



La **Camiseta**

Órgano Oficial de Comunicación Interna

Año XXII No. 9

15 de Mayo 2016

IV evento del 70 aniversario

Conferencia Magistral **Salud y Medicina-Perspectivas** **Dra. Elizabeth Sattely**



Sesión Cultural
dedicada a la **UNAM**
Exposición pictórica
Virginia Chévez

Dra. Elizabeth Sattely



La Camiseta

No. 535

15 de mayo 2016

CONTENIDO

EDITORIAL

SER INCMNSZ

- Mantener al INCMNSZ como punta de lanza en medicina, nuestra mística, Dr. Carlos Chan Núñez

PARA CONOCERNOS

- La Clínica Hepatopancreatobiliar del INCMNSZ Dr. Carlos Chan Núñez

ENTÉRATE

- Los avances tecnológicos favorecen la habilidad diagnóstica Dr. David Kershenovich Stalnikowitz

CRÓNICA DEL 70 ANIVERSARIO

- Conferencia Magistral Salud y Medicina –perspectivas– Dra. Elizabeth Sattely

CALIDAD Y ATENCIÓN MÉDICA

- Metas Internacionales de Seguridad del Paciente

CALIDAD Y GESTIÓN INSTITUCIONAL

- La comunicación interna: una estrategia del éxito

NUESTRO ENTORNO AMBIENTAL

- Seamos un equipo ganador

COMUNICACIÓN Y VINCULACIÓN

- El INCMNSZ en el Tapatón 2016

VOLUNTARIADO

- Mejorar la calidad de vida del paciente, un objetivo de Trabajo Social

ARTE Y CULTURA

- El INCMNSZ, gran formador de recursos humanos para la UNAM: Dr. Enrique Luis Graue Wiechers

VIDA INSTITUCIONAL

- El INN contribuye con la formación de médicos con espíritu humanista y actitud de hombres de ciencia

VIDA LABORAL

- Colecta Nacional de la Cruz Roja 2016

TU SALUD

- El cáncer de páncreas, cada vez más frecuente Dr. Carlos Chan Núñez

CULTURA DEL BIEN COMER

- Champiñón, ideal para preparar carnes, arroz y ensaladas
- Salteado de calabacitas con champiñones

ESPACIO DE LECTURA

- Una noche de genética patológica

SABÍAS QUE

- Efemérides de la salud

ESPACIO DEL LECTOR

- Es una bendición ser atendido en el mejor instituto de México

TU HISTORIA CON EL INSTITUTO

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

HABLEMOS DE

- El progreso es la aproximación a la naturaleza misma de las cosas

El IV evento del 70 aniversario del INCMNSZ contó con la presencia de la Dra. Elizabeth Sattely, profesora adjunta de Ingeniería Química Biológica en la Universidad de Stanford, California Estados Unidos, quien llevó a cabo la Conferencia Magistral “Salud y Medicina–perspectivas” enfocada en la relación y beneficio de las plantas para la salud humana desde una visión molecular. En la sección Crónica del 70 aniversario se da cuenta de ello. De igual forma, en la sección Arte y Cultura, se expresa lo relativo a la exposición pictórica “Lo profundo es el aire” de la Maestra Virginia Chévez, además de la sesión cultural, dedicada a la UNAM, “Dos Mundos Románticos” interpretada por el tenor José Luis Ordóñez y el pianista Carlos Alberto Pecero.

El Dr. Carlos Chan Núñez, Jefe de la Clínica Hepatopancreatobiliar, en la sección Para Conocernos, expresa la gran trayectoria de esta clínica, considerada como una de las mejores del país. Él mismo, en la sección Ser INCMNSZ, manifiesta su sentir al formar parte del INCMNSZ y en la sección Tu Salud, nos informa sobre el cáncer de páncreas.

El 9º Curso Internacional de Endoscopía Terapéutica se realizó en el Instituto, en el cual el Dr. David Kershenovich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ, destacó que los avances tecnológicos favorecen la habilidad diagnóstica. Se da cuenta de ello, en la sección Entérate.

La Lic. Patricia González Rodríguez, encargada de Trabajo Social, del Departamento de Inmunología y Reumatología, expresa en la sección Voluntariado que la calidad de vida del paciente es uno de los objetivos asistenciales en el Instituto.

En la sección Sabías qué, se hace mención de efemérides de la salud celebradas durante el primer quincena de mayo: 3 de mayo, Día Mundial contra el Asma; 8 de mayo, Día Internacional de la Cruz Roja; 10 de mayo, Día Mundial del Lupus y el 12 de mayo: Día Mundial de la Fibromialgia.

El concepto de progreso fue uno de los expresados por el personal del Instituto como una representación de lo que significa el 70 Aniversario. En la sección Hablemos de, se hace alusión a ello, acorde a la visión de ir más allá de las cosas hasta llegar a su perfección o naturaleza misma.

El sentido de pertenencia se adquiere en la residencia

Mantener al INCMNSZ como punta de lanza en medicina, nuestra mística

Dr. Carlos Chan Núñez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

La mística institucional es algo que se lleva en la sangre, que se adquiere desde la residencia médica. Es algo que marca un sentido de pertenencia, de orgullo y de necesidad de seguir con el mismo espíritu y los mismos lineamientos que nos heredaron nuestros maestros y el mismo Dr. Salvador Zubirán, afirmó el Dr. Carlos Chan Núñez, Jefe de la Clínica Hepatopancreatobiliar del INCMNSZ.

Agregó que la mística también es heredada de los directores del Instituto, ya que transmiten esa necesidad de liderazgo, de estar siempre a la cabeza, de ser punta de lanza en la medicina en México y en el área de desarrollo de cada persona.

Es muy importante heredar la mística institucional como se hace año con año con los residentes. También se transmite inculcando la ética y la atención al paciente como nuestro principal objetivo. Debemos dar todo el cuidado al paciente sin importar su estatus económico o social. Eso es algo que se aprende aquí, sabemos que debemos tratar por igual a todos los pacientes y siempre con la mejor calidad.

Hizo mención que ingresó al Instituto en 1991 para realizar la residencia, aunque en realidad, dos años antes comenzó como médico interno y después como pasante de servicio social, en 1989.

En 1991 ingresé formalmente a la residencia de cirugía que en ese momento incluía dos años de cirugía interna, luego tres de cirugía y después un año extra como jefe de residentes, quedando entonces, de 1991 a 1996 como residente.

El proceso de ingreso fue difícil y muy emocionante como lo es ahora. Desde que era pasante, con mucha ilusión, me preparé para el examen y tuve la gran alegría de quedar seleccionado para la residencia de cirugía general.

Recordó que ingresó al Instituto como médico interno. En ese momento se dio cuenta de la calidad académica y de la particular forma que tenían los médicos y personal del Instituto para tratar a los pacientes y de ver a la medicina de una forma única y con humanismo.

