILIS ZÁRATE GRAJALES
SEPTIEMBRE 2026

Auditorio 2

Fortaleciendo relaciones bilaterales

Fortalecen México y Brasil cooperación en materia de salud y formación médica especializada

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación

Como parte del fortalecimiento de las relaciones bilaterales y la cooperación internacional en materia de salud pública, la **Secretaría de Salud de México** impulsa una agenda de trabajo conjunta con la República Federativa del Brasil. Esta iniciativa busca consolidar el intercambio de buenas prácticas e innovaciones académicas en la formación de personal médico especializado.

En el marco de la visita oficial a México realizada los días 21 y 22 de septiembre de 2026 por el **Dr. Alexandre Padilha, Ministro de Salud de Brasil**, el Director General de Relaciones Internacionales, **Mtro. Gabriel Jorge Terrés Cruz**, solicitó la coordinación para una **visita técnica orientada a conocer los modelos de excelencia de los programas de residencia médica mexicana en el INCMNSZ**, por ser un referente de prestigio internacional en la formación de especialistas, investigación clínica y atención terciaria de la salud.

La delegación brasileña participante estuvo integrada por **directivos y especialistas de alto nivel institucional del Ministerio de Salud de Brasil**, entre los que destacan: Felipe Proença de Oliveira, Secretario de Gestión del Trabajo y de la Educación en Salud; Maria Lucilene Martins Santos, Secretaria de Salud Indígena; Arthur Chioro dos Reis, exministro de Estado de Salud y actual Presidente de HU Brasil; Luciana Maciel de Almeida Lopes, Directora de Atención Integral a la Salud y miembro de la Dirección Ejecutiva de AgSUS; Matheus Falcão Martins Mattos, Asesor del Gabinete de la SGTES; Verônica Paiva Guimarães, Asesora de Gabinete; Heliana Hemetério dos Santos, integrante del Consejo Nacional de Salud; Andre Vito Benites Silva, Asesor Técnico de la Asesoría Especial de Asuntos Internacionales de Salud.

El encuentro contó además con el acompañamiento del **Dr. José Albero Ávila Funes**, Director de Enseñanza de nuestro Instituto y personal de la Dirección General de Relaciones Internacionales de la Secretaría de Salud.



Visita oficial del Ministerio de Salud de Brasil

En el marco del 80 Aniversario del INCMNSZ

XXV Curso de Cardiología y Medicina Interna “Visión Dual”

Lcda. Liliana Morán Rodríguez/Departamento de Comunicación y Vinculación



De izq. a der. Dra. Nayelli Cointa Flores García, Lcda. Martha Huertas Jiménez, Dr. Jorge Oseguera Moguel, Dr. José Sifuentes Osornio, Dr. Raúl Rivera Moscoso, Dr. Alberto Ávila Funes y Dr. Gerardo Payro Ramírez

El 23 de septiembre, en el Auditorio Principal del INCMNSZ, se llevó a cabo la ceremonia inaugural de la **XXV edición del Curso de Cardiología y Medicina Interna “Visión Dual”**. El encuentro académico fue coordinado por el **Dr. Jaime Galindo Uribe**, quien señaló que este espacio constituye una oportunidad para la actualización médica desde una perspectiva multidisciplinaria. Durante la presentación inicial, destacó que, por tercer año consecutivo, las ponencias del programa académico son grabadas y puestas a disposición de la comunidad médica a través del portal institucional del Departamento de Cardiología.

El presídium estuvo integrado por el **Dr. José Sifuentes Osornio**, Director General; el **Dr. Raúl Rivera Moscoso**, Director Médico; el **Dr. Alberto Ávila Funes**, Director de Enseñanza; el **Dr. Gerardo Payro Ramírez**, Jefe del Departamento de Cardiología; la **Lcda. Martha Huertas Jiménez**, Subdirectora de Enfermería; la **Dra. Nayelli Cointa Flores García**, Subdirectora de Servicios Médicos; y el **Dr. Jorge Oseguera Moguel**, exjefe del Departamento de Cardiología y fundador del concepto “Visión Dual”.

En su mensaje inaugural, el **Dr. José Sifuentes Osornio** subrayó la relevancia de que la XXV edición del curso coincida con la conmemoración del **80 Aniversario del INCMNSZ**. Destacó, además, que este encuentro académico reúne a más de 600 profesionales de la salud.

