



ANIVERSARIO

La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXII No. 8

30 de Abril 2016



Homenaje póstumo al Dr. Rubén Lisker Yourkowsky



La Camiseta

No. 534

30 de abril 2016

CONTENIDO

EDITORIAL

SER INCMNSZ

- Hacemos las cosas bien. Somos orgullosamente INCMNSZ
L.T.S. Silvia Bautista Martínez

PARA CONOCERNOS

- El OIC contribuye para tener una gestión honesta, eficiente y transparente
Mtra. María Cecilia González Flores

ENTÉRATE

- Homenaje póstumo al Dr. Rubén Lísker Yourkowsky

CRÓNICA DEL 70 ANIVERSARIO

- Sesión Cultural dedicada a la UNAM
IV evento conmemorativo del 70 aniversario

CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA

- Metas Internacionales de seguridad del paciente

CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL

- Ser emprendedor: un paso hacia la excelencia

NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL

- El Instituto, comprometido con el cuidado del agua

COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN

- Coadyuvan como factores de éxito en el INCMNSZ

VOLUNTARIADO

- La intervención asistencial es vital en los adultos mayores

ARTE Y CULTURA

- Virginia Chévez, la artista del mes

VIDA INSTITUCIONAL

- Nuestros médicos a su regreso del extranjero, impulsan nuevos métodos científicos y técnicos

VIDA LABORAL

- El deterioro ambiental impacta a los Derechos Humanos

TU SALUD

- Un ambiente familiar positivo, promueve la longevidad
L.T.S. Silvia Bautista Martínez

CULTURA DEL BIEN COMER

- Mango, rico y saludable
- Ensalada de pollo con mango

ESPACIO DE LECTURA

- Mi vida, mi lucha

SABÍAS QUE

- Efemérides de la salud

ESPACIO DEL LECTOR

- Nuestros antepasados supieron resistir mejor las dificultades de la vida

TU HISTORIA CON EL INSTITUTO

- Apareció un día en mi vida...
Lila Ostos

HABLEMOS DE

- Trascender, dejar huella, dejar un legado, ser ejemplo y testimonio

Uno de los investigadores más reconocidos en México fue el Dr. Rubén Lisker Yourkowsky quien realizó importantes contribuciones a la ética médica. En la sección Entérate se da a conocer el homenaje póstumo que le rindió la Dirección de Investigación del INCMNSZ y el Colegio de Bioética.

En la sección Para Conocernos, el Órgano Interno de Control del INCMNSZ informa de qué forma constituye un área clave para el correcto funcionamiento de la institución, además de promover una gestión honesta, transparente y eficiente.

La L. T. S. Silvia Bautista Martínez expresa el orgullo por formar parte del Instituto desde hace más de dos décadas, en la sección Ser INCMNSZ. De igual forma, en la sección Voluntariado, da a conocer las funciones asistenciales que se realizan en el área de Trabajo Social del Servicio de Geriátrica a su cargo. En la sección Tu Salud, se hace una reflexión sobre el cuidado de las personas mayores.

En la sección Arte y Cultura se da a conocer la trayectoria de Virginia Chévez, quien expuso su obra pictórica como parte del IV evento conmemorativo del 70 aniversario, en el que además dió una conferencia magistral de la Dra. Elizabeth Sattely y terminó con la sesión cultural, dedicada a la UNAM, en donde se presentó el tenor Juan Luis Ordóñez y el pianista Carlos Alberto Pecero. La información relativa a estos dos eventos, se da a conocer en la sección Crónica del 70 aniversario.

En la sección Sabías que, se informa sobre las efemérides de la salud, celebradas durante la segunda quincena de abril: 17 de abril, Día Mundial de la Hemofilia; 23 de abril, Día Mundial del Paludismo y del 24 al 30 de abril, Semana Mundial de la Inmunización 2016.

La trascendencia como un acto humano que representa dejar huella, proporciona un legado para los que vienen detrás y ser un ejemplo a seguir es la visión del Doctor en filosofía, Ludwig Schmidt H., Catedrático de la Universidad Andrés Bello. Esta postura se da a conocer en la sección Hablemos de.

28 años de trayectoria en el Instituto

Hacemos las cosas bien. Somos orgullosamente INCMNSZ

Lic. Silvia Bautista Martínez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Lic. Silvia Bautista Martínez

A 28 años de servicio institucional, la Lic. Silvia Bautista Martínez, especialista en trabajo social de Modelos de Atención con Adultos Mayores, adscrita al Servicio de Geriátrica, señaló que en el Instituto las cosas se hacen bien.

Desde que ingresé al Instituto, en 1987, aprendí que aquí las cosas se hacen bien. Quizás por eso somos líderes en asistencia, docencia e investigación en muchas otras áreas, no solo la médica.

Soy de las pocas afortunadas especialistas de trabajo social de adultos mayores que pueden desarrollarse en una institución de primer nivel como lo es el INCMNSZ.

Agregó que se siente muy orgullosa porque entre las trabajadoras sociales que hay en México, pocas son tituladas y pocas son las que tienen esos reconocimientos por la UNAM, al otorgarle medalla Antonio Caso al mérito académico por excelencia. Más aún por ser trabajadora social del Instituto, adscrita a un servicio, donde hay grandes oportunidades de crecer.

Estoy a unos meses de cumplir 29 años trabajando en el Instituto, lo que es un honor. Yo siempre pensé que quería trabajar en una gran Institución, pero nunca pensé que ese sueño se me iba hacer realidad. Me siento orgullosamente INCMNSZ desde hace 28 años.

Expresó que su mayor satisfacción en el Instituto ha sido apoyar, ayudar, orientar y asesorar a los pacientes en los diferentes Departamentos.

Destacó que ha estado en varias especialidades del Instituto, que ha tenido grandes oportunidades de aprendizaje en varias áreas y la posibilidad de conocer a grandes personas que le han aportado importantes enseñanzas para su vida profesional.

Sin embargo, señaló que su máxima satisfacción, ha sido el agradecimiento que le han dado los pacientes o sus familiares, entre otras cosas por haber recibido una asesoría u orientación de su parte.

Por otro lado, manifestó que la mística institucional para ella es ser responsable, formal, ordenada y respetar a los pacientes, a los familiares y al equipo de salud.

Privilegiar el respeto, destacando que cada quien es importante como persona y por la función que cada quien desempeña.

Yo crecí con la mística institucional. Esa mística que nos heredó el Maestro Salvador Zubirán como uno de los valores más preciados para el trabajo asistencial del país. Misma que se puede ir entendiendo y traduciendo con el paso de los años al formar parte del Instituto.

Me siento muy honrada de haber ingresado al INCMNSZ en una época muy bonita, cuando fungía como Director el Dr. Manuel Campuzano Fernández. También recibí el apoyo importante del Dr. Fernando Gabilondo Navarro, en su momento, cuando era Director del Instituto. Afortunadamente, hoy en día, del Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, actual director del Instituto, también nos está brindando todo su apoyo en los proyectos que estamos desarrollando en el Servicio de Geriatría.

Considero que heredé la mística institucional de varias personas incluyendo médicos que conocí al inicio de mi carrera profesional y la he conservado con mucho amor, dedicación y compromiso.