No había visto un trato tan humano y con tanta calidad en otros hospitales donde había estado antes. Eso me impresionaba mucho. Otro aspecto que llamó mi atención, fue la investigación que se hacía y el renombre tan importante que tenía el Instituto y sus médicos a nivel nacional e internacional. Desde que conocí al INCMNSZ lo quise con todo mi corazón, estaba deseoso de formar parte de él. Pude entrar y eso fue un gran logro en mi vida, no concebía otra opción a dónde más ir, más que estar aquí en el Instituto. Eso fue una gran satisfacción y después siguieron muchas otras.

Tuvo la oportunidad de determinar la residencia en cirugía con el Dr. Héctor Orozco, quien era el Jefe de Cirugía en ese momento, él me ofreció ser el jefe de residentes. Eso fue una satisfacción muy grande para mí. Era lo que yo quería desde el principio y de hecho fui el jefe de residentes por dos años. Después me fui a Estados Unidos a perfeccionarme en cuestiones de páncreas, hígado, y trasplante hepático. Una gran satisfacción que tuve al regreso fue el que me encargara el Programa de Trasplante Hepático del Instituto.

Al principio, no teníamos ni ambulancia para las procuraciones, no teníamos un equipo bien establecido de coordinadores. Fue labor del Dr. Marco Olivera, del Dr. Paulino Leal y mía; juntos armamos todo el programa durante siete años aproximadamente. Esto se ha consolidado hoy, más aún, con los nuevos recursos humanos de excelencia que están ingresando al hospital. Vale la pena recordar que los inicios reales del programa de Trasplante Hepático se deben al Dr. Héctor Orozco y Miguel Ángel Mercado.

Agregó que una de sus satisfacciones más grandes ha sido el poder contribuir a formar lo que hoy es la Clínica Hepatopancreatobiliar del Instituto y el curso de posgrado de cirugía HPB avalado por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Mi pasión real y ocupación desde el principio ha sido la cirugía de páncreas. He tenido también la oportunidad de fundar la Asociación Mexicana HepatoPancreatoBiliar, hace 3 años y constituye el capítulo mexicano de dos organizaciones internacionales AHPBA e IHPBA. Actualmente soy el presidente, lo seré un año más probablemente, lapso en el que pretendo dejarla bien consolidada y podamos tener una rotación de presidente en forma anual. Esto es algo que me ha dado muchas satisfacciones, así como entrar en las Academias de Medicina y de Cirugía General y al Sistema Nacional de Investigadores.

Finalmente señaló que ha crecido mucho como profesionista y como persona en el Instituto. Agradeció a todos sus maestros por las enseñanzas, a sus compañeros por su compromiso y solidaridad, a los pacientes por su confianza y al Instituto por ser su casa, de la que se siente muy orgulloso y se regocija por formar parte de ella.



Dr. Carlos Chan Nuñez

Somos líderes en Cirugía Pancreática

La Clínica Hepatopancreatobiliar del INCMNSZ

Dr. Carlos Chan Núñez

Lic. Dora Valenzuela de la Cueva

La Clínica Hepatopancreatobiliar del INCMNSZ es considerada como una de las mejores de México y América Central.

Son referidos una gran cantidad de pacientes con problemas de hígado vías biliares y páncreas, afirmó el Dr. Carlos Chan Núñez, Jefe de la misma. En este servicio, colaboran especialistas en cirugía HPB y contamos con el apoyo de otras especialidades como endoscopia, radiología intervencionista y oncología, entre otras. También existe la Clínica de Páncreas que tiene una gran trayectoria y que fue fundada por el Dr. Manuel Campuzano, el Dr. Guillermo Robles y el Dr. Luis Uscanga. En ella participan miembros del Departamento de Endoscopia como los doctores Félix Téllez y Miguel Ángel Ramírez y del de Gastroenterología como los Doctores Jorge Hernández, Mario Peláez y el Dr. Luis Uscanga quienes son parte fundamental. En ella, se revisa toda la patología pancreática del Instituto.

En el área de cirugía pancreática, se desarrollan proyectos de investigación clínica asociados a calidad de vida, a complicaciones de este tipo de operaciones y algunos aspectos relacionados al cáncer de páncreas.

Agregó que esta área es muy importante para el Instituto, ya que representa una gran referencia de pacientes de toda la República y de otras partes de América Central que vienen con la esperanza de encontrar solución a su problema pancreático. Particularmente cáncer de páncreas, que es una enfermedad muy agresiva.

El cáncer de páncreas es uno de los cánceres con peor pronóstico. De hecho, es la cuarta causa de muerte por cáncer y se calcula que para el 2025 será la primera. Este padecimiento tradicionalmente se presenta hacia la séptima década de la vida.

Sin embargo, actualmente se está presentando con mayor frecuencia, en gente más joven. El Instituto es probablemente el lugar en donde se realiza con más frecuencia cirugía de páncreas en todo el país y en muchas partes de Latinoamérica.

Informó que la cirugía de páncreas más común en este servicio es la pancreatoduodenectomía o procedimiento de Whipple. Se realizan en promedio dos por semana, los lunes y jueves. Aunque a veces se llevan a cabo tres operaciones y son frecuentes también otro tipo de intervenciones pancreáticas diferentes a ésta.

El servicio de cirugía HPB es muy interesante porque además de la cirugía pancreática hay una gran cantidad de procedimientos quirúrgicos dentro de ésta área. Esto hace que sea muy importante y tenga un impacto nacional e internacional a través de la Asociación Mexicana Hepatopancreatobiliar que fue fundada y está asentada aquí en el Instituto.

Tenemos presencia en congresos internacionales a través de la Asociación Americana Hepatopancreatobiliar y de la Asociación Internacional HPB donde somos participantes directos. Acabamos de ir a Brasil por ejemplo, al Congreso Internacional de estas dos asociaciones donde tuvimos una destacada participación diferentes miembros de este servicio y del área de trasplantes que incluye por supuesto al director de Cirugía General el Dr. Miguel Ángel Mercado. Hemos crecido mucho y realmente es gracias a Nutrición. Esta clínica fue la primera en fundarse en el país, así como, lo fue la clínica de páncreas, fundada por el Dr. Campuzano, el Dr. Robles y el Dr. Uscanga.

Nosotros nos integramos con ellos en la parte quirúrgica, pero después, se hizo más grande debido a la complejidad de la cirugía hepatopancreatobiliar que en la realidad no existía como especialidad. Entre las funciones que desempeñamos en este servicio de cirugía HPB, se encuentra entre otras, la de ser profesor titular del curso.

Es una labor muy interesante porque tenemos alumnos que vienen de otros países de Centroamérica o Sudamérica. Hemos tenido residentes de diferentes países como Guatemala, Ecuador, El Salvador, Panamá, etc. También tenemos alumnos de este curso que incluyen a nuestros propios residentes de cirugía general que deciden quedarse un año extra en nuestro servicio.

Es muy interesante poder ayudar a estos alumnos para que regresen a sus países y puedan contribuir al desarrollo de la cirugía hepatopancreatobiliar en sus lugares de origen. También hemos tenido la fortuna de fundar la Asociación Mexicana HepatoPancreatoBiliar. Actualmente soy el presidente y esto es algo que me ha dado muchas satisfacciones.



