



# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXIII No. 4

31 de Marzo 2018

## Inauguración del Espacio de Consulta Digital en la Biblioteca

El Dr. Lorenzo de la Garza Villaseñor  
recibió la Medalla Felipe Zaldívar



• Dr. Enrique Graue • Dr. David Rentería • Dr. José Naranjo • Dr. Germán Hájedo • Dr. Sergio Posada de Lode



ANIVERSARIO

# La Camiseta

Órgano Oficial de Comunicación Interna

No. 532

31 de marzo 2016

## EDITORIAL

### SER INCMNSZ

- Brindar atención de tercer nivel a personas en necesidad, mi satisfacción:  
Dr. Eucario León Rodríguez

### PARA CONOCERNOS

- Se inauguró el espacio de consulta digital en la Biblioteca

### ENTÉRATE

- El Dr. Lorenzo de la Garza Villaseñor recibió la medalla "Felipe Zaldívar"

### CRÓNICA DEL 70 ANIVERSARIO

- III evento conmemorativo, del 70 aniversario

### CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA

- Mejorando la atención médica a través de la auditoría clínica

### CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL

- La importancia de la motivación laboral

### NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL

- El agua es esencial en los servicios de atención al paciente

### COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN

- Comunicación audiovisual, nuestro acontecer en imágenes

### VOLUNTARIADO

- Pacientes de hematología y oncología, beneficiados por el Voluntariado

## ARTE Y CULTURA

- Hermenegildo Sosa, el artista del mes

## VIDA INSTITUCIONAL

- Preciso realizar nuevos esfuerzos

## VIDA LABORAL

- El Comité de Ética y Prevención de Conflictos de Interés, un apoyo para el usuario

## TU SALUD

- Cáncer de mama, principal causa de muerte entre las mujeres:  
Dr. Eucario León Rodríguez

## CULTURA DEL BIEN COMER

- Hongos silvestres
- Sopa de hongos silvestres

## ESPACIO DE LECTURA

- Metáforas y metamorfosis del corazón:  
Dr. Jorge Oseguera Moguel

## SABÍAS QUE

- Efemérides de la salud

## ESPACIO DEL LECTOR

- Carta al Director General del INCMNSZ

## TU HISTORIA CON EL INSTITUTO

- Dr. José de Jesús Villalobos Pérez

## HABLEMOS DE

- La excelencia individual fomenta la excelencia organizacional



**E**l acceso al conocimiento es un elemento fundamental para la formación de médicos especialistas. Por ello, en el INCMNSZ, se cuenta con una biblioteca que posee un gran acervo y que a partir del 26 de febrero, cuenta con un espacio de consulta digital, inaugurado por el Secretario de Salud, Dr. José Narro Robles y otras destacadas personalidades. En la sección Para Conocernos se publican los pormenores de dicho acontecimiento.

En la sección Entérate, se informa sobre el reconocimiento otorgado al Dr. Lorenzo de la Garza Villaseñor, médico cirujano del INCMNSZ, por la Asociación Mexicana de Cirugía General como resultado de sus contribuciones a dicha especialidad médica.

A cuarenta y dos años de formar parte del Instituto, el Dr. Eucario León Rodríguez, Coordinador de Oncología Médica, expresó que una de sus mayores satisfacciones en el Instituto es poder ofrecer atención médica de primer nivel a la población de escasos recursos económicos, así lo expresa en la sección Ser INCMNSZ. La L.T.S. Elizabeth Guadarrama, adscrita al Departamento de Hematología y Oncología, en la sección Voluntariado da a conocer el gran apoyo que se les brinda a los pacientes hematológicos y oncológicos de escasos recursos por parte del Voluntariado.

Continuando con las celebraciones, en la sección Crónica del 70 aniversario, se da a conocer una semblanza de los protagonistas del III evento conmemorativo a este hecho trascendental del Instituto. De igual forma, en la sección Arte y Cultura se publica información sobre el artista del mes, el maestro Hermenegildo Sosa.

El cáncer de mama se ha consolidado como la primer causa de muerte entre las mujeres adultas de México, por ello el Dr. Eucario León Rodríguez, Coordinador del área de Oncología del Departamento de Hematología y Oncología, en la sección Tu Salud informa al respecto.

En la sección Sabías qué se da a conocer información relativa a los días mundiales a celebrarse durante la segunda quincena de marzo: 18 de marzo, Día Mundial del Sueño; 21 de marzo, Día Mundial del Síndrome de Down; 23 de marzo, Día Mundial de la Rehabilitación de la Persona con Discapacidad; 24 de marzo, Día Mundial de la Tuberculosis y 26 de marzo, Día Mundial de la lucha contra el Cáncer de Cuello Uterino.

La excelencia individual se consolida como un factor clave para alcanzar la excelencia organizacional, de acuerdo a la postura de la Dra. Lourdes Munch Galindo, Dra. en Administración por la Universidad de Newport, Oregon y especialista en Desarrollo Organizacional por la University of New York. En la sección Hablemos de se hace alusión a ello.

Con la intención de brindar un espacio de expresión para nuestros lectores, a partir de esta edición contamos con dos nuevas secciones: Espacios del lector, que tiene como objetivo publicar colaboraciones de pacientes, familiares de estos y personal del Instituto. Y la otra sección, llamada, Tu Historia con el Instituto, en la que los miembros de la comunidad institucional podrán platicarnos anécdotas, vivencias, hechos y experiencias que tienen una relación con el INCMNSZ.

43 años de trayectoria institucional

## Brindar atención de tercer nivel a personas en necesidad, mi satisfacción:

Dr. Eucario León Rodríguez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

A cuarenta y dos años de formar parte del Instituto, el Dr. Eucario León Rodríguez, Coordinador de Oncología Médica del Departamento de Hematología y Oncología y Director del Programa de Trasplantes de Células Hematopoyéticas, expresó que una de sus mayores satisfacciones en el Instituto ha sido poder ofrecer atención médica de primer nivel a población de escasos recursos económicos.

Probablemente, la mayor satisfacción en el instituto, para mí ha sido poder proporcionar atención médica de alta especialidad y con calidad agente de bajos recursos económicos. Siempre se les atiende con los mejores estándares de diagnóstico y de manejo que ha habido en el momento en que acuden al hospital.

De igual forma, agregó que otro logro importante para él, como integrante del Instituto, ha sido conformar un servicio de oncología médica, reconocido a nivel nacional como uno de los mejores del país. Y por otro lado, haber desarrollado un programa de trasplante de médula ósea que es uno de los más exitosos en el país.

Recordó que en 1974 cuando llegó al Instituto para realizar su especialidad en Medicina Interna (1974-1977) la primera impresión que tuvo, era que estaba ingresando a un hospital en el que había una gran disciplina y sobre todo con un nivel académico muy elevado.