Siempre he privilegiado hacer las cosas bien, basadas en las competencias y habilidades universitarias que he adquirido con el estudio durante muchos años y en la experiencia profesional que he desarrollado por cerca de 29 años.

Respetar, dar el plus, creo que eso me ha enseñado también la Institución, no pensar a quién le toca, sino hacerlo y hacerlo bien, con buen trato. Y también tener presente que la persona que está recibiendo la asesoría va a resolver una necesidad.

Somos sabedores de que vienen con necesidades de salud, con necesidades de resolver sus problemas. Entonces, tenemos que trabajar arduamente como equipo de salud, sumando esfuerzos institucionales y familiares.

Agregó que su mayor logro en el Instituto ha sido colaborar con los equipos de trabajo y equipos médicos, dar su punto de vista como especialista en Trabajo Social de personas adultas mayores.

Lo anterior, manifiesta que la parte social y familiar del paciente se considera como parte de su tratamiento integral, el cual debe estar sustentado en una visión multidisciplinaria que permita brindar atención desde diferentes aristas en beneficio del paciente.

Finalmente, reflexionó en que ha visto egresar 28 generaciones de médicos, también ha visto que se han ido algunos compañeros de trabajo. Sabedora que en algún momento ella también se irá, afirmó que tiene como objetivo cumplir más proyectos y sueños, pero sobre todo, aportar a su profesión, a la Institución y a su país lo mejor de sí para contribuir con el desarrollo y trascendencia de una gran Institución, de la que se siente satisfecha de formar parte.

Yo creo que ese plus que damos en nuestro día a día, no importan las horas que pasemos en el Instituto aún después de nuestro horario de trabajo, o inclusive, seguir trabajando en la casa es justamente porque no nos pesa, lo hacemos con mucho compromiso.

Considero que ese es otro de los rasgos de la mística del Instituto; el compromiso de dar más, de hacer más, de dar el extra, para que el INCMNSZ siga progresando, y nosotros como personas y profesionistas continuemos enriqueciéndonos para el pleno desarrollo de todas nuestras capacidades.

El Órgano Interno de Control

El OIC contribuye para tener una gestión honesta, eficiente y transparente

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Es así como se le denomina a lo que antes fue la Contraloría, actualmente se encarga de evaluar el sistema de control interno y vigilar que los procesos y procedimientos que realizan los servidores públicos estén apegados a la legalidad y que coadyuven a los objetivos sustantivos del Instituto y, en caso de no ser así, es quien posee la autoridad para atender, tramitar y resolver las quejas o denuncias presentadas por presuntas irregularidades administrativas cometidas por los servidores públicos, imponiendo las sanciones establecidas en la Ley.

Para ello, cada una de las Dependencias y Entidades de la Administración Pública Federal tiene un Órgano Interno de Control que depende de la Secretaría de la Función Pública. El Instituto no es la excepción, y cuenta con un Órgano Interno de Control que ha ido evolucionando.



Personal del Órgano Interno de Control (OIC)

En la actualidad su organización es encabezada por la Titular del OIC, la Maestra Cecilia González Flores, el Titular del Área de Responsabilidades y del Área de Quejas el M. en D. Ricardo Joaquín Contreras Sierra y la Titular del Área de Auditoría Interna y Auditoría para Desarrollo y Mejora de la Gestión Pública, la Lic. Nancy Jemile Chávez Camarillo, el Área cuenta con un equipo profesional de Abogados y Contadores que trabajan día con día para coadyuvar con el Instituto al logro de sus objetivos con base en la legalidad y los valores de la administración pública.

Las actividades del Órgano Interno de Control cumplen con las funciones que cada una de las áreas tiene y están plasmadas en el Reglamento Interior de la Secretaría de la Función Pública.

Las dos Áreas que conforman el OIC, trabajan en estrecha colaboración buscando cumplimentar sus acciones e integrarlas para un trabajo sistemático.

El Área de Auditoría Interna, es la encargada de realizar Auditorías al Instituto con base en un Programa de Trabajo Anual elaborado a través de una Matriz de Riesgos en la que se determinan las áreas susceptibles de auditar. A su vez, le da seguimiento a observaciones determinadas por el Despacho de Auditoría Externa, por la Auditoría Superior de la Federación y a observaciones determinadas por la propia área.

El Área de Desarrollo y Mejora de la Gestión, es la encargada de dar seguimiento al cumplimiento de las normas de control interno, para mejorar la efectividad del Instituto. Está enfocada a propiciar la modernización continua de los procesos, la Mejora Regulatoria, la orientación de la estructura orgánica hacia los objetivos estratégicos y el aprovechamiento de las tecnologías de la información.

El Área de Quejas, es la que atiende las quejas y denuncias en general por conductas presuntamente irregulares de los servidores públicos, realizando la investigación, así como las diligencias y actuaciones necesarias. Y el Área de Responsabilidades es la encargada de realizar los procedimientos de responsabilidad administrativa.

Además el OIC participa como asesor de diversos Comités. En el Instituto se encuentran en la planta alta del Edificio Administrativo; que es donde todos sus integrantes se encargan de consolidar en el Instituto la honestidad, la eficiencia y la transparencia.

Misión:

Ser un órgano fiscalizador con un enfoque preventivo que contribuye al cumplimiento de los objetivos del Instituto, mediante una gestión honesta, eficiente y transparente que garantiza el compromiso social con la ciudadanía.

Visión:

Ser un órgano fiscalizador reconocido por la ciudadanía por nuestros valores de compromiso, liderazgo, transparencia y honestidad con un equipo proactivo que brinde propuestas innovadoras para asegurar la excelencia institucional y el respeto de los Derechos Humanos.

Contacto:

contraloria@incmnsz.mx

Gran trayectoria en la investigación médica

Homenaje póstumo al Dr. Rubén Lísker Yourkowsky

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El pasado 8 de abril tuvo lugar en el INCMNSZ un homenaje póstumo dedicado al Dr. Rubén Lísker Yourkowsky, al que se sumó el Colegio Nacional de Bioética. En el mismo, se destacó su trayectoria en el campo de la medicina y de la ética en la investigación, el acto fué presidido por el Dr. Gerardo Gamba Ayala, Director de Investigación del Instituto y en la segunda parte del mismo, por el Dr. Patricio Santillán Doherty, Presidente del Colegio de Bioética.

El Dr. Gerardo Gamba Ayala señaló que recibió del Dr. Lísker una avalancha de enseñanzas y conocimientos que siempre le agradecerá y recordará con mucho cariño, al tiempo que dio la bienvenida al Dr. Guillermo Soberón Acevedo, ex Secretario de Salud y a la familia del Dr. Rubén Lísker por su asistencia al homenaje. Por su parte, el Dr. Julio Granados Arriola, Investigador y profesor de la UNAM definió como extensa la productividad del Dr. Lísker, en la que abordó muchos ámbitos de la vida científica y que fue, promotor del vínculo de la medicina con otras ramas. En su oportunidad, el Dr. Ruy Pérez Tamayo, profesor emérito de la UNAM destacó que algunas de las grandes contribuciones del Dr. Lísker a la ciencia fueron sus estudios sobre la estructura genética de la población desde aspectos médicos y antropológicos. Otro de los invitados fue el Q. F. B. Alvar Loria Acereto, Coordinador de la Unidad de Epidemiología Clínica del INCMNSZ quien destacó que su vida profesional estuvo enlazada con la del Dr. Lísker. Resaltó que contribuyó a que Nutrición fuera de las primeras instituciones la investigación multidisciplinaria. El Dr. Fabio Salamanca Gómez, profesor de la UNAM de Genética, reconoció que el Dr. Lísker participó en el Comité Internacional de Bioética de la ONU, siendo el único mexicano invitado para redactar la Declaración Universal sobre el Genoma Humano de los Derechos Humanos. Por su parte, el Dr. Osvaldo Máximo Mutchinick Baringoltz, Jefe del Departamento de Genética del INCMNSZ, reconoció la libertad intelectual que siempre disfrutó trabajando con el Dr. Lísker. Durante la segunda parte de la sesión general de la Dirección de Investigación, el Colegio de Bioética, a través de otros expositores expresaron sus ponencias sobre la trayectoria del Dr. Lísker.