Dr. Jorge Hernández, Dr. Félix Téllez, Dr. Manuel Campuzano, Dr. Carlos Chan, Dr. Luis Uscanga

9° Curso Internacional de Endoscopia Terapéutica

Los avances tecnológicos favorecen la habilidad diagnóstica

Dr. David Kershenobich Stalnikowitz

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Del 14 al 16 de abril tuvo lugar en el INCMNSZ, el 9° Curso Internacional de Endoscopia Terapéutica. Contó con la participación de importantes profesores internacionales y nacionales. Como ya es tradición, se presentaron demostraciones en vivo, conferencias magistrales, análisis de video-casos y talleres.

El Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del Instituto, inauguró el curso, durante su participación agradeció a los profesores invitados su presencia que sin lugar a dudas, la consideraba como una contribución muy importante para el aprendizaje y actualización de los avances en endoscopia.

De igual forma, expresó que es indudable la existencia de los avances tecnológicos, entre otras cosas, porque han favorecido la habilidad diagnóstica y el tratamiento de los especialistas en el abordaje de diversas patologías gastrointestinales.

No hay duda, la alta definición en endoscopia produce imágenes de gran calidad que permiten la detección de lesiones que eran desconocidas, favoreciendo un diagnóstico oportuno. De igual forma, los avances de la endoscopia en los siglos XIX y XX fueron muy importantes. Sin embargo, el futuro lo es aún más. Estos avances incluyen otros aspectos como una mejora importante en la calidad y seguridad de los procedimientos. En el Instituto estamos preocupados por los aspectos que tienen que ver con la calidad y seguridad de los pacientes y en este caso, de los procedimientos. Agregó que la perspectiva a futuro es muy importante. Un ejemplo es la salud digital que podrá transformar la endoscopia con el monitoreo de pacientes a distancia o la colocación de bio-sensores.

Por su parte, el Dr. Francisco Valdovinos Andraca, Jefe del Departamento de Endoscopia Gastrointestinal del Instituto, durante su participación, señaló que en la actualidad se ha tornado muy importante la enseñanza de la endoscopia gastrointestinal, ya que se entrelazan dos retos, por un lado, asociar la tecnología con los procedimientos que cada vez son más complejos mediante la utilización de equipos de vanguardia y por el otro lado, la necesidad que tienen los países de formar profesionales bien entrenados en endoscopia gastrointestinal.



Dr. Rafael Barreto Zúñiga, Dra. Clara Luz Martínez García, Dr. Jesús Salvador Valencia Sánchez, Dr. Carlos Lavallo Montalvo, Dr. David Kershenobich Stalnikowitz y Dr. Francisco Valdovinos Andraca

IV evento del 70 aniversario

Conferencia Magistral Salud y Medicina –perspectivas–

Dra. Elizabeth Sattely

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva



Dra. Elizabeth Sattely

Como parte de las actividades del IV evento del 70 aniversario, el pasado 28 de abril tuvo lugar en el auditorio del INCMNSZ, la Conferencia Magistral Salud y Medicina –perspectivas– impartida por la Dra. Elizabeth Sattely, profesora adjunta de Ingeniería Química Biológica en la Universidad de Stanford, California EUA.

En la presentación del IV evento, el Dr. David Kershenovich Stalnikowitz, Director General, dio la bienvenida a los asistentes e hizo la presentación de la exposición pictórica de la Maestra Virginia Chévez, de la conferencia magistral de la Dra. Elizabeth Sattely y de la sesión cultural; en esta ocasión, dedicada a la UNAM e interpretada por el tenor José Luis Ordóñez y el pianista Carlos Alberto Pecero.

Hoy es un día especial porque tenemos con nosotros a la Dra. Elizabeth Sattely. Su tema de investigación es la vía microbiana en la elaboración de productos naturales sofisticados. Es especialista en la ingeniería de las vías metabólicas de las plantas. Ha recibido muchos reconocimientos en el campo de la innovación.

Durante su exposición, la Dra. Sattely, explicó que en un futuro las plantas pueden hacer mucho por la salud del ser humano, ya que son muy productivas y están cambiando constantemente sus moléculas como resultado de la fijación del bióxido de carbono que manejan para vivir.

En cuanto a la salud humana, las moléculas de las plantas tienen un papel muy importante. En primer lugar, constituyen el 10 por ciento de la lista de medicinas esenciales de la Organización Mundial de la Salud. En segundo lugar, si nos enfocamos en lo que hacen de sus moléculas, podemos encontrar beneficios en el campo de la salud y en tercer lugar, los compuestos que forman en las moléculas de plantas comestibles, aunque no son nutrimentos esenciales, tienen un impacto en la salud para la prevención de las enfermedades.

Advirtió que uno de los retos que enfrenta la ciencia enfocada en las plantas es la manufactura de las mismas, ya que más allá de que sean silvestres y de ahí se obtengan para elaborar medicamentos, es necesario cultivarlas ex profeso para crear medicamentos aún con plantas que legalmente o socialmente no son bien vistas, como es el caso de la morfina, que tiene un uso medicinal.

El IV evento contó con la presencia del Dr. Enrique Luis Graue Wiechers, Rector de la UNAM quien expresó su beneplácito por la sesión cultural dedicada a la máxima casa de estudios y por 70 años de trabajo conjunto entre ambas instituciones.

Meta 3: mejorar la seguridad de los medicamentos de alto riesgo

Metas Internacionales de Seguridad del Paciente

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

Los medicamentos de alto riesgo son aquellos que tienen un riesgo muy elevado de causar daños graves e incluso mortales cuando se produce un error en el proceso de medicación.

Los errores relacionados a medicamentos de alto riesgo, no son más frecuentes, sino que las consecuencias para los pacientes suelen ser más graves. Secundario a esto, deben ser objetivo prioritario en todos los programas de calidad y seguridad del paciente que se implementen en los hospitales.

La meta 3 “Mejorar la seguridad de los medicamentos de alto riesgo” tiene como objetivo, prevenir errores de medicación relacionados con medicamentos de alto riesgo. Los errores más frecuentes de seguridad de esos medicamentos ocurren en la preparación y administración de los mismos.

Son múltiples las causas por las que estos errores ocurren, entre ellas se encuentran falta de supervisión al personal de nuevo ingreso, por una situación de urgencia mal manejada, o falta de inducción al personal que atiende al paciente.

Existen dos barreras de seguridad que se implementan para disminuir el riesgo de los errores en los medicamentos de alto riesgo:

- Etiquetar y resguardar los electrolitos concentrados. Es recomendable que se mantengan fuera del área de atención a los pacientes. Se recomienda colocar a los electrolitos concentrados una etiqueta individual definida por la organización, la cual es independiente de cualquier etiqueta colocada por el fabricante.

- Realizar la doble verificación en las áreas donde se preparan y administran medicamentos para prevenir errores de medicación. Ésta se debe realizar en dos momentos, el primero por dos personas competentes en el momento en que se preparan los medicamentos y la segunda al momento de administrarlo.