El Director General enfatizó el enfoque de **“Visión Dual”**, al señalar que disciplinas como la cardiología, la endocrinología, la neumología y la nefrología no deben abordarse de manera aislada, sino desde una **perspectiva integral** que permita comprender la fisiopatología y fortalecer la prevención de enfermedades en la medicina contemporánea. Asimismo, hizo hincapié en la importancia de vincular el quehacer académico con las políticas públicas y las iniciativas de la Secretaría de Salud para el abordaje oportuno de condiciones como la hipertensión arterial y la diabetes, al ser importantes factores de riesgo cardiovascular.

Con el aval del **Consejo Mexicano de Cardiología**, la XXV edición del Curso, durante tres días, contó con un programa integrado por conferencias magistrales, presentación de casos clínicos, simposios y talleres vespertinos orientados al desarrollo de habilidades clínicas y a la incorporación de nuevas tecnologías, entre ellas, la inteligencia artificial.



EL INSTITUTO NACIONAL
DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

INVITA A LA
CONFERENCIA

**“Dos Instituciones que perduran porque transforman
el conocimiento en bienestar para la sociedad”**

12:00 a 12:05	Bienvenida Dr. Jose Sifuentes Osornio Director General INCMNSZ
12:06 a 12:11	Dr. Adolfo Martínez Palomo Presidente de El Colegio Nacional
12:12 a 12:24	La historia que entrelaza a las dos instituciones Dr. Adolfo Martínez Palomo
12:25 a 12:37	El impacto social de las instituciones Dr. José Ramón Cossío Díaz
12:38 a 12:50	La investigación biomédica mexicana: ocho décadas de contribuciones y una mirada al futuro Dra. Susana López Charretón
12:51 a 13:03	La investigación en salud que México necesita para los próximos ochenta años Dr. Carlos A. Aguilar Salinas
13:04 a 13:14	Discusión y conclusiones por coordinadores y ponentes

Martes 13 de OCTUBRE 2026

Auditorio Principal INCMNSZ
Entrada libre



El Colegio Nacional

80

**ANIVERSARIO
1946-2026****INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN**

EL INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN
TIENE EL HONOR DE INVITARLE A LA

Exposición

**MAURO GÓMEZ
“Caprichos”**



Del 06 al 30 de octubre de 2026

Vestíbulo del auditorio principal,
INCMNSZ

**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

Agenda 80 Aniversario

Fuga, abandono, expulsión y exclusión

Mujeres en STEM: no basta con abrir la puerta, necesitamos rediseñar el edificio

Segunda y última parte

Andrea Hernández García/ Integrante del CEG

En la edición anterior, exploramos la brecha de género en ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas (STEM). En esta ocasión, profundizamos en los desafíos relacionados con la permanencia y en una de las principales “fugas”: **la maternidad**.

En 2024, las *National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine* publicaron *Supporting Family Caregivers in STEM: A Call to Action*. Su conclusión es contundente: las responsabilidades de cuidado suelen entrar en conflicto con normas profundamente arraigadas en los entornos académicos STEM, donde todavía existe la expectativa de que estudiantes y profesionales demuestren una gran dedicación a su disciplina, permanezcan disponibles y hagan visible de manera constante su trabajo.

Las consecuencias son medibles. El informe recoge investigaciones según las cuales **casi la mitad de las nuevas madres abandonaron el trabajo de tiempo completo en STEM después del nacimiento de un hijo, frente a aproximadamente una cuarta parte de los nuevos padres varones**. También describe fenómenos como la *motherhood penalty* –penalización por maternidad– y el *maternal wall bias* –sesgo asociado a la maternidad–, que pueden afectar la contratación, el salario y las oportunidades de desarrollo profesional después de convertirse en madre.

La maternidad no necesariamente expulsa a las mujeres de STEM; las estructuras incompatibles con las responsabilidades de cuidado pueden hacerlo. También debemos preguntarnos cuántas permanecen, cuántas se desarrollan profesionalmente, cuántas alcanzan posiciones de liderazgo y, finalmente, **cuántas llegan a los espacios donde se toman las decisiones y se establecen las reglas**.