Familiares y amigos invitados al homenaje al Dr. Rubén Lísker Yourkowsky

Sesión Cultural dedicada a la UNAM

IV evento conmemorativo del 70 aniversario

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Como parte del IV evento conmemorativo del 70 aniversario, la Maestra Virginia Chévez presentó una exposición pictórica en el Instituto. De igual forma, la Dra. Elizabeth Sattely expuso la Conferencia Magistral “Salud y Medicina –perspectivas-” y la Sesión Cultural, en esta ocasión se dedicó a la UNAM. La misma estuvo a cargo del tenor José Luis Ordóñez y del pianista Carlos Alberto Pecero en la interpretación denominada “Dos mundos románticos Italia-México”.

Virginia Chévez: Nació en 1961 en la Ciudad de México, estudió la Licenciatura de Diseño de la Comunicación Gráfica en la UAM. Momento Dual, en el Centro Cultural Reyes Heróles en 1991, fue la primera de sus 17 exposiciones individuales que ha realizado. Cuenta con más de 30 exposiciones colectivas en México y en otros países como Suiza, Estados Unidos y Canadá.

Elizabeth Sattely: Profesora adjunta de Ingeniería Química Biológica en la Universidad de Stanford, California en EUA. En el 2007, el tema de su doctorado fue química sintética con su colega Amir H. Hoyveda. El laboratorio de la Dra. Sattely está enfocado a la investigación y la ingeniería de vías metabólicas de las plantas.

José Luis Ordóñez: Nació en Camargo, Chihuahua. Su primera participación en ópera fue en Portland, Estados Unidos. Su debut en el Palacio de Bellas Artes fue en 2002, en el papel de Luigi en Il Tabarro de Puccini bajo la batuta de Enrique Patrón de Rueda.

Actualmente canta con las principales orquestas del país y en sus principales recintos, así como en diversas presentaciones en el extranjero; es miembro del grupo de Solistas Cantantes de Opera del INBA.

Carlos Alberto Pecero: Estudio en el Conservatorio Nacional de Música. Como recitalista y solista orquestal ha actuado en los principales escenarios de México, Estados Unidos, Centro y Sudamérica, así como en Austria y España.

Ha recibido distinciones como el premio de la Casa Ricordi y ha grabado cuatro discos. En la actualidad se desempeña como solista permanente de la Orquesta Clásica de México y como miembro de los Concertistas de Bellas Artes.



Meta 2: mejorar la comunicación efectiva

Metas Internacionales de seguridad del paciente

Dra. Yesica E. Andrade / Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad

La comunicación efectiva se refiere a la forma en como logramos transmitir o recibir de forma exitosa un mensaje entre dos o más personas. Propicia la coordinación de actividades entre los individuos que participan en las mismas, y posibilita el alcance de metas fijas.

El objetivo de la segunda meta “MEJORAR LA COMUNICACIÓN EFECTIVA” es: prevenir errores por órdenes y resultados que se dan de manera verbal o telefónica. La comunicación debe ser precisa, oportuna, completa y sobre todo comprendida por quien la recibe, esto ayuda a la disminución de errores y a mejorar la seguridad del paciente.

Existen diferentes formas de comunicación, entre ellas: la escrita, oral y electrónica. De acuerdo a estudios realizados, la comunicación que es más propensa a producir errores dentro de la atención a los pacientes es la que se da en las indicaciones/órdenes verbales o por vía telefónica. Otra forma de cometer errores es cuando se dan resultados de laboratorio o gabinete por las mismas vías.

Se encuentra por tanto definido un proceso que nos ayuda a disminuir estos errores.

Escuchar: El receptor escucha de forma completa la indicación que da el emisor.

Escribir: (papel o medio electrónico). El receptor escribe la orden o el resultado de laboratorio o gabinete en un lugar estandarizado dentro del Instituto.

Leer: El receptor lee la orden o el resultado de laboratorio tal como fue escrita al emisor.

Confirmar: El emisor confirma que lo anotado y leído respecto a la orden o resultado es exacto.

En lugares como quirófano, urgencias y terapia intensiva por las condiciones de atención a los pacientes, no se puede realizar el proceso tal como se encuentra descrito, por lo que se puede definir un proceso específico para estas áreas.

RECUERDA. “El aplicar estas 4 palabras dentro de la atención médica ayuda a disminuir la probabilidad de que ocurran eventos adversos y centinela cuando nos comunicamos de forma verbal o telefónica”.



Calidad en la gestión: pieza clave del éxito institucional

Ser emprendedor: un paso hacia la excelencia

Lic. Jovani E. Torres García / Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad
Lic. Perla Anaid Rangel López / Co-autora invitada

Se ha hablado de la importancia de la motivación laboral como una forma de incentivar el desempeño y lograr el éxito de una organización, sabemos que la motivación no es un complemento, es una necesidad; derivado de ello es primordial voltear la mirada a un aspecto fundamental para el éxito y calidad institucional: el emprendimiento.

El espíritu emprendedor es lo que hace que una persona esté insatisfecha con lo que ha logrado, y como consecuencia de ello, quiera alcanzar mayores logros a través de nuevos retos o proyectos. Por ello la principal función de un emprendedor es identificar oportunidades, organizar y aprovechar los recursos necesarios para el cumplimiento de objetivos. Habitualmente, concebimos por emprendedor a una persona que identifica una oportunidad de negocio y organiza los recursos para ponerla en marcha en su futura empresa. Sin embargo el ser emprendedor es mucho más que eso.

Como miembros de una Institución somos piezas clave en el "deber" de ser emprendedores. Desde nuestros diferentes ámbitos: Investigación, Asistencia, Enseñanza y Administración; por ello la importancia de lograr tener día a día una actitud emprendedora. El perfil del emprendedor exige ser una persona creativa, arriesgada, flexible, organizada, autodidacta y comprometida con su desarrollo profesional y el de su Institución.

¿Cómo ser emprendedor?

1. **Iniciativa:** Identificar las oportunidades de mejora en la realización de las actividades, determinar las alternativas para mejorar y hacer propuestas.
2. **Confianza y pasión:** Una actitud apática difícilmente genera éxito emprendedor. Sin pasión por el trabajo, será difícil mantener una actitud innovadora.