Se consideran medicamentos de alto riesgo los siguientes: electrolitos concentrados, quimioterapéuticos, radiofármacos, insulinas y anticoagulantes.

La seguridad en el manejo de medicamentos de alto riesgo tiene como objetivo alcanzar la máxima calidad y seguridad en la atención médica.

Recuerda: “Mientras mayor control, menor riesgo”.



Etiquetado y resguardo de electrolitos concentrados, en el INCMNSZ

Calidad en la gestión: pieza clave del éxito institucional

La comunicación interna: una estrategia de éxito

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

Hemos hablado de la importancia de la identificación institucional como base del proceso para aumentar la calidad y eficiencia del trabajo de los miembros de una institución; pues bien, en este espacio de perfeccionamiento está presente la comunicación, la cual se convierte en un factor determinante en el logro de objetivos comunes, la motivación, la participación y la disciplina.

La comunicación Interna es un factor clave, que debidamente gestionado permite mejorar el clima laboral y el rendimiento de los empleados; por ello constituye una problemática de las Instituciones, generar las acciones y procedimientos que faciliten la integración, fortalezcan la cohesión entre sus miembros y, con ello, fomenten valores que los identifiquen. Generalmente los canales de comunicación descendente (directivo a operativo) están bien definidos; sin embargo para que la comunicación interna sea realmente efectiva debe ser bidireccional, esto quiere decir entablar un constante dialogo entre colaboradores y superiores, a fin de captar los intereses de las personas que se encuentran en la línea de fuego.

Un aspecto fundamental en pro de la comunicación es el compromiso y la implicación de todos los miembros. Es necesario un cambio de mentalidad que involucre desde los directivos, mandos medios y por su influencia desemboque en todos los miembros de la organización. La metodología básica para fomentar el desarrollo de una sana comunicación institucional, debe comenzar por "el diagnóstico" de la misma, con el fin de conocer los hábitos de comunicación de la gente, qué canales prefieren los códigos que utilizan, cuáles son sus redes de comunicación, etc.

Una estrategia básica para generar una comunicación interna eficiente es el desarrollo de la comunicación cara a cara, mediante reuniones periódicas con personal clave previamente reconocido; en donde se fijen objetivos, aclaren dudas e intercambien propuestas referentes a temas estratégicos de la organización.

Otra opción estratégica es generar un medio formal como una gaceta interna que sirva de portavoz, divulgación y socialización de aspectos institucionales; cabe señalar que este medio debe ser lo suficientemente flexible para ser ordenadamente inclusivo de las opiniones de todos los miembros de la organización y de la misma forma incentivar la participación. Los métodos tradicionales como las carteleras, intranet, circulares, buzón de sugerencias y las reuniones son siempre válidos, pero podemos apoyarnos en otras herramientas de tecnologías de la información, por ejemplo a través del desarrollo de un portal del empleado, blogs o redes sociales. Estas herramientas participativas son atractivas, facilitan la comunicación entre los trabajadores y pueden propiciar mejoras en el clima laboral.



<http://www.adril.org.ar/wp-content/uploads/2015/11/comunicacion-corporativa2.jpg>

Actuemos con seriedad en los simulacros

Seamos un equipo ganador

Biol. José Luis Cruztitla Carrillo

La realización de simulacros es una obligación marcada en leyes específicas en la materia, sin embargo, esta no es la razón más importante para que, quienes laboramos en el Instituto, actuemos de forma responsable cuando se lleva a cabo uno de ellos.

Lo más importante es que son una herramienta que ayuda a mejorar las condiciones de seguridad para el personal en caso de una contingencia y sepamos que mediante ellos se pueden identificar problemas o factores que afectarían la aplicación de las medidas de emergencia -como la evacuación o repliegue- que no son evidentes a simple vista. Solo mediante la movilización masiva de la gente se hacen visibles dificultades técnicas, de personal, materiales o espaciales que afectan negativamente lo planeado en un escritorio. Con base en lo visto, se pueden corregir o mejorar las condiciones que pueden ser un riesgo.

Aunque no lo veamos así, se trata de un tipo de entrenamiento y en él, todos, desde el personal en general hasta las altas autoridades deben colaborar desde su ámbito de competencia. Igual que en un deporte cualquiera, la organización, el entrenamiento y el juego de conjunto son básicos para un buen desempeño. Asimismo, como en una competición cualquiera, la falla o indiferencia de alguno de los integrantes se refleja en el resultado. Si eso ocurre en las prácticas no pasa nada, simplemente el desempeño se califica de mediocre y ya. Pero si durante un partido oficial se sigue la misma línea, los esfuerzos de quienes estén comprometidos no serán suficientes para salir bien librados.

Si esto lo trasladamos a un escenario donde el resultado no es un simple marcador sino la posibilidad real de daños a la integridad del conjunto, la cosa cambia.

No nos cansaremos de insistir: actúa seriamente durante los simulacros, asume que al realizar los ejercicios estás aprendiendo, ya que responderás más rápidamente a un alertamiento y sabrás qué hacer, por dónde y hasta dónde ir.

Todos somos importantes. Cada quien en su rol debe desarrollarlo cabalmente. Desgraciadamente, somos muchos jugadores, gran parte se sienten ajenos al equipo e incluso, por desgracia, algunos juegan para perder. Ayúdanos, organiza brigadas internas dentro de tu área, actúa con seriedad y compromiso y piensa que al menos no quede por ti. Hagamos equipo.

Reiteramos la invitación a que colabores como Brigadista Especial. Nos hacen falta compañeros que nos ayuden a las tareas que la Unidad Interna de Protección Civil debe desarrollar en nuestro Instituto.

Si estás interesado o tienes alguna duda o comentario, comunícate a la extensión 2990 o acude a la Coordinación de Protección Civil en la Subdirección de Recursos Materiales y Servicios Generales.



Fuente: <http://cidbimena.desastres.hn/docum/ops/publicaciones/cne02/cne02.2.htm>

¡Gracias por tu participación!

El INCMNSZ en el Tapatón 2016

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

Con el objetivo de contribuir para que más niños con cáncer puedan tener acceso a sus tratamientos y favorecer al cuidado y protección del medio ambiente, el INCMNSZ participó en la campaña Tapatón 2016.

Lo anterior, a través del trabajo colaborativo que llevó a cabo la Dirección de Comunicación Institucional y Social del INCMNSZ, el Departamento de Comunicación y Vinculación, adscrito a dicha Dirección, y La Casa de la Amistad para Niños con Cáncer A. C.

La encargada de coordinar este proyecto fue la T.S. Claudia Patricia Márquez Enríquez, adscrita al Departamento de Comunicación y Vinculación. El Tapatón consistió en recolectar la mayor cantidad de tapa-roscas, separarlas por color y llevarlas al centro de distribución para su venta; el recurso obtenido fue donado a La Casa de la Amistad para Niños con Cáncer A. C.

En este proceso, la participación del personal del Instituto fue trascendental, por lo que deseamos expresar nuestro más profundo agradecimiento y reconocimiento por su apoyo. La respuesta fue sorprendente. Cabe destacar que no fue sólo del personal, sino de pacientes, familiares, amigos, instituciones y escuelas. Muchos, de manera anónima trajeron sus tapas con el único fin de ayudar.

Gracias a todos y cada uno de los participantes. En cada entrega de tapas, pudimos comprobar, no solo la solidaridad de los participantes, sino el compromiso por contribuir para dar esperanza, apoyo y amor a nuestros semejantes e implementar acciones que benefician a nuestro medio ambiente.



Tropa Scout, Gpo. 18 "Avalon" Cd. de México



Sr. Jaime Pedraza Ruiz. Técnico en Urgencias Médicas, Control Nacional de Urgencias en Ciudad Neza

En coordinación con el Voluntariado se brinda apoyo

Mejorar la calidad de vida del paciente, un objetivo de Trabajo Social

Lic. Patricia González Rodríguez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

Favorecer la calidad de vida del paciente es uno de los objetivos de Trabajo Social, aseguró la Lic. Patricia González Rodríguez, encargada de dicha área en el Departamento de Inmunología y Reumatología del INCMNSZ.

Explicó que las enfermedades reumatológicas son crónico-degenerativas y que en la mayoría de los casos afectan motrizmente a los enfermos y pueden llegar a ser incapacitantes.

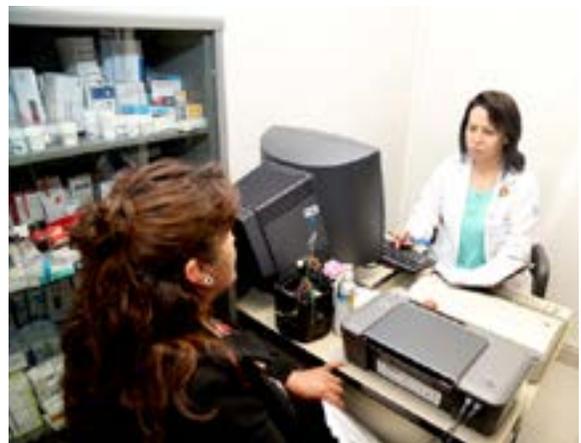
Este tipo de enfermedades trastocan negativamente la vida cotidiana del paciente. Además de las complicaciones propias de la enfermedad, se enfrentan a la merma en su calidad de vida que incluye la pérdida de su independencia y de sus capacidades físicas.

Desafortunadamente, el paciente tiene que dejar de trabajar, lo que conlleva a que el pago del tratamiento que de por sí era complicado, se convierta en una carga imposible de llevar. Con el apoyo del Voluntariado, les proporcionamos ayudas para sus medicamentos y la Beneficiencia Pública contribuye para sus prótesis.

Parte de mis funciones es detectar a los pacientes de escasos recursos que acuden a esta consulta para tratar de apoyarlos en especie, contratación, material ortopédico y emocionalmente, incluyendo a su familia, que inevitablemente se ve afectada.

Agregó que otro aspecto en el que se centra como parte de su trabajo asistencial es el apoyo emocional que le brinda al paciente y a la familia de éste, ya que en muchas ocasiones su estado anímico es un factor determinante para que continúe con el tratamiento y rehabilitación que es responsabilidad de todo el equipo de trabajo del área.

La atención que se le brinda al paciente es una intervención multidisciplinaria en la que participan médicos reumatólogos y ortopedistas, así como fisioterapeutas y trabajo social que en conjunto tratan de mejorar la calidad de vida del paciente. Cada quien en su ámbito de acción que se enmarca en los tres ejes rectores del quehacer institucional: asistencia, docencia e investigación.



Lic. Patricia González Rodríguez

“Dos mundos románticos”, Italia–México

La sesión cultural del IV evento dedicada a la UNAM:

Dr. Enrique Luis Graue Wiechers

Lic. Palmira de la Garza y Arce

Como parte de las actividades que se llevaron a cabo en el IV evento conmemorativo del 70 aniversario, tuvo lugar la sesión cultural dedicada a la UNAM, la cual contó con la presencia del Rector de la misma, Dr. Enrique Luis Graue Wiechers, quien agradeció la distinción y destacó el vínculo UNAM-INCMNSZ que siempre ha existido y que ha fortalecido a ambas instituciones.

La historia de la UNAM no se concibe sin personajes del Instituto. Ellos han contribuido a su engrandecimiento. El primero fue el Dr. Zubirán quien fuera rector de la UNAM. En la actualidad hay muchos personajes que están continuando con ese accionar.

Por su parte, el Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Director General del INCMNSZ, le agradeció todo el apoyo que el Instituto ha recibido de la UNAM, como fue la Red de Apoyo a la Investigación (RAI) y la Consulta Digital de la Biblioteca, entre otras cosas.

La interpretación del tenor José Luis Ordóñez y del pianista Carlos Alberto Pecero, fueron dedicadas a la UNAM en un concierto denominado “Dos Mundos Románticos” Italia-México. Concierto que precedió a la exposición pictórica “Lo profundo es el aire”, de la Maestra Virginia Chávez quien en entrevista agradeció la oportunidad de formar parte de los eventos conmemorativos al 70 aniversario del Instituto.

Le tengo mucho cariño al Instituto. Es un hospital maravilloso, hacen un trabajo increíble. Tuve la fortuna de participar en una bienal de pintura, cuando el Dr. Donato Alarcón Segovia era Director. Hoy regresar al INCMNSZ con una exposición y en una ocasión, tan especial, es muy satisfactorio para mí.



Mtra. Virginia Chávez, Dr. David Kershenobich Stalnikowitz, Dr. Guillermo Robles, Dr. Enrique Graue, Mtro. José Luis Ordóñez y Mtro. Carlos Alberto Pecero

Fortalecer y ampliar nuestros medios docentes

El INN contribuye con la formación de médicos con espíritu humanista y actitud de hombres de ciencia

Lic. Gabriela Rubello Marín

La enseñanza es, sin duda, la actividad en la que el Instituto se proyecta con mayor intensidad y una de las que más nos satisfacen y por la que tenemos justificado orgullo. Si bien participamos en la enseñanza de pregrado, nuestro mayor esfuerzo se encauza hacia quienes ya cuentan con título universitario. Son numerosos los cursos de especialización y maestría y doctorado que se imparten en el Instituto.

Con particular empeño se lleva la enseñanza de los médicos residentes, quienes al terminar su adiestramiento en Medicina Interna o en Cirugía, regresan a su lugar de origen a ocupar puestos de docencia y de investigación en las universidades del país.

Forman parte también de la labor docente los cursos monográficos que se suceden anualmente, así como la constante participación con los miembros del Instituto en lecciones, conferencias y cursos en los centros médicos de la República.

Nuestras miras para el futuro son lograr que todas nuestras actividades alcancen mayores niveles de excelencia, proyectar a la Institución en el devenir de los años, con más amplitud dentro de las Ciencias Médicas, perseguir los progresos y procurar incorporarlos a nuestra diaria actividad.

Texto: Copia fiel del texto escrito por el Dr. Salvador Zubirán
Libro Conmemorativo del XXX Aniversario, 1976



Generación 1976
Dr. Alvaro Gómez Almaguer



Dra. Ma. Cristina Saldade Alonso



Dra. Rocío de la Paz Orozco Topete

Ayudo porque me nace

Colecta Nacional 2016

Dirección de Administración



vida laboral

Ayudar a quien más lo necesita, es apoyar a mexicanos en situación de vulnerabilidad, antes, durante y después de alguna emergencia. Contando con los mejores especialistas en rescate, atención médica y labores de prevención. Te invitamos a rescatar tus ganas de ayudar. Dona y sigue ayudándonos a salvar vidas. La labor que realiza la Cruz Roja Mexicana a nivel nacional, a través de 536 Delegaciones, requiere contar con los fondos suficientes que permitan estar preparados en todo momento para proporcionar los servicios de emergencia y brindar asistencia humanitaria a la población más vulnerable de nuestro país.

Los donativos que recibe la Cruz Roja Mexicana en tiempos de Colecta Nacional, son fundamentales para la realización de sus actividades, ya que son destinados para proporcionar los servicios de emergencias y atención médica pre-hospitalaria a la población que sufre algún tipo de accidente, las 24 horas del día, los 365 días del año, sin importar condición social, raza, religión o credo político; así como el financiamiento de proyectos humanitarios en zonas vulnerables en nuestro país, en donde exista riesgo a la vida e integridad física de las personas que viven en extrema pobreza.

Los apoyos que brindó la Cruz Roja Mexicana durante el año 2015:

1,438 000 Servicios en emergencias en ambulancia, totalmente gratuitos, 5, 903,000 Servicios Médicos. Como parte del Plan Invernal y apoyo ante desastres, como el huracán Patricia, Blanca, el tornado en Acuña, Coahuila, entre otros fenómenos meteorológicos que afectaron a la República Mexicana, la Cruz Roja entregó en propia mano más de 525 mil kilos de ayuda.

Los recursos captados en la campaña de la Colecta Nacional, permitirán que la Cruz Roja Mexicana esté permanentemente lista para actuar y mantener en óptimas condiciones los siguientes activos:

- Ambulancias: año con año se requiere dar mantenimiento a las unidades de emergencia y transporte.
- Hospitales: el costo operativo del hospital de trauma en el Distrito Federal es de aproximadamente 12 millones de pesos mensuales, por tener sólo un ejemplo.
- Capacitación: brindamos capacitación constante a nuestros paramédicos y enfermeras.
- Almacenes: contamos siempre con un reserva de ayuda humanitaria que nos permite estar preparados para atender una emergencia, ya sea por desastre natural u ocasionada por el hombre.

El apoyo que brindas a la Cruz Roja Mexicana se traduce en beneficios para la sociedad en general, ya que nadie está exento de sufrir algún accidente que ponga en riesgo su vida y la Cruz Roja Mexicana Salva Vidas. Te invitamos a visitar nuestra página, para que puedas conocer más de esta noble labor humanitaria. web <http://cruzrojamexicana.org.mx/>

Cuarta causa de muerte por cáncer

El cáncer de páncreas, cada vez más frecuente:

Dr. Carlos Chan Núñez

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El cáncer de páncreas es una enfermedad muy agresiva que tiene un pronóstico muy negativo. De hecho, se está colocando como una de las principales causas de muerte por cáncer entre la población mundial, aseguró el Dr. Carlos Chan Núñez, Jefe de la Clínica Hepatopancreatobiliar del INCMNSZ. Actualmente es la cuarta causa de muerte por cáncer y se calcula que para el 2025 será la primera. Este padecimiento se está presentando con mayor frecuencia en pacientes de menor de edad.

Agregó que los síntomas del cáncer de páncreas son variables y a menudo permanecen ocultos. Cuando se localiza en la cabeza del páncreas, el paciente presenta ictericia y casi siempre se acompaña de pérdida de peso. Sin embargo, acotó, cuando se presenta en el cuerpo o cola del páncreas no hay ictericia o cuando ésta llega, el padecimiento ya está en una etapa muy avanzada y se asocia generalmente a dolor importante.

Desafortunadamente no tenemos la cultura de la prevención como es el evitar factores de riesgo como el tabaquismo, obesidad, vida sedentaria, etc. Vamos a consulta médica cuando se presentan síntomas que afectan nuestra vida diaria en lugar de realizar revisiones periódicas aún estando asintomáticos. Aunque se desconocen las causas de esta enfermedad, hay factores de riesgo que incrementan el riesgo de padecerlo:

- **Genético:** los cambios o mutaciones que se producen en el ADN de las personas indican que éstos podrían ser los responsables de que las células del páncreas se transformen en cancerosas. Un 10% de los cánceres de páncreas tienen un franco componente hereditario. Existen enfermedades genéticas asociadas a este cáncer como la poliposis familiar, cáncer de mama, pancreatitis crónica hereditaria, entre otras.
- **Edad:** el riesgo de padecer cáncer de páncreas aumenta a partir de los 60 años. Aunque como se ha mencionado, se empieza a ver en personas más jóvenes.
- **Sexo:** la probabilidad de padecer esta enfermedad es un poco más elevada en los hombres que en las mujeres.
- **Raza:** las personas de raza negra tienen más probabilidades de desarrollar cáncer de páncreas que las personas de raza blanca o asiática.
- **El consumo de tabaco:** también aumenta el riesgo de la aparición del cáncer de páncreas. Un alto porcentaje de los casos con cáncer de páncreas esporádico podría estar asociado al tabaco.
- **Alimentación:** una dieta rica en carne y grasas saturadas aumenta el riesgo, mientras que las frutas, verduras y alimentos que contienen fibra parecen tener un efecto protector. Un elevado índice de masa corporal también parece tener mayor riesgo de desarrollar un cáncer de páncreas.

Champiñón, rico en proteína

Principales estados productores:

Hidalgo, Oaxaca, Michoacán, Estado de México, Veracruz y Durango. Agosto y septiembre son su temporada de cosecha.

Consejo gastronómico:

Es muy apreciado por su olor y sabor afrutado. En México es poco consumido y su uso es más ornamental en sus platillos. Puede usarse en la elaboración de pastas, carnes, arroces y en ensaladas.

Destacan por su altísimo contenido en proteínas, agua (contiene cerca de un 95%). Bajísimo contenido en grasas, hidratos de carbono y por tanto en calorías. Además, aportan una gran cantidad de minerales (hierro, zinc, yodo, magnesio, selenio, sodio y calcio) y minerales (vitaminas del complejo B, y vitamina E).



Salteado de calabacitas con champiñones



Ingredientes:

1 kilo	de calabacitas cortadas en finas rebanadas
1 pieza	de cebolla chica en rodajas
1 cucharadita	de fécula de maíz
100 mililitros	de agua
2 piezas	de dientes de ajo picados
200 gramos	de champiñones fileteados
Al gusto	Sal y pimienta

Manera de hacerse:

Calentar aceite en una sartén a fuego mediano. Poner a freír el ajo y la cebolla por 4 minutos. Agregar los champiñones y cocinar por 10 minutos. Añadir la fécula de maíz y el agua. Por último, agregar las calabacitas y salpimentar al gusto. Cocinar hasta que estén tiernos, más o menos durante 20 minutos. Servir caliente.

Una oportunidad de corregir el pasado

Una noche de genética patológica

Jorge Gutiérrez

Lic. María Concepción Nolasco Miguel

Jorge Alberto Gutiérrez González, originario de la Ciudad de México, es Médico Cirujano egresado de la Universidad La Salle. Actualmente se encuentra realizando su último año de residencia en el Departamento de Genética del INCMNSZ.

El doctor Gutiérrez, alias Jethro Crohn (Jethro por parecer fuerte, interesante y armónico, y Crohn, enfermedad inflamatoria intestinal grave), además de ser excelente médico, artísticamente se ha desempeñado en el campo del dibujo, la fotografía, la música y la escritura.

En cuanto al dibujo, desde pequeño siguió los pasos de su abuelo y padre, papel que ha desempeñado muy bien y lo ha llevado a ser merecedor de varios premios en el Concurso Anual de Fotografía y Dibujo que se organiza el Instituto.

En el campo de la música ha formado parte en bandas como ZERO SIGNAL, APOPTOSIS, actualmente toca la batería y hace los coros en SATURNALIA, donde co-creó y tocó en la Sesión Cultural de Residentes, Nutrifest.

Pero, lo que más le apasiona es escribir, comenta que: "...escribir depende totalmente de ti, cuándo y cómo quieras hacerlo. No creo que sea tan difícil, yo creo que cualquiera pude hacerlo si se diera el tiempo. Mi inspiración a escribir son todos los magos creadores de cómics, videojuegos, libros, películas, series, caricaturas que me han dejado marcado".



<http://132.247.8.18/imagenes/Espaciodelectura/escritores.html>

Entre sus obras se encuentran Una Noche de Genética Patológica y Parallel Minds.

Una Noche de Genética Patológica es una obra donde se plantea ¿quién no ha deseado alguna vez tener la oportunidad de poder regresar en el tiempo para corregir algún error pasado y poder hacerlo bien esa vez? ...en una pequeña ciudad, vive una chica llamada Deneb, que por alguna extraña razón siempre se sintió como bicho raro aislada de la sociedad, hasta que en la biblioteca local encuentra un antiguo libro que cambiará su vida y le ayudará a entender y enfrentar a sus más terribles pesadillas presentes, pasadas y astrales que la han estado acosando y amenazan con acabar con su sanidad mental. Asistirá a un carnaval lleno de magia y misteriosos fenómenos antes de morir y renacer de nuevo en los días saturnales; regresará a una época, no más feliz, en alguna de sus vidas pasadas para ver si ella es acreedora o no de una segunda oportunidad para encontrar su lugar en el mundo y vivir feliz al fin.

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.

3 de mayo, Día Mundial contra el Asma

En México hay 12 millones de asmáticos

La Secretaría de Salud alertó que en México hay doce millones de pacientes asmáticos, de los cuales, ocho de cada diez no tienen un adecuado control de su enfermedad, lo que les impide vivir con calidad de vida por los constantes episodios de exacerbaciones que afectan a ellos y a sus familias. Es una enfermedad crónica de los pulmones que inflama y estrecha las vías respiratorias. Causa períodos repetidos de sibilancias (silbidos al respirar), presión en el pecho, dificultad para respirar y tos, que con frecuencia se presenta por la noche o en las primeras horas de la mañana.

Fuente:<http://newscity.com.mx/2016/05/02>

8 de mayo, Día Internacional de la Cruz Roja

Humanidad e imparcialidad son dos de sus principios

La Cruz Roja es una organización imparcial, neutral e independiente. Su misión humanitaria es proteger la vida en situaciones de guerra, tragedias, sismos, maremotos e inundaciones. También presta atención médica, comida, vestido y refugio, sin discriminar condición social, económica, raza o credo. Su Día se celebra el 8 de mayo porque ese día, en 1828, nació Jean Henri Dunant, fundador de la Cruz Roja Internacional. Este hombre se preocupó al ver el mal servicio médico brindado a los militares y la agonía que sufrían los heridos durante la batalla de Solferino (Italia), que enfrentaba a franceses con austriacos.

Fuente:<http://cruzrojamexicana.org.mx/>

10 de mayo, Día Mundial del Lupus

Crear conciencia sobre el Lupus

El Lupus afecta aproximadamente al 0.5 por ciento de la población en México, según datos de la Fundación Mexicana para Enfermos Reumáticos A. C. (Fumerac). Lupus significa "lobo" en latín, y es una enfermedad que lastima todas las articulaciones. Es un padecimiento autoinmune, esto se refiere a que la propia inmunidad de las personas, en lugar de defender al organismo, hace todo lo contrario y lo ataca, por lo cual algunos reumatólogos le llamaban "el horror autotóxico".

Fuente: <http://www.conacytprensa.mx/index.php/ciencia/salud/>

12 de mayo, Día Mundial de la Fibromialgia

La Fibromialgia es más frecuente en las mujeres

La fibromialgia es una enfermedad crónica y compleja que afecta principalmente a los tejidos blandos del organismo. Es una enfermedad crónica y compleja que provoca dolores generalizados y un agotamiento profundo, además de otros síntomas. Como su nombre indica, la fibromialgia afecta principalmente a los tejidos blandos del organismo. Aunque es más común en mujeres adultas, la fibromialgia también puede afectar a niños, a ancianos y a hombres.

Fuente:<http://www.medicina21.com/Articulos-V51.html>

Su excelencia y visión humana, los distingue

Es una bendición ser atendido en el mejor Instituto de México

Javier Domínguez Hernández/Paciente de Oncología

Soy paciente del INCMNSZ desde el 2011. Tengo 40 años de edad. Actualmente, soy tratado por cáncer, Sarcoma de Kaposi. Mi cáncer hizo un poco de metástasis en hígado y ahora, los médicos están determinando que no se hayan producido linfomas.

Mediante estas líneas deseo agradecer a todo el personal del Instituto por su excelencia en la atención y por el humanismo con que nos tratan siempre. No han perdido de vista que están tratando con seres humanos. Desafortunadamente, en muchas ocasiones, somos nosotros mismos, los pacientes quienes perdemos la visión de que ustedes también son seres humanos con problemáticas propias que hacen a un lado para darnos el mejor servicio. En muchas ocasiones exigimos, en lugar de solicitar o pedir.

Realmente, ha sido para mí una bendición ser paciente del Instituto. Es una atención de primer nivel. No creo que el Instituto sea uno de los mejores del país, estoy seguro que es el mejor. La atención médica ha sido ética en tiempo y en forma, siempre me han llevado de la mano para enseñarme y mostrarme de que se trata mi enfermedad y como evoluciona. Me explican por qué no me dan determinado tratamiento y por qué tienen que descartar otros tratamientos que podrían lesionar, mi hígado por ejemplo. La atención ha sido de primer nivel. Ha sido una bendición en todos sentidos, desde los costos hasta la atención médica y el trato de la gente que es muy sonriente y amable en esta Institución.

Me dirijo a todos los que conforman el INCMNSZ para agradecerles todo lo que hacen por nosotros, pero también para pedirles que no pierdan la visión humana con que atienden al paciente. Al final del día, los pacientes traemos una historia que puede ser muy dolorosa. Desde el momento en que llegamos a la caja ponemos de manifiesto nuestra historia, siempre estamos a la defensiva porque no sabemos como nos va a ir en la consulta, si todo va a salir bien, no sabemos si el médico nos va dar buenas o malas noticias y eso nos pone en un estado de estrés terrible.

Quiero aprovechar la ocasión para reflexionar. En ocasiones, los pacientes olvidamos que del otro lado también hay seres humanos con sus propias historias que pueden ser más terribles que las nuestras. Siempre vemos al médico como una bata blanca, un robot que te revisa, te receta y ya. Y después vemos al cajero como una máquina que te cobra y te atiende. Ellos los hacen de la mejor manera, aunque por dentro, quizás estén sufriendo tanto o más que nosotros. En realidad, todos debemos recordar que estamos tratando en relaciones de seres humanos, de paciente a médico, de usuario a servidor público, de ser humano a ser humano.



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...

Segunda parte

Lila Ostos

Cuando las personas enfrentan una enfermedad terminal hay que empezar por responder a su cuestionamiento: ¿porqué a mí? ¿porqué en este momento? ¿qué es esa enfermedad? ¿qué opciones tengo?. Para cada pregunta, no siempre tenemos la respuesta ó no es la que quieren oír. Aseguran: no quiero nada, para qué, si de todas maneras me voy a morir.

Es un proceso de negación que les lleva tiempo digerir. Tienen que empezar a hacer rutinas que no quieren y dejar de hacer las que si quieren, lo que les produce más enojo. Sus fuerzas físicas empiezan a minorarse, al igual que las mentales. Es un proceso muy difícil para ellos. De igual forma, llegar al momento de tocar fondo y tener que tomar una decisión respecto a qué van a hacer.

Siempre existe una luz de esperanza, piensan que el padecimiento pudo haber sido peor ó con menos opciones de tratamiento. Pero aún así, la caída es de la cima del pico más alto al vacío. Su pregunta es: ¿qué voy hacer ahora?. como cordero manso, comienzan a seguir las indicaciones. Después de un tiempo, la familia empieza a sufrir cambios, hay quienes hacen caras al enfermo, pero también quienes lo apoyan incondicionalmente.

¿Qué es eso de la insuficiencia renal? ¿qué les pasa a los riñones?, si un riñón está enfermo, ¿el otro sirve?, ¿qué tengo que hacer?.

Van a un hospital ó a alguna Institución en donde les confirman la enfermedad. La perspectiva empieza a verse desde otro punto de vista, se dan cuenta que no son los únicos en buscar otras opiniones ante una enfermedad de la que jamás habían oído hablar: la insuficiencia renal, los riñones están funcionando mal.

Se dicen así mismos, ¿cómo?, debe haber un error, siempre he sido muy sano, nunca me enfermé. Voltean a su alrededor y ven que hay quienes se encuentran en peores condiciones, pero siempre con una sonrisa en la cara, lo que les hace sentirse mejor, al ver la fuerza por salir adelante del otro, el buscar una esperanza, ver la posibilidad de estar mejor y como meta final para todo: buscar la opción de un trasplante.

Ahora es momento de hablar con su familia para ver si quieren donarle un riñón. Es someterte a una gran cirugía y quitarte un órgano sano, cargando con una cicatriz de por vida. Y surge la pregunta: ¿yo haría lo mismo por un familiar?. Es una situación muy difícil de afrontar, más aún, si el familiar por alguna razón no quiere donar. Mientras esto sucede, lo más probable es que se necesite diálisis.

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.

Alcanzar la naturaleza del ser es la perfección

El progreso es la aproximación a la naturaleza misma de las cosas

Mtra. Dora Valenzuela de la Cueva

El concepto de progreso fue uno de los expresados por el personal del Instituto como una representación de lo que significa el 70 Aniversario. La Real Academia de la Lengua Española señala que existen dos acepciones para este término: por un lado, lo define como la acción de ir hacia adelante y por el otro, como el aumento, adelantamiento o perfeccionamiento.

En consecuencia, podemos expresar que progresar es avanzar, mejorar, hacer adelantos de alguien en determinada materia. Se entiende entonces por progreso a la acción o el efecto de crecer y mejorar. Es decir, significa todo avance o adelanto producido en el curso del tiempo.

De acuerdo a lo anterior, y enfocando dicha acción en una evolución que conlleva al perfeccionamiento del ente como consecuencia del desarrollo de todas sus potencialidades, Aristóteles (filósofo griego) plantea que el concepto de progreso está estrechamente ligado a la naturaleza y a la perfección del sujeto.

Establece que la perfección de cada ser está en alcanzar su naturaleza misma, ya que la naturaleza de un sujeto es precisamente alcanzar el fin para el que fue creado. Establece entonces, que la perfección del ser humano como especie requiere del progreso para alcanzar su naturaleza misma.

Esta forma de pensar al ser humano y a la sociedad, la desarrolla en su obra *Metafísica*. En la misma, Aristóteles presenta la idea de una fisis o naturaleza de las cosas, es decir, una esencia que se despliega y que en sí, contiene tanto la necesidad como las leyes básicas del desarrollo.

Se trata de la idea de una potencialidad (potentia) que a través de su propio proceso natural de desarrollo ("fisis") o progreso llega a hacerse realidad o actualidad ("actus"). De esta manera, se alcanza la entelequia o finalidad del desarrollo.

Acotando, el progreso es una acción que implica realizar acciones que encaminen al ser, a la organización o al ente a alcanzar su estado último que es llegar a ser lo que su naturaleza misma es. En este caso, para Aristóteles, la naturaleza misma del ser es la perfección. De igual manera, todo aquello que construye, crea o transforma el hombre.

El INCMNSZ está llamado a la perfección porque está consolidado por seres humanos que en su necesidad de culminar su naturaleza misma hasta llevarla a la perfección, encaminan al Instituto a su propia naturaleza, misma que es la perfección en asistencia, docencia e investigación.



<http://lacoctelera.mx/wp-content/uploads/2013/08/HiRes1.jpg>



INSTITUTO NACIONAL DE CIENCIAS MÉDICAS
Y NUTRICIÓN SALVADOR ZUBIRÁN

¿Qué significa para ti?

#incmnsz_70aniversario

#PROGRESO

#avance #superación

#logros #crecimiento

#prosperidad #mejora

#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



*Sólo existen dos
días al año en
los que
no se puede
hacer nada,
y son:
ayer y
mañana.*

Dalai Lama



**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.incmnsz.mx/open-cms/contenido/camiseta.html