En ese entonces, además de hacer la solicitud que incluía el Currículo, se tenía que hacer lo que se llamaba el "aspirantado", que era trabajar o hacer actividades médicas por tres meses sin paga para ser valorado. Lo hice con otros 19 aspirantes y al final de los tres meses, se hacía un examen para evaluar y seleccionar a los que se quedaban. Solo nos quedamos diez.



Dr. Eucario León Rodríguez

Desde que llegué me di cuenta que era un hospital que funcionaba muy bien en todos sentidos y en todas sus áreas. Todos sus integrantes tenían un alto nivel de compromiso y responsabilidad con los pacientes y con la institución.

Posteriormente, de 1977 a 1979, realizó la especialidad en Hematología en el propio Instituto. Durante ese periodo se interesó en gran medida por los padecimientos hemato-oncológicos. Posteriormente cursó la especialidad de Oncología Médica en París, Francia en la Faculté de Médecine Lariboisière-Saint Louis, Université Paris VII, de 1982 a 1984. En este último año, regresó al INCMNSZ para integrarse como médico titular del Departamento del Hematología y Oncología del Instituto, para en 1999 tomar el cargo que actualmente tiene.

Dentro de las funciones que desempeñamos en el área y quizás una de las más complicadas y satisfactorias a la vez, es el manejo fundamentalmente médico, de pacientes con diferentes tipos de cánceres a base de quimioterapias o terapias biológicas, actualmente en boga, y por otro lado, realizar trasplantes de médula ósea que implica seleccionar qué pacientes son candidatos (fundamentalmente pacientes con enfermedades malignas hematológicas: leucemia, linfomas, etc.), estudiar al donador, llevar a cabo el procedimiento y posteriormente la vigilancia postrasplante, que incluye el manejo de complicaciones que se derivan de esta terapia (infecciones, enfermedad de injerto contra huésped, etc.).

Agregó que otra actividad que le ha proporcionado gran satisfacción es participar en formación de especialistas en oncología, tanto en el área médica como en el área de trasplante de médula ósea.

Soy el profesor titular del curso de posgrado de Oncología Médica, reconocido por la UNAM y también estoy a cargo del curso de alta especialidad del trasplante de células progenitoras.

A partir del 2001 y hasta la fecha, es profesor del curso de posgrado de Oncología Médica, reconocido por la UNAM, con sede en el INCMNSZ. De marzo del 2013 hasta la fecha es profesor del curso de alta especialidad de Trasplantes de Células Progenitoras Hematopoyéticas en adultos del propio Instituto.



Departamento de Hematología y Oncología

Un apoyo para investigadores, estudiantes y personal

## Se inauguró el espacio de consulta digital en la Biblioteca del INCMNSZ

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Con el objetivo de proporcionar un mejor servicio a personal, estudiantes e investigadores, el 26 de febrero se puso en funcionamiento la consulta digital en la Biblioteca, mediante la cual, los usuarios podrán tener acceso directo a la biblioteca digital de la UNAM. A la inauguración asistieron el Secretario de Salud, Dr. José Narro Robles; el Dr. Enrique Graue Wiechers, Rector de la UNAM; el Dr. Germán Fajardo Dolci, Director de la Facultad de Medicina de la UNAM; el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General; el Dr. Sergio Ponce de León Rosales, Director de Enseñanza y la Lic. Deyanira Lima Cadena, Jefa del Departamento de Información Bibliográfica.

El Dr. José Narro Robles felicitó al INCMNSZ por este logro y reconoció el apoyo que la máxima casa de estudios le ha proporcionado, para contar con un servicio moderno, vanguardista y de gran utilidad que le permitirá favorecer el cumplimiento de sus objetivos. En su oportunidad, el Rector de la UNAM, externó que la colaboración entre ambas instituciones siempre ha sido posible, generando resultados extraordinarios, en beneficio de la ciencia y la educación.

Por su parte, el Dr. David Kershenobich agradeció a la UNAM el apoyo que siempre le ha brindado al Instituto y por la vinculación que se estableció en la biblioteca al contar con el servicio digital, habilitado por la Universidad.

Durante la inauguración, el Dr. Sergio Ponce de León, Director de Enseñanza del Instituto, mostró el funcionamiento del sistema a los asistentes y agradeció a la UNAM por su apoyo, además explicó que con este sistema se proporcionará un beneficio a los usuarios que permitirá ayudar a investigadores clínicos y alumnos.



Dr. Germán Fajardo Dolci, Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Lic. Deyanira Lima Cadena, Dr. Sergio Ponce de León Rosales, Dr. Enrique Graue Wiechers y Dr. José Narro Robles

La Biblioteca tiene como objetivo apoyar el desarrollo científico, técnico, de investigación y académico del personal del Instituto por medio del acopio, organización y difusión de los diversos materiales documentales y electrónicos con que cuenta el Departamento.

De igual forma, contribuye a la formación académica de pasantes, internos de pregrado, médicos residentes y de base, alumnos de la Escuela de Enfermería y alumnos de posgrado en diferentes especialidades, redundando con ello a brindar una adecuada atención al paciente.

Los servicios de la biblioteca se desglosan de la siguiente manera:

- Servicios básicos: para todos los usuarios, que consta de préstamo en sala, consulta de los materiales únicamente en la biblioteca y para fotocopiado.
- Fotocopiado: es autoservicio y se hace por medio de una tarjeta.
- Préstamo a domicilio: para usuarios del Instituto. Los materiales disponibles para este servicio son libros, tesis, folletos, revistas y material audiovisual. Se debe presentar la credencial de usuario.
- Préstamo Interbibliotecario: únicamente con las Instituciones que se tiene establecido el convenio y para uso exclusivo del personal del Instituto, presentando la credencial de usuario.
- Servicios especializados, recuperación de artículos, nacionales y extranjeros: (a todo el público que lo solicite).
- Servicio automatizado de recuperación de información o consulta a bases de datos.
- Servicio de Alerta: el usuario contrata el envío de las tablas de contenido de las revistas que requiere, puede ser por medio de correo electrónico. Selecciona los artículos y éstos se le enviarán a través del medio que indique.
- Otros Servicios: diseminación selectiva de información. El usuario puede solicitar uno o varios temas de su interés y recibirá por correo las actualizaciones mensuales.

Los profesores y alumnos de la Facultad de Medicina de la UNAM tienen acceso a revistas, libros y bases de datos, contratados por la Facultad. Estos sitios no residen en los servidores del Instituto, por lo tanto no es posible garantizar el acceso en todo momento.