3. **Relacionarse e interactuar:** La comunicación es un elemento fundamental; como fuente para identificar áreas de oportunidad, y como medio para hacer escuchar las propuestas.
4. **Riesgo y perseverancia:** Lograr el éxito requiere de la capacidad de pensar fuera de los estándares.
5. **Competitividad y esmero:** Ser el tipo de individuo que le gusta ir por la vida haciendo solo lo absolutamente necesario, entonces, el emprendimiento no es para esa persona. Ser competitivo forzará a no solo ser bueno, sino a ser el mejor.
6. **Sentido crítico y capacidad de decisión:** Se debe enfocar un problema desde diferentes perspectivas para tener la capacidad de tomar decisiones más allá de lo aparente, las cuales permitan trascender.

Aportemos al cumplimiento de nuestro lema institucional: "Hacia la Excelencia"; siendo parte activa en el desarrollo y mejoramiento de las actividades, procedimientos, funciones y estrategias de nuestro Instituto.

22 de marzo, Día Mundial del Agua

El Instituto, comprometido con el cuidado del agua

Ing. Yolanda Arce Orozco/Coordinación de Ahorro de Energía

Dentro de las acciones establecidas en el "Programa de Protección y Mejora al Ambiente" se encuentran aquellas encaminadas a reducir el consumo de agua potable.

Inicialmente en 1995 se realizó un contrato con la compañía Siglo Ambiental Coyoacán S.A de C.V; para instalar una toma de agua tratada para riego de áreas verdes y sustituir el agua potable, en 1997 se instaló una planta de tratamiento de aguas jabonosas provenientes de la lavandería con objeto de reutilizar el agua tratada, en el proceso de lavado de ropa en el INCMNSZ.

En 1999 el Instituto firmó un Convenio de Colaboración con la Delegación Tlalpan y con el Centro Mexicano para la Producción Más Limpia del Instituto Politécnico Nacional, con el objeto de implementar el "Diagnóstico de Producción más Limpia, Gestión Ambiental y Eficiencia Energética," del Programa Ambiental de Tlalpan, con el auspicio de la Agencia Interamericana para el Desarrollo de los Estados Unidos de Norte América, obteniéndose de la aplicación de 8 medidas de ahorro \$50,038 (cincuenta mil treinta y ocho pesos), con una inversión mínima.

Posteriormente se diseñó el Programa Integral de Ahorro de Energía (energéticos) y se implementaron acciones del Programa de Agua potable, el cual trajo como resultado un ahorro en consumo en el periodo de 2001 a 2007 de 52,738 m³ de agua potable, lo que representa el 34.76% del total consumido en 2001, obteniéndose lo que equivale a pagar en 2016 un total de \$2,218,429.67; y prácticamente sin inversión.

Para implementar el Programa de Ahorro de Agua Potable se contó con la colaboración de dos estudiantes de la Carrera de Sistemas Ambientales del Instituto Politécnico Nacional, Miriam Diana Valdez Henríquez y José Hugo Hernández Ramírez desarrollando su Tesis Profesional; así como, la contribución del Sr. Ubaldo Guzmán Baca del Departamento de Mantenimiento del Instituto.

No obstante, que el consumo de agua se incrementó debido a las nuevas áreas construidas como la Unidad del Paciente Ambulatorio y la Unidad de Radio Oncología; así como, el incremento de pacientes y de los servicios que brinda el Instituto; el ahorro en 2007 aún se mantiene; obteniéndose en 2015 un ahorro de 24,369 m³ con respecto al total de consumo registrado en el año 2001.

Sin embargo, el impacto más grande que arrojó la implementación del Programa de Ahorro de Agua potable es el ahorro acumulado de 2002 a 2016, toda vez que se obtuvo un total de 525,424,000 litros de agua o 525,427 m³; aproximadamente 3.5 veces el consumo de agua realizado en 2001 y un ahorro económico de \$31,847,304.49 (pesos).



Fuente: [www.http://tuplanetavital.org/wp-content/uploads/2016/03/1WWaterD2016ES01.jpg](http://tuplanetavital.org/wp-content/uploads/2016/03/1WWaterD2016ES01.jpg)

Importancia de la Comunicación y Vinculación

Coadyuvan como factores de éxito en el INCMNSZ

Dirección de Comunicación Institucional y Social/ Depto. de Comunicación y Vinculación

El Departamento de Comunicación y Vinculación, para cumplir con su objetivo, se encarga de actividades enfocadas a la comunicación interna y externa del INCMNSZ, cuya importancia radica en la difusión de temas institucionales, sociales, gubernamentales, etc. La Lic. Jacqueline Pineda Pineda es la persona encargada del Departamento y a continuación se mencionarán algunas de sus actividades:

En la página web institucional se encarga de coordinar la actualización de la información de todas las áreas del Instituto, así como dar seguimiento a las solicitudes diarias. En La Camiseta, supervisa el seguimiento de elaboración de la misma (fotos, redacción, temas de acuerdo a las fechas, Vistos Buenos de los responsables de las publicaciones, etc.).

El Departamento a través de proyectos, realiza vinculaciones con diversos sectores de la iniciativa privada y pública, que tienen injerencia en materia de difusión. Asimismo apoya todos los eventos institucionales y culturales para su divulgación (carteles, página web, invitaciones, fotografías y grabación del evento) y en la logística del evento. En los pizarrones del Instituto se da a conocer información de dos tipos: 1.- Comunicación Institucional (campañas, sesiones culturales mensuales, etc.) y 2.- Información Institucional (Convocatorias, eventos, cursos e información de la Sría. de Salud).

En materia de comunicación social, se encarga de organizar la logística previa a las entrevistas con los medios de comunicación; durante la grabación y posterior a la misma, monitoreando los resultados, y reportando las entrevistas a la Secretaría de Salud, además de organizar las Conferencias de Prensa que se presentan en la Secretaría de Salud, cuyo objetivo es difundir información útil a la sociedad, con casos de éxitos acordes a las políticas públicas actuales. En el Proyecto de Espacios de Lectura, cuyo fin es difundir la cultura de la lectura, coordina el seguimiento del mismo.

Es enlace de comunicación en la Secretaría de Salud, cuya función es tener contacto directo con todos los Institutos y Hospitales, en el tema de salud. Además es enlace de difusión en el Comité del Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva de la Secretaría de Salud.

Para mí es un privilegio laborar en el INCMNSZ, por ser referente a nivel nacional e internacional en la investigación, docencia, y asistencia de alta calidad, y considero que se ha distinguido siempre por su visión de ir a la vanguardia. Además comparto plenamente el nivel de compromiso que lo distingue.



Entrevista con medios de comunicación



Conferencia de prensa de la Secretaría de Salud

La atención médica incluye aspectos psico-sociales

La intervención asistencial es vital en personas mayores

Lic. Silvia Bautista Martínez

La intervención asistencial que se realiza a través de Trabajo Social en los adultos mayores es vital, ya que contribuye a la atención médica integral que involucra una visión multidisciplinaria, advirtió la Lic. Silvia Bautista Martínez, adscrita al Servicio de Geriatria.

Dentro de las funciones de asistencia se realizan las evaluaciones sociales geriátricas en personas mayores en los sectores de hospitalización y consulta externa, básicamente, identificando la patología social y familiar que afecta el poder seguir un tratamiento en el problema de salud y estableciendo un plan social de recomendaciones junto con el equipo de Geriatria.