Si las personas que han experimentado en primera persona la tensión entre maternar y desarrollar una carrera científica tienen pocas posibilidades de acceder a los espacios donde se definen los horarios, las licencias, las métricas de productividad, los criterios de promoción o las trayectorias consideradas “ideales”, ¿qué tan probable es que esas estructuras incorporen esta experiencia?

Ese es el círculo que debemos romper. Quizá durante demasiado tiempo hemos pensado la igualdad principalmente como un problema de acceso. Abrimos programas, creamos becas y animamos a las niñas a estudiar ciencias. Sin embargo, la verdadera transformación ocurrirá cuando una mujer pueda ingresar a STEM, permanecer, desarrollarse, cuidar, maternar si así lo desea, crecer profesionalmente y llegar a los espacios donde se decide cómo funcionará el sistema para quienes vienen detrás.



Carrera de 5 KM



Sábado 10 de Octubre



Hora: 06:30 hrs.
Puerta principal INCMNSZ

¡Registro!



Será un privilegio compartir esta mañana de
vitalidad, convivencia y espíritu deportivo
junto a la comunidad del **INCMNSZ**



17 de septiembre

Día Mundial de la Seguridad del Paciente 2026: atención segura durante toda la vida

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

En esta edición, quiero agradecer a todas las personas que participaron en la realización de las actividades conmemorativas del **Día Mundial de la Seguridad del Paciente 2026**.

Este año, la campaña se centró en un reto de gran relevancia para los sistemas de salud: la **seguridad en la atención de las personas que viven con enfermedades no transmisibles (ENT)**, bajo el lema:

“¡Atención segura durante toda la vida!”

Por ello, fue muy importante contar con la participación de diversas áreas y programas del Instituto, entre ellos **Nutrición Hospitalaria, MIDO, Cardiología, Neumología, Salud Mental, CAIPaDi y Educación para la Salud**, que además compartieron información y conocimientos a través de diversas pláticas.

Agradezco también a todas las personas que contribuyeron a hacer posible esta conmemoración y que brindaron su apoyo en la organización, decoración, instalación de mesas, sonido y demás actividades necesarias para su realización.

**SI TE CUIDAS TÚ,
NOS CUIDAMOS TODOS**



80

ANIVERSARIO



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

**1946
2026**

**VOCACIÓN
PERTENENCIA
SERVICIO**

Enfermería internacional en el INCMNSZ

Culmina con éxito el encuentro de formación de enfermería quirúrgica

Mtra. Nancy Angélica López Carbajal / Jefa del Departamento de Educación Continua en Enfermería



Integrantes de la Subdirección de Enfermería, Dr. José Sifuentes Osornio y profesionales invitadas

Del 5 al 28 de agosto de 2026, el INCMNSZ recibió a cinco profesionales de **Enfermería de la Especialidad en Central de Esterilización y Procesamiento de Material Médico-Quirúrgico de la Facultad de Enfermería Elizabeth Seton, Universidad Católica Boliviana San Pablo**. La estancia les permitió conocer la organización y el funcionamiento de la **Central de Equipos y Esterilización (CEyE)** del Instituto.

Durante la rotación, las participantes observaron las actividades del servicio y se integraron de manera supervisada a sus procesos.

La **CEyE** desempeña una función esencial en la atención hospitalaria. Su personal trabaja para que los servicios clínicos y quirúrgicos dispongan de dispositivos médicos procesados conforme a los procedimientos establecidos. La limpieza, inspección, preparación, esterilización, almacenamiento y distribución del material requieren conocimientos especializados, supervisión y trazabilidad. Formar profesionales en esta área contribuye a la calidad de los procesos, a la prevención de infecciones asociadas a la atención de la salud y a la seguridad de los pacientes.

La estancia contó con el acompañamiento de la **Subdirección de Enfermería; la**

Dirección de Enseñanza; el Departamento de Educación Continua en Enfermería; y el personal de Enfermería y supervisión de CEyE y Cirugía del turno matutino. El intercambio permitió compartir experiencias sobre la organización de los servicios de esterilización y la formación especializada del personal.

Al concluir las actividades, las participantes sostuvieron una reunión con el Director General del Instituto, **Dr. José Sifuentes Osornio**. Durante el encuentro se conversó sobre la importancia de establecer vínculos profesionales y académicos con colegas de América Latina. También se abordó el valor de estas estancias para compartir prácticas que favorezcan una atención segura y la necesidad de fomentar la formación de más profesionales en el procesamiento de dispositivos médicos.

En el marco de esta importante colaboración, **las autoridades de la institución educativa boliviana otorgaron un especial reconocimiento al Dr. José Sifuentes**. El INCMNSZ agradece a la Universidad Católica Boliviana San Pablo la confianza depositada en la institución y reconoce al personal que acompañó esta experiencia formativa.

Evaluación y vigilancia contribuyen a la seguridad del paciente

Enfermería en la primera línea ante el delirium

PSS Areli Itzel Pérez Ramírez/ Adscrita a educación Continua de Enfermería

En el marco del **Día Mundial de la Seguridad del Paciente**, conmemorado el 17 de septiembre, es importante visibilizar que, en México, hasta el 38.3% de las personas adultas mayores hospitalizadas presenta **delirium**. Detrás de este dato existe una importante oportunidad para fortalecer el cuidado de enfermería.

El delirium es un síndrome de inicio agudo que altera el funcionamiento cerebral. Se manifiesta como un cambio súbito en el estado mental habitual, con dificultad para mantener la atención, pensamiento desorganizado o alteraciones en el nivel de conciencia. No es una manifestación “normal” del envejecimiento ni de la hospitalización, sino una alerta clínica que requiere una respuesta oportuna.

Su aparición se relaciona con la combinación de factores predisponentes –como edad avanzada, deterioro cognitivo, comorbilidades, déficits sensoriales, deshidratación y uso de determinados fármacos– y factores precipitantes asociados con la hospitalización, entre ellos infecciones, dolor no controlado, desequilibrios hidroelectrolíticos, cambios en la medicación o restricciones físicas. En México, se ha reportado una incidencia del 12% y, de acuerdo con los datos referidos, cerca de la mitad de los casos se relaciona con demencia previa, manejo inadecuado del dolor o cirugía reciente. Estas cifras reflejan la vulnerabilidad de los pacientes y la importancia de aprovechar las oportunidades de prevención.

No existe un fármaco que, por sí solo, prevenga el delirium. Sin embargo, existen diversas intervenciones no farmacológicas en las que enfermería desempeña un papel fundamental y que pueden contribuir a prevenir su aparición o modificar su evolución. Entre ellas se encuentran la **movilización temprana**; el **cuidado del ciclo sueño-vigilia**, mediante la disminución del ruido y la luz durante la noche y el favorecimiento de la actividad y la iluminación natural durante el día; la **reorientación frecuente**, con apoyo de relojes, calendarios y la presencia de familiares; el acceso a lentes y auxiliares auditivos; un **entorno hospitalario tranquilo**, acompañado de objetos personales cuando sea posible; así como el **manejo adecuado del dolor, la hidratación y la nutrición**.

Ante el riesgo de **delirium**, **el cuidado de enfermería** va más allá de la realización de procedimientos: implica una **vigilancia constante que permite identificar oportunamente** cambios que otros indicadores pueden no mostrar. El delirium nos recuerda que la seguridad del paciente también depende de la **presencia humana**, la observación clínica y la capacidad de **detectar un cambio antes de que se convierta en una complicación**.

Prevenirlo es, en esencia, un acto de cuidado profundamente humano, que el personal de enfermería sostiene día a día y que puede contribuir a marcar la diferencia entre una hospitalización segura y una asociada con complicaciones potencialmente evitables.

Por esta ocasión,
la Sesión Cultural
será el
jueves 22
de octubre



ANIVERSARIO
1946-2026



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

EL INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

INVITA A LA
SESIÓN CULTURAL DE OCTUBRE

CONCIERTO DEDICADO A
PACIENTES DEL INCMNSZ



Zulyamir Lopezríos
Soprano



Santiago Piñeirúa
Piano

CONCERTISTAS DE BELLAS ARTES

Música INBAL

Jueves 22 de OCTUBRE 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 INSTITUTO NACIONAL DE BELLAS ARTES

Acoso y hostigamiento laborales

¿Sabes cuál es la diferencia?

