



Casa abierta al tiempo

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA**  
**Unidad Xochimilco**

## **"PREVENCIÓN, TRATAMIENTO E INVESTIGACIÓN DE LAS ADICCIONES"**

**Informe final de servicio social de la  
Licenciatura de Nutrición Humana**

**Realizó: Tania Montes Villalpando  
Matrícula: 2172032265**

**Lugar de de realización: Centros de Integración  
Juvenil A.C Iztapalapa Oriente**

**Período: 14 de noviembre del 2022 al  
15 de mayo del 2023**

**Asesor interno: Mtra. Deyanira de la Paz de León Aguirre**

**Asesor externo: Psic. Ma. del Rosario Arriaga Benhumea**

## **Introducción.**

De acuerdo con la Ley de Educación Superior de 2021, en la fracción XIV del artículo 6° que establece al Servicio Social como “la actividad eminentemente formativa y temporal que será obligatoria de acuerdo con lo señalado por la ley y que desarrolla en las y los estudiantes de educación superior una conciencia de solidaridad y compromiso con la sociedad”. (Nueva Ley DOF 20-04-2021).

En concordancia a esta definición, el servicio social que llevé a cabo tenía como objetivo fortalecer los conocimientos adquiridos durante los 12 trimestres cursados en la Lic. de Nutrición Humana, pero también aplicar los valores con los que se rige la Universidad Autónoma Metropolitana, principalmente el de Libertad y desarrollo del pensamiento y Responsabilidad social y ambiental.

Es por estos motivos que mi elección fue cumplir con este requisito en Centros de Integración Juvenil A.C., ya que las actividades realizadas se enfocan principalmente a la prevención y promoción de la salud donde la Nutrición juega un papel fundamental, con un acercamiento directo a la comunidad desde nivel preescolar hasta superior, que me permitió desarrollar y fortalecer mis habilidades y conocimientos académicos.

**Marco Institucional.** Centros de Integración Juvenil, A.C. (CIJ) es una asociación civil no lucrativa incorporada al Sector Salud. Fundada en 1969 con el objetivo de atender el consumo de drogas entre los jóvenes.

En el acuerdo de sectorización publicado en el Diario Oficial el 3 de septiembre de 1982, Centros de Integración Juvenil, A. C., fue incluido en los organismos sectorizados de la Secretaría de Salubridad y Asistencia, con su carácter de empresa de participación estatal mayoritaria, asimismo se integraron al Patronato Nacional. El 30 de julio de 2002 y con objeto de atender las demandas de la comunidad, se reformaron los estatutos y se reorientaron los objetivos de la Institución, para proporcionar servicios de atención además de la farmacodependencia, de alcohol y tabaco.

Actualmente, CIJ tiene 53 años de experiencia y 120 Unidades en todo el país, 11 son Unidades de Hospitalización y en una de ellas se atiende exclusivamente a niños; 2 Unidades de Atención a Usuarios de Heroína, una Unidad de Investigación Científica en Adicciones, y 106 Centros de Prevención y Tratamiento.

**Misión:** Proporcionar servicios de prevención y tratamiento para atender el consumo de drogas, con criterios de equidad, igualdad y no discriminación basado en el conocimiento científico y formando profesional especializado.

**Visión:** Otorgar servicios de calidad con equidad de género y no discriminación en prevención, tratamiento, investigación y capacitación en materia de adicciones a nivel nacional e internacional, en respuesta a las tendencias epidemiológicas existentes.

**Compromiso social.** Contribuir a la salud mental y en la reducción de la demanda de drogas con la participación de la comunidad a través de programas de prevención y tratamiento, con equidad de género, basados en la evidencia para mejorar la calidad de vida de la población. (Hacienda Pública, 2018)

**Objetivo generales:**

El programa de servicio social y prácticas académicas de Centros de Integración Juvenil busca fortalecer competencias profesionales, académicas y sociales. En cualquiera de nuestras Unidades Operativas se puede realizar servicio social y prácticas académicas mediante acciones de prevención, tratamiento e investigación del consumo de sustancias psicoactivas y de promoción de la salud en la comunidad. (Gobierno de México, s.f.)

**Objetivos específicos:**

- Fortalecer los conocimientos y aptitudes adquiridas durante la Lic. De Nutrición Humana.
- Difundir información y herramientas para la creación de hábitos para una vida saludable a diferentes sectores de la alcaldía Iztapalapa.

- Fomentar el ejercicio y la actividad física como herramienta de prevención de adicciones sin un enfoque estético.

### **Actividades realizadas:**

La base de las actividades que realicé en el Centro de Integración Juvenil Iztapalapa Oriente fue mediante pláticas informativas sobre temas de prevención, pero sobre todo sobre promoción de la salud en escuelas y hogares de la comunidad.

En el mes de noviembre realicé una capacitación para conocer la Institución, su historia y los valores con los que se maneja para promover ambientes saludables en todos los niveles educativos.

La última semana del mes de noviembre y la primera semana de diciembre del 2022, colaboré, impartiendo pláticas a estudiantes de nivel media superior sobre el “Embarazo adolescente” en el CETIS no. 53. donde se brindaron datos estadísticos sobre la situación actual en México sobre el embarazo adolescente, métodos anticonceptivos, las implicaciones en la salud mental y física, con la finalidad de concientizar a los y las adolescentes para que lleven una vida sexual saludable y responsable. (Fig. 1)

En el CONALEP Aztahuacan, se impartió el tema “Habilidades para la vida en Adolescentes”, donde se describieron las competencias psicosociales necesarias para relacionarse adecuadamente con las personas y de manera individual, para construir un entorno saludable y de paz, en esta edad de constante cambios. (Fig. 2)

En el IEMS Iztapalapa II “Benito Juárez” se brindó el tema de Emociones y beneficios de la actividad física”, donde se relacionó la salud mental y emocional con llevar una vida saludable, correctos hábitos de sueño, buena alimentación y el impacto en el cerebro al realizar actividad física para fomentar el ejercicio, desde una perspectiva de bienestar y no de estética. (Fig. 3)

Colaboré en el taller para padres, organizado por del Jardín de niños Pro. Antonio J. Delgado, con el tema “Crianza positiva”, donde se proporcionó a madres y padres de familia, información de los modelos de crianza adecuados y maneras de corregir

conductas en la familia. En este tema hablé sobre la importancia de aplicar estas prácticas también en los hábitos de alimentación de los hijos, que se recomienda establecer desde temprana edad. (Fig. 4)

Durante las primeras dos semanas del mes de diciembre realicé actividades lúdicas con niños del Jardín de Niños Isidro Fabela. La primera semana se trató el tema “Emociones y actividad física/juego”, con el objetivo de que aprendieran a identificar sus emociones e incorporen la actividad física para sentirse mejor. La semana siguiente se realizaron actividades recreativas para tratar el tema de “Valores”, respeto, responsabilidad, empatía y participación su importancia en la creación de un entorno escolar saludable. (Fig.5)

En temporada vacacional de diciembre y de enero, realicé actividades administrativas y continué mi capacitación, presencial y en línea, sobre diversos temas relacionados a la promoción de la salud.

Durante la segunda mitad de enero del 2023 inició una jornada preventiva para estudiantes de la escuela Secundaria Diurna no. 148 “Lao Tse” y la Escuela Secundaria Diurna no. 220 “Agustín Yañez”, misma que se extendió hasta la primera semana del mes de marzo. Se dividió en tres bloques donde se pasó de salón en salón con apoyo de material visual y uso de pizarrón.

La primera etapa se brindó la plática de “Habilidades socioemocionales”; la segunda etapa con el tema de “Prevención de violencia” y la tercera etapa sobre “Mitos y realidades de las drogas”. De esta manera se consiguió la cobertura total del estudiantado en ambas escuelas, con la finalidad de promover un ambiente escolar saludable y prevenir problemas de adicciones y violencia en esta etapa de la vida. (Fig. 6 y 7)

Por otro lado, colaboré con el tema de “Autocuidado” que se impartió a todo el plantel del Jardín de Niños Salvador Novo, donde se utilizó actividades lúdicas para exponer el cuidado personal, higiene y alimentación saludable. (Fig. 8)

En el mes de febrero además de seguir con las pláticas de las secundarias mencionadas anteriormente, lleve a cabo pláticas para madres y padres de familia

del Jardín de Niños Yollalia, con los temas de “Normas y límites y creación de hábitos”. (Fig. 9)

También se iniciaron pláticas dirigidas a estudiantes de los 6 grados de la primaria Centenario de la Restauración de la República con el tema de “Emociones y beneficios de la actividad física”. (Fig. 10)

Asimismo, brindé la plática de “Alcohol y tabaco” a los estudiantes de los 6 grados de la Escuela Primaria “Profra. Elisa Acuña y Rossetti” con el objetivo de informar a los estudiantes las implicaciones en la salud de estas sustancias y promover un estilo de vida saludable como factor de protección. (Fig. 11)

De la misma manera en el Jardín de Niños Salvador Novo se trabajó el tema de “Valores” mediante actividades lúdicas y recreativas donde se buscó introducir a los más pequeños a practicar los valores para llevar una relación cordial con sus pares y con la sociedad. (Fig. 12)

Para final de este mes colaboré con el tema de “Habilidades sociales y emocionales” dirigida a las profesoras del Jardín de niños Isidro Fabela, donde se brindó una breve introducción a técnicas de Mindfulness (Conciencia plena) y Mindful eating (alimentación consciente), como herramientas para comunicarse asertivamente, manejar su estado emocional y cómo pueden beneficiarse de estas técnicas en su vida cotidiana, para favorecer un estado de bienestar que se vea reflejado en el aula. (Fig. 13)

En marzo, se concluyeron las pláticas preventivas a estudiantes de secundaria, que inició en enero. Además colaboré junto con otras Lic. en Nutrición en el “Día Saludable” organizado por el Centro Multimodal – DGECyTM dirigido a sus estudiantes con los temas, “Impacto de la malnutrición en el desarrollo de sobrepeso y obesidad”, “Efectos y beneficios de la actividad física en el estilo de vida del adolescente”, “Impacto de las redes sociales en la nutrición del adolescente” y “Trastornos de la conducta alimentaria en el adolescente”; con la finalidad de complementar la materia de Vida Saludable que se imparte en ese plantel. (Fig. 14)

También realicé un taller para madres y padres de familia de la primaria Centenario de la Restauración de la República sobre “Manejo de emociones, creación de hábitos saludables y beneficios de la actividad física en la familia”; para complementar la información brindada con anterioridad a sus hijos. (Fig. 15)

Además, impartí la plática de “Emociones y beneficios de la actividad física” a los estudiantes de 1° y 2° de la Telesecundaria no. 63. (Fig. 16). Por otro lado, realicé actividades lúdicas y recreativas para pequeños del Jardín de niños Salvador Novo con el objetivo de brindar las bases sobre el tema de “Autoestima”, como factor protector e indispensable a edades tempranas. (Fig. 17)

En el IEMS Iztapalapa Benito Juárez di la plática de “Violencia en el noviazgo” para concientizar sobre los roles de género y la implicación en la salud física y mental de los involucrados e informar sobre factores de protección. (Fig. 18).

Para final de este mes de marzo, participé en las pláticas sobre el tema de “Autocuidado” para estudiantes de los 6 grados de la Escuela Primaria Fray Martín de Valencia, con apoyo de material visual y uso de pizarrón donde se habló sobre cuidado personal, higiene, alimentación saludable y ejercicio. (Fig. 19)

En el mes de abril debido al período vacacional se llevó a cabo el Curso de Primavera 2023 del 3 al 14 de abril, dirigido a niños de la comunidad en diferentes sedes externas de la alcaldía Iztapalapa y una intramuros, en las instalaciones del Centro de Integración Juvenil Iztapalapa Oriente en la que participé con los temas de, “Hábitos saludables, “El plato y la jarra del buen beber”, “Autocuidado” y “Valores”, se llevó a cabo por medio de actividades lúdicas y recreativas, uso de material impreso y pláticas con los niños que asistieron al curso. (Fig. 20)

Durante la segunda mitad de abril dí la plática del tema de “Autoestima” dirigida a estudiantes de los 3 grados de la Telesecundaria no. 63 con apoyo de material audiovisual, para concientizar sobre la importancia de la autoimagen en la toma de decisiones a futuro y se brindaron herramientas para trabajar en su autoconcepto. (Fig. 21)

En este mes, se inició la campaña Nacional impulsada por el Gobierno de México “Si te drogas te dañas” por lo que brindé la plática sobre “Prevención de las adicciones” y “La verdad sobre el vapeo” a estudiantes del CETIS no. 53, donde se busca concientizar sobre las implicaciones en la salud al consumir sustancias y fomentar hábitos saludables como factor de protección ante esta problemática. (Fig. 22)

También brindé pláticas sobre “El bullying” dirigida a estudiantes; posteriormente impartí el taller sobre el mismo tema a madres y padres de familia y finalmente concluí con la plática de “Violencia escolar” dirigida a docentes; las tres pláticas se realizaron en la primaria Centenario de la Restauración de la República. (Fig. 23,24,25)

Durante este mes tomé el Curso de “Vida Saludable para la prevención de adicciones” que brindó el CIJ de manera virtual, como parte de complementar mis conocimientos y concluir mi capacitación. (Fig. 26)

En mayo, trabajé únicamente en la Escuela Primaria Wilfrido Massieu; primero con el taller para padres sobre el tema “Responsabilidad de padres” donde se buscó concientizar sobre la importancia de cubrir necesidades de los hijos más allá de lo básico, como son una correcta alimentación basada en la calidad nutricional, brindar servicio médico y atención a la salud mental cuando se requiera y herramientas para conseguirlo.

Más adelante impartí el tema de “Autocuidado”, con el contenido de higiene personal, alimentación saludable e importancia de la actividad física, dirigido a estudiantes de 4° y 5°. Posteriormente el tema de “Emociones y beneficios de la actividad física” a estudiantes de 6° grado. (Fig. 27 y 28)

Con relación a la campaña “Si te drogas te dañas” brindé la capacitación a docentes con el tema “Estrategias en el aula: prevención de adicciones” con la finalidad de brindarles herramientas de apoyo y acompañamiento al personal docente para que pueda implementar "La guía para docentes" sobre esta campaña. (Fig. 29)

Finalmente concluí con mi participación en Centros de Integración Juvenil Iztapalapa Oriente con el taller para madres y padres de familia con el tema de “Conexión



familiar”, donde se incluyeron todas las herramientas para mejorar la relación familiar y la manera en que pueden mejorar y crear hábitos saludables para lograrlo. (Fig. 30)

### **Objetivos y metas alcanzadas.**

El objetivo general del plan de estudios de la Licenciatura de Nutrición Humana es: *Formar profesionales creativos y críticos, capaces de realizar actividades científicas apoyados en principios éticos para enfrentar en el nivel individual y colectivo los problemas de alimentación y nutrición y su relación con la salud, con una perspectiva multidisciplinaria y utilizando enfoques y metodologías propias de las ciencias biológicas y sociales.* (UAM Xochimilco, s.f.)

Todos los temas que expuse en las pláticas, las actividades lúdicas y recreativa que realicé en las distintas etapas y sectores de la comunidad durante mi servicio social en CIJ Iztapalapa Oriente, fueron desde ese enfoque de las ciencias sociales y biológicas con el objetivo de brindar herramientas de prevención, pero, principalmente de promoción de la salud.

Considerando el concepto de salud que nos dice que *es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.* (WHO, 2014)<sup>5</sup> y el objetivo específico 3. *Formar profesionales que desarrollen modelos de atención para prevenir y tratar problemas nutricionales en todas las etapas de la vida con un enfoque interdisciplinario, haciendo énfasis en el primer nivel de atención,* descrito en el Plan de estudios de la Licenciatura de Nutrición Humana. (UAM Xochimilco, s.f.)<sup>4</sup>. Donde se menciona la necesidad de trabajar en unidad con otras disciplinas científicas para conseguir que la población consiga ese estado de bienestar que menciona la OMS en su definición.

Aunque los CIJ surgió con un enfoque en la prevención y tratamiento de adicciones, no podemos pasar por alto la influencia de la Nutrición en este grave problema, ya que al brindar herramientas para tener una vida saludable se requiere abordar temas que son indispensables, como la influencia e importancia de realizar actividad física para mejorar y mantener un estado emocional estable y no solamente el recomendar realizar ejercicio por un tema de estética corporal, asimismo la relación que existe entre los hábitos alimenticios y la salud mental. .

Actualmente CIJ con los años de experiencia que tiene, ha logrado ese trabajo inter y multidisciplinario que menciona la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco en su plan de estudios; para promover y mejorar la salud en las diversas comunidades a las que llega y en las diferentes etapas de la vida, visto como principal factor protector ante la grave problemática de adicciones y problemas de salud mental que existe.

Al capacitarme para todos los temas que impartí en mi servicio social, me permitió visualizar que hasta el contenido más impensable como fue Violencia, Manejo de emociones y los talleres para padres, la Nutrición está presente, me permitió abordar un área poco considerada, orientar para crear hábitos desde edades tempranas, que llevarán a una mejor relación familiar; fomentar valores que nos alejen y protejan de la violencia manejando adecuadamente nuestras emociones y usar la actividad física y la adecuada alimentación como complemento indispensable para lograrlo y como consecuencia mejorar la salud en ese sentido de completo bienestar que menciona la OMS.

### **Resultados y conclusiones.**

Se logró una cobertura total de difusión de los diferentes temas impartidos de 4,010; 2300 mujeres y 1710 hombres, en sus distintas áreas; estudiantes de nivel básico y media superior, docentes, padres, madres y familiares de estudiantes de nivel básico y niños de la comunidad.

Por lo que puedo concluir que todas las actividades realizadas cumplen con los objetivos del Plan de Estudios de la licenciatura en Nutrición Humana de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco además de cumplir con los objetivos de la realización del servicio social obligatorio, ya que pude regresarle atención e información de primera mano a una parte de la sociedad.

### **Recomendaciones.**

El programa que ofrece Centros de Integración Juvenil para los prestadores de servicio social y prácticas profesionales es de gran aporte tanto personal como

profesional que incorpora perfectamente la práctica multidisciplinaria que tanta falta hace para resolver problemáticas sociales.

Durante mi estancia en la Institución pude notar el potencial y la enorme relación que tiene para complementarse con la Nutrición. Sería de enorme ayuda para la población en general contar con un servicio de consulta y orientación Nutricional al alcance de cualquiera, a un costo accesible directamente en cada CIJ.

Con la finalidad de brindar una atención más completa a los que acuden directamente a recibir tratamiento, ya sea por situación de adicciones o problema de Salud Mental, asimismo como disciplina complementaria durante y después de su estancia en Centros de Integración Juvenil y no solo dejarlo en la difusión de las pláticas. Pues como se indica en el Curso de Vida Saludable otorgado por dicha Institución, el fomentar hábitos saludables de la mano de especialistas como Nutriólogos y diversos temas del área psicológica es la mejor herramienta de prevención de adicciones.

Valdría la pena que la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco tenga un acercamiento con Centros de Integración Juvenil para planificar un programa más estructurado, puesto que las actividades realizadas en este programa de Servicio Social se complementan con la formación de los egresados de la UAM-X y específicamente con Nutrición Humana, se puede lograr una gran aportación para difundir valiosa información a la comunidad de cada CIJ de la CDMX.

## Bibliografía

1. Cámara de Diputados. *LEY GENERAL DE EDUCACIÓN SUPERIOR*. (2021).  
[http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGES\\_200421.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGES_200421.pdf)
2. Hacienda Pública. *CUENTA PÚBLICA 2018. CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL, A.C.* (2018).  
[https://www.cuentapublica.hacienda.gob.mx/es/CP/Informacion\\_Programatica-2020](https://www.cuentapublica.hacienda.gob.mx/es/CP/Informacion_Programatica-2020)
3. Gobierno de México. Centros de Integración Juvenil A.C. (s.f.). *Servicio Social y prácticas académicas*.  
<https://www.gob.mx/tramites/ficha/servicio-social-y-practicas/CIJ3566>
4. Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco. *Licenciatura en Nutrición Humana. PLAN DE ESTUDIOS*. (s.f.).  
[https://www.uam.mx/licenciaturas/pdfs/80\\_3b\\_Licenciatura\\_en\\_Nutricion\\_Humana\\_XOC.pdf](https://www.uam.mx/licenciaturas/pdfs/80_3b_Licenciatura_en_Nutricion_Humana_XOC.pdf)
5. World Health Organization. (2014). *DOCUMENTOS BÁSICOS 48a Edición*. World Health Organization.  
<https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-sp.pdf>

## Anexos



FIG. 1 CETIS NO. 53



FIG. 2 CONALEP AZTAHUACAN



FIG. 3 IEMS IZTAPALAPAI



FIG. 4 JARDÍN DE NIÑOS "PROF. ANTONIO DELGADO"



FIG. 5 JARDÍN DE NIÑOS "ISIDRO FABELA"



FIG. 6 SEC.148 "LAO TSE"



FIG. 7 SEC. 220 "AGUSTÍN YAÑEZ"



FIG. 8 JARDÍN DE NIÑOS "SALVADOR NOVO"



FIG. 9 JARDÍN DE NIÑOS "YOLLALIA"



**FIG. 10 PRIMARIA “CENTENARIO DE LA RESTAURACIÓN DE LA REP.**



**FIG. 11 PRIMARIA “ELISA PROFRA. ACUÑA Y ROSSETTI”**



**FIG. 12 JARDÍN DE NIÑOS SALVADOR NOVO**



**FIG. 13 JARDÍN DE NIÑOS ISIDRO FABELA**



**FIG. 14 CENTRO MULTIMODAL-DGCyTM**



**FIG. 15 PRIMARIA “CENTENARIO DE LA REST. DE LA REP.”**



**FIG. 16 TELESECUNDARIA NO. 63**



**FIG. 17 JARDÍN DE NIÑOS SAÑVADOR NOVO**



**FIG.18 IEMS IZTAPALAPA II**



**FIG. 19 PRIMARIA FRAY MARTÍN DE VALENCIA**



**FIG. 20 CIJ IZTAPALA ORIENTE – CURSO PRIMAVERA 2023**



**FIG. 21 TELESECUNDARIA NO. 63**



**FIG. 22 CETIS NO. 53**



**FIG.23, 24, 25 PRIMARIA “CENTENARIO DE LA RESTAURACIÓN DE LA REPÚBLICA”**



FIG. 26 CONSTANCIA CURSO VIRTUAL VIDA SALUDABLE Y PREVENCIÓN DE ADICCIONES- CIJ



FIG. 27, 28 PRIMARIA WILFRIDO MASSIEU



FIG. 29, 30 PRIMARIA WILFRIDO MASSIEU