La persona adulta mayor necesita atender las esferas biológicas, psicológicas y sociales con la finalidad de mantener, prolongar y conservar la funcionalidad e independencia, lo que implica una atención multidisciplinaria del Servicio de Geriatria, recordemos que nuestra especialidad atiende aquellas personas mayores con síndromes geriátricos. El trabajo social en Geriatria asesora a la familia para que ellos con sus cuidados y atenciones privilegien su condición de salud e independencia en lo posible. Se interviene en la movilización de la red de apoyo familiar, extra familiar e institucional para lograr mayor soporte a la persona adulta mayor. Se previene y se asesora el colapso del cuidador y sospecha de maltrato. Se dirige el grupo de apoyo de familiares de personas con demencia. Se asesora sobre opciones de ayuda externa para el cuidado a través de cuidadores formales y se orienta sobre centros de día, residencias, asilos, etc.

A través del Comité del Voluntariado del Instituto se gestiona apoyo con medicamentos, ya que desafortunadamente, los adultos mayores que atendemos presentan comorbilidades y tienen polifarmacia, es decir, tienen prescritos varios tratamientos a la vez y sus recursos propios o incluso de su familia son limitados. De igual forma, buscamos el apoyo de los laboratorios médicos o los mismos pacientes que ya no los ocupan y, los donan, generándose otra red de apoyo social.

El año pasado se diseñó un Modelo de capacitación a cuidadores formales e informales que ayuden en la atención denominado Escuela para Cuidadores de Personas Adultas Mayores, que tiene como finalidad proporcionar conocimientos, habilidades, aptitudes y actitudes en el cuidado del adulto mayor; es un curso-taller que tiene una duración de 5 meses, donde un grupo de profesores de alto nivel y vasta experiencia participan dando clases. Soy la titular y coordinadora, lo que implica una gran responsabilidad en generar cuidadores de excelencia.

Las autoridades del Instituto nos han apoyado en este proyecto, del que van a surgir cuidadores que tendrán herramientas para cuidar bien a su familiar, repercutiendo en el bienestar del mismo y en lo posible ingresos hospitalarios y desgaste en los sistemas de salud. Por otra parte habrá quienes deseen incursionar en trabajar como cuidadores, por lo tanto estaremos generando fuente de ingresos para esas personas.

Por último, se asesora desde la mirada social a residentes de geriatria, enfermeras y trabajadoras sociales en sus tesis de titulación y, en múltiples ponencias como profesora en foros interdisciplinarios. Se participa en capítulos de libros y en proyectos de investigación.

Más de treinta exposiciones colectivas en México

Virginia Chávez, la artista del mes

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Virginia Chávez, nació en 1961 en la Ciudad de México. Estudió la Licenciatura en Diseño de la Comunicación Gráfica en la UAM, campus Xochimilco, (1987-91). Posteriormente entra por unos meses como oyente al Taller de Producción de Ignacio Salazar en la Escuela Nacional de Artes Plásticas de la UNAM y también cursa talleres de dibujo en la misma institución (1991-92).

Momento Dual, en el Centro de Cultura Reyes Heróles en Coyoacán (1991, México, DF), es la primera de las 17 exposiciones individuales que hasta ahora ha realizado en su carrera.

En 2011 presentó su libro Pintura. 22 Colecciones. Virginia Chávez, cuenta con un recorrido fotográfico de sus obras documentadas en veintidós colecciones privadas.



Su más reciente trabajo se presentó en Casa Lamm, con la exhibición Piedra-Verso del 11 de marzo al 21 de abril de 2015, para la cual se publicó un libro que muestra el proceso creativo y más íntimo de la artista y que incluye poemas escritos por la Dra. Ana María Saldívar para acompañar cada una de las obras.

Cuenta con más de treinta exposiciones colectivas en México y otros países como Suiza, Estados Unidos y Canadá.

Se le otorgó la "Beca Jóvenes Creadores" en su edición 1995-96, así como una Mención Honorífica en la "II Bienal de Nutrición" en 1997. Actualmente vive y trabaja en México D.F., México.

**Exposición
pictórica**

**Virginia
Chávez**

Título: Entre vacíos
Autor: Virginia Chávez

Se abren nuevas líneas de trabajo

Nuestros médicos a su regreso del extranjero, impulsan nuevos métodos científicos y técnicos

Lic. Gabriela Rubello Marín

Al mismo tiempo que las sustanciales modificaciones al aspecto físico de la institución, han tenido lugar cambios fundamentales en su organización funcional.

Si se contempla en su conjunto y en las diferentes etapas de su existir, se puede apreciar que a las cuatro disciplinas fundamentales a las que la institución se consagró durante los primeros años, la Gastroenterología, la Endocrinología, la Hematología y la Nutrición Clínica como denominador común, se han venido añadiendo, progresivamente, nuevas líneas de trabajo derivadas del impulso de quienes se enviaron al extranjero a especializarse.

A su regreso, después de haber adquirido conocimientos avanzados en especialidades o con grados de doctorado o maestría, se incorporaron a nuestro grupo, con la decisión firme de establecer centros de trabajo en los que se aplicaran los métodos científicos y técnicos que habían aprendido, lo mismo en la atención médica que en la investigación y en la enseñanza.

Texto: Dr. Salvador Zubirán
Libro Conmemorativo del XXX Aniversario, 1976



Cuerpo Médico del Hospital de Enfermedades de la Nutrición 1947
arriba: Jorge Solís Manjarrez, Gerardo de Esarte Gómez, Carlos Hernández Esquivel; fila central: izq. a der.; Mauricio Martínez, Francisco Gómez Mont, Celia González Muñiz, Bernardo Sepúlveda, Claudio Molina Pasquel, Horacio Jinich, Wenceslao Gavaldón, Roberto Hernández de la Portilla; abajo: Federico Valenzuela, Rodolfo de Castro Curti, Jorge Medina Zamitiz, Fernando González Montesinos

El cambio climático, una realidad

El deterioro ambiental impacta a los Derechos Humanos

Dirección de Administración

El disfrute del derecho a la vida, a la alimentación, al trabajo, a una vivienda digna y al desarrollo, requiere de un aprovechamiento adecuado y sustentable de los recursos naturales y de la preservación de un medio ambiente sano. Está comprobado que el deterioro ambiental impacta determinadamente en la autosuficiencia alimentaria, en la calidad de vida, en los derechos económicos, sociales y culturales y sucesivamente en los demás derechos humanos.

En los últimos años, la comunidad internacional ha experimentado con alarma alteraciones importantes en el clima del planeta, con efectos directos en la degradación del medio ambiente, tales como la desertificación de extensas zonas de países pobres, el aumento de huracanes, desbordamiento de ríos y graves.

Los efectos a nivel regional de la creciente degradación del medio ambiente, causada por el cambio climático, han provocado pérdidas en vidas humanas, de especies y animales, y en términos de desarrollo han afectado la sustentabilidad y el crecimiento de las economías.

La creciente preocupación de la comunidad internacional sobre el cambio climático, la ha llevado de manera paulatina a tomar iniciativas para enfrentarlo. Las ratificaciones de las Convenciones internacionales sobre el clima, así como las de los tratados internacionales de derechos humanos, son parte de estas medidas.

La problemática que conlleva el cambio climático no ha sido ajena para México, ya que por su gran extensión y su alto índice de población en estado de pobreza, es un país particularmente vulnerable a los impactos del cambio climático.



Fuente: http://2.bp.blogspot.com/_INxGGz5KfKl/S-v9tvimgqI/AAAAAAAAAEw/ZwggwXBtvEYM/s1600/contaminar%5B1%5D.jpg

Fomentar el amor y respeto

Un ambiente familiar positivo, promueve la longevidad

Lic. Silvia Bautista Martínez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Hay adultos mayores que a pesar de tener enfermedades crónicas degenerativas tienen una calidad de vida aceptable y una sobrevivencia mayor a la esperada; un factor determinante para ello, es la buena atención de las instituciones, pero sobre todo, el apoyo y el amor de sus familias, afirmó la Lic. Silvia Bautista Martínez, adscrita al Servicio de Geriátrica del Instituto.

Agregó que otro factor que influye para esta longevidad son los estilos de vida saludable; como tener una alimentación adecuada, practicar algún tipo de ejercicio, tener la autoestima alta, recibir atención médica continua, eficaz y oportuna y no ser víctimas de discriminación o maltrato, entre otros.

La sociedad consiente o inconscientemente piensa "son viejos, ya no sirven". Esa filosofía es dañina para la persona mayor. Debemos comprender que no son personas que tienen fecha de caducidad como fármacos, no podemos pensar que al llegar a los 60 o 70 años, las personas ya no sirven. Esta expresión de "viejísimos" en la sociedad es una conducta nociva y negativa. Entre más grande, se requiere más atención médica, tiene más necesidades de recibir soporte, de tomar medicamento, pero sobre todo, de recibir calidad en el cuidado, amor y comprensión por parte de la familia y de la sociedad.

La cultura sobre la vejez y envejecimiento aún no permea significativamente en nuestra sociedad. La persona mayor no conoce sus derechos y no enseña a sus descendientes a que éstos sean respetados y cuando se enseñan a veces los adultos mayores los infringen justificando que sus hijos no pueden o no quieren. Desafortunadamente en México, no existe la sensibilidad de respetar los derechos de las personas mayores: la autonomía, la salud, educación, vivienda, participación, inclusión en las decisiones públicas, a espacios de información, voluntad anticipada, etc.

Otro aspecto negativo es el maltrato, que en ocasiones es inconsciente por parte de la familia o cuidadores. Si bien es cierto que la legislación mexicana relativa a las personas adultas mayores dice que quien dio tiene derecho a recibir, pero a veces no es así (una madre pudo con cinco hijos y cinco hijos no pueden con una madre) y, según el Código Civil señala que corresponde a los hijos la obligación y a la falta de ellos, hermanos y parientes colaterales y, entre otras obligaciones es la de recibir atención geriátrica. Justamente, con esas bases legales tenemos que seguir estimulando a la familia, la sociedad y el Estado, que ejerzan sus derechos las personas mayores pero también que sean corresponsables con su propio bienestar y con su cosmovisión de vivir y morir.

Mango, rico y saludable

Existen gran variedad de mangos que varían tanto en color y sabor. Hay mangos verdes, rojos, amarillos o naranjas pero todos tienen en común que la parte carnosa de la fruta es de un tono amarillo dorado de sabor dulce y cremoso.

Además, contiene más de 20 vitaminas y minerales, antioxidante Zeaxantina, que ayuda a filtrar los rayos de luz azul dañina. Los riesgos para el desarrollo de asma son más bajos en las personas que consumen frutas con ciertos nutrientes. El mango contiene beta-caroteno, y las dietas ricas en beta-caroteno desempeñan un papel protector contra el cáncer de próstata.

Debido a su contenido en fibra y agua, el mango ayuda a prevenir el estreñimiento, la fibra, el potasio y el contenido de vitaminas que contiene, ayudan a prevenir enfermedades cardiovasculares.

También son grandes aliados para el cabello, ya que contienen vitamina A, un nutriente necesario para la producción del sebo que mantiene el cabello hidratado. La vitamina A es necesaria para el crecimiento de todos los tejidos corporales, incluyendo la piel y el cabello.



Ensalada de pollo con mango



8 porciones

Información nutrimental

Tamaño de la porción	1
Hidratos de carbono	9.68 g
Proteínas	1.22 g
Grasas	23.48 g
Contenido energético	334.94 cal.

Ingredientes:

- 2 tazas de col morada
- 1 pieza de lechuga pequeña
- 1 taza de mango ataulfo cortado en cuadros
- 2 cucharadas de cilantro picado
- 2 pechugas de pollo en tiras
- ¼ de taza de cacahuates tostados

Vinagreta:

- 4 cucharadas de aceite de olivo
- 4 cucharadas de vinagre balsámico
- 1 sobre de edulcorante bajo en calorías
- 1 cucharadita de chile piquín
- 1 diente de ajo
- ¼ de pieza de cebolla morada finamente picada
- ½ pieza jugo de limón
- Al gusto sal y pimienta

Procedimiento:

Poner a la plancha las tiras de pollo. Picar finamente la col y la lechuga. Mezclar en la licuadora los ingredientes de la vinagreta. Presentar mezclando la lechuga, la col, el mango y las tiras de pollo bañadas en la vinagreta.

Formador de generaciones en la medicina

Mi vida y mi lucha, autobiografía. Salvador Zubirán

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

La obra *Mi vida y mi lucha*, autobiografía formó parte de los festejos del 50 Aniversario del Instituto y gracias al apoyo de la Fundación Mexicana para la Salud y del entonces director general Dr. Donato Alarcón Segovia fue posible contar con esta obra que ahora podemos compartir.

El doctor Zubirán nació en Cusiuhuiachic, Chihuahua, el 23 de diciembre de 1898, y falleció en la ciudad de México, el 10 de junio de 1998 (meses antes de cumplir 100 años).

Cuando un hombre, por su trayectoria, por lo que estimuló, lo que infundió, lo que creó y por el ejemplo que representó, se convierte en un ejemplo. El que el Dr. Salvador Zubirán, narre su vida y su lucha a través de sus más de noventa años y que lo hiciera con las palabras precisas y sencillas, fue un gran logro.

La vida ejemplar del maestro Salvador Zubirán fue plena de enseñanzas, no solo por su calidad de hombre sino por ser un maestro formador de numerosas generaciones que dieron lustre a la medicina mexicana.

La lectura de esta autobiografía, sirve de reflexión e inspiración a toda la comunidad institucional, los médicos, los universitarios, los funcionarios públicos, para quienes lo conocieron, quienes estuvieron cerca de él o de quienes no lo estuvieron, de la que se tiene mucho por aprender: de la medicina, de la ciencia, de la vida institucional, de la historia del país en ese siglo, de la vida y del amor.

He aquí un pequeño un fragmento:

“... quiero rogarles a los complacientes lectores de estas memorias me permitan hablar un poco de mí mismo, de mis íntimos sentimientos y el riguroso juicio de mis actos y de mis pensamientos. El ahondar en las profundidades del alma y asomarse a esa vida interior, en las que se puede descubrir mi razón de vivir, mis ideales y mis más deseados objetivos. No soy hombre que haya buscado la sabiduría, ni la erudición, ni he buscado ahondar en los fondos de la cultura universal; soy un luchador empeñado en perseguir, sin descanso y con tenacidad, mis metas y propósitos, y aún mis ilusiones”.



Te recordamos que puedes solicitar libros en español o en inglés para préstamo a domicilio, en el Espacio de Lectura, en el Departamento de Comunicación y Vinculación, ubicado en el segundo piso de la Unidad de Investigación, junto a la fuente del Quijote.

También puedes solicitar libros en el círculo de lectores en el Departamento de Reclutamiento, Selección y Capacitación de Personal, ubicado en el primer piso de la Unidad Administrativa.

17 de abril, Día Mundial de la Hemofilia

La Hemofilia es de transmisión hereditaria: OMS

El Día Mundial de la Hemofilia se celebra cada año el 17 de abril. Se trata de un día en el que se pretende conseguir sensibilizar a la población mundial sobre una de las patologías que afecta a las articulaciones, músculos, etc. y que provoca dolores, desarrollo amorfo, etc., la hemofilia.

Es una enfermedad de transmisión hereditaria que afecta a la coagulación de la sangre, caracterizada por el desarrollo de hemorragias internas incontroladas que pueden llegar a causar la muerte.

Fuente: <http://www.dia-de.com/hemofilia/>

23 de abril, Día Mundial del Paludismo

Corrijamos deficiencias de la prevención y el tratamiento: OMS

La Organización Mundial de la Salud (OMS) pide a la comunidad sanitaria mundial que corrija urgentemente las importantes deficiencias existentes en la prevención, el diagnóstico y el tratamiento del paludismo. Pese a la drástica reducción de la morbilidad y la mortalidad del paludismo desde 2000, esta enfermedad prevenible todavía siega más de un millón de vidas al año.

Al menos tres cuartas partes de las muertes por paludismo corresponden a menores de 5 años. Todavía en 2013, solo uno de cada cinco niños africanos con paludismo recibió tratamientos eficaces contra la enfermedad, 15 millones de mujeres no recibieron una única dosis de los fármacos profilácticos recomendados, y en África unos 278 millones de personas siguen viviendo en hogares que no tienen un solo mosquitero tratado con insecticidas.

Fuente: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/world-malaria-day-2015/es>

Del 24 al 30 de abril de 2016

Semana Mundial de la Inmunización 2016: cerrando brechas

La finalidad de la Semana Mundial de la Inmunización, que se celebra en la última semana de abril, es promover el uso de vacunas para proteger contra las enfermedades a personas de todas las edades.

La inmunización salva millones de vidas y está ampliamente aceptada como una de las intervenciones sanitarias más costo eficaces y con más éxito.

Fuente: <http://www.who.int/campaigns/immunization-week/2016/event/es>

Nuestros antepasados supieron resistir mejor las dificultades de la vida

Esther Calvo Domínguez/paciente

No todas las personas, ni todos los grupos recorrieron su existencia de la misma manera. Nosotros somos el resultado y el fruto de unos antepasados que supieron resistir mejor las dificultades de la vida, los cataclismos, las enfermedades, las pandemias, las guerras. Ellos actuaron como positivistas, confiaron y sembraron la vida. Pertenece a grupos humanos proyectados y sostenidos por otros grupos humanos anteriores que confiaron y nos procuraron un futuro. Es un hecho admitido desde hace siglos que algunas personas resisten mejor que otras los reveses de la vida, la adversidad y la enfermedad, pero curiosamente ese hecho había suscitado poco interés de estudio, sí acaso admiración, pero en gran parte no se preguntaban los motivos.

El interés científico por esa cualidad y la búsqueda de una palabra para definirla surgió a comienzos de los años ochenta cuando la evolución de diversas ciencias sociales, de la conducta, y de la educación trajeron nuevos modos.

De igual manera en la pedagogía se estaban proponiendo otros enfoques diferentes. Aunque la propuesta venía de más atrás, desde el Siglo de las Luces, desde Rousseau, entonces se comenzó a entender que la infancia tiene características y necesidades específicas, y distintas de los adultos. Desde entonces se ha ido avanzando hasta obtener los Derechos del Niño y a su consideración, no solamente como futuros adultos y cómo algo a proteger, sino con sus derechos y, entre ellos, el de la participación en la vida social.

En la medicina surgió la corriente de la medicina preventiva; que, aunque no es resiliencia, hizo surgir ideas y prácticas nuevas: promoción de buenos hábitos, revisiones periódicas, cuidados en la gestación y en el parto, etc. Aquella prevención surgió con la intención de evitar la enfermedad. Sin embargo, la prevención que se propone desde la resiliencia va dirigida a promover la salud e incluso, a ampliar el concepto de salud, pero no hay que confundir resiliencia con prevención.

En algunas ocasiones, cuando una persona ha sufrido un acontecimiento adverso en su vida, lo afronta y sale adelante; se produjo un cambio en su vida. ¿son las emociones positivas lo que ayudan a una persona a afrontar la adversidad durante el proceso de resiliencia?, ¿cómo influyen las emociones positivas en las personas con enfermedades crónicas?, ¿qué factores existen para que una persona sea resiliente?.

La metáfora de la casita desarrollada por Stefan Vanistendael es la representación gráfica de la resiliencia mediante el dibujo de una casita. Permite establecer estructuras, pisos, habitaciones... Cada ser humano construimos una "casita", con pisos que apoyan o fortalecen, que representan la confianza, las relaciones, etc., con habitaciones que simbolizan las aptitudes y las competencias, etc. Es la "casita de la resiliencia" que nos protege, que contiene nuestros recursos para afrontar con garantía las "inclemencias". Resulta útil, además de como metáfora simbólica de la resiliencia, también como representación de un esquema de la realidad individual.

Envía tu aportación a: camiseta.avisos@incmnsz.mx o llévala al Departamento de Comunicación y Vinculación, ubicado en el segundo piso de la Unidad de Investigación, a un lado de la fuente del Quijote.

La fuerza interna del paciente trasplantado es maravillosa

Apareció un día en mi vida...

Primera parte

Lila Ostos

Un día... cuando yo tenía 23 años, casada con un hijo de un año a punto de empezar a dar sus primeros pasos de la vida, con toda una vida por delante. Cuando uno ve la vida de color de rosa, sin detenerse a pensar que a nuestro alrededor hay quienes sufren, tienen problemas de salud ó problemas económicos...

La vida sigue y así, en una cena familiar tuve la oportunidad de conocer al Dr. Federico Chávez Peón, Jefe del Depto. de Trasplantes, en el Instituto Nacional de Nutrición, S.Z. (1975). En esa ocasión nos platicó de los trasplantes de riñón, en esa época era hablar de algo completamente del otro mundo, reciente en nuestro país y con poca difusión. Al día siguiente me invitó a una cirugía, a un trasplante.

Ver un trasplante.... fue algo maravilloso, sobre todo el momento en el que el riñón en el nuevo ser, empieza a orinar y vuelve a tomar vida, equivale a un parto, el nacer de una nueva vida, las expectativas, la esperanza, las ilusiones, el miedo, la responsabilidad, alegría y todo lo que pasa por la mente. Todos los sentimientos encontrados, quizás mi mente no alcanzaba a comprender lo que estaba viendo, el nacimiento de una nueva vida. Es una experiencia maravillosa, indescriptible. Al salir del quirófano fueron tantas las preguntas sin respuesta, y al aterrizar en la realidad, te encuentras con la familia que pregunta por su paciente, el movimiento de las salas, el bullicio del personal. La mente no tiene tiempo de ordenar los pensamientos y reflexionar sobre los acontecimientos ocurridos. Es demasiada información y experiencias para poderlas asimilar.

Unos días después, el Dr. Chávez Peón me citó en el Instituto, me dijo si quería ayudarlo en las cirugías como instrumentista, así que entré a varias cirugías a ver, y al cabo de unas semanas, me comentó si quería apoyar a los pacientes renales candidatos a trasplante renal. Ver como está su situación económica, hábitos de higiene, ver los gastos de la cirugía, los medicamentos que se requieren tomar de por vida. Así empecé poco a poco, visitando a los pacientes después de la cirugía, en los cuartos aislados del tercer piso. Te disfrazabas como astronauta para entrar al cuarto, platicábamos su experiencia, reacciones de los familiares. Yo quisiera poder explicar esas vivencias, pero son experiencias tan fuertes que no encuentro la manera de hacerlo, creo que la única manera es contar las historias de estos pacientes y su entorno familiar. Una de las cosas que me ha llamado la atención es ver la fuerza interna que existe por salir adelante, por querer vivir, por buscar una luz, una esperanza.

Al empezarme a involucrar con este grupo de pacientes, con unas características muy especiales, muchos de estos pacientes no tenían antecedentes de la enfermedad y de buenas a primeras, de ser completamente ó aparentemente sanos, enfrentarte a que tenían un padecimiento irreversible, terminal. Es un shock para el paciente y para la familia, cuando ven a los jóvenes con una vida por delante, con ilusiones y todas las hormonas a todo lo que dan, enfrentan un cambio de vida de 180 grados, con limitaciones, incertidumbre, miedos, enojos y la pregunta inminente que se hacen es: ¿porqué yo? o ¿porqué a mí?. Aparece en ello, un sentimiento de odio, rabia, coraje sin respuesta.

Comparte con nosotros tus vivencias, experiencias, anécdotas y sentir con el Instituto. Envía tu aportación a: camiseta.avisos@incmnsz.mx o llévala al Departamento de Comunicación y Vinculación, ubicado en el segundo piso de la Unidad de Investigación, a un lado del plaza del Quijote.

Inclinación natural del ser humano

Trascender, dejar huella, dejar un legado, ser ejemplo y testimonio

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En la edición anterior, hicimos una reflexión en torno al concepto de trascendencia desde la filosofía, específicamente, la visión de Immanuel Kant (Filósofo Alemán) quien la establece como un atributo que poseen entes especiales. En esta ocasión, tomaremos como punto de partida la concepción que postula el Doctor en filosofía, Ludwig Schmidt H. Catedrático de la Universidad Andrés Bello.

En su tesis doctoral *El Hombre Como Ser-Trascendente: Una Perspectiva Judeocristiana*, señala que “el ser humano tiene una inclinación natural de dejar huella, o legados y constituirse en ejemplo o testimonio de otros, en especial con sus hijos y seres próximos”.

De acuerdo a ello, si ésta necesidad de trascender no es un comportamiento que se lleve a la práctica todos los días, al menos se lleva a cabo una vez en la vida.

Como un ejemplo pudiera emplearse el dicho popular musulmán, la necesidad que tiene todo hombre de “escribir un libro, sembrar un árbol y tener un primogénito”. Tres aspectos propios de la necesidad biológica de continuidad de las especies (herencia biológica y cuidado de la naturaleza); y, en la naturaleza intelectual y espiritual del hombre en dejar una obra que lo represente y continúe su existencia en el conocimiento humano el tiempo con su descendencia, una vez que uno ya no esté presente (herencia social y cultural)”.

El Dr. Ludwig asegura que desde el punto de vista filosófico, la trascendencia es un elemento de la vida que define como un concepto polisémico y multicultural.

En otras palabras, es un noción que de una u otra forma se refiere a un espacio o un contexto en el que se existe, en el que se interacciona, se interrelaciona y se comunica, comprende a las diversas vidas que participan en un contexto (seres humanos y ambiente).

La “vida” puede llegar a ser interpretada como un espacio de posibilidades de existencia que tiene todo ser en diversas condiciones y que trasciende los límites de la comprensión humana. Es más, la vida es nuestra plataforma para trascender en lo eco social, ya que la vida viene a ser interpretada como algo cuya responsabilidad recae no solo en la individualidad, intimidad e integridad del ser, sino que en dicha administración de bienes personales, hay una reciprocidad propia del sentido humano y comunitario de la misma.

Fuente:<http://www.saber.ula.vebitstream/23456789/36074/1/articulo4.pdf.pdf>



Fuente:<http://www.hechosheroicos.com/blog/wp-content/uploads/2010/04/huella.jpg>



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

¿Qué significa para ti?

#incmnsz_70aniversario

#TRASCENDENCIA

#alcance #magnitud

#relevancia #proyección

#repercusión #evolución

#desarrollo # _ _ _ _ _



Me gusta



Comentar



Compartir

campaña institucional

Servidora y servidor público(a),
en **MAYO** debes presentar tu
**declaración de modificación de situación
patrimonial y de posible conflicto de interés**
ante la Secretaría de la Función Pública.



Ingresa, llena, firma, cumple y evita sanciones.

Entra a:

www.declaranet.gob.mx



Informes:

Lunes a viernes de 9:00 a 18:00 hrs.
Tel. 2000 2091

correo electrónico:

declaranet@funcionpublica.gob.mx



Del 01 al 31 de mayo de 2014, todos los días de la semana, en el mismo horario.

www.gob.mx/sfp



INSTITUTO NACIONAL DE
CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN
SALVADOR ZUBIRÁN

Misión

Somos una institución nacional de salud que realiza investigación, docencia y asistencia de alta calidad, con seguridad, honestidad, responsabilidad y compromiso social, en un marco de libertad y lealtad, al servicio del ser humano y su entorno.

Visión

Ser una institución de salud líder nacional e internacional por la excelencia en la asistencia, docencia e investigación con una red de centros afiliados que apliquen el mismo modelo integrador.

Valores

Calidad • Compromiso social • Excelencia • Honestidad • Humanismo
Lealtad • Libertad • Responsabilidad • Seguridad • Tolerancia

La Camiseta

Fundada en 1994

Director General

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Dirección de Comunicación Institucional y Social

Coordinación Ejecutiva

Jacqueline Pineda Pineda

Responsable Editorial

Dora A. Valenzuela de la Cueva

Diseño editorial, armado, retoque digital, fotografía y ortografía

Jorge Velázquez Hernández

Karina Salas Mercado

Ma. Concepción Nolasco Miguel

Impresión

Sección de Impresión y Duplicación

Versión Digital

Samuel Rivera Flores



Si deseas colaborar escríbenos a:
lacamiseta.avisos@incmnsz.mx

Consulta la edición digital
www.innsz.mx/opencms/contenido/camiseta.html

www.incmnsz.mx