Espacio de consulta digital de la Biblioteca del INCMNSZ

Admirable trayectoria a favor de la academia

## El Dr. Lorenzo de la Garza Villaseñor recibió la medalla “Felipe Zaldívar”

Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz/Director de Cirugía



Dr. Lorenzo de la Garza Villaseñor

El Dr. Miguel Ángel Mercado Díaz, Director de Cirugía, envió la siguiente aportación para La Camiseta: Los cirujanos del Departamento de Cirugía, nos sentimos muy orgullosos y felices del reconocimiento que recibió el Dr. Lorenzo de la Garza Villaseñor en el XXXIX Congreso Internacional de Cirugía General.

Este congreso se llevó a cabo en la ciudad de Monterrey Nuevo León, fue organizado por la Asociación Mexicana de Cirugía General (AMCG, A.C.) y es considerado uno de los congresos más grandes de nuestro país. Dentro de las actividades de clausura de dicho congreso, el Dr. de la Garza fue galardonado con la medalla “Felipe Zaldívar”, por el gobernador del Estado de Nuevo León, el Lic. Jaime Rodríguez Calderón, quien reconoció con profundo respeto y emotivas palabras la admirable trayectoria del Dr. de la Garza a favor del desarrollo académico de la sociedad quirúrgica de nuestro país.

Esta medalla representa el reconocimiento de la AMCG, A.C. a las actividades académicas desarrolladas por el Dr. de la Garza en todos estos años y en especial, cuando asumió la presidencia de la misma, entre 1994 y 1995. El Dr. de la Garza cuenta con una trayectoria académica muy amplia con numerosas publicaciones científicas, cientos de participaciones en congresos, ha sido presidente del Consejo Mexicano de Cirugía General así como miembro del Colegio Americano de Cirujanos, entre muchas otras distinciones nacionales e internacionales.

El Dr. de la Garza es cirujano adscrito a nuestro departamento desde 1977, asumiendo durante muchos años la Jefatura del servicio de Cirugía Vascul ar así como la Coordinación de Enseñanza. Profesor de numerosas generaciones de cirujanos egresados de nuestro instituto.

¡En hora buena Profesor!

Continúan nuestras celebraciones

## III evento conmemorativo, del 70 aniversario

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

### Exposición pictórica

**HERMENEGILDO  
SOSA**



### Conferencia Magistral

**Paulo  
Lozano**



### Sesión Cultural

Con la participación de

**Anima Mundi**  
Música de Cámara

Como parte del III evento conmemorativo del 70 aniversario del Instituto, se llevaron a cabo tres actividades en el Instituto. La primera, la exposición pictórica del maestro Hermenegildo Sosa; el segundo, la Conferencia Magistral Salud y Medicina –Perspectivas– impartida por el Físico Paulo Lozano y la tercera la Sesión Cultural, con la participación de Anima Mundi, Música de Cámara.

El maestro Hermenegildo Sosa nació en San Andrés Buenavista, Tlaxcala, y en 1978, realiza sus dos primeras exposiciones individuales. En ambas ya se percibe su sensibilidad y su dominio en la técnica en lo que será a partir de entonces el tema que más ha recreado a lo largo de su actividad plástica: el paisaje. El mundo principal, el más logrado de este artista, lo componen las flores, la hierba, los montes, los volcanes, los colores. Las flores son un homenaje a la vida, iluminadas por la luz del sol; cempasúchiles y girasoles que aparecen en la penumbra, en el ocaso.

El Físico Paulo Lozano es egresado de Tecnológico de Monterrey y académico del Instituto Tecnológico de Massachusetts, E. U. A. (MIT). Es el creador del motor icónico más pequeño del mundo de apenas dos centímetros cúbicos, el físico aseguró que el invento servirá para “democratizar” la tecnología espacial; el artefacto funciona con el principio de capilaridad que permitirá lanzar al espacio satélites de bajo costo en una versión experimental.

La Sesión Cultural: Anima Mundi, Música de Cámara, estuvo conformada por:

Luz Angélica Uribe: estudió en el Conservatorio Nacional con María Luisa Salinas. Recibió la medalla Mozart de la Fundación Cultural Domecq y la Embajada de Austria en México, entre otros premios.

Carmen Thierry: primera oboísta titulada de México, en 1988, por la Escuela Nacional de Música de la UNAM (ENM). Es catedrática de la Escuela de Música de la UNAM e integrante del grupo de concertistas de Bellas Artes.

Águeda González: cursó la carrera de piano con Gerhart Muench en la Escuela Nacional de Música de la UNAM, y clavecín, con Luisa Durón. Fue miembro fundador de Dúo Bellum Musicum, del Trío Telemann, del Trío Bach, de La Metamorfosis, del Cuarteto Música del tiempo y de la Camerata Mexicana.

Promover, proteger y restaurar la salud

## Mejorando la atención médica a través de la auditoría clínica

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

La Atención Médica son los servicios que se otorgan al paciente con la finalidad de promover, proteger y restaurar su salud. Pero ¿Cómo sabemos si estamos utilizando correctamente el conocimiento médico y tecnológico? ¿si estamos resolviendo una patología, de acuerdo a las guías nacionales e internacionales de la medicina basada en la evidencia?.

La auditoría clínica es una evaluación crítica y periódica de la calidad de la atención médica que reciben los pacientes, mediante la revisión y el estudio de los expedientes clínicos y las estadísticas hospitalarias. Su propósito es procurar que el enfermo reciba la mejor atención médica y su objetivo es elevar su calidad. Los aspectos de estructura, proceso y resultado de la atención son seleccionados y evaluados sistemáticamente, utilizando criterios previamente definidos para implementar cambios que se pueden aplicar personalmente, en equipo o en el servicio clínico. El seguimiento continuo es la base para confirmar la mejora de la asistencia sanitaria. La comparación con la mejor evidencia científica y la consulta a expertos es relevante para el análisis, se evalúa la calidad de la atención, demostrando que hay una relación directa entre la calidad de los registros y la de la atención prestada.

La auditoría clínica ayuda a realizar una evaluación sistémica de la atención que se brinda al paciente y permite detectar la falta de seguimiento u omisiones dentro del expediente clínico. Se describen cuatro etapas básicas:

- **Planificación:** se identifican las áreas críticas, determinando la patología a auditar, los objetivos y el alcance de la auditoría. Se seleccionan los criterios en base a la mejor evidencia.



- **Examen y evaluación de la información:** los datos se recopilan, analizan e interpretan.
- **Presentación de resultados:** se da origen a las conclusiones y se desarrollan recomendaciones basadas en las áreas de oportunidad detectadas. La información debe ser difundida a todo el personal de atención a la salud involucrado.
- **Seguimiento:** en ésta se determina si las acciones de mejora se están aplicando o no y si están alcanzando los objetivos deseados.

La auditoría clínica permite y da lugar al conocimiento de los errores y sus causas para corregirlos; los médicos y el resto del personal adquieren conciencia informada con respecto a su responsabilidad; influye favorablemente en el perfeccionamiento de los expedientes clínicos; se transforma en una herramienta de educación de post-gradado, perfeccionando el trabajo médico.

En cuanto a la parte de recursos, este proceso entrega información a los directivos del hospital, de manera que se les permita orientar a los mismos a la solución de los problemas detectados.

Calidad en la gestión: Pieza clave del éxito institucional

# La importancia de la motivación laboral

Lic. Jovani E. Torres García / Dirección de Planeación y Mejora de la Calidad  
 Lic. Perla Anaid Rangel López, Lic. Adbeel David Miranda Mendoza / Co-autores invitados

Gran parte del éxito en la gestión de las organizaciones e instituciones es lograr implementar estrategias dirigidas al capital humano. Recordemos que el recurso humano es factor determinante en el cumplimiento de los objetivos y metas; por ello, es importante implementar proyectos de motivación o estrategias de reforzamiento de la misma.

La motivación es la esencia de las acciones de todo ser humano (del latín *motivus* o *motus*, que significa causa del movimiento). Es decir, es un ciclo en el cual los pensamientos influyen en los comportamientos, los comportamientos llevan al desempeño, el desempeño impacta en los pensamientos y el ciclo empieza de nuevo, por ello es que se podría afirmar entonces que siempre existe un “motivo” para poder efectuar una acción determinada.

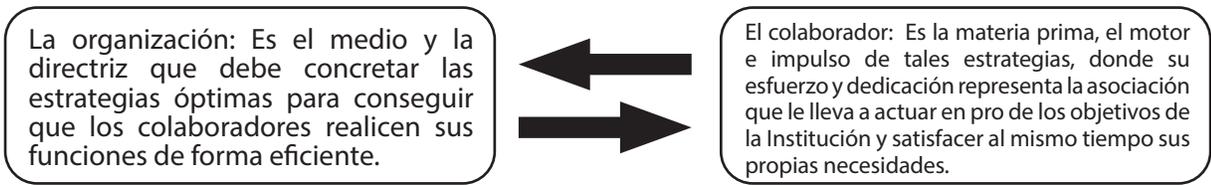
Para las organizaciones, el reto consiste en fortalecer “sus motivos institucionales” con las aportaciones de cada miembro de la organización en sus diferentes funciones, debido que todos los miembros son piezas clave en la generación de conocimiento que conlleva al logro de los objetivos institucionales y su consecuente al crecimiento.

La motivación es un juego bidireccional

Es importante recordar que la motivación laboral no depende exclusivamente de factores personales; también depende de factores referentes al clima organizacional, liderazgo, entorno social y crecimiento profesional.

Existen organizaciones muy bien estructuradas, con excelentes profesionales pero con un liderazgo carente de capacidad motivadora, si bien es cierto que la motivación laboral es bidireccional y se debe de emplear en ambos sentidos jefe-colaboradores. Estos últimos deben ser conscientes que ellos también deben motivar al jefe.

La motivación es un factor que se retroalimenta con la aportación de todos; no va en una sola dirección, la motivación debe ser interactiva. La motivación igual que el afecto o la empatía, es cosa de dos y debe compartirse.



“Nada sobre esta tierra puede detener al hombre que posee la correcta actitud mental para lograr su meta. Nada sobre esta tierra puede ayudar al hombre con la incorrecta actitud mental”. Thomas Jefferson.

22 de marzo, Día Mundial del Agua

## El agua es esencial en los servicios de atención al paciente

Ing. Yolanda Arce Orozco/Coordinación de Ahorro de Energía

La Asamblea General de las Naciones Unidas designó el 22 de marzo de 1993 como el primer Día Mundial del Agua. El lema en 2016 es Agua y empleo, que centra la importancia del agua como fuente de trabajo, siendo un factor decisivo para la transformación de las sociedades y la economía de cada país. Es por ello que el Instituto se une a la conmemoración del Día Mundial del Agua, al presentar diversas opiniones sobre la importancia que tiene el agua en la prestación de servicios de atención al paciente y al desarrollo de las actividades que diversos profesionistas realizan en nuestro Instituto.

Lic. Eunice Alfonso Baruch, Jefa del Depto. de Nutrición Hospitalaria y Ambulatoria: “el agua es muy importante para la producción de los alimentos, ya sea como ingrediente, durante su lavado y desinfección, hasta la transformación de los mismos, además para la limpieza del personal que maneja los alimentos. Es por ello que este servicio requiere grandes cantidades de agua para poder operar los servicios de alimentación”.

Lic. Enf. Ma. Paula Nájera Ortiz, Jefa del Departamento de Enfermería: “el agua es la esencia en el servicio de enfermería, sin ella no podríamos cuidar al paciente; es como darle el buenos días. El agua es salud, es agua es vida. Por ser un preciado líquido, encierra un gran significado para la humanidad y el planeta”.

Lic. Adriana Salgado Yépez, Jefa del Departamento de Servicios Generales: “el agua es un factor primordial para los servicios que brinda nuestro departamento, principalmente en el servicio de intendencia y lavandería; de ella depende el saneamiento de las áreas que están en contacto con el paciente; sin ella, no podríamos brindar servicios de calidad”.

El agua es trabajo, el agua es arte, el agua transforma, sin ella...el planeta no podría existir

Si deseas conocer más información al respecto, consulta la página institucional en la sección Nuestro Entorno.



Fotografía tomada desde el espacio por Markus Reugels, creando un efecto parecido con el trabajo de M.C. Escher.

# Información al interior y exterior del Instituto

## Comunicación audiovisual, nuestro acontecer en imágenes

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

En el Departamento de Comunicación y Vinculación, el área de medios audiovisuales está integrada por el Lic. Francisco Hidalgo Guillén quien se encarga de grabar en video algunos eventos que se desarrollan dentro del Instituto, así como su producción y postproducción, es decir, elegir, editar y acomodar el material grabado de las sesiones culturales, ponencias o conferencias que se realicen, con el fin de ser reproducido en los medios de comunicación del Instituto como son la Página Institucional y Facebook.

También se graban videos testimoniales que son entrevistas realizadas a trabajadores del Instituto que tienen un largo tiempo laborando en él. Ellos, relatan cómo ha sido su paso por éste. Los videos testimoniales se pueden ver en la sección Historia Institucional ubicada en la página del INCMNSZ. De igual forma, se cubren los eventos más importantes como son: sesiones culturales, ponencias, conferencias, ruedas de prensa (dentro y fuera del Instituto).

Otra actividad que se realiza es la toma de las fotografías que se utilizan para ilustrar las distintas secciones de La Camiseta, así como la toma a eventos que realizan los distintos departamentos del Instituto. Las fotografías que se toman son seleccionadas, retocadas y acomodadas, dependiendo su utilización, ya que pueden ser destinadas para las galerías en la página institucional, Facebook, Instagram o en La Camiseta.

Por otro lado, se colocan los carteles en los distintos corchos/pizarrones que se encuentran en el Instituto y se divide en dos la información: 1) sección de comunicación Institucional (campañas internas, de la OMS, sesiones culturales, etc.) y 2) sección de información Institucional (información general de diversas áreas del Instituto como cursos, seminarios, etc.). El seguimiento es semanal para evitar que se coloquen carteles o papeles ajenos al Instituto y de esta forma mantener los pizarrones actualizados.



La calidez, vital para el paciente

## Pacientes de hematología y oncología, beneficiados por el Voluntariado

T.S. Elizabeth Guadarrama Beltrán

Lic. Angélica Montes Sánchez

Por medio del Voluntariado del Instituto, cada mes 50 pacientes del Departamento de Hematología y Oncología reciben apoyos para su tratamiento médico, aseguró la L. T. S. Elizabeth Guadarrama Beltrán, encargada de Trabajo Social de dicho departamento.

Agregó que los pacientes que se atienden en el departamento padecen dos tipos de patologías: la benigna, que contempla enfermedades de la médula que requieren de tratamiento inmunosupresor con un costo muy elevado. El otro tipo, la maligna, se encuentra en el área de la hematología, está conformada por leucemias, linfomas y mielomas, que requieren quimioterapia y los costos son muy elevados.

Los pacientes llegan en etapas muy avanzadas de la enfermedad, más del 80 por ciento necesitan tratamientos a largo plazo de dos o más años con un costo muy elevado. Tomando en cuenta que no tienen recursos económicos, es muy difícil para ellos cubrirlo. Si no fuera por las ayudas que reciben a través del Voluntariado, no podrían concluir sus tratamientos. Son pacientes muy desgastados, que vienen canalizados de otros hospitales, vienen gastados. El costo de los medicamentos y procedimientos es muy alto. El tratamiento de las leucemias por ejemplo, tiene un costo de 10 a 15 mil pesos mensuales.

Otro aspecto importante es que los pacientes no sólo requieren el apoyo económico, sino que este debe ser inmediato y continuo. Muchas instituciones y fundaciones, si ofrecieran los recursos de forma directa, sin pasar por el Voluntariado, no podrían tener el apoyo de esta forma, pues están sujetos a trámites, a presupuestos o a limitantes legales. Sin embargo, el Voluntariado del Instituto, tiene un sistema administrativo impecable que le permite brindar ayuda de forma inmediata y continua.

Explicó que hay una instancia gubernamental y cuatro fundaciones que les proporcionan donativos: el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), la Asociación Mexicana de Lucha Contra el Cáncer, JUPECE (Contra Cáncer de Colón y Recto), Casa de la Amistad (apoyo a adolescentes de 17 a 20 años), los Caballeros de Malta y también los Laboratorios Pfizer.

La L. T. S. Elizabeth Guadarrama Beltrán exhortó a los trabajadores para que se sumen a las acciones de ayuda para los pacientes de escasos recursos donando en efectivo, a través del Voluntariado del Instituto o comprando en la tienda, en la venta de bodega o bien, en los carritos y máquinas despachadoras de refrigerios.



L.T.S. Elizabeth Guadarrama Beltrán

## El artista ve con los ojos, y con el alma

# Hermenegildo Sosa, el artista del mes

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Al inicio de la década de los 90 tuve un inesperado encuentro, sitio: el recinto del Museo de Arte Moderno del Estado de México.

Experiencia inolvidable tener frente a mí, lienzos que reflejaban al unísono del entorno, paisajes con un cromatismo que dejó una huella indeleble, la creación de un artista de dimensiones que lo ubican entre los grandes.

Obras que congelaron instantes de un tiempo perdido, gracias a la magia del pincel de Hermenegildo, testigos de esa realidad que parece escaparse como el agua entre las manos. Tener el privilegio de escribir estas líneas es volver a recordar aquella vivencia, pero el espacio transcurrido la agiganta y nos lleva a una dimensión donde lo real se funde con lo emocional, sentir del hacedor de arte, personaje que lleva en sí, ese vínculo intemporal de su amor por la naturaleza, compañera desde sus años mozos, la juventud y hoy la madurez que se ve reflejada en sus pinturas.

Una aventura que va más allá de los sentidos para adentrarse en el espíritu y mover las fibras íntimas del pintor, aflorando los sentimientos de admiración, disfrute y amor por las creaciones del Maestro; ese mundo maravilloso que emerge de su paleta para dejarlas ahí como un hito y por siempre.

Su obra es brillante y luminosa porque Hermenegildo Sosa es un elegido y ocupa un lugar de honor y un título indiscutible: "Artista de un tiempo, que no tiene edad".

Rodolfo Rivera



Título: Montañas  
Autor: Hermenegildo Sosa



Título: La Ronda  
Autor: Hermenegildo Sosa

Orígenes, logros y realizaciones

## Se requieren nuevos esfuerzos

Lic. Gabriela Rubello Marín

Por decisión presidencial, en el año de 1966 se nos entregó un terreno de 28,000 m<sup>2</sup> en calzada de Tlalpan, el cual escriturado a nuestro nombre, fue partido en dos por el trazo de una porción del tramo sur del Anillo periférico.

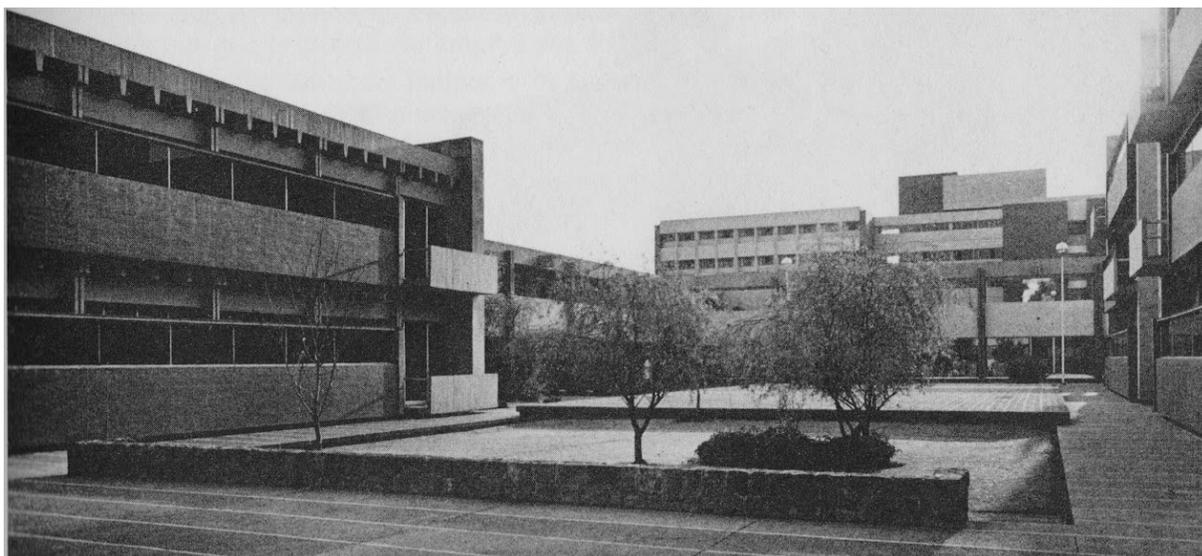
Fue preciso realizar nuevos esfuerzos, gracias a los cuales se obtuvo la asignación de un terreno de 30,000 m<sup>2</sup>, en inmejorable ubicación, donde actualmente se encuentra nuestro instituto.

El señor Secretario de Salubridad y Asistencia ordenó se destinaran cantidades suficientes, que se añadieran a las ya entregadas por las fundaciones anteriormente mencionadas, completándose así los recursos necesarios para terminar la construcción de los edificios destinados a la División de Investigación, que se denominó Unidad Wenner Gren, y la que alojaría a la División de Nutrición en Salud Pública, en edificios que fueron inaugurados en el año de 1968.

Innumerables barreras y dificultades hubo que salvar para obtener las cantidades necesarias para construir, en una segunda etapa, los locales destinados a las unidades médico quirúrgicas y de enseñanza.

Con la personal intervención del entonces Secretario de Salubridad y Asistencia, el doctor Rafael Moreno Valle, se obtuvo nueva contribución de la Fundación Mary Street Jenkins, aún más generosa que las anteriores, que ascendió a la cantidad de diez millones de pesos.

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



División de investigación Wenner Gren 1970

Entorno asistencial humano

## El Comité de Ética y Prevención de Conflictos de Interés, un apoyo para el usuario

Dirección de Administración

Entre otras actuaciones, el Comité de Ética y Prevención de Conflictos de Interés puede colaborar en el fomento de la intimidad y la confidencialidad de los usuarios, promover un entorno asistencial lo más humano posible, velar por el respeto de la dignidad de las personas que intervienen en la relación asistencial o asesorar desde una perspectiva ética a quien lo solicite.

De igual forma, vela por la prudente y cordial relación entre los y las trabajadoras del Instituto entre otras atribuciones que le confiera el "Acuerdo que tiene por objeto emitir el Código de Ética de los servidores públicos del Gobierno Federal, las Reglas de Integridad para el ejercicio de la función pública, y los Lineamientos generales para propiciar la integridad de los servidores públicos y para implementar acciones permanentes que favorezcan su comportamiento ético, a través de los Comités de Ética y Prevención de Conflictos de Interés".

¿Cómo se puede acceder al Comité?

Para acceder a él, los interesados deberán enviar su queja, por medio electrónico al correo [denuncias.etica@incmnsz.mx](mailto:denuncias.etica@incmnsz.mx), una vez recibida su queja, esta será ventilada en el seno del comité y en su caso se emitirán las recomendaciones pertinentes. Cabe señalar que cualquier tema tratado en el Comité de Ética y Prevención de Conflictos de Interés se hará de forma totalmente confidencial.

Es importante la participación de todas y todos los trabajadores del Instituto así como de los usuarios de nuestros servicios. Te invitamos a que leas, comprendas y ejerzas los valores y principios del Código de Conducta que nos rige; este Órgano Colegiado está para apoyarte.

Puedes consultar de forma electrónica el Código de Conducta en la normateca interna o en la pestaña del INCMNSZ y realizar tus quejas, dudas o sugerencias a través del correo electrónico [denuncias.etica@incmnsz.mx](mailto:denuncias.etica@incmnsz.mx)



[http://losllanosvital.es/wp-content/uploads2014/07/Comite\\_Etica\\_Losllaqnos.jpg](http://losllanosvital.es/wp-content/uploads2014/07/Comite_Etica_Losllaqnos.jpg)

Un grave problema de salud en México

## Cáncer de mama, principal causa de muerte entre las mujeres:

Dr. Eucario León Rodríguez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Paciente realizándose una mastografía

Una de las enfermedades malignas que está cobrando importancia es el cáncer de mama, ya que es la principal causa de muerte entre las mujeres adultas de nuestro país, por lo que se ha consolidado como un problema de salud, aseguró el Dr. Eucario León Rodríguez, Coordinador del área de Oncología del Departamento de Hematología y Oncología.

Agregó que no se sabe cuáles son sus causas, sin embargo, se conocen algunos factores de riesgo que favorecen su desarrollo como son: menopausia tardía, obesidad, no lactancia, embarazos tardíos, terapia hormonal sustitutiva y anticonceptivos hormonales.

No se puede prevenir, pero si reducir los riesgos de padecerlo. Como por ejemplo, evitar la terapia hormonal sustitutiva que se prescribe en la menopausia con el objetivo de abatir los síntomas de la misma, lo que conlleva a un incremento en el riesgo de desarrollar cáncer de mama. Como médico y como paciente, se tiene que ser muy selectivo y utilizarla únicamente en personas que realmente la necesiten porque su calidad de vida es muy mala. Es pensar en función del riesgo-beneficio. No todas las mujeres que reciben este tipo de terapia tendrán cáncer, únicamente se incrementa el riesgo. Y lo mismo sucede con los anticonceptivos hormonales, quien los toma por tiempo prolongado tiene mayor riesgo.

Explicó que los primeros síntomas de ésta enfermedad es la presencia de un nódulo o tumor en uno de los senos. Se puede detectar palpándolos o mediante una prueba de tamizaje que de acuerdo a la norma oficial debe realizarse una vez al año a partir de los 40 años.

La ventaja de la mastografía es que detecta tumores no palpables, en etapas tempranas, lo que conlleva a que se atienda oportunamente. Desafortunadamente, la cobertura para que las mexicanas mayores de 40 años puedan realizarse una mastografía no llega ni al 30 por ciento. Debemos implementar programas que alcancen a toda la población de riesgo para que se reduzca la mortalidad por cáncer de mama.

La recomendación para las mujeres es visitar frecuentemente al ginecólogo, practicarse una mastografía una vez al año y realizarse una autoexploración frecuentemente. En caso de percibir alguna anomalía acudir de inmediato con el médico y en caso de tener un tumor, comenzar de inmediato con el tratamiento, finalizó.

## Hongos silvestres

Los hongos comestibles silvestres son un recurso forestal no maderable que ha sido utilizado desde épocas prehispánicas en México por su alto contenido nutrimental y sus propiedades medicinales.

México constituye un vasto reservorio de dichos hongos a nivel mundial.

Se han identificado y analizado al menos 20 especies de hongos comestibles.

Los hongos tienen diferentes beneficios, tales como: un alto contenido de proteínas y aminoácidos; propiedades medicinales, antitumorales, antioxidantes y anticancerígenos.

También son útiles como antiinflamatorios, para el mejoramiento de la vista, en tratamientos respiratorios, en infecciones gastrointestinales, dolores de cabeza, en el tratamiento de lumbalgia y esquelalgia, y en el tratamiento de bronquitis.



## Sopa de hongos silvestres



Información nutrimental  
1 porción

Hidratos de carbono	8.85 g
Proteína	5.17 g
Grasas	0.65 g
Contenido energético	61.93 cal

Ingredientes:

300 gramos	de champiñones rebanados
300 gramos	de setas rebanadas
½ pieza	de cebolla rebanada
1 pieza	de diente de ajo
1 manojo	de epazote
1 litro	de caldo de pollo desgrasado
Al gusto	Sal y pimienta
	Aceite en aerosol

Procedimiento:

Acitronar la cebolla y el ajo en el aceite en aerosol, hasta que doren, añadir el epazote y sofreír.

Agregar los hongos y cocinar hasta que ablanden.

Vertir el caldo, sazonar con sal y pimienta y cocinar hasta que suelte el primer hervor.



## Cardiólogo de corazón, cardiólogo por convicción y devoto del corazón **Metáforas y metamorfosis del corazón:** Dr. Jorge Oseguera Moguel

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Jorge Oseguera Moguel nació en Mérida, Yucatán, el 3 de febrero de 1960, es médico cardiólogo egresado de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Tiene la subespecialidad en Medicina Interna otorgado por el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ) y la subespecialidad en Cardiología por el Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez. Es especialista en hipertensión arterial por la Latin American Society of Hypertension (IASH). Es presidente de la Sociedad de Hipertensión Arterial de México y jefe del Departamento de Cardiología del INCMNSZ.

El doctor Oseguera además de ser un destacado cardiólogo, es un hombre apasionado en las artes. Al inicio de los años noventa le surgió el interés por los temas de la iconografía del corazón y el papel del corazón en el arte, especialmente en la pintura.

Su primera incursión se dio en 1977 cuando realizó el bosquejo a lápiz del logotipo para el curso de cardiología, titulado Cardiología y Medicina Interna Visión Dual que se imparte anualmente en el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.

En la actualidad cuenta en su haber con más de 80 obras, incluidas algunas obras digitales, tanto de creaciones propias, producto de inspiraciones muy diversas, que él llama "mis apariciones".

A su obra en general la ha denominado como Art d'Cor, y se fundamenta en la idea de que el corazón es y puede ser tantas cosas como uno pueda imaginarse.

Desde 2007 a la fecha ha realizado cinco exposiciones en diferentes foros, donde destacan la exposición colectiva denominada De todo corazón, en el Museo Galería Casa Frisaa y Metáforas y metamorfosis del corazón en la Casa de Cultura de Tamaulipas, ambas en la ciudad de México. Por otro lado, ha dictado diversas conferencias en distintos foros y ciudades del país respecto al mismo tema, tales como: El corazón en el arte, El corazón en el arte y en el tiempo, Imágenes del corazón, Metáforas y metamorfosis del corazón, Introducción a la Cardiología e Iconografía del Corazón.



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.

18 de marzo, Día Mundial del Sueño

## Dormir bien es un sueño alcanzable

En el año 2008 se creó el Día Mundial del Sueño con la finalidad de llamar la atención a la población sobre los diversos problemas relacionados con el sueño. Este año, el lema es "Dormir bien es un sueño alcanzable". Dormir poco o mal es un factor de riesgo de múltiples enfermedades como diabetes, obesidad y enfermedades cardiovasculares.

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

21 de marzo, Día Mundial del Síndrome de Down

## Entornos inclusivos para todos: OMS

El acceso a la atención de la salud, a los programas de intervención temprana y a la enseñanza inclusiva son vitales para el crecimiento y el desarrollo de las personas con Down, aseguró la OMS. De igual forma, declaró que es necesario aumentar la conciencia pública y recordar la dignidad inherente de las personas con discapacidad.

Fuente: <http://www.un.org/es/events/downsyndromeday>

23 de marzo, Día Mundial de la Rehabilitación de la persona con discapacidad

## 600 millones de personas con alguna discapacidad

La Organización Mundial de la Salud decidió instaurar el día 23 de marzo para destacar la necesidad de que las personas con discapacidad tengan acceso a tecnologías eficaces para su diagnóstico y tratamiento. Agregó que hay 600 millones de personas en el mundo con algún tipo de discapacidad. En México, el 7.1% de la población tiene alguna discapacidad.

Fuente: <http://discapacidadrosario.blogspot.mx/2010/03/23>

24 de marzo, Día Mundial de la Tuberculosis

## Prevención y control de la Tuberculosis, una prioridad: OMS

Con la intención de crear conciencia sobre la carga de la tuberculosis en el mundo, así como, los esfuerzos realizados para su prevención y control, se conmemoró el Día Mundial de la Tuberculosis que ofreció la oportunidad de movilizar la agenda política, económica y social para la prevención y control de la tuberculosis en los países.

Fuente: [http://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_](http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_)

26 de marzo, Día Mundial de la lucha contra el Cáncer de Cuello Uterino

## La detección del VPH, hace la diferencia

La prueba de detección del Virus de Papiloma Humano (VPH) y la citología, son un dúo de exámenes determinantes en el diagnóstico oportuno del cáncer de cuello uterino, considerado como un importante problema de salud pública en todo el mundo, siendo el segundo cáncer más frecuente entre las mujeres.

Fuente: <http://sediucs.webs.fcm.unc.edu.ar/2014/03/26/>

Agradecimiento al personal

## Los ciudadanos nos sentimos orgullosos de tener el INCMNSZ



Sr. director:

Me dirijo a ud. Con todo respeto, para manifestar mi agradecimiento a su institución. Lo anterior se debe a lo siguiente:

En una endoscopia realizada aquí, en Morelia, me detectaron dos tumores malignos que debían ser retirados. Me recomiendan este Instituto. El día 4 de diciembre pasado, me presento a su institución de gobierno, del sector salud, nervioso por la situación, temeroso a la cd. de México (no bien vista por mi) y lo que encontré fué lo siguiente:

A las 6:00 a.m. Solicito a una persona de vigilancia me indique el lugar asignado. Con mucha amabilidad me lleva hasta la puerta. Que atenciones.

En la sala de espera observo a una mujer de intendencia, preocupada por la limpieza de las instalaciones. Estaban muy limpias. El personal médico. QUE HUMANOS.

Me citan nuevamente en febrero y me conmueve la recepción. Me tratan por mi nombre. Me atienden como si fuéramos viejos amigos, me transmiten confianza, se preocupan por informar a mi familiar. Bueno, todos salimos emocionados por las atenciones.

Dr. quiero felicitarlo por la institución que está dirigiendo. Es una escuela humana. ¡Que lecciones recibí!

Desearía, si me lo permite, que felicitará al Dr. Rafael Barreto, a la Dra. Coty (que ya termina su residencia) al Dr. Castro y a todo el personal de endoscopia.

Nunca me imaginé que hubiera una institución gubernamental tan valiosa. Debe de ser su escuela Dr. o la del Dr. Zubirán.

Esta es una institución de la que los ciudadanos nos sentimos orgullosos de tener.

FELICIDADES Y SIGAN IGUAL  
Ing. Carlos Orozco Gutiérrez

Transcripción del texto original

Envía tu aportación a: [camiseta.avisos@incmnsz.mx](mailto: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.

Comparte su experiencia

## Guiado por nuestra mística, aquí he aprendido a ser médico y hombre:

**Dr. José de Jesús Villalobos Pérez**

Mi experiencia personal ha sido que es aquí donde he aprendido a ser médico y a ser hombre. Guiado por la mística del Instituto que el maestro Zubirán nos enseñó a todos, he aprendido a comportarme como médico con los enfermos, con los alumnos, con mis amigos, en fin, con todos; ha sido una escuela excelente para todos.

En el transcurso de la evolución del Departamento de Gastroenterología, junto con el Dr. Luis Guevara, magnífico amigo y un gran médico, especializado en Inglaterra en hepatología, tuvimos la brillante idea de que se hiciera una clínica de hígado que se hizo dentro del Departamento con el Dr. David Kershenobich (cuando era jefe de esa Departamento). Posteriormente, envié al Dr. Guillermo Robles y Dr. Luis F. Uscanga a especializarse en Páncreas a Francia y después se formó la Clínica de Páncreas. Todo esto ha sido realmente estimulante y al mismo tiempo, nos obliga agradablemente a las personas que trabajamos aquí a tener más iniciativas, desarrollarlas y procurar hacer todo lo mejor posible para los enfermos de nuestro Instituto.

Si tuviera que dar un mensaje o recomendación a quienes trabajamos hoy en el Instituto y a las futuras generaciones, señalaría la mística del Instituto, que nos muestra el camino para trabajar con toda la capacidad intelectual y moral en la entrega al Instituto y a los enfermos, a los médicos que se están formando en el campo de la asistencia médica, en la enseñanza y en el de la investigación. Este sería mi mensaje, un mensaje del maestro Zubirán del que yo me hago portador para que los demás sigan el ejemplo que yo he podido seguir.

Es para mí un honor que hayan propuesto y aceptado que el Departamento de Gastroenterología lleve mi nombre, lo que me compromete más todavía para procurar trabajar y dar ejemplo hasta que Dios me lo permita.



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

La filosofía de la hormiga, el camino a la excelencia

## La excelencia individual fomenta la excelencia organizacional

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

En la publicación anterior, se hizo una reflexión en torno a la excelencia como una filosofía de vida.

En esta ocasión, haremos alusión a este término como elemento clave en el desarrollo institucional, resultado de las acciones implementadas por las personas que las conforman.

Para la Dra. Lourdes Munch Galindo, Dra. en Administración por la Universidad de Newport, Oregon; especialista en Desarrollo Organizacional por la University of New York y catedrática de la UNAM, IPN, La Salle, ITESM, Unitec, ESCA entre otras, la excelencia de las organizaciones es resultado de la excelencia de los individuos que la conforman.

Asegura que la excelencia de cualquier institución no está en las instituciones, sino en cada una de las personas que la forman.

Las personas son de excelencia en la medida en que practican una serie de valores que hacen de ello, una filosofía de vida y de quehacer institucional.

De acuerdo a esta visión, una organización no puede ser de excelencia si el personal involucrado no lo es, y lo más importante, no existe la excelencia en una organización si no hay un trabajo en equipo que la respalde, ya que la excelencia de forma aislada en una organización no existe.

Este punto, nos lleva a reflexionar en el modelo de excelencia de las hormigas, propuesto por Jim Rohn (Yakima, Washington, 17 de septiembre de 1930 West Hills, California 5 de diciembre de 2009).

Jim Rohn fué un impresionante empresario estadounidense, autor y orador motivacional.

Este tipo de filosofía, basado en las actitudes recurrentes de las hormigas, es una fórmula de éxito para el alcance de nuestras metas en la vida.

Aplicando los cuatro principios de la filosofía de la hormiga podremos lograr lo que nos propongamos... o al menos aumentar las probabilidades de éxito.

- 1.- Las Hormigas nunca paran.
- 2.- Las Hormigas en el verano ya están pensando en el invierno...
- 3.- ... y cuando es invierno están pensando en el Verano.
- 4.- La Hormiga siempre hace lo más que puede.

Fuente: [www.gonzka.com.mx/2011/06/la-filosofia-de-la-hormiga/](http://www.gonzka.com.mx/2011/06/la-filosofia-de-la-hormiga/)



Fuente: [www.avanzarconsulting](http://www.avanzarconsulting)



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS  
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

# ¿Qué significa para ti?

#incmnsz\_70aniversario

## #EXCELENCIA

#éxito #grandeza

#servicio #ejemplo

#sublime #notable

#magnífico # \_ \_ \_ \_



Me gusta



Comentar



Compartir

campaña institucional



INSTITUTO NACIONAL DE  
CIENCIAS MÉDICAS  
Y NUTRICIÓN  
SALVADOR ZUBIRÁN

El Instituto Nacional de Ciencias Médicas  
y Nutrición Salvador Zubirán,

y la

Asociación Nacional de Industriales  
de Aceites y Mantecas Comestibles



**ANIAME**

invitan al

# 1er Seminario El efecto de las **grasas** y los **aceites** en la salud

jueves 21 de abril 2016

**Transmisión**

*en vivo*

Dirigido a profesionistas y estudiantes del área  
de la salud, tecnología de los alimentos y gastronomía

**Registro gratuito**

en [www.alimentatuinformacion.mx](http://www.alimentatuinformacion.mx)

- Evolución y aspectos macroeconómicos de la industria
- Origen, procesos, y funciones tecnológicas
- La situación nutricional en México
- Evidencias metabólicas, clínicas y epidemiológicas de las grasas y aceites en la salud
- Características de la dieta correcta
- Aplicaciones culinarias



No contamos con estacionamiento

SI  
PIENSAS QUE LA  
*Aventura* ES PELIGROSA,  
PRUEBA LA  
ES *Rutina*  
*Mortal!*



**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

Luz María Aguilar Valenzuela

### Departamento de Comunicación y Vinculación

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](mailto:lacamiseta.avisos@incmnsz.mx)

Consulta la edición digital  
[www.innsz.mx/opencms/contenido/camiseta.html](http://www.innsz.mx/opencms/contenido/camiseta.html)

[www.incmnsz.mx](http://www.incmnsz.mx)