Son formas de violencia que pueden intimidar, excluir o afectar la dignidad y el bienestar de las personas



ACOSO

Lo ejerce una persona del **mismo nivel jerárquico** o menor respecto de la persona afectada



HOSTIGAMIENTO

Lo ejerce una persona con **nivel jerárquico superior** al de la persona afectada

En ambos casos son conductas que deterioran el ambiente laboral y pueden afectar emocional o mentalmente a las personas



RECUERDA

Si identificas una situación de este tipo, denúncialo ante el Comité de Ética o el Órgano Interno de Control en tu institución

Si tienes dudas, puedes solicitar orientación al Comité de Ética o al Órgano Interno de Control de tu institución

También puedes presentar tu denuncia en:
<https://denuncias.gob.mx/>



#ConoceTuCódigo

Escanea el código QR y consulta el:
Código de Ética e Integridad para un Buen Gobierno en la Administración Pública Federal



Gobierno de
México

Buen Gobierno
Secretaría Anticorrupción y Buen Gobierno



Comité de Ética
Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

Mediante el ejercicio y la concientización

Prevención de caídas: el pilar invisible para un envejecimiento autónomo y saludable

Lcda. Liliana Morán Rodríguez /Departamento de Comunicación y Vinculación

Las caídas suelen percibirse como accidentes desafortunados e inevitables del día a día; sin embargo, en la población adulta mayor, representan un gran problema de salud pública. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), **las caídas constituyen la segunda causa mundial de muerte por traumatismos involuntarios**. Además, reporta que anualmente se producen cerca de 37.3 millones de caídas con la gravedad suficiente como para requerir atención médica.

Más allá de las cifras, el impacto real de este fenómeno radica en cómo afecta la calidad de vida. Como destaca **Nancy Cecilia Cortés Hernández**, enfermera adscrita a la **Subdirección de Enfermería en la Unidad de Mejora Continua**, las caídas condicionan de forma drástica la autonomía de las personas mayores. Al sufrir un percance de este tipo, se pueden generar lesiones físicas -que van desde esguinces hasta fracturas graves de cadera o traumatismos craneoencefálicos- y también **se disminuye progresivamente la independencia y el temor a volver a caer limita la movilidad**.

Las **causas** de una caída son multifactoriales. Entre los **factores fisiológicos** están la pérdida de masa muscular, alteraciones en el equilibrio o problemas visuales y auditivos no corregidos. Asimismo, **el uso de ciertos medicamentos** comúnmente prescritos, como psicotrópicos, benzodiazepinas u opioides, incrementa la susceptibilidad debido a sus efectos adversos. A esto se suma **el uso inadecuado de dispositivos de apoyo** a la marcha -como bastones o andaderas mal ajustados- que entorpecen la marcha en lugar de corregirla.

Por otro lado, el entorno juega un papel determinante:

- **En el hogar:** La presencia de tapetes sueltos, la falta de iluminación adecuada en pasillos y la ausencia de barandales en escaleras o en el sanitario son detonantes frecuentes de accidentes.
- **En la vía pública:** Aceras deterioradas, baches y vías mal diseñadas representan obstáculos constantes para la movilidad.
- **En el entorno hospitalario:** Camas sin freno o barandales abajo, sumado a la falta de uso de anteojos o aparatos auditivos durante la estancia, incrementan el peligro.

Especialistas en geriatría buscan que las personas mayores y sus cuidadores identifiquen estos riesgos a tiempo. Entre las **recomendaciones** fundamentales destaca la práctica regular de ejercicio físico, considerado el pilar principal para mantener una mayor reserva física, mejor equilibrio y la fuerza muscular necesaria para reaccionar ante una pérdida de estabilidad.

Prevenir una caída implica adaptar los espacios cotidianos, revisar de forma periódica las prescripciones médicas y acudir con un especialista ante los primeros signos de alteración en la marcha, la vista o el oído. Proteger el equilibrio de nuestros adultos mayores es, en última instancia, defender su derecho a un envejecimiento digno, activo y autónomo.

#DíaNaranja

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

Día naranja



Gracias por ser parte de la
foto oficial del mes de septiembre 2026

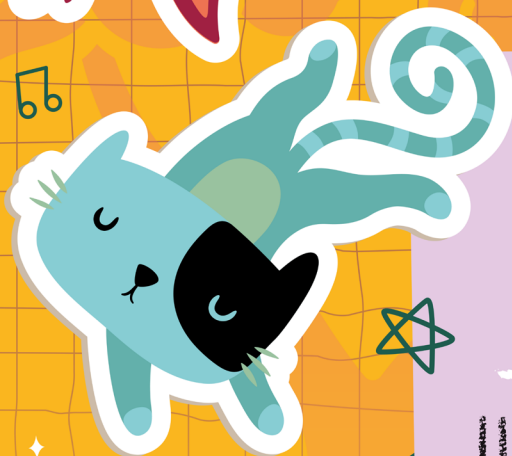


INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



El ABC de las
emociones
Salud Mental para las y los Jóvenes

**Un mal momento
no define quién eres**



**¡Sigue
adelante!**

Un paso. Una tarea.

UN MINUTO A LA VEZ

Si necesitas ayuda, llama a la
Línea de la Vida
800 911 2000



Atención personalizada sobre
salud mental y adicciones, todos
los días, las **24 horas**

abcdelasemociones.sep.gob.mx



Gobierno de
México



**ANIVERSARIO
1946-2026**



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN



**VOLUNTARIADO
INCMNSZ**

Voluntariado

**APROVECHA LA PROMOCIÓN DURANTE
SEPTIEMBRE Y OCTUBRE PARA ADQUIRIR LA CHAMARRA
O EL CHALECO DEL 80 ANIVERSARIO DEL INCMNSZ**

CHAMARRA

Color: Azul oscuro

Talla: CH, M, G y EG

Precio: \$900⁰⁰

Unisex



CHALECO

Color: Azul oscuro

Talla: CH, M, G y EG

Precio: \$600⁰⁰

Unisex

**Ventas: martes y jueves de 10:30 a 13:00 h en tienda del voluntariado
y diariamente en la cafetería del voluntariado a la entrada de la UPA**

Fotogalería

Actividades del mes de septiembre



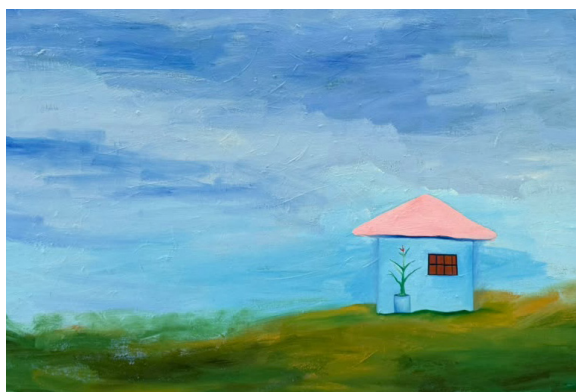
Lic. Carlos Slim Domit recibe obsequios conmemorativos del 80 Aniversario de manos del Dr. José Sifuentes Osornio



Lic. Carlos Slim Domit en la Conferencia Magistral "México ante una nueva era: desafíos y perspectivas para la salud"



Exposición Pilar Espínola *Somos naturaleza, aves, memoria y vida*



Exposición Javier Anzures Torres *La Casa*



Maestro Alberto Cruz Prieto, concertista de Bellas Artes



Asistentes a la Sesión Cultural



La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

Feliz Cumpleaños Primera quincena de octubre

1

Hernández Martínez Adrián
Quintana Camargo Liz Giovanna
Lomas Soria María del Consuelo
Estrada Rasso Angel
García Cortes Gerardo Alberto
González González Ricardo
Calderón Rivera Javier Daniel
Delgado Villagran María Teresa
Martínez Sánchez Myrna
Nicolas Martínez Edith Lizeth
Monroy Álvarez Miguel Angel

2

Charraga Vázquez Diego
Avila Chávez Euclides
Reyes Avila Héctor Orlando
Ovalle Juárez Claudia
Martínez Ruiz Erika
Carrasco Odilon Ismael
Santiago Sanjuan Arisbeth Ángeles
Guzmán Bastida Diana Marisol
Salas Villalba Mario
Moguel Salas Audrey

3

Valencia Álvarez Francisco Rafael
Valverde Hernández Salvador Saul
Espinoza Salgado Andrea
Flores Martínez Eduardo
Reyes Camacho Nelvy
López Cappello Ursula Elena
Ramírez Arellano María Teresa

4

Leal Vega Francisco Javier
Bernadéz Vallejo Samantha Viviana
Casas Hernández Beatriz
Vega Bolaños María de los Ángeles
Sosa Avila Delia
Gómez Martín Diana
Balcázar Antonio Denek Francisco
Agréda Vázquez Gladys Patricia
Jiménez González Haydee
Figueroa González Nancy Julieta
Garduño Hernández Francisco
Arzola Flores Luis Héctor
Cabañas Ballesteros Jaqueline
Villaalpando Gutiérrez Ana Rosa

5

Mares Gómez Cristofer Daniel
Frenk Mora Alicia Josefina
Sánchez Ugarte José Tomas
Aranda Aguilar David
Nava Mota Aniceto
Leyva López Flor María
Ornelas Aguilar Rodolfo
Guzmán Ruiz Hugo

6

Torres Cadena Amairani
Medina Carranza Blanca Estela
Conrado Vázquez Margarita
Valdez Bravo Sandra
León Contreras Juan Carlos
Méndez Puga María Eugenia

7

Rivas Redonda Kenia Ilián
Sánchez Vargas Petra Elena
Alfaro Torres Greta Natalia
Esparza López José
Reyes García Marco Antonio
Solares Campos Filiberto
Ramos Morelos Arianna
Arias Laudino Gloria Gabriela
Sánchez Treviño Patricia
Pérez Soto Rafael Humberto
Zurita Almaraz Rosario
Martínez Nevarez Itzel
Navarro Escobedo Mariana
Valdovino Pérez Ariana
Ipatlan Moreno José Ricardo

8

Degollado Martínez Mónica Fabiola
Remus Galván Roxana Verónica
Zamorano Pablo Gerardo
Leal Moran Patricia Evangelina
Piñones Castillo Nury Patricia
Santiago Flores Lorena Patricia
López Nájera Yazmin
Mancera Cordova Adrián
Limón de la Pera Brenda Jazmin
Castro Saldaña Hayde Lizette

9

Miranda Araiza Mario
Domínguez Cherit José Guillermo
García Vázquez Dolores Sara
Merino García Erick Alejandro
Hernández Juárez Leticia
Munguía Huerta Magdalena
Del Monte Blanco Miguel Angel

10

Ríos Olais Fausto Alfredo
Michel Reséndiz Rubén
García Villegas Elsy Aide
Acevedo Osorio Gloria Nieves
Plaza Almanza María Verónica
Macotela Gutiérrez Claudia Isabel
Escobar Zamora Eduardo

11

Ramírez Mulhern Isabela
Juárez Pilares Gimena
Martínez Orozco Cristina
Romero Rodríguez María Guadalupe
Gavia Rivas Juana Stephany
Banda Aguilar Marlene
Vázquez García Luis
Saadat Rami M.A.

12

Hernández Flores John
Barroso Barajas Lady Diana
Morano López Marcela
Luna Del Villar Velasco Sonia
González Lozano Sandra
Ortega López Yamileth
López Zamudio María del Carmen

13

Reyes Vallejo María Antonieta
Aguilar Carrasco Juan Carlos
Rentería Romero Hermelinda
Lara Salgado Eduardo
Mireles Urquidez Eduardo
García Vázquez Eduardo Javier
Vázquez Lujano Lourdes Itze
Aguilar Juárez María Elena
Eslava Méndez Jessica Fernanda
Hernández Rico Guillermo Daniel
Balboa Barraza Pedro

14

Marañón Solorio Karen Aranza
Chavarria Yañez Víctor David
Reyes Castro Luis Antonio
Gámboa Domínguez Armando
Zavaleta Rosas Adriana
García Juárez Paula
Aguilar Navarro Sara Gloria
Ramos Uscanga Yadira
Ayala Salinas Rosa Aydee
Colin Cortes Ana Karen
Cárdenas Frágoso José Luis
Flores Alvarado Juan Jesús
Hernández Mata Mayra Rosalía

15

Alcázar Ylizaliturri Jorge Luis
Montaño Huitrón Rocío
Ochoa Guzmán Ana Teresa
Feria Bernal Guillermo
Espinoza Álvarez Cain
Bréña Aparicio Antonio
Caballero Nava Mario
Suárez Zavala Miguel Ángel
Reyes Rentería Luis Antonio
García Pavón Ríos María Teresa

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.

RENTO RECAMARA AMUEBLADA.

Con baño propio y derecho a uso de cocina. Informes al 5555734703 , con la Sra. Dolores.

RENTO DEPARTAMENTO.

En Fuentes Brotantes con 2 recámaras, vestidor, cocina integral, refrigerador, horno eléctrico y centro de lavado. Un lugar estacionamiento. Precio \$8,400. Informes con la Sra. Margarita al 5513911562.

RENTO DEPARTAMENTO.

En la Unidad la Cima del Pedregal. Planta baja. 70 m², dos recámaras, dos baños completos, sala comedor, cocina y patio de servicio. Ventanas con vidrios aislantes del ruido y de la temperatura. Rodeado de jardines. A dos cuadras del Hospital General Ajusco Medio. Precio mensual, que incluye el mantenimiento \$11,500 con un lugar de estacionamiento y \$12,000 con dos lugares. Informes al 5519140296, WhatsApp.

VENDO CASA.

Casa sola recientemente renovada. Cuenta con 282m² de terreno y 105m² de construcción, tres habitaciones, dos baños completos, sala, comedor, cocina, área de lavado y estacionamiento. Amplio jardín privado de 80 m² con árboles frutales, patio trasero de 42 m² y dos terrazas, cisterna de 10,000 litros y gas estacionario. Disponible amueblada o sin amueblar. San Miguel Ajusco. Precio \$3.8 MDPm. Informes con Mariana al 5554029742.

VENDO EDIFICIO CON DOS DEPARTAMENTOS Y LOCALES COMERCIALES.

Excelente inversión, sobre Av. Cafetales, consta de 300 m² de terreno, con dos departamentos de 150 m² cada uno, con 3 recámaras y amplios cuartos de servicio. Cuenta también con dos locales comerciales. Informes 5521281560.

VENDO TERRENO PLANO.

300 m² con bodega, sobre Av. Cafetales, excelente ubicación, frente al metrobus. Ideal como inversión o para constructores. Informes 5521281560.

VENDO BICICLETA LIV ROVE 3DD.

Talla S (como rodada 26). Su diseño híbrido con amortiguadores, permite manejar en la ciudad y en senderos. Factura original, precio \$10 mil a tratar. Informes con Liliana al 5522571867, ext. 2519

VENDO MOTOCICLETA BAJAJ PULSAR N250 2024.

Único dueño. Factura original. 7,000 km. Inyección electrónica, frenos ABS de doble canal, iluminación LED, tablero digital, puerto USB. Servicios al día. Excelente estado mecánico y estético. Incluye casco nuevo, protección para tobillos nuevos y mochila para motociclista. Precio \$46,900 negociable. Informes con Luis al 5523984983.

VENTA DE LIBROS DE ARTE E HISTORIA.

Puedes conocerlos en la coordinación de Arte y Cultura, ext. 2119, de 10:00 a 14:00 hrs. Precios desde \$100.

VENDO ALBERCA PARA NIÑOS CON PELOTAS.

Alberca de aproximadamente 5 x 2 material de colchonetas, totalmente segura, limpia y en buenas condiciones, (incluye pelotas multicolores). Precio \$2,500. **VENDO TAPETE DE LAZO.** Circular, en buen estado. Precio \$500. Informes con Rosa Isela al 5537142046.

AUTOCUIDADO



¿Te has preguntado qué hábitos
podrías incorporar con mayor
frecuencia a tu vida cotidiana?



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

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

Departamento de Comunicación y Vinculación

Lcda. Carmen Amescua Villela

Responsable Editorial

Lcda. Liliana Morán Rodríguez

Diseño editorial, armado, retoque digital y fotografía

Karina Salas Mercado

Lcdo. Jorge Velázquez Hernández

Revisión

Lcda. María Concepción Nolasco Miguel

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación



**ANIVERSARIO
1946-2026**



Si deseas colaborar escribenos a:
camiseta@incmnsz.mx



Consulta la edición digital
<https://www.incmnsz.mx/camiseta/2026>



Salud
Secretaría de Salud



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN