



Universidad Autónoma de  
México Unidad Xochimilco



División de Ciencias Biológicas y de la Salud  
Departamento de Atención a la Salud

Licenciatura en Medicina

---

---

**Informe de actividades realizadas durante el  
servicio social en el “Servicio Médico Las  
Animas, Santiago Tulyehualco, CDMX, 2023”**

---

---

Asesora: Dra. Adriana Clemente Herrera

Angel Valenzuela Estrada

Matricula: 2152026243

1 Febrero de 2023 – 31 Enero 2024

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	3
Aspectos Geográficos .....	4
OBJETIVOS.....	4
Objetivo General .....	4
Objetivos Específicos .....	4
METODOLOGÍA .....	5
ACTIVIDADES REALIZADAS.....	6
Actividades Asistenciales .....	6
Actividades de promoción a la salud .....	11
Actividades Administrativas.....	11
OBJETIVOS Y METAS ALCANZADAS.....	12
Objetivos alcanzados .....	12
Metas alcanzadas .....	12
CONCLUSIONES & RESULTADOS .....	12
RECOMENDACIONES .....	13
BIBLIOGRAFÍA.....	14
ANEXO 1 .....	15
ANEXO 2 .....	36

## INTRODUCCIÓN

El Servicio Social como una obligación Constitucional del alumnado de educación superior se define como: el conjunto de actividades realizadas por el alumnado o egresados/as de la Universidad en beneficio de la sociedad y el Estado. El cumplimiento del servicio social es obligatorio y deberá ser realizado como requisito previo para obtener el título de licenciatura. Esta práctica favorece las actitudes reflexivas, críticas y de responsabilidad social, como respuesta a necesidades de creación y promoción de programas sociales, en los que el alumnado fortalece su formación académica, desarrolla liderazgos, demuestra las aptitudes que coadyuvan y apoyan actividades para responder a problemas socialmente relevantes del país.<sup>1</sup>

El informe final es un documento que se tiene que elaborar en el transcurso del servicio social y presentarse al término de éste para obtener la liberación. Para su estructuración es necesario establecer una secuencia lógica del contenido, con el propósito de que cumpla su función de informar y ser un documento crítico - analítico del periodo del servicio social. El informe final de servicio social tiene el propósito de comunicar, de manera crítica, las experiencias de los pasantes con relación a la ejecución de funciones profesionales, la aplicación de metodología, técnicas y procedimientos para la resolución de la problemática identificada en la atención y los servicios de enfermería.<sup>2</sup>

El interés por participar en este proyecto obedeció a la interacción con otras disciplinas de las ciencias biológicas y de la salud, Nutrición y Psicología, pues se consideró que el vínculo que se genera al traspasar las fronteras disciplinarias genera un impacto mayor sobre la salud de esta comunidad de "Las animas". De otra parte, permite atender a un número mayor de población, e incluso incorporar sectores diversos tanto del ámbito público como del privado.

Se observó que el entorno es el adecuado para reafirmar las aptitudes y actitudes en el campo clínico médico, así como fortalecer de manera natural la interacción entre estas áreas de estudio, lo que permite el altruismo que comparto con el proyecto. Uno de los pilares a tratar son las enfermedades crónico degenerativas principalmente en adultos y adultos mayores. Por lo que este proyecto mejora la relación médico-paciente al establecer una mejor relación y un contacto más estrecho con los pacientes, impactando no solo en su calidad de vida sino concientizándolos de que, para tener un envejecimiento sano, es a través de una participación colectiva y eficaz y, generar así una mejora en la salud individual y colectiva.

Se analizó la participación con otro grupo etario, los pacientes pediátricos, que, si bien puede llegar a ser un reto, es de reconocer el aporte en conocimientos que se adquiere, el hecho de que ambos extremos de la vida sean tan cálidos, generan una gran inquietud y es por eso que me motiva el ayudar y que me ayuden a ayudarlos cuando se es más vulnerable.

## Aspectos Geográficos

El desarrollo del servicio social médico se encuentra ubicado en, Avenida Aquiles Serdán S/N, Pueblo Santiago Tulyehualco, en la delegación Xochimilco, con código postal 16700 dentro de la Ciudad de México, México.

El pueblo de Santiago Tulyehualco es uno de los catorce pueblos ubicados en el oriente de la Ciudad de México, México, en la alcaldía Xochimilco. Al oeste colinda con el poblado de San Luis Tlaxialtemalco, al oriente con San Juan Ixtayopan, al norte con Tláhuac y al sur con el volcán extinto Teuhtli.

La gente de Santiago Tulyehualco es conocida por su hospitalidad y su profunda conexión con sus tradiciones y costumbres, es común que participen activamente en eventos comunitarios y que apoyen a sus vecinos. Debido a la ubicación geográfica y a los canales de Xochimilco, muchos se dedican a la agricultura, especialmente al cultivo de flores y verduras en las chinampas, que son un sistema de agricultura prehispánico único de la región. La mayoría de locales participan en el comercio, ya sea vendiendo sus productos agrícolas, artesanías, o alimentos en los mercados locales.

## OBJETIVOS

### Objetivo General

- Informar cómo se ha diseñado y operado este modelo de atención multiprofesional a cargo de pasantes y estudiantes de las licenciaturas del área de la salud, para atender los problemas de salud más frecuentes y que tienen resolución en el primer nivel de atención. <sup>3</sup>

### Objetivos Específicos

- Mostrar cada una las actividades de Medicina (asistenciales, administrativas y de promoción de la salud) que se realizaron durante la estancia en el Servicio Médico Las Animas, Santiago Tulyehualco, CDMX.
- Aplicar los distintos métodos, técnicas y procedimientos adquiridos durante nuestra formación académica, de manera individual y también

con el equipo de médicos, para poder brindar una atención médica integral a los pacientes.

- Demostrar habilidades y destrezas adquiridas durante la realización del servicio social.

## **METODOLOGÍA**

La importancia de la salud de los seres humanos, adquiere su importancia desde que inicia el estudio del cuerpo humano. Después, se integra una infraestructura física que, junto con la experticia médica, ha apoyado a la medicina y a distintas disciplinas, dando como resultado un conjunto de técnicas que se conocen al día de hoy como “consulta médica” y así a través de ésta se trabajó durante un año dando servicio médico.

El presente proyecto es un estudio de corte cualitativo descriptivo, observacional, de tipo transversal ya que estuvimos un año (Febrero 2023 a Enero 2024) realizando el servicio social en el Servicio Médico Las Animas, Santiago Tulyehualco, CDMX. Y prospectivo pues los datos se recogían al finalizar la estancia en el servicio.

La consulta médica es un proceso complejo y multidimensional, centrado en la relación médico-paciente, pero además es pieza clave para brindar el apoyo en cuanto a las necesidades de salud-enfermedad, sufrimiento e incertidumbre que tiene un sujeto cuando se ve afectada su integridad física, humana y emocional. Generalmente tiene un protocolo común en el cual el médico explora a nivel subjetivo y objetivo una necesidad (preocupación, malestar, dolor, sufrimiento, o daño) del paciente, haciendo uso de sus conocimientos, experticia, sensibilidad, intuición y conciencia para establecer un diagnóstico y un plan de solución a un problema de falta de salud. El cual puede estar orientado por Guías de Práctica Clínica, las cuales son documentos emitidos por el Gobierno de México con recomendaciones basadas en evidencia científica revisada de manera sistemática con el objetivo de contribuir en la mejora de la calidad y efectividad de la atención médica. Es así, como estos documentos se convierten en una herramienta de referencia para la toma de decisiones en salud. Por lo tanto, la consulta médica clásicamente consta de: anamnesis, exploración física, diagnóstico, pronóstico y tratamiento.

La regulación de una consulta médica está dada por una serie de normas oficiales mexicanas que provienen y están avaladas por la Secretaría de Salud Del Gobierno De México. Estas normas son regulaciones técnicas

de observancia obligatoria, que tienen como finalidad establecer las características que deben reunir los procesos o servicios cuando estos puedan constituir un riesgo para la seguridad de las personas o dañar la salud humana; así como aquellas relativas a terminología y las que se refieran a su cumplimiento y aplicación. Se regula de esta manera resultado de ser el método principal utilizado por los médicos.

Además, se recurre a la promoción de la salud, es decir, realizar por parte del personal de salud acciones que contribuyan a alcanzar el mayor número de sujetos que presenten la ausencia de la salud, con el objetivo de conocer su salud y las complicaciones que conlleva la falta de ésta, también aprovechamos para invitarlos a consulta médica y en este caso en específico sobre todo a los grupos etarios más vulnerables, que son los que están en los extremos de la vida.

## **ACTIVIDADES REALIZADAS**

Dentro de las distintas actividades desempeñadas por el médico se encuentran, las asistenciales que engloba: dar consulta médica a pacientes totalmente gratis e informar con pláticas informativas sobre las enfermedades más comunes; las actividades de promoción a la salud: reclutamiento de pacientes a través de medios de comunicación; y por último las actividades administrativas.

### **Actividades Asistenciales**

La consulta médica que se ofrece a los pacientes, tiene un proceso en el cual se abre el expediente clínico de cada paciente, que incluye: historia clínica, notas de evolución, notas de referencia, recetas médicas, control de signos vitales según sea el caso. Después de la historia clínica, el personal médico también está capacitado para implementar métodos diagnósticos, ya sean integrados por la exploración física o por imagen, siendo estos últimos más específicos, como: estudios de electrocardiograma y ultrasonido simple, por técnicas electrofisiológicas. Todo ello con el propósito de la obtención e integración del buen diagnóstico y manejo inicial de cada paciente con expediente clínico.

Se da capacitación diaria entre los compañeros médicos a través de lectura crítica, informe de trabajo de campo, seguimiento del trabajo de campo, así como coordinación en las actividades administrativas de manera diaria.

Mediante pláticas informativas de promoción y prevención de la salud que se desarrollan 1 o 2 veces por semana se revisan temas según el grupo vulnerable que se atiende. Principalmente se visita la casa del adulto mayor en esta zona de Santiago Tulyehualco, en la cual se invita a los

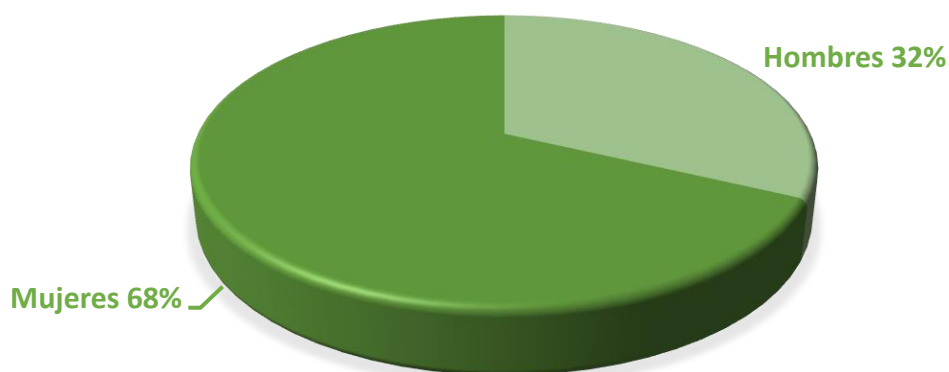
adultos mayores a consulta médica, para que de esta manera sea posible tener un mejor control en la población que es vulnerable y que es atendida.

En las siguientes gráficas es posible observar el nivel de consulta, el grupo etario predominante y el motivo de consulta que se ofrece en “Las Animas”, durante el periodo que comprende de 1/02/23 al 31/01/24.

La integración de la atención médica se muestra en los siguientes datos, se trata de la presentación de gráficos que dan cuenta de lo variado tanto de pacientes como de las enfermedades que se encontraron. La presentación de los gráficos se realizó con el propósito de que sea más fácil para él o la lectora la comprensión de la complejidad del trabajo como médico en “Las animas”.

Se atendió a un total de 954 pacientes. De los cuales, los hombres corresponden a un 32% y las mujeres el 68%. Como se observa, el grueso de los pacientes fueron mujeres, alcanzando las  $\frac{3}{4}$  partes de los casos atendidos (Véase grafica 1).

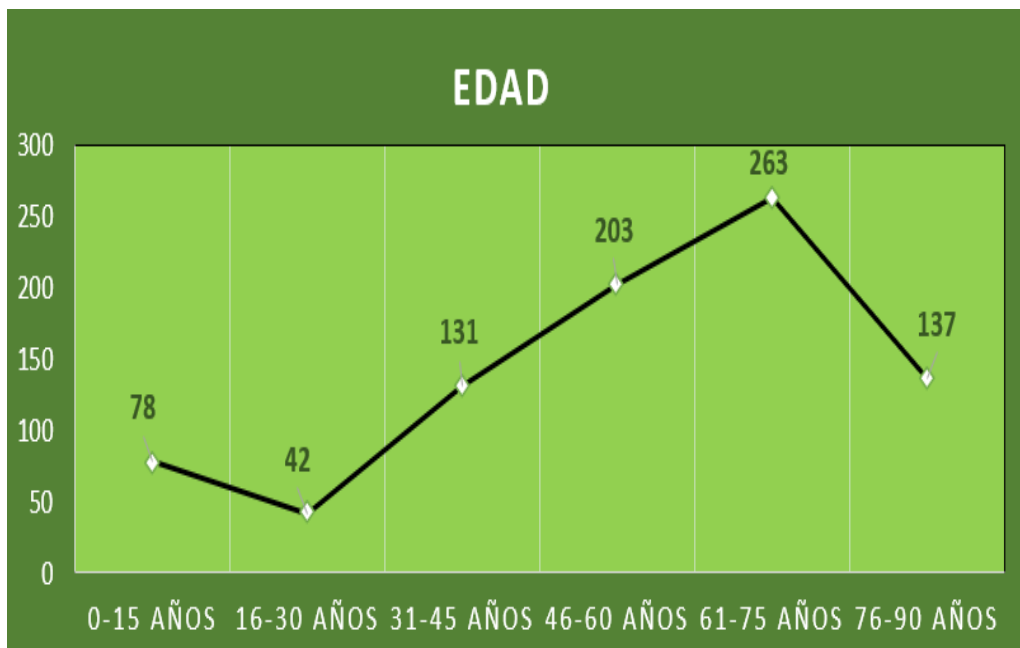
**Grafica 1**  
**Hombres y mujeres atendidos en 2023**



Fuente: Elaboración propia con datos recabados de estancia clínica “Las Animas”, en Santiago Tulyehualco.

Se organizo por grupo etario debido a que la población que atendemos es muy variada y heterogénea. Se observa entonces en la gráfica 2 que el grueso de la población de entre 61-75 años es la que más se atendió, por tener el volumen más alto de atención 263 pacientes. Así, con esta línea nos apoyamos los médicos para saber que grupo etario es el que más demanda consulta médica, así como prevenirnos en los problemas de salud más frecuentes en este grupo de edad principalmente, por ser más numeroso. En la gráfica también podemos observar que es proporcional el aumento de la edad en un individuo con respecto al aumento del volumen atendido en consulta médica, es decir, que entre más años tengas, es más frecuente que se deba acudir a consulta médica.

**Gráfica 2**  
**Grupos etarios de los pacientes que acuden a “Las Animas”**

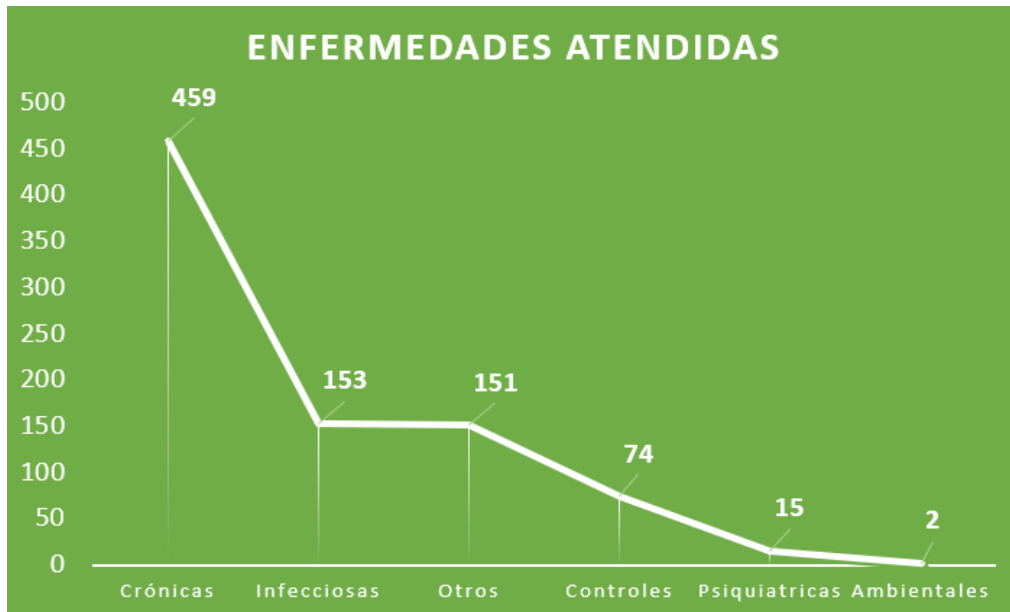


Fuente: Elaboración propia con datos recabados de estancia clínica “Las Animas”, en Santiago Tulyehualco.

Se decidió agregar las enfermedades Crónicas; Psiquiátricas; Infecciosas; Ambientales; Controles, para saber cuántos pacientes se recibieron con dichas enfermedades. Esto con la finalidad de tener más presente cuales son las más frecuentes en esta zona. Y por lo que se puede ver en la gráfica 3 a continuación, las enfermedades atendidas más frecuentes son las crónicas no transmisibles con 459 casos, y de éstas las más comunes son La Hipertensión Arterial Sistémica y por otro lado la Diabetes Mellitus Tipo 2.



**Grafica 3**  
**Tipo de enfermedades atendidas en el periodo 2023**



Fuente: Elaboración propia con datos recabados de estancia clínica “Las Animas”, en Santiago Tulyehualco.

Por otro lado se brindan pláticas informativas en la Casa del Adulto Mayor, de Santiago Tulyehualco, la cual se encuentra convenientemente cerca del servicio médico “Las ánimas”, aproximadamente una vez a la semana idealmente se da una plática, tras un previo acuerdo con el grupo que toque ese día, para saber el tema de su interés y en otras ocasiones se organizan por parte del equipo de médicos campañas para el control de signos vitales, ya que predominan las enfermedades crónico degenerativas, las cuales requieren un seguimiento continuo en la toma de signos vitales.

Estas pláticas abordan distintos temas de interés para la comunidad, principalmente sobre las enfermedades más comunes en este rango de edad avanzada y sobre el cuidado de la salud en la vejez. Siendo una de las actividades con mayor retroalimentación positiva para el servicio médico, puesto que el seguimiento y acercamiento con los pacientes aumenta proporcionalmente en la medida de que van adquiriendo conocimiento sobre estas pláticas y se vuelven más conscientes de su salud, además, el número de personas que asisten ha ido en aumento, llegando a alcanzar a 90 asistentes en una sola plática, lo que es muy satisfactorio para el servicio médico, pues esto quiere decir que las personas que asisten se involucran y responsabilizan más con su salud.

La finalidad de estas pláticas informativas por parte del servicio médico “Las Ánimas” son varias:

1. Educación y Concienciación: Proporcionar a los adultos mayores y sus cuidadores información esencial sobre enfermedades comunes en esta etapa de la vida. Esto incluye el reconocimiento de síntomas, métodos de prevención, y opciones de tratamiento.
2. Promoción de la Salud Preventiva: Enfatizar la importancia de la prevención en la salud. Esto puede incluir la promoción de hábitos saludables, como una dieta equilibrada, ejercicio regular y chequeos médicos periódicos.
3. Detección Temprana de Enfermedades: Alentar a los adultos mayores a buscar atención médica temprana. La detección temprana de enfermedades como la diabetes, la hipertensión y el cáncer puede mejorar significativamente los resultados del tratamiento.
4. Reducción del Estigma y Mitos: Desmentir mitos y reducir el estigma asociado con ciertas enfermedades, especialmente aquellas relacionadas con la salud mental, como la depresión o la demencia.
5. Mejora de la Autogestión de la Salud: Capacitar a los adultos mayores para que tomen un papel activo en la gestión de su propia salud.
6. Mejora de la Calidad de Vida: Al estar mejor informados, los adultos mayores pueden tomar decisiones más acertadas sobre su salud, lo que puede conducir a una mejor calidad de vida.
7. Adaptación a los Cambios de la Vejez: Ayudar a los adultos mayores a entender y adaptarse a los cambios físicos y psicológicos que ocurren durante la vejez.
8. Empoderamiento y Autonomía: Empoderar a los adultos mayores para que se sientan más controlados y autónomos en relación con su salud y bienestar.

En resumen, estas pláticas son fundamentales para mejorar el conocimiento, la actitud y las prácticas de salud entre los adultos mayores, contribuyendo a una vejez más saludable y activa.

Por último, la regulación de la asistencia está dada por hojas de asistencia, vélgase la redundancia, que se distribuyen durante la actividad informativa a las personas. **VEASE ANEXO 1.**

## Actividades de promoción a la salud

El reclutamiento de los pacientes se realiza a través de varios medios de comunicación (carteles, mantas, voceando con megáfono), principalmente en zonas concurridas del área local, además de otra manera de reclutamiento de pacientes que se implementó, fueron las “Miniferias para la salud”. Éstas son puntos de control para la toma de signos vitales en la población, se colocan en zonas demográficas estratégicas de la zona correspondiente a Santiago Tulyehualco, en donde además de extenderles una invitación al servicio médico de “Las ánimas”, se les brindan sus signos vitales en tiempo real. La frecuencia con la que se realizan las miniferias varía según el mes del año y el uso de medios poco convencionales para el reclutamiento se hace al menos una vez por semana.

Estos métodos buscan llegar a personas que pueden tener un acceso limitado a la atención médica, ya sea por razones económicas, geográficas o por falta de información, permitiendo llegar directamente a la comunidad, especialmente en áreas donde el uso de medios digitales o convencionales puede ser limitado y así al proporcionar consultas médicas gratuitas, se fomenta la prevención y el manejo temprano de enfermedades, especialmente en poblaciones que podrían no buscar atención médica regularmente. Todo en conjunto ayudara para identificar las necesidades específicas de salud de la comunidad y planificar servicios futuros acorde a estas necesidades.

En el **ANEXO 2** se presentan algunas fotografías que sirven de testimonio y que evidencian la labor de campo de la promoción a la salud por parte del servicio médico “Las ánimas”.

## Actividades Administrativas

**Mantenimiento de Registros Médicos:** Asegurar que los registros médicos de los pacientes estén actualizados, sean precisos y estén almacenados de manera segura. Esto incluye la documentación de diagnósticos, tratamientos, y notas de consulta.

**Control de Inventario:** Administrar el inventario de suministros médicos, equipos, medicamentos y otros insumos necesarios para el funcionamiento del consultorio.

**Comunicación y Relaciones Públicas:** Mantener una comunicación efectiva con los pacientes, otros profesionales de la salud y medir el nivel de satisfacción a través de encuestas.

**Mejora Continua y Educación:** Actualizarse constantemente sobre las nuevas prácticas médicas, tecnologías y tendencias en la gestión de

consultorios para mejorar la calidad de los servicios ofrecidos, con el ejercicio de presentación de casos clínicos extraídos de expedientes mismos de la clínica.

## **OBJETIVOS Y METAS ALCANZADAS**

### Objetivos alcanzados

1. Proporcionar atención médica accesible y de calidad a la comunidad local.
2. Promover la importancia de la atención preventiva y la detección temprana de enfermedades.
3. Desarrollar mayor interacción con el personal multidisciplinario.
4. Haber desarrollado mi conocimiento sobre la relación médico-paciente, al estar íntimamente involucrado en la vida personal de la comunidad, con la finalidad de generar un impacto positivo en su salud y en la adquisición del conocimiento.

### Metas alcanzadas

1. Ofrecer pláticas informativas sobre enfermedades comunes a más de 100 personas en el transcurso del año.
2. Obtener retroalimentación positiva de al menos el 90% de los pacientes atendidos y asistentes a las pláticas informativas a través de encuestas de satisfacción.<sup>4</sup>
3. Colaborar con otras organizaciones de salud locales para mejorar la atención y compartir recursos.

## **CONCLUSIONES & RESULTADOS**

### 1. Actividades Presenciales:

- Consulta Médica: Ofrecer consulta en Las ánimas, estas interacciones me permitieron aplicar mis conocimientos clínicos y mejorar mis habilidades de diagnóstico y tratamiento. Destacó la importancia de la comunicación efectiva y la empatía, elementos clave para fortalecer la relación médico-paciente.
- Pláticas Informativas: Realicé pláticas informativas sobre temas de salud

relevantes. Esta experiencia fue crucial para desarrollar mis habilidades de comunicación pública y educación sanitaria, permitiéndome transmitir información vital de manera clara y comprensible.

## 2. Promoción de la Salud:

- Le di continuación a las estrategias para promover la salud, utilizando herramientas comunicativas. Esta aproximación me permitió alcanzar un público más amplio y diverso, demostrando la efectividad de los medios no convencionales en la promoción de la salud.

## 3. Actividades Administrativas en el Consultorio:

- Participé en diversas tareas administrativas, lo que me dio una perspectiva integral del funcionamiento de un consultorio médico. Esta experiencia fue esencial para comprender la importancia de la gestión eficiente en el ámbito de la salud.

Un aspecto central de mi aprendizaje fue la mejora de la relación médico-paciente. Adopté un enfoque reflexivo, buscando constantemente maneras de mejorar la comunicación, empatía y comprensión hacia mis pacientes. Esta práctica no solo mejoró la calidad de la atención brindada, sino que también enriqueció mi experiencia profesional. En conclusión, mi servicio social médico ha sido una etapa de gran enriquecimiento profesional y personal. Las actividades realizadas me permitieron aplicar y expandir mis conocimientos médicos, desarrollar habilidades clave y ganar una comprensión más profunda de la importancia de la relación médico-paciente. Estas experiencias serán fundamentales para mi futura carrera en el campo de la medicina.

## **RECOMENDACIONES**

De manera concreta y con la única finalidad de que la estancia para el desarrollo del servicio social sea más satisfactoria hago mención de algunas recomendaciones muy respetuosamente, para la mejora del servicio médico en “Las animas”, así como de su personal multidisciplinario, ya que en conjunto hacen que la ejecución de conocimientos se lleve a cabo para lograr el objetivo del servicio social y de esta manera poder dominar todas las áreas.

- He notado lo mucho que nuestros pacientes valoran un trato cercano y personal. Podríamos enfocarnos en fortalecer aún más este aspecto, asegurándonos de escuchar y atender cada necesidad de manera única.
- La salud mental es tan importante como la salud física. Integrar servicios

de salud mental en el servicio social médico ayudaría a ofrecer una atención más holística.

- Recomiendo asegurar un suministro constante y accesible de medicamentos esenciales, así como vacunas, en la clínica.
- Implementar programas nutricionales, especialmente dirigidos a niños y ancianos, para combatir la desnutrición y promover hábitos alimenticios saludables.

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Universidad Autónoma Metropolitana, Lineamientos para la prestación y acreditación del servicio social en la división de ciencias biológicas y de la salud de la unidad Xochimilco. 2022. [www2.xoc.uam.mx](http://www2.xoc.uam.mx). [En línea]. Disponible en: [http://www2.xoc.uam.mx/ofertaeducativa/divisiones/cbs/lineamientos/servicio\\_social\\_2022.pdf](http://www2.xoc.uam.mx/ofertaeducativa/divisiones/cbs/lineamientos/servicio_social_2022.pdf) [Último acceso: 5 Enero 2024]
2. Universidad Nacional Autónoma de México, Lineamientos de informe final. 2018. [repositorio.xoc.uam.mx](https://repositorio.xoc.uam.mx). [En línea] Disponible en: <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/retrieve/0193ae2a-ebcf-4c40-b1f2-8383a7506db4/cbs1973551.pdf> [Último acceso: 5 Enero 2024]
3. Clemente, H. A. (2020). Proyecto Tulyehualco “Las animas”. UAM Xochimilco.

# ANEXO 1



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

## HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Obesidad y sobre peso

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 11/08/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. <u>Manuela Zedler</u>	<u>[Firma]</u>
2. <u>Silvia Galisa</u>	<u>[Firma]</u>
3. <u>Ana Pérez Morales</u>	<u>Ana Pérez Morales</u>
4. <u>Amparo Corientes Contreras</u>	<u>Amparo C.E.</u>
5. <u>Clodia Ramos</u>	<u>Clodia R.</u>
6. <u>Guadalupe Sevilla R.</u>	<u>[Firma]</u>
7. <u>Maria Elena Sorvalde Plonier</u>	<u>[Firma]</u>
8. <u>Rosa M<sup>a</sup> Villanuel Camasca</u>	<u>Rosa M<sup>a</sup> Villanuel</u>
9. <u>Maritessia Villanuel Camasca</u>	<u>[Firma]</u>
10. <u>Roberto Polaris</u>	<u>[Firma]</u>
11. <u>Margarita Isabel Valencia Rosales</u>	<u>[Firma]</u>
12. <u>DORA ELVA GARCIA CABILLO</u>	<u>D E G C</u>
13. <u>Lourdes Galicia Cabello</u>	<u>Cabello</u>
14. <u>Patricia Beltrán Chaves</u>	<u>[Firma]</u>
15. <u>Alicia Martínez Bocha</u>	<u>[Firma]</u>

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. <u>Rosa Ignacia Cabello Hernández</u>	<u>[Firma]</u>
17. <u>Rosalia Alcantara Mendez</u>	<u>R.A.M.</u>
18. <u>Josefina Ramos Benitez</u>	<u>J.R.B.</u>
19. <u>Maria del Carmen Ramos</u>	<u>[Firma]</u>
20. <u>Margarita Santiago</u>	<u>[Firma]</u>
21. <u>Talía Ortiz</u>	<u>[Firma]</u>
22. <u>Maria Antonia Matel Jaramillo</u>	<u>[Firma]</u>
23. <u>Guadalupe Jaramillo Cruzcampo</u>	<u>[Firma]</u>
24. <u>Maria Cristina Matel Jaramillo</u>	<u>[Firma]</u>
25. <u>Maria Luisa Marin Ochoa</u>	<u>Ma. Luisa Marin O.</u>
26. <u>Maria Elena Gajeda</u>	<u>[Firma]</u>
27. <u>Maria del Carmen Ariniaga Cuido</u>	<u>Ariniaga C.C.</u>
28. <u>Isabel Rufino Camacho</u>	<u>[Firma]</u>
29. <u>Alicia Maluac Lopez Hernandez</u>	<u>[Firma]</u>
30. <u>Piedad Rojas U.</u>	<u>[Firma]</u>
31. <u>Alicia López Gaja</u>	<u>[Firma]</u>
32.	
33.	
34.	
35.	

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla dirigida a adultos mayores sobre la prevención de la obesidad y el sