

UN CAFÉ CON...

LUZ MYRIAM

REYNALES SHIGEMATSU

ACERCA DE LA
LÍNEA DE
INVESTIGACIÓN:
**PROMOCIÓN DE
ESTILOS DE VIDA
SALUDABLES**

**HIPERTENSIÓN ARTERIAL:
PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO**

Plan de acción contra el **Tabaquismo**

Índice

EDITORIAL

1

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

2

PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

PLAN DE ACCIÓN CONTRA EL TABAQUISMO

6

UN CAFÉ CON...

13

LUZ MYRIAM REYNALES SHIGEMATSU

CUIDANDO TU SALUD

17

INFORMA-TICS

22

NUESTRA VOZ ESPM

24

DE VIVA VOZ PARA TODOS

28

AGENDA INSP ABRIL 2009

38

DIRECTORIO

41

De Viva Voz, es una edición mensual publicada por el Centro de Información para Decisiones en Salud Pública, del Instituto Nacional de Salud Pública, organismo descentralizado de la Secretaría de Salud, dedicado a la investigación, docencia y difusión de la Salud Pública.

PARA COLABORACIONES Y CORRESPONDENCIA, FAVOR DE DIRIGIRSE A 7ª CERRADA DE FRAY PEDRO DE GANTE No. 50, COL. SECCIÓN XVI, TLALPAN, C.P. 14000, MÉXICO, D.F.
CONMUTADOR: 5487 1000- DIRECTO: 54 87 10 35. FAX 5573 0009.
CORREO ELECTRÓNICO: COMUNICACION@INSP.MX

Carta Editorial

El 31 de mayo se celebra el Día Internacional sin Tabaco, iniciativa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) destinada a crear conciencia respecto a los grandes perjuicios que acarrea el consumo del tabaco para la sociedad en su conjunto y no sólo para quienes fuman.

El tabaquismo constituye uno de los problemas más importantes de salud pública en todo el mundo. De acuerdo con estimaciones de la OMS, cada año mueren 4 millones de personas alrededor del planeta a causa de este problema. Asimismo, se estima que para la década de 2020-2030, el tabaco será responsable de 10 millones de muertes al año. Hoy día, para no ir más lejos, existen alrededor de 1,100 millones de fumadores en el mundo entero.

Prevenir el consumo de cigarrillos por parte de los jóvenes y de la población en general, constituye un asunto de gran importancia para el bienestar y desarrollo de la población mundial.

En virtud de ello y de la incansable labor de investigación que lleva a cabo el INSP en materia de prevención del tabaco, la cual es reconocida mundialmente y de la que nos enorgullecemos, De Viva Voz dedica su edición de mayo a esta infatigable labor desarrollada por los investigadores de la Línea de Investigación "Promoción de Estilos de Vida Saludables", con el objetivo de sensibilizar a la población sobre la urgencia de prevenir, identificar y frenar la adicción al tabaco en nuestro país, así como de informarle sobre las acciones concretas que lleva a cabo nuestra institución en favor de la salud y la promoción de estilos de vida más saludables.



En el CENIDSP estamos ciertos de los beneficios que tienen estas actividades dentro de la sociedad; asimismo, estamos conscientes de que la comunicación que el INSP establece no sólo hacia el exterior, con la sociedad, sino en lo interno, con su propio e invaluable capital humano, constituye un instrumento básico e insustituible para la consecución de nuestras metas prioritarias. Por esta razón, invitamos nuevamente a toda la comunidad institucional a que participe activamente en esta gaceta, a que la sienta, perciba y entienda como lo que verdaderamente es: una herramienta eficaz de difusión para favorecer el reconocimiento de todos y cada uno de quienes colaboramos en este Instituto. Es además, el vehículo idóneo para que, a través de sus páginas, hagamos patentes y compartamos nuestras experiencias, inquietudes, opiniones y conocimientos, en beneficio de nuestra importante labor como organismo al servicio de la salud de la población.

Mtro. Juan Eugenio Hernández Ávila
Director Adjunto del Centro de Información para Decisiones en Salud Pública.

Créditos:



Mtro. Juan Eugenio Hernández Ávila
Director Adjunto del Centro de Información para Decisiones en Salud Pública.

Lic. Nenetzen Saavedra Lara
Coordinación General

Lic. Aldara Cabrera Osnaya
Coordinación Editorial y de Contenidos

Lic. Alejandro Arana Bustamante
Corrección de Estilo

Lic. Gerardo Andrés Escamilla Gamboa
Lic. Paola Navarrete Guadarrama
Diseño Gráfico

Foto: Jimena Almarzar

1

Línea de Investigación de

Promoción de Estilos de Vida Saludables

Lidereaada por las doctoras Luz Arenas Monreal y Luz Miriam Reynales Shigematsu, la Línea de Promoción de Estilos de Vida Saludables tiene –como su nombre lo indica- el objetivo de promover la creación de espacios saludables y estilos de vida sana, a través del diseño, implementación y evaluación de estrategias y modelos que apoyen a otras líneas de investigación en el desarrollo de prácticas saludables y mejores condiciones de vida de la población.



Esta Línea de Investigación está conformada por investigadores de diferentes áreas del INSP como son el CISEI, CRISP, CISS, CISP, CINyS y la Secretaría Académica. Destacan entre sus proyectos, aquéllos dirigidos a prevenir en la población aspectos como: la desnutrición, obesidad y enfermedades cardiovasculares en mujeres mexicanas; la violencia doméstica en parejas jóvenes; los accidentes viales en jóvenes; las enfermedades transmitidas por vector; y el consumo de tabaco en adolescentes.

Integrantes y Vinculación

Investigadores que conforman esta Línea de investigación:

CISEI: Dr. Celso Ramos, Dra. Hilda Rangel, Dr. Miguel Ángel Vaca Marín, Verónica Chávez López

CRISP: Dra. Janine Ramsey Willoquet, Dr. José Genaro Ordóñez González.

CISS: Dra. Luz Arenas Monreal, Dra. Sandra Treviño Siller, Mtro. Pastor Bonilla Fernández, Lic. Claudia Borrego

CISP: M en C. Edna Arillo Santillán, M. en SP. Francisco López Antuñano, Dr. en C. Luz Myriam Reynales Shigematsu, MASS Rosibel Rodríguez Bolaños, Dr. en C. Luisa María Sánchez Zamorano

CINyS: Mtra. Anabelle Bonvecchio, Mtra. María Ángeles Villanueva Borbolla, Mtra. Margarita Safdie, Dra. Florence Théodore.

Secretaría Académica: Mtra. Cynthia Rosas Magallanes, Lic. Fernando Contreras, Mtra. Nidia Sosa Delgado, Mtra. Luz Adriana Nava Nava

Dada la relevancia y diversidad de sus actividades, la Línea de Investigación de Promoción de Estilos de Vida Saludables trabaja en estrecha colaboración con: agencias financiadoras nacionales e internacionales, comunidades escolares de escuelas primarias, secundarias y bachillerato, comunidades científicas nacionales e internacionales, sectores gubernamentales y organizaciones de la sociedad civil.

Objetivos:

Generar información confiable y oportuna para apoyar la toma de decisiones orientadas al control del tabaco.

Desarrollar recursos humanos con un perfil orientado a la investigación-acción en los temas de consumo de tabaco y adicción a la nicotina.

Establecer vínculos de trabajo con instituciones nacionales y extranjeras para coordinar esfuerzos para disminuir/erradicar el consumo de tabaco.

Línea de Investigación sobre Tabaco

Este grupo transdisciplinario de investigadores aborda el problema del tabaquismo desde diferentes perspectivas, planteando propuestas, generando conocimientos y desarrollando actividades en forma integrada y simultánea a nivel nacional e internacional.

Misión principal:

Liderar la promoción y coordinación de esfuerzos estratégicos a nivel nacional y regional destinados a prevenir el consumo de tabaco entre los jóvenes; proteger a los no fumadores del humo de tabaco en el ambiente; y reducir el índice de muertes y discapacidades atribuibles al consumo de este producto.

Entre los proyectos desarrollados por esta Línea de Investigación sobresalen:

- Proyecto Implantación y evaluación de una intervención contra el tabaquismo en escuelas secundarias de 10 estados de México.
- Proyecto Desarrollo de materiales y fortalecimiento de la capacidad humana para promover políticas públicas en contra del tabaquismo, por medios de comunicación.
- Proyecto Sistema global de vigilancia epidemiológica del tabaco (gtss).
- Exposición al humo de tabaco ambiental

Integrantes:



Abigail Flores Escartín, Edna Arillo Santillán, Francisco Javier López Antuñano, James Francis Thrasher, Larissa Barbosa Sánchez, Luz Myriam Reynales Shigematsu, Raydel Valdés Salgado, Rosibel Rodríguez Bolaños y Tonatiuh Barrientos

en lugares públicos en las principales ciudades de México.

- Plan de acción para la vigilancia epidemiológica de las estrategias de control de los productos del tabaco en términos de publicidad, mercadeo, venta, empaque y etiquetado.

Plan de acción contra el Tabaquismo

POR: DEPTO. DE PREVENCIÓN Y
CONTROL DE TABAQUISMO



GÉNESIS

El concepto de vigilancia epidemiológica en el ámbito de la salud pública se refiere al seguimiento de los patrones de comportamiento de los factores de riesgo y de los daños a la salud, medidos en términos de morbilidad y de mortalidad.

En cuanto al control del tabaquismo, en particular, este concepto podría generalizarse mas allá de los indicadores epidemiológicos, permitiendo incluir tanto el seguimiento de los indicadores de las estrategias de control implementadas, como las actividades desarrolladas por la industria tabacalera, ya que el control del tabaquismo constituye una actividad dinámica obligada a dar respuesta a

las tácticas en constante cambio utilizadas por dicho sector industrial.

En nuestro país, las estrategias para controlar el tabaquismo se encuentran establecidas dentro del Programa Nacional de Salud 2001-2006, en un apartado especial en el que se establecen como metas básicas la prevención del consumo de tabaco entre los jóvenes, la promoción del cese del hábito de fumar entre los jóvenes y adultos, y la eliminación de la exposición de los no fumadores al humo de tabaco de segunda mano. Estas metas se hallan instrumentadas a través de las políticas de control y de la legislación.

A este respecto, cabe recordar que fue México el primer país de América en ratificar el Convenio Marco para el Control del Tabaco (CMCT), el 28 de mayo de 2004. No obstante ello y a pesar de los avances conseguidos en nuestro país en materia de control y regulación de la publicidad y promoción del tabaco, así como de la restricción de su consumo en edificios públicos, sigue siendo necesario fortalecer su regulación, de acuerdo con las premisas del CMCT.

El INSP en acción contra las adicciones

PLAN DE ACCIÓN PARA LA VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA DE LAS ESTRATEGIAS DE CONTROL DE LOS PRODUCTOS DEL TABACO EN TÉRMINOS DE PUBLICIDAD, MERCADEO, VENTA, EMPAQUE Y ETIQUETADO

El Plan de Acción para la Vigilancia Epidemiológica de las Estrategias de Control de los Productos del Tabaco en Términos de Publicidad, Mercadeo, Venta, Empaque y Etiquetado, desarrollado por el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP), en colaboración con el Institute for Global Tobacco Control de la Universidad Johns Hopkins, constituye un importante esfuerzo por recabar y proveer de información útil en materia de control del tabaco a las autoridades e instituciones encargadas de la salud pública en nuestro país, a fin de respaldar la creación de una legislación más estricta para regular la publicidad, mercadeo, venta, empaque y etiquetado de los productos del tabaco en México.

Este Plan de Acción fue desarrollado por los



investigadores del INSP René Santos, Juan Eugenio Hernández, Luz Myriam Reynales, Rosibel Rodríguez Bolaños, Érika Ávila y Raydel Valdés, y tiene como objetivos principales:

- 1.- Evaluar la situación actual de las estrategias de mercadeo de los productos del tabaco, tales como la publicidad en exteriores y eventos sociales, y la promoción en los puntos de venta en ciudades capitales de México.
- 2.- Evaluar la situación actual del cumplimiento de la legislación de las advertencias en los paquetes de cigarrillos de diferentes marcas en ciudades capitales de México.
- 3.- Evaluar las estrategias regulatorias de los productos del tabaco, a través de la evaluación de la etiqueta de impuestos en las diferentes marcas de cigarrillos en ciudades capitales de México.

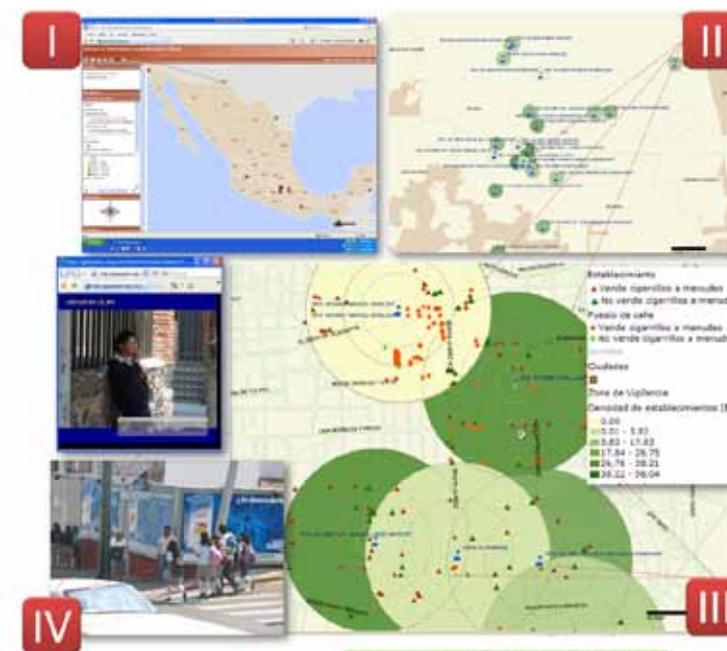
Trabajo en equipo

El trabajo de campo del Plan de Acción fue realizado por personal de la Dirección de Informática y Geografía Médica, y estuvo dividido en tres áreas:

- Geográfica.**- La cual, tuvo como principal función ubicar la zona de estudio, verificar y/o geo-referenciar los puntos de referencia (Ej: escuela), las tiendas y anuncios espectaculares que se encontraban dentro de la zona, y localizar los principales accesos que conducen a los alumnos hacia la escuela.
- De Encuesta.**- La encuesta observacional consistió en observar la publicidad al interior o exterior de las tiendas; obtener información del costo y las marcas que

se venden; e investigar si vendían cigarrillos sueltos o a menores de edad.

- De Fotografía.**- Esta herramienta se utilizó para documentar con fotografías los puntos de referencia (escuelas); sus principales accesos; el exterior de los puntos de venta más cercanos a la escuela, y el interior. Asimismo se tomaron fotografías de los alumnos al salir de la escuela, principalmente cuando se formaban los grupos de jóvenes a un lado de las tiendas y dentro de ella, a fin de obtener evidencias de posibles fumadores. Los anuncios publicitarios encontrados dentro de la zona de estudio también fueron fotografiados y geo-referenciados.



Visualizador Geográfico Web

<https://geosalud.insp.mx/reportetabaco>

Realidad Tangible:

Vigilancia y Denuncia

¿Qué es el plan de acción?

El Plan de Acción es un estudio transversal realizado durante los meses de abril a junio del 2008, en 257 escuelas de 12 ciudades capitales que habían participado en la Encuesta Mundial de Tabaquismo en Jóvenes (EMTJ): Chetumal, Ciudad de México, Cuernavaca, Guadalajara, Nuevo Laredo, Tijuana, Ciudad Juárez, Puebla, Tapachula, Culiacán y Tepic.

¿Cómo funciona?

A través del Sistema de Información Geográfica (SIG), -herramienta informática desarrollada para vigilar la publicidad, promoción y venta de los productos de tabaco, así como las estrategias de control- el Plan de Acción pudo ubicar, almacenar y analizar información de establecimientos y puestos de calle localizados alrededor de las escuelas seleccionadas como punto de referencia.

El SIG cuenta con tres interfases, la primera de las cuales es un SIG en WEB que permite geo-referenciar las escuelas y el área de vigilancia de 500 metros alrededor de cada una. La segunda constituye un subsistema para la captura y almacenamiento de la información de cuatro cuestionarios observacionales que caracterizan los puntos de venta (establecimientos y puestos de calle), la publicidad interna y externa (espectaculares) y la venta de cigarrillos a menores y al menudeo. La tercer interfase permite a los Centros Estatales contar con evidencias fotográficas.

Esta plataforma de vigilancia permitió geo-referenciar, almacenar y analizar información de 2,143 establecimientos y 461 puestos de calle en 12 ciudades capitales de la República Mexicana.

La geo-referenciación es un proceso que consiste en ubicar un objeto geométrico (punto) en un contexto espacial que simboliza un sitio determinado; en este proyecto se refiere específicamente a los puntos de referencia (Ej.: escuelas secundarias, preparatorias y universidades), los puntos de ventas de los productos del tabaco (supermercados, tiendas de autoservicio, tiendas de abarrotes y puestos ambulantes), y la publicidad exterior del tabaco (espectaculares).

Su base de datos contiene indicadores de disponibilidad de tabaco en jóvenes, así como del incumplimiento de la legislación que prohíbe la venta de cigarrillos a menores de edad y al menudeo, mediante mapas temáticos que contienen:

- Ubicación geográfica de las escuelas
- Densidad de establecimientos
- Venta de cigarrillos
- Visualización de evidencias fotográficas.

La base de datos del SIG puede ser consultada desde el nivel local hasta el nacional.

Resultados

Los resultados obtenidos a través del Plan de Acción son los siguientes:

- 257** Número de escuelas participantes.
- 2,143** Establecimientos visitados.
- 461** Puestos de calle localizados.
- 100%** de escuelas con establecimientos y/o puestos de calle alrededor de ellas.
- 8.3** Número de establecimientos alrededor de cada escuela.
- 5** Número de puestos de calle alrededor de cada escuela.
- 13.9 %** de establecimientos visibles desde la escuela.
- 32.1%** de puestos de calle visibles desde la escuela.
- 44.4%** de establecimientos que venden cigarrillos sueltos.
- 58.8%** de puestos de calle que venden cigarrillos sueltos.
- 33.6%** de establecimientos que tienen letrero de prohibición de venta de cigarrillos a menores.
- 271** Número de cajetillas de cigarrillos compradas en los establecimientos.

Publicidad

En los establecimientos:

- 5.3%** Tienen publicidad al exterior
- 37.6%** Tienen publicidad al interior
- 41.3%** Cuentan con estantes de la industria dentro de su establecimiento
- 34.5%** poseen estantes con exhibición cerca de las cajas registradoras
- 8.3%** Tienen publicidad o productos del tabaco a la altura de los ojos de los niños
- 55.3%** Clasificaron como nivel limitado de anuncios (anuncios solamente donde se exhiben o se almacenan los cigarrillos)

Respecto a publicidad en puestos de calle:

- 2.4%** poseen algún tipo de publicidad de producto de tabaco
- 3.5%** Tienen estantes con colores o marca de cigarrillos

Promoción

En lo referente a promoción en establecimientos, el estudio arrojó los siguientes resultados:

- 6.5%** Cuentan precio especial o promocional
- 2.8%** Ofrecen regalo en la compra

En cuanto a promoción en puestos de calle:

Menos del 0.5% cuentan con algún tipo de promoción

Precio

\$2.3 El precio promedio de cigarrillos sueltos en establecimientos

\$2.5 El precio promedio de cigarrillos sueltos en puestos de calle

Cajetillas de cigarrillos

38% de las advertencias relacionadas a los daños a la salud abarcan un área de 30% a 40% en una de sus caras

1.9% no menciona niveles de alquitrán y nicotina

2.8% no menciona niveles de monóxido

Conclusiones

- Los jóvenes tienen fácil acceso a los productos del tabaco debido a la venta de cigarrillos sueltos a precios accesibles alrededor de las escuelas.
- Los jóvenes son blanco de la industria tabacalera. La publicidad directa e indirecta, el mercadeo y la promoción de los productos del cigarro continúa siendo alta alrededor de las escuelas.
- La vigilancia epidemiológica del tabaco es sumamente importante para seguir la epidemia en el grupo vulnerable de jóvenes, así como para dar cumplimiento a las disposiciones del Convenio Marco para el Control del Tabaco en México.
- Implementar un sistema de monitoreo y evaluación de las estrategias de control del tabaco en México permitiría:

- 44.4%** establecimientos venden cigarrillos sueltos
- 33.6%** establecimientos tienen letrero de prohibición de venta de cigarrillos a menores
- 5.3%** de los establecimientos tienen publicidad de tabaco en el exterior
- 37.6%** de los establecimientos tienen publicidad de tabaco en el interior
- 8.3%** de los establecimientos tienen publicidad de tabaco a la altura de los ojos de los niños
- 6.5%** de los establecimientos tienen promociones de tabaco
- 58.8%** de los puestos de la calle venden cigarrillos sueltos

- 1.- Disminuir la prevalencia de fumadores entre los jóvenes.
- 2.- Identificar y priorizar las áreas críticas de la regulación de los productos del tabaco.
- 3.- Evaluar la eficacia del programa nacional del control del tabaco y llamar la atención de las autoridades correspondientes para el cumplimiento de la legislación federal y estatal en el control del tabaco.

Recomendación

La nueva ley para el control del tabaco contempla la denuncia ciudadana, la cual debe darse a conocer a la población para que pueda utilizarla cuando se incumpla con la regulación de la publicidad y venta de productos a menores.



La Dra. Luz Myriam Reynales es médica cirujana egresada del Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario en Bogotá, Colombia. Especialista en Medicina del Trabajo de la Escuela Colombiana de Medicina; Maestra en Ciencias con énfasis en Epidemiología y Doctora en Salud Pública en la Escuela de Salud Pública de México, actualmente es Jefe del Departamento de Prevención y Control de Tabaquismo en el Instituto Nacional de Salud Pública. Es Investigadora en Ciencias D y miembro del SNI 1. Ha participado como asesora en el área de medicina del trabajo y liderado proyectos de implementación de sistemas de información en salud en los diferentes actores del sistema de salud colombiano. En México, ha encabezado proyectos de investigación en las áreas de estimación de costos de atención médica de enfermedades crónicas y cáncer, así como de evaluación de impacto epidemiológico y económico de factores de riesgo como el tabaco, el virus del papiloma humano y contaminantes ambientales.

DVV: ¿Cómo llega la Dra. Reynales a México?

LMR: La verdad es que siempre había tenido la inquietud de seguir estudiando. Soy Médico, y hacer mi especialidad en Medicina del trabajo me llevó a conocer a profesores de la Escuela de Salud Pública de México. En esa época se realizaban anualmente cursos de epidemiología ambiental y ocupacional, que es la especialidad que yo hice en Colombia. De ahí surgió la oportunidad de venir al INSP, a estudiar la maestría, y posteriormente el doctorado en Salud Pública. Así que durante unas vacaciones que tuve, vine a conocer el instituto, tomé un par de cursos de verano y aproveché para hacer los exámenes de ingreso y comenzar a estudiar la maestría y el doctorado.

DVV: ¿Qué es lo que más extraña de su país natal, Colombia?

LMR: Me parece que lo que más extraño es la comida. Aunque, ¡ahora me encanta el pozole y la sopa azteca! ¡Me recuerdan las sopas de mi país! Creo que decidir vivir en otro lugar que no es tu país natal, resulta siempre algo complicado. Sin embargo, en estos ya casi 9 años de haber llegado a México, te puedo decir que he aprendido a disfrutar a México, gracias a que he tenido la oportunidad de viajar y compartir con su gente por casi toda la república.

DVV: ¿Qué tan difícil ha sido compaginar su vida como mujer de

ciencia y como mujer de familia?

LMR: La verdad es que siempre he sido una apasionada de mi trabajo, aunque es absorbente, lo disfruto mucho. Recuerdo que cuando veía a mis compañeras investigadoras, ya como mamás, yo pensaba que tal vez no sería tan complicado ser madre y que esto no interferiría demasiado en mi carrera. Yo, por ejemplo, retrasé mi maternidad hasta donde biológicamente me fue posible, por lo que hasta ahora tengo a mi Marianita de un año y medio. Y es justamente ahora que te puedo decir que con disciplina uno se puede organizar para poder ser una buena profesional y una buena madre o mujer de familia. Aunque debo confesar también que a veces, cuando estoy metida en el trabajo acá en la oficina, sé que debo detenerme porque mi familia me está esperando. Sin embargo, cuando ya los vi, le di de comer a mi hija, la disfruté y conviví con mi familia, regreso a mis actividades del trabajo, así sean las tres de la mañana. Entonces, no puedo negar que el trabajo es mi pasión, pero ¡mi familia me ha robado el corazón!

DVV: En el tiempo que divide entre su trabajo, su casa, la familia... ¿existe un espacio que dedique a su pasatiempo favorito?

LMR: Siempre me ha encantado el deporte. Yo fui incluso nadadora de competencias, con entrenamientos de alto rendimiento, etcétera. Pero con el tiempo esas cosas se van dejando un poco, y aunque actualmente

ya no practico algún deporte con tanta disciplina, si te comparto que lo que más me gusta hacer ahora es realizar caminatas al aire libre: en el campo, en el nevado de Toluca, en el cerro de la Malinche, en el santuario de las mariposas monarcas. En fin, ésta es ahora la actividad que disfruto hacer con mi familia, además de que me gusta inculcar siempre que puedo, la importancia de convivir con la naturaleza.

DVV: ¿Cómo fue que decidió dedicar gran parte de su energía a la investigación enfocada en la prevención del tabaquismo?

LMR: Cuando yo estaba por graduarme de la Maestría, le pedí a mi director de tesis que me recomendara un tema de interés para desarrollarlo. Y fue entonces que él me entregó un protocolo por desarrollar que pretendía estimar los costos de atención médica atribuidos al tabaco. Te podría decir que ahí comenzó este interés en el estudio sobre el tema. Y así fue también que el desarrollo de una tesis para Maestría luego nos permitió conseguir un financiamiento para continuar investigando el tema en una tesis Doctoral. Por cierto, éste fue el primer proyecto de CONACYT que consiguió el Departamento de Investigación sobre Tabaco y en el cual he tenido la oportunidad de vivir la experiencia desde ser ayudante de investigador hasta obtener la jefatura del mismo. Algo que me gustaría resaltar es la posibilidad de crecimiento que este departamento me ha brindando a mí y al equipo que lo conforma.

Una de las cualidades más sobresalientes de este departamento es que está conformado por investigadores jóvenes, lo cual ha permitido no sólo su desarrollo profesional sino su crecimiento humano o personal.

De igual manera, se ha logrado vinculación con diferentes sectores e Instituciones. Por ejemplo, uno de los mayores logros es tener contacto directo con la Cámara de Diputados, lo que nos ha permitido trabajar con la Ley General para el Control del Tabaco y la Ley para la protección a los no fumadores del DF, y que los resultados de la investigación se vean reflejados en un beneficio directo para la sociedad mexicana.

DVV: ¿Nos podría compartir cuál ha sido su experiencia como parte de la comunidad del INSP?

LMR: La vivencia más importante para mí aquí ha sido poder ser partícipe de una idea o un proyecto. Por ejemplo, la idea de conformar este Departamento surgió con el entonces director del Centro de Investigaciones en Salud Poblacional (CISP), con el apoyo del INSP y la Universidad de Johns Hopkins, ante una necesidad que había en México de tener más información sobre el problema del tabaquismo en el país. Así fue que se conjuntaron un grupo de investigadores jóvenes y los fueron formando en diferentes temas de interés relacionados con el tabaco, esto hace ya cerca de diez años.

Entonces, para mí una de las experiencias más valiosas en el INSP ha sido ver cómo un investigador líder tiene la oportunidad de conformar un equipo de trabajo, al cual puede apoyar y apoyarse en él para cristalizar los proyectos que quiera llevar a cabo.

En el caso del Departamento de Investigación sobre Tabaco, nos ha dado una gran satisfacción haber podido posicionar al INSP como referente o líder de investigación sobre este tema. Y lo que también me gustaría destacar ahora es la capacidad que hemos tenido de interrelacionarnos con otras instituciones, entre ellos, la cámara de diputados, los legisladores, las ONG's, las financiadoras y con los tomadores de decisiones; lo cual nos ha permitido tener un espectro muy diferente al trabajo tradicional de un investigador.

DVV: Su reto...

LMR: El reto para nosotros es tratar de hacer que nuestras investigaciones se vean reflejadas en un programa de prevención o de intervención, en una política pública o en una legislación que permita disminuir la adicción al tabaco entre los jóvenes y la sociedad en general, así como respetar los lugares establecidos como 100% libres de humo de tabaco. Es decir, para nosotros el mayor reto es que nuestro trabajo se vea reflejado en un beneficio para la sociedad y en este caso ¡estamos trabajando por un México sano! ¡Un México libre de tabaco!.

Cuidando tu Salud



PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL

La hipertensión arterial es la enfermedad crónica no transmisible de mayor prevalencia a nivel mundial. Datos de la Encuesta Nacional de Nutrición y Salud del 2006 nos revelan que el 31% de los adultos mayores la padecen. Asimismo, los resultados de diversos estudios y encuestas a nivel nacional nos hablan de que cerca de la mitad de las personas detectadas con la enfermedad desconocían ser hipertensas, ya que en un inicio se puede cursar sin sintomatología. Por lo tanto, es muy importante que nos realicemos un chequeo general de salud por lo menos cada 6 meses.

Por: M en C. Citlalli Carrión R.



8 Pasos para controlar la hipertensión

1. Si tiene sobrepeso, baje de peso.

2. Aumente su actividad física aeróbica. (30-45 minutos al menos 3 veces por semana). Reduzca las actividades sedentarias y realice actividad física regularmente para promover la salud, el bienestar psicológico y un peso corporal saludable.

3. Disminuya su ingesta de sodio. No sólo basta con guardar el salero, además es recomendable que cocine con condimentos naturales, ya que los "cubitos" o salsas sazonadoras son productos con un alto contenido de sodio.

OJO: El 75% del sodio de la dieta proviene de alimentos procesados y enlatados, por ello, conviene limitarlos.

4. Consuma potasio. El aumento de alimentos ricos en potasio, como las frutas y vegetales no cocinados, puede ayudar a disminuir su presión arterial.

5. Mantenga niveles adecuados de magnesio y calcio en su dieta. Consuma suficientes verduras, frutas, leguminosas y lácteos descremados. Para una ingesta de 2,000 calorías tomada como referencia, se recomiendan dos tazas de fruta y 2½ tazas de vegetales por día, y las cantidades serán mayores o menores, según el nivel de calorías.

6. Limite el consumo de alcohol. El alcohol dificulta el control de la presión alta y puede también interferir con los medicamentos prescritos para personas hipertensas.

7. Tome su medicamento antihipertensivo, sólo si lo tiene prescrito.

8. Evite fumar

Recomendaciones de prevención y tratamiento

1. PESO CORPORAL

Mantener un adecuado peso corporal. Aproximadamente un 60% de hipertensos se asocian directamente al sobrepeso u obesidad.

2. SODIO (Cloruro sódico -sal-).

La tensión arterial aumenta progresivamente a medida que aumenta la ingesta de cloruro sódico.

3. GRASAS

La ingesta debe ser de un 30% de las calorías totales. En la mayoría de los estudios se recomienda disminuir la grasa saturada y preferir la monoinsaturada y poliinsaturada.

4. CARBOHIDRATOS

Estudios han demostrado que el consumo de carbohidratos simples induce a un aumento transitorio de la tensión arterial en el corto plazo, y a una evidente retención de agua y sodio, ya que estimulan la resistencia a la insulina.

5. FIBRA

Aumentar la presencia de fibra en la dieta, supondrá un mayor consumo de calcio, magnesio o potasio. El consumo de fibra se ha relacionado inversamente con la presión arterial, y a ello se ha atribuido la menor prevalencia de hipertensión en poblaciones vegetarianas.

6. ALCOHOL

La mejor recomendación es la abstención; sin embargo, lo admisible son 2 porciones/día de bebidas no destiladas como vino, cerveza o sidra.

Dieta Dash ¡Para bajarle a la presión!

Desayuno

- 1 taza de leche descremada
- 2 rebanadas de pan integral
- 1 cda. de mermelada baja en azúcar
- 1 plátano

½ Mañana

- ½ taza de melón picado

Comida

- 1 taza de ensalada de espinaca (cruda), jitomate y brócoli, aderezada con 1 cda. de aceite de oliva
- 1 taza de arroz integral
- 90 g de pescado al vapor
- 1 tortilla de maíz
- 1 mandarina
- Agua sola

½ Tarde

- 1 vaso de yogur light con 3 cdas. de pasas
- ½ taza de palomitas sin sal y sin aceite

Cena

- 90 g de pollo (sin piel) asado
- 2 tortillas de maíz
- 1 taza de ensalada de jitomate y zanahoria con 1 cda. de aceite de oliva
- Té sin azúcar

7. CAFÉINA.

Debe evitarse el consumo elevado de cafeína, a través de café, té y bebidas de cola, tomando -en su caso- las descafeinadas.

Factores de riesgo

- Historia médica personal y familiar (factor hereditario)
- Sujetos con diabetes, dislipidemia, sobrepeso u obesidad
- Edad: generalmente cuando envejecemos incrementa el riesgo
- Estilo de vida sedentario (no hacer suficiente ejercicio)
- Elevado consumo de alcohol

Tratamiento

El médico puede decidir si se necesitará administrar algún medicamento para tratar la hipertensión, ya que algunas veces la presión elevada puede ser controlada asumiendo un estilo de vida saludable y llevando a cabo una dieta para perder peso, en la que se disminuya el consumo de sal o sodio.

CONSEJOS PRÁCTICOS: ¿Qué sí y qué no comer?

1. Utilice muchos condimentos en lugar de sal. Cuando cocine o en la mesa, sazone las comidas con hierbas, especias, limón, lima, vinagre o mezclas de condimentos que no contengan sal.
2. Consuma pollo, pescado y carne magra frescos, en vez de utilizar carnes enlatadas, ahumadas o procesadas.
3. Sírvasse porciones moderadas, y cuando tome un refrigerio coma fruta, verduras o palomitas de maíz caseras sin sal.
5. Elija comidas “de preparación rápida” que tengan bajo contenido de sodio. Trate de no comer muchas comidas congeladas, ni platos combinados como pizza, mezclas en paquete, sopas o caldos enlatados y aderezos para ensalada (ya que, en general, contienen mucho sodio).
6. Comience el día con un desayuno de leche descremada y cereal integral con bajo contenido de sodio.
7. Cocine arroz, pastas y cereales integrales sin sal; trate de no comer arroz, pastas o mezclas de cereales que sean instantáneos o condimentados, ya que usualmente contienen sal.
8. Compre verduras frescas, congeladas o enlatadas “sin agregado de sal”.
9. Beba agua en lugar de beber refrescos con alto contenido de azúcar.
10. Acostúmbrese a retirar el salero de la mesa y disminuya la cantidad de condimentos como cátsup, encurtidos y salsas, que tienen ingredientes con alto contenido de sal.
11. Trate de no comer comidas rápidas o procesadas con alto contenido de sodio.

Referencias:

1. Shamah-Levy T, Villalpando-Hernández S, Rivera-Dommarco JA. Resultados de Nutrición de la ENSANUT 2006. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública 2007.
2. Secretaría de Salud. Protocolo clínico para el diagnóstico y tratamiento de la Hipertensión Arterial Sistémica, 2008, México.
3. Kotchen TA. Does the DASH diet improve clinical outcomes in hypertensive patients? American journal of hypertension. 2009 Apr;22(4):350.
4. Alcasena M, Martínez J, Romero J. Hipertensión arterial sistémica: Fisiopatología, 1998. ANALES Sis San Navarra; 21 (s1): 7-18.
5. Mascie-Taylor CG, Karim E. The burden of chronic disease. Science 2003;302:1921-1922.
6. Meng S; Cason GW; Gannon AW; Racusen LC; Manning RD. Oxidative Stress in Dahl Salt-Sensitive Hypertension. Hypertension. 2003; 41:1346-1352.
7. National High Blood Pressure Education Program. The sixth report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. Arch Intern Med. 1997;157:2413-46.
8. U.S. Department of Health and Human Services, National Heart, Lung, and Blood Institute. National High Blood Pressure Education Program. Available at: <http://www.nhlbi.nih.gov/about/nhbpep/index.htm>. Accessed March 27, 2009.
9. Sheps SG, Roccella EJ. Reflections on the sixth report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. Curr Hypertens Rep. 1999;1:342-5.
10. Valles V, Arroyo P, Fernandez V, Herrera J, Kuri-Morales P, Olaiz G, Tapia-Conyer, R. The Mexican ministry of Health conducted a national survey of chronic disease in 1992-3. Hypertension 1999; 33:1094.

Y EL INSP, ¿QUÉ ESTÁ HACIENDO?



Influenza Humana A (H1N1)

Como respuesta a la contingencia sanitaria generada por la Influenza Humana A (H1N1) que afectó a más de mil personas en nuestro país a finales de abril del presente año, el Instituto Nacional de Salud Pública colaboró activamente para la contención de este brote, con la Secretaría de Salud Federal y los Servicios de Salud del Estado de Morelos.

Entre las acciones emprendidas por los Centros de Investigación y áreas del INSP con el objeto de mermar el avance de la Influenza, destacan: la adaptación de laboratorios para llevar a cabo el procesamiento de muestras y de diagnóstico del Virus de la influenza H1N1; la participación voluntaria de sus investigadores y personal administrativo en las brigadas de salud convocadas por la Secretaría de Salud Federal; la coordinación de actividades de difusión a través del portal del INSP, relacionadas con la información de prevención primaria contra el virus de la influenza; y el desarrollo de plataformas tecnológicas y sistemas de información para la captura y monitoreo de casos probables de Influenza, a fin de proveer de información veraz y oportuna a los tomadores de decisiones.

Los invitamos a conocer la iniciativa informativa que el INSP pone al alcance de toda la comunidad: <http://www.insp.mx/influenza>

C:/Informa-tics

Cadenas de correo y Spam...

¿TE MOLESTAN?

Por Saúl Lara

Las “cadenas de correo” son un importante fenómeno informático-social que se ha incrementado considerablemente en los últimos años. Todo empieza cuando un usuario malintencionado (*spammers*) crea un correo con algún tema solidario o de gran impacto social, supuestamente milagroso, con chistes o con temas de reflexión, y lo envía a varios usuarios (incluyendo su propia cuenta de correo); éstos a su vez reenvían el mismo correo a varios de sus contactos haciendo un efecto piramidal donde el resultado es la propagación exponencial del correo inicial. Algunos ejemplos de los temas más utilizados son los siguientes:

- “Hotmail se cierra”
- “AYUDA!!! Niño secuestrado”
- “La fundación Bill Gates donará 20 centavos de dólar por cada correo enviado...”
- “Envía este correo a 20 personas y al tercer día recibirás un milagro...”



¿Alguno te parece familiar? Muchas cadenas no son más que engaños (hoax) que tratan de hacer creer que algo falso es real. Algunos de estos bulos sólo tienen como fin la burla y la diversión; otros, confundir a la sociedad; pero hay algunos que tienen por objetivo la propagación de virus o provocar que reveles la contraseña de tus cuentas de correo o incluso bancarias.

¿A quién o para qué sirven las cadenas?

Las cadenas sirven principalmente a los *spammers* para obtener una gran cantidad de direcciones de correo, las cuales después serán usadas para enviar publicidad esencialmente.

Los *spammers* obtienen direcciones de correo mediante distintas fuentes: formularios que llenamos para poder descargar software de prueba, páginas de registro para ingresar a sitios o portales, listas de correo, foros, formatos que llenamos en congresos o presentaciones de productos y por su puesto de las cadenas.

¿Cómo funcionan?

Cuando los usuarios reenvían un correo a varios destinatarios, sus direcciones de correo quedan almacenadas en el mensaje original, éstas aumentan exponencialmente y cuando dicho mensaje regresa al iniciador, éste recolecta miles de direcciones de correo. Así es como estas cuentas de correo sirven para dar origen a nuestro siguiente tema... EL SPAM!! Todos los que hacemos uso del correo electrónico para comunicarnos hemos encontrado en más de una ocasión en nuestro buzón algún correo no solicitado, ¿cierto? Bueno, a eso lo llamamos correo SPAM y aquí te comparto algunas definiciones:

- Correo electrónico no solicitado, normalmente con contenido publicitario, que se envía de forma masiva. Este tipo de mensajes pueden causar graves molestias y provocar pérdidas de tiempo y recursos.
- Envío masivo, indiscriminado y no solicitado de publicidad a través de correo electrónico.
- Correo electrónico que se recibe de forma indeseada.

El problema del SPAM es serio, ya que según los expertos el 97% de los correos que circulan a través de Internet son “correos basura” o spam.

¿Qué podemos hacer para disminuir las cadenas y, como consecuencia, el SPAM?

1. No reenvíes cadenas.
2. Si no puedes evitar hacer tu labor

social, valida la información circulante en los siguientes sitios:

- a. <http://www.vsantivirus.com/hoaxes.htm>
- b. <http://www.snopes.com/>
- c. http://www.symantec.com/business/security_response/threatexplorer/risks/hoaxes.jsp
- d. <http://vil.mcafee.com/hoax.asp>

3. Si no resistes la tentación de reenviar y no quieres o puedes verificar la veracidad de la cadena, elimina los correos anteriores al cuerpo original del mensaje y coloca a tus destinatarios en el campo Con Copia Oculta (CCO), así evitaras que le den mal uso a todas estas direcciones.

4. Cuando llenes registros en sitios no serios, utiliza una cuenta de correo alterna que te sirva sólo para llenar ese campo ya que muchas veces es obligatorio.

Espero que esta información te sea de utilidad y si tienes alguna duda o comentario ponte en contacto con Guillermo Nájera de la Dirección de Informática del INSP, a quien agradezco su apoyo para la recopilación de esta información.

¡Hasta la próxima!





La legión extranjera: vinculación al interior del INSP

Por Carlos Eduardo Linares Reyes

Logros académicos del INSP

En los últimos años, el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) ha trabajado incansablemente para mejorar los programas de estudios de Maestrías y Doctorados impartidos en la institución. Esto, aunado a la experiencia y reconocimiento de más de 20 años como INSP y poco más de 80 como Escuela de Salud Pública de México, ha permitido alcanzar certificaciones a nivel internacional —además de las nacionales— que han favorecido la llegada de estudiantes extranjeros a nuestras aulas. A las certificaciones ya existentes de ANUIES y CONACyT, se han sumado las provenientes del plano internacional; por ejemplo, de los Estados Unidos con el CEPH (Council on Education for Public Health), y de Europa a través de tropEd (Red de Instituciones Europeas de Educación Superior en Salud Internacional). Hace apenas unos días, por ejemplo, el INSP se adhirió al Consorcio para la Colaboración en Educación Superior en

América del Norte (CONAHEC, por sus siglas en inglés), organismo que asesora y acerca a instituciones de Canadá, Estados Unidos y México interesadas en establecer o fortalecer programas de colaboración académica en Norteamérica. Esta incorporación supone un incremento en la proyección internacional del INSP y la posible recepción de una mayor cantidad de alumnos extranjeros.

Para reflexionar...

Los logros académicos alcanzados por el INSP, saltan a la vista; no obstante ello, vale la pena reflexionar sobre las condiciones en las que se encuentran los alumnos extranjeros que ya están en este instituto.

Cabría preguntarse, por ejemplo, acerca de lo que hemos hecho como institución para mejorar su estancia; o si existe un registro exacto del número de alumnos extranjeros que se han formado en el INSP. De igual forma, habría que ponerse a pensar qué pasa con quienes vienen a cumplir años sabáticos o a cubrir estancias

temporales: ¿existe algún registro sobre ellos? ¿Hay un manual único que estipule paso a paso los procedimientos a seguir con estos alumnos? ¿Será que los procesos de selección están pensados para quienes deben realizar trámites migratorios desde su país de origen?

Algunos dirán que la matrícula es muy clara a este respecto; otros, que cada centro tiene sus datos respectivos; sin embargo, pocos somos quienes conocemos esas cifras.

No existe duda de que cumplimos plenamente con las expectativas académicas que el alumno tiene al escoger a nuestro país como destino, y al INSP como institución formadora. Pero, ¿qué hay de los factores extracurriculares que muchas veces merman el desempeño escolar del estudiante?

Por lo anterior, el área de Intercambio Académico de la Secretaría Académica del

INSP ha detectado la necesidad de apoyar a su población estudiantil extranjera, en aspectos que van desde la realización de trámites, hasta cuestiones emotivas y culturales que deben enfrentar al estar viviendo en uno que no es su país de origen.

La Legión Extranjera del INSP

La Legión Extranjera pretende ser un grupo con características individuales y comunes que brinde apoyo a estudiantes, a través de una serie de medidas propuestas por sus integrantes.

Así por ejemplo, la legión ha determinado la creación de una red de contactos para saber a quién acudir en caso de que el estudiante enferme, lo cual permitirá contar con la ficha clínica del involucrado, así como con una libreta de contactos para comunicarse con sus familiares.



Parte de la representación latinoamericana del INSP.



¿Quiénes conforman a la Legión Extranjera del INSP?

La agrupación está integrada por alumnos provenientes de Bolivia, Brasil, Colombia, Nicaragua, Paraguay, Perú; y esperamos incorporar pronto a los trabajos de La Legión, a estudiantes de Cuba, Guatemala y Canadá que aún no han asistido a nuestras reuniones.

Los temas abordados durante estas juntas dejan ver claramente la necesidad de asumir en la práctica un mayor compromiso para brindar apoyo a los extranjeros y, por qué no, también a los alumnos nacionales.

¿Qué cuestiones plantea la Legión Extranjera?

- Recibir mayor información de México y Cuernavaca —por ejemplo cómo transportarse en la entidad— durante la semana del curso de inducción.
- Recibir apoyo psicológico por los recurrentes golpes nostálgicos en esta población.
- Proponer el desarrollo de actividades recreativas que reduzcan el estrés al que se ven sometidos.

Retos

Trabajar con este grupo, por tanto, supone retos para la Secretaría Académica, en el área de Intercambio Académico, y para el INSP en general, en cuanto a la sapiencia de cómo poder hacer frente a estas solicitudes de apoyo.

No hay que olvidar que la obtención de una certificación internacional constituye un reconocimiento a las formas de trabajo y a las normas de calidad trazadas en el INSP. Es tiempo, pues, de ponerlas en práctica a fin de mejorar nuestra vinculación en el nivel interno para recibir alumnos nacionales e internacionales.

De tal suerte, y en atención y reconocimiento al apoyo que han brindado a los estudiantes extranjeros, las redes sociales conformadas por los alumnos al margen del INSP, la Secretaría Académica propondrá una serie de medidas encaminadas a apoyarlos.

Invitamos a toda la comunidad estudiantil a ponerse en contacto con esta área para brindarles mayor información.



El examen de CENEVAL en el INSP se pospone para el 22 de mayo

Programa Académico 2009-2010

Especialización de Enfermería en Salud Pública

Maestría en Salud Pública

- Epidemiología
- Bioestadística
- Salud Ambiental
- Administración en salud
- Ciencias Sociales y del Comportamiento
- Nutrición
- Enfermedades Infecciosas
- Enfermedades Transmitidas por Vector

Maestría en Nutrición Clínica

Especialidad en Salud Pública y Medicina Preventiva

Maestría en Ciencias de la Salud

- Epidemiología
- Epidemiología clínica
- Bioestadística
- Salud Ambiental
- Economía de la salud
- Salud Reproductiva
- Sistemas de Salud
- Nutrición
- Enfermedades Infecciosas
- Enfermedades Transmitidas por Vector
- Vacunología

Doctorado en Salud Pública

Doctorado en Ciencias en Salud Pública

- Epidemiología
- Sistemas de Salud
- Enfermedades Infecciosas

Disponibilidad de becas CONACyT

Mayores informes:

Mtra. Lorena E. Castillo Castillo
Coordinación de Promoción
Contactador: (777) 329-3000
ext. 1504
Correo electrónico: lcastillo@insp.mx

Consulta nuestra página:
www.insp.mx

Proceso de admisión:

http://sac.insp.mx/proceso_seleccion/index



DEVIVAVOZ

PARA TODOS

Avances sobre el Etiquetado Frontal de Alimentos para la Población Mexicana (CINyS)

El pasado 15 de abril del presente año, en el auditorio “Guillermo Soberón” del Instituto Nacional de Salud Pública, en su sede Cuernavaca, Morelos, la Dirección de Políticas y Programas de Nutrición del Centro de Investigación de Nutrición y Salud (CINyS), presentó los avances del proyecto de investigación: “Etiquetado de información nutrimental de alimentos empaquetados comercializados en México”.

La sesión fue inaugurada por el Subsecretario de Prevención y Promoción de la Salud en México, el Dr. Mauricio Hernández Ávila, quien en su mensaje inaugural enmarcó este proyecto dentro de las políticas públicas para la prevención de la obesidad y sus co-morbilidades asociadas.

Dicha reunión contó con la participación de expertos de otros países como Chile, Estados Unidos, Australia, Nueva Zelanda



y Reino Unido, quienes compartieron su experiencia sobre la implementación del etiquetado nutrimental frontal de alimentos.

El Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación, a través de sus expertos, presentó los resultados del área de matemáticas del EXCALE, (Exámenes de la Calidad y el Logro Educativos), en torno a la capacidad media de comprensión de la información (particularmente de



Inauguración del evento (de izq. a der.): Dr. Salvador Villalpando, Dr. Mauricio Hernández, Dr. Juan Rivera y Dr. Carlos Santos-Burgoa.

tablas sencillas y reglas de 3) por parte de la población mexicana, los cuales abarcan tanto la utilidad de las tablas de contenido nutrimental de los alimentos, como la comprensión por parte de los consumidores mexicanos para basar su decisión de elección de alimentos a través del etiquetado.

De igual forma, se dieron a conocer los resultados de la investigación cuantitativa y cualitativa correspondientes a la primera fase del proyecto “Etiquetado de información nutrimental de alimentos empaquetados comercializados en México”, los cuales correspondieron al uso y comprensión del etiquetado nutrimental posterior, en una muestra de consumidores mexicanos.

Dada la relevancia del tema y el número de sectores involucrados para llegar a un consenso, fueron invitados a esta reunión los representantes de diversas instituciones, asociaciones médicas, autoridades de salud y regulatorias, tales como: Secretaría de Economía; Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán; COFEPRIS; PROFECO; Dirección General de Promoción de Salud; Poder del Consumidor; ILSI de México; INEE; Universidad Iberoamericana; tiendas Wal-Mart; Con México, y representantes de la Industria Alimentaria, entre ellos: Unilever, Kellogg’s, Alpura, Nestlé, Lala, Coca Cola Company, Danone, Grupo Bimbo, Pepsico, Kraft, Danisco y Sigma Alimentos.

Kellogg Prize for International Nutrition

El Dr. Juan A. Rivera Dommarco, Director del Centro de Investigación en Nutrición y Salud del Instituto Nacional de Salud Pública, fue galardonado con el Premio Kellogg 2009 para Nutrición Internacional, en reconocimiento a su amplia contribución a la investigación en nutrición, así como por la aplicación de estos hallazgos en el diseño de programas en salud pública, su soporte técnico riguroso en la evaluación de dichos programas y su extensa contribución a la formación de científicos jóvenes.

La premiación se llevó a cabo el mes de abril del año en curso, dentro del *Annual Congress 2009 of the Federation of American Societies for Experimental Biology (FASEB 2009)*, en la ciudad de Nueva Orleans, Louisiana, EUA.

El Premio Kellogg se otorga anualmente a miembros del *International Nutrition Council* que se encuentren realizando investigación en beneficio de poblaciones en países no industrializados, demostrable a través de producción de literatura científica y de participación en la formación de nuevos científicos en investigación internacional.

De acuerdo con el *International Nutrition Council*, Juan Rivera es un ejemplo de la imagen del profesional que el Premio Kellogg espera reconocer, y lo fundamenta de la siguiente manera:



“El Dr. Rivera y su grupo ganaron prominencia internacional debido a las encuestas nacionales, donde emplearon diseños de muestras probabilísticas para evaluar la situación nutricional en México, cuyos resultados fueron utilizados para la formulación de políticas en salud pública y para el diseño de programas con apropiadas intervenciones nutricionales.

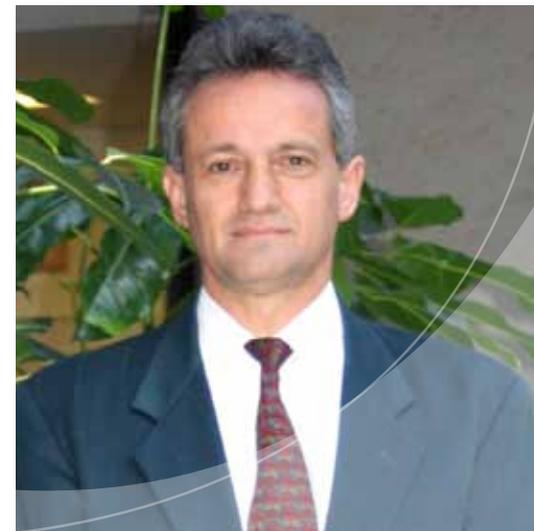
En particular, la identificación de sub-grupos de población con riesgo elevado de baja talla en la infancia y deficiencias de micronutrientes específicos, fue el estímulo para establecer el programa nacional OPORTUNIDADES (antes PROGRESA) que provee alimentos específicos y suplementos a mujeres y niños en alto riesgo en México.

Sus evaluaciones a este programa proveen ejemplos de grandes ensayos de eficacia aleatorizados que ahora han sido aplicados en otras partes de Latinoamérica para justificar la inversión en intervenciones nutricionales”.

El Dr. Rivera ha realizado varios ensayos controlados aleatorizados con base en comunidad, para evaluar suplementos con uno o múltiples micronutrientes sobre desenlaces en funciones críticas entre infantes y niños. Sus estudios se encuentran entre los primeros en demostrar los beneficios funcionales de la suplementación con zinc y suplementación con múltiples micronutrientes en infantes con retardo en crecimiento, y niños pequeños en México y Centroamérica.

Actualmente, el Dr. Rivera se encuentra enfocado en el creciente problema de obesidad y los desórdenes metabólicos asociados en México, comenzando por ver la gravedad de estos problemas y los factores etiológicos que contribuyen a ellos.

¡Felicidades, Dr. Rivera! Enhorabuena por este merecido reconocimiento a su infatigable labor y liderazgo en favor de la ciencia y la salud pública de nuestro país.



Juan Rivera ha dedicado incontables horas al apoyo de agencias en salud pública, comités científicos de expertos, sociedades profesionales y comités editoriales para varias revistas científicas en nutrición y salud pública.

Su trabajo ha permitido el entrenamiento de estudiantes en las áreas de nutrición, metodología de encuestas y técnicas de intervenciones en salud pública.

Ha sido director y jurado de disertación de más de una docena de estudiantes de grados avanzados, tanto en México como en Guatemala.

Convocatorias

Vacantes

La Dirección de Administración y Finanzas a través de la Subdirección de Recursos Humanos del Instituto Nacional de Salud Pública, requiere candidatos para ocupar dos vacantes: **Jefatura del Departamento de Asuntos Jurídicos y Jefatura del Departamento de Abastecimiento**. Los perfiles a cubrir son los siguientes:

Jefatura del Departamento de Asuntos Jurídicos

Identificación

Nombre del Puesto: Jefe del Departamento de Asuntos Jurídicos
Clave: Jefe de Departamento en Área Médica A
Plazas: 1
Tipo de Plaza: Confianza
Adscripción: Dirección de Administración y Finanzas

Relaciones de Autoridad

Jefe Inmediato: Director de Administración y Finanzas
Subalternos: Total 6
• 3 honorarios
• 2 base
• 1 confianza

Propósito del Puesto:

Asesorar legalmente al Director General, Directores y Subdirectores del Instituto.

Funciones Específicas:

- Intervenir en los actos jurídicos y representar al INSP en todo tipo de asuntos y gestiones judiciales y extrajudiciales.
- Realizar los trámites relacionados con los derechos de autor en protección de los intereses del INSP.
- Elaborar, tramitar, suscribir y custodiar los contratos, convenios y acuerdos que celebre el INSP.
- Gestionar ante las autoridades competentes la legal estancia y demás trámites migratorios relacionados con becarios, profesores e investigadores del INSP.
- Emitir opiniones y dictámenes de carácter legal, así como criterios de interpretación de las normas jurídicas.

- Emitir opinión legal en los Comités y Subcomités del INSP en que participe.

Comunicación Organizacional:

- Interna: Diferentes áreas del Instituto Nacional de Salud Pública, Coordinadores Administrativos de los Centros, Directores Adjuntos, diferentes áreas de la DAF.
- Externa: Jurídico de la Coordinación de los Institutos, Dirección Jurídica de la Secretaría de Salud, Despachos jurídicos contratados para apoyar al INSP, Organismos públicos y privados que tengan relación con el puesto.

Especificaciones del Puesto:

- Escolaridad: Licenciatura en Derecho
- Experiencia: Mínimo dos años en puesto similar comprobable dentro de la administración pública federal.
- Conocimientos: Normatividad en Administración Pública, Licitaciones, manejo de software de oficina.
- Aspectos Personales: Liderazgo, criterio, facilidad para las relaciones humanas, honestidad y discreción, capacidad para tomar decisiones, capacidad para dirigir y controlar personal, buena expresión oral y escrita.



Jefatura del Departamento de Abastecimiento

Identificación

Nombre del Puesto: Jefe del Departamento de Abastecimiento
Clave: Jefe de Departamento en Área Médica A
Plazas: 1
Tipo de Plaza: Confianza
Ubicación: Dirección de Administración y Finanzas

Relaciones de Autoridad

Jefe Inmediato: Director de Administración y Finanzas
Subalternos: Total 22
• Adquisiciones: 3 honorarios, 3 base, 2 confianza
• Activo Fijo: 5 base, 5 honorarios
• Almacén General: 4 base

Propósito del Puesto:

Realizar las actividades relacionadas con el abastecimiento, el control de almacenes e inventarios del Instituto Nacional de Salud Pública, a través del trabajo coordinado con el personal de las áreas que conforman la jefatura.

Funciones Específicas:

- Control de la logística de abastecimiento
- Conocimiento de la normatividad vigente para el rubro de Adquisiciones, Arrendamientos y Servicios del Sector Público, Ley de Enajenación de Bienes, Ley

Federal de Presupuesto y Responsabilidad Hacendaria, Ley de Responsabilidades de Servidores Públicos, Ley de Transparencia y Acceso a la Información, Programa de la mejora de la gestión ciudadana

- Elaborar programa anual de adquisiciones, así como su seguimiento
- Elaborar licitaciones desde sus bases hasta la entrega de los productos
- Elaborar invitación a cuando menos tres personas.
- Coordinar con las áreas las necesidades a utilizar durante ciertos periodos
- Control presupuestal en coordinación con el área financiera
- Atención a los órganos fiscalizadores
- Revisión de requerimientos de las áreas operativas
- Coordinar las adquisiciones comprador-proveedor
- Coordinar el comité de Adquisiciones y Comité de Enajenación de Bienes Muebles.
- Prever al abasto oportuno
- Control y monitoreo de precios
- Manejo y control de almacenes
- Elaboración y coordinación de inventarios físicos

- Elaboración de Máximos, Mínimos y Puntos de reorden.
- Elaboración de reportes a COCOA y Junta de Gobierno en lo relacionado a su área.

Comunicación Organizacional

Interna: Diferentes áreas del Instituto, coordinadores administrativos de los centros, usuarios internos

Externa: Organismos públicos y privados que tengan relación con el puesto, Proveedores

Especificaciones del Puesto:

Escolaridad: Titulado en Administración, Contabilidad, Derecho, Relaciones Industriales, Ing. Industrial o carrera afín.

Experiencia: Mínimo dos años en puesto similar comprobable en la administración pública federal (de preferencia).

Conocimientos: Administración general, normatividad en adquisiciones, almacenes, inventarios, licitaciones, manejo avanzado de software de oficina.

Aspectos Personales: Liderazgo, criterio, facilidad para las relaciones humanas, honestidad y discreción, capacidad para tomar decisiones, capacidad para dirigir y controlar personal, buena expresión oral y escrita.

Contacto

Interesados, favor de enviar currículum a la atención de la Ing. Angélica Ramírez Silva, Subdirectora de Recursos Humanos, a la dirección de correo:

caramirez@insp.mx

CINE-CLUB INSP



TODOS LOS JUEVES
17:00 hrs.

Aula Magna, INSP
Cuernavaca, Mor.

Informes con:

L.I. Osvaldo Huerta
Muratalla
ohuerta@insp.mx

CINE-CLUB INSP/ MAYO



Jueves 7

Héroe (2002)

Hero, dirigida por Yimou Zhang

Jueves 14

Tesis (1996)

Dirigida por Alejandro Amenábar

Jueves 21

La casa de los cuchillos voladores (2004)
House of Flying Daggers

Dirigida por Yimou Zhang

Jueves 28

Adiós a Lenin (2003)

Good bye, Lenin!

Dirigida por Wolfgang Becker



Importancia de las advertencias sanitarias en los paquetes de cigarrillos

CONCURSO ESTATAL CARTEL

Estado de Morelos

Bases:

1. Pueden participar en forma individual o colectiva.
2. El tema del cartel se enfocará en **las advertencias sanitarias que se colocan en las cajetillas** de cigarrillos, estas son una manera directa de comunicarse con los consumidores para transmitir mensajes sobre los riesgos para la salud relacionados con el consumo de tabaco.
3. El objetivo es diseñar advertencias que comuniquen ideas y pensamientos **sobre qué imágenes y mensajes motivan para dejar de fumar o que les haga sentir que fumar no es atractivo en los jóvenes que inician el consumo de cigarrillos.**
4. El proyecto será entregado impreso en **60 cms de largo x 40 cms de ancho** a color o en blanco y negro y también será entregado en archivo electrónico PDF o PPT.
5. El participante se identificará con un **pseudónimo**. Éste se escribirá de manera legible en la parte posterior del cartel, en el ángulo inferior derecho. Se debe adjuntar un sobre cerrado con los datos del participante(s) (Pseudónimo, nombres y apellidos completos, domicilio, teléfono de escuela, casa o celular; y correo electrónico, nivel de estudio y nombre de la escuela) y una **descripción breve de una cuartilla sobre la motivación para participar.**
6. Esta convocatoria queda abierta a partir de su publicación y la fecha límite de entrega es el **día lunes 25 de Mayo de 2009**. El fallo será inapelable y se dará a conocer el 29 de mayo a las 13:00 hrs. en las instalaciones del Instituto Nacional de Salud Pública.
7. Se asignarán tres premios*, uno por cada categoría: a) Primaria, b) Secundaria y c) Preparatoria y/o Universidad.
*Bicicletas de montaña.
8. El jurado estará integrado por investigadores del Instituto Nacional de Salud Pública y profesionales del Consejo Estatal Contra las Adicciones del Estado de Morelos.
9. Los carteles podrán entregarse personalmente o vía mensajería en el **Instituto Nacional de Salud Pública**, Dpto. de Investigación sobre Tabaco. Oficina 116, Piso 1. Av. Universidad 655, Col. Santa María Ahuacatitlán. CP 62100. Cuernavaca, Mor. TEL: 3293000 Ext. 3275, con atención a la **Dra. Luz Myriam Reynales**, de lunes a viernes de 9:00 a 15:00 hrs.
10. Los participantes ceden los derechos de uso y reproducción a las instituciones convocantes. Los carteles serán exhibidos en las instalaciones del Instituto Nacional de Salud Pública del 25 de mayo al 01 de junio de 2009.
11. Los trabajos que no cumplan con los requisitos serán descalificados.

Más información: <http://www.insp.mx>

DÍA MUNDIAL SIN TABACO 31 DE MAYO DE 2009

“Importancia de las advertencias sanitarias para el control del tabaco”



Instituto Nacional
de Salud Pública



Consejo Estatal
contra las Adicciones

Del 25 de mayo al 01 de junio de 2009
9:00 a.m. – 3:00 p.m.

Lugar:

Instituto Nacional de Salud Pública
Av. Universidad 655, Col. Santa María Ahuacatitlán.
Cuernavaca, Morelos

Actividades

- ✓ Exposición de piezas de patología “Daños a la salud producidos por el consumo de tabaco”
- ✓ Exposición de carteles participantes en el concurso estatal de cartel sobre: **“La importancia de las advertencias sanitarias en paquetes de cigarrillos”**
- ✓ Presentación de videos de campañas publicitarias para el control del tabaco
- ✓ Sesión de Preguntas y Respuestas
- **¿Cómo puedo participar?**
Las visitas serán guiadas, con una duración de 45 min. y pueden realizarse en forma individual o colectiva (grupos máximo de 30 personas)*

*Estudiantes de primarias, secundarias, preparatorias y universidades (públicas o privadas) o grupos institucionales. **Las visitas deberán programarse en el Dpto. de Investigación sobre Tabaco, al teléfono: 777+ 3293000 Ext. 3275.**

AGENDA INSP MAYO 2009

LUNES
11

12:30 PM - 2:30 PM

Seminario Intrainstitucional CINyS
Lugar: INSP "Aula Magna". Cuernavaca, Morelos
Nombre del seminario y ponente por definir.

MARTES
12

12:00 PM - 2:00 PM

8vo Ciclo de Videoconferencias Interactivas 2009
Lugar: INSP "Sala de videoconferencias", Cuernavaca, Morelos
Ponencia: "Los fenómenos naturales y antrópicos: qué son y cómo nos afectan".
Ponente: Dra. Adriana Ramírez Sánchez.
Centro: SAC

MIÉRCOLES
13

12:30 PM - 2:00 PM

Seminario Intrainstitucional, CISEI
Lugar: INSP "Aula B", Cuernavaca, Morelos
"Análisis proteómico de la interacción del virus Dengue con el mosquito Aedes aegypti".
Rosa Victoria Pando Robles.
LIM: Prevención y Control de Enfermedades Transmitidas por Vector.

1:00 PM - 2:00 PM

Seminario Intrainstitucional, CISP
Lugar: INSP "Aula Magna", Cuernavaca, Morelos
"El estudio de la diabetes de la ciudad de México; 20 años de evidencias"
LIM: Obesidad, diabetes y enfermedad cardiovascular

1:00 PM - 2:00 PM

Medicamentos en Salud Pública-Ciclo de Seminarios
Lugar: INSP "Sala de videoconferencias", Cuernavaca, Morelos
"Topic TBD"
Ponente: Ashley Beard, PhD Fellow in Pharmaceutical Policy Research, DACP Harvard Medical School and Harvard Pilgrim Health Care
LIM: Medicamentos en salud pública: acceso, uso y resistencia antimicrobiana

1:00 PM - 2:00 PM

Seminario Multidisciplinario de Evaluación de Programas
Lugar: INSP "Aula Magna", Cuernavaca, Morelos
"Evaluación cualitativa del programa de atención a adultos mayores 70 y zonas rurales" - Pilar Torres

MIÉRCOLES
20

12:30 PM - 2:00 PM

Seminario Intrainstitucional, CISEI
Lugar: INSP "Aula B", Cuernavaca, Morelos
"Infección por Hantavirus en roedores de México". Dr. Celso Ramos García.
LIM: Enfermedades Virales Emergentes.

1:00 PM - 2:00 PM

Seminario Multidisciplinario de Evaluación de Programas
Lugar: INSP "Aula Magna", Cuernavaca, Morelos
"Modelos de progresión de VIH/SIDA: Una revisión de literatura" - Yanink Caro

JUEVES
21

10:00 AM

Presentación del proyecto de "Evaluación integral de la detección de cáncer de mama en siete entidades" a los directivos de los Hospitales General y de Especialidades (IMSS), para la selección y capacitación del personal de trabajo campo.
Lugar: Puebla, Puebla
Dra. Gabriela Torres Mejía, Investigador Responsable, Directora de Área de Enfermedades Crónicas, Mtra. Carolina Ortega Olvera, Co-investigador del proyecto.

JUEVES
21

9:00 AM - 6:00 PM

Primer Encuentro Institucional de las Líneas de Investigación por Misión
Lugar: "Auditorio Guillermo Soberón". Cuernavaca, Morelos
Coordinado por Comisión de Investigación y CENIDSP.

LUNES
25

12:30 PM - 2:30 PM

Seminario Intrainstitucional CINyS
Lugar: INSP "Aula Magna". Cuernavaca, Morelos
Nombre del seminario y ponente por definir.

MARTES
26

12:00 PM - 2:00 PM

8vo Ciclo de Videoconferencias Interactivas 2009
Lugar: INSP "Sala de videoconferencias", Cuernavaca, Morelos
Ponencia: "Función pulmonar y contaminación atmosférica en niños".
Ponente: Dra. Leticia Hernández Cadena. Centro: SAC-CISP

MIÉRCOLES
27

12:30 PM - 2:00 PM

Seminario Intrainstitucional, CISEI
Lugar: INSP "Aula B", Cuernavaca, Morelos
"The mammalian female transcriptome is overrepresented with genes related to the innate immune response".
Dr. José Moreno Rodríguez.
LIM: Prevención y Control de Cáncer.

1:00 PM - 2:00 PM

Medicamentos en Salud Pública-Ciclo de Seminarios
Lugar: INSP "Sala de videoconferencias", Cuernavaca, Morelos
"Topic TBD"
Ponente: Katy Back Kozhimannil, MPA Fellow in Pharmaceutical Policy Research, DACP Harvard Medical School and Harvard Pilgrim Health Care PhD Program in Health Policy, Harvard University
LIM: Medicamentos en Salud Pública: Acceso, uso y resistencia antimicrobiana

1:00 PM - 2:00 PM

Seminario Multidisciplinario de Evaluación de Programas
Lugar: INSP "Aula Magna", Cuernavaca, Morelos
"Encuentro Nacional de Investigadores 2009: Selección de trabajos de la LIM de evaluación de programas"
Juan Pablo Gutiérrez

1:00 PM - 2:00 PM

Seminario Intrainstitucional, CISP
Lugar: INSP "Aula Magna", Cuernavaca, Morelos
"Beneficios de la investigación clínica y de sistemas de salud para el desarrollo institucional".
P.E: Dr. Antonio García Romero Economista, responsable de la Unidad de Análisis y Evaluación del área de Investigación, en la Consejería de Salud de Madrid
LIM: Protección social en salud

VIERNES
29

10:00 AM - 12:00 PM

Seminario Institucional
Lugar: SSA "Auditorio Miguel Bustamante"
"El rol de la sociedad civil en la promoción de espacios libres de humo de tabaco en México"
Dr. Mauricio Hernández Ávila Coordinador
Juan Zinder, Presidente del Consejo Mexicano contra el tabaquismo
Luz Myriam Reynales, Jefa del Departamento de Prevención y Control del Tabaquismo, CISP, INSP
Dr. James Francis Trasher La Fontaine, University of North Caroline
Lic. Carmen Eslava, CONADIC
Guillermo Solomon Santibáñez, Instituto Nacional de Pediatría
Aliza Chelminsky, Farmacéutica Pfizer

A los Profesionales de la Salud



Programa de Actualización en Salud Pública y Epidemiología 2009

Cursos en las áreas de:

- Salud Pública
- Epidemiología
- Salud ambiental y ocupacional
- Sistemas de salud
- Nutrición
- Enfermedades infecciosas
- Bioestadística y paquetes de análisis estadísticos

Descuentos

30%
Del 1 de Abril
al 30 de Mayo

50%
A estudiantes
de posgrado

Diplomados:

- De Investigación Clínica
- Internacional de Vigilancia e Inteligencia Epidemiológicas

Sedes:

✿ **Cuernavaca, Mor.**
Instalaciones del INSP

✿ **México, D.F.**
Campus Tlalpan del INSP

✿ **Tijuana, B.C.**
El Colegio de la Frontera Norte

<http://www.insp.mx/verano>

Informes:

México: 01 (777) 329 3010 / Extranjero: 0052 (777) 329 3010 / insp.paspe@insp.mx

DIRECTORIO INSP

Dr. Mario Henry Rodríguez López
Director General

Dr. Eduardo César Lazcano Ponce
Director Adjunto del Centro de Investigación en Salud Poblacional

Dr. Miguel Ángel González Block
Director Adjunto del Centro de Investigación en Sistemas de Salud

Dr. Juan Ángel Rivera Dommarco
Director Adjunto del Centro de Investigación en Nutrición y Salud

Dra. Ma. de Lourdes García García
Directora Adjunta del Centro de Investigación Sobre Enfermedades Infecciosas

Mtro. Juan Eugenio Hernández Ávila
Director del Centro de Información para Decisiones en Salud Pública

Dra. Janine Madeleine Ramsey Willoquet
Directora del Centro Regional de Investigación en Salud Pública

Dra. Laura Magaña Valladares
Secretaría Académica

Dr. Stefano Michele Bertozzi
Director Adjunto del Centro de Investigación en Evaluación y Encuestas

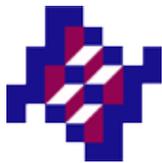
Lic. Raúl Contreras Alcántara
Director de Administración y Finanzas

MTI. Saúl Lara Díaz
Director de Informática

Dr. José Armando Vieyra Ávila
Director de Planeación

C.P. Gustavo Ávila García
Contralor Interno





Instituto Nacional
de Salud Pública



DEVIVA VOZ

GACETA INFORMATIVA
INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
Av. Universidad No. 655 Col. Sta. María Ahuacatitlán
Cerrada Los Pinos y Caminera
C.P. 62100 Cuernavaca, Morelos.
Mayo 2009. N° 3
Todos los derechos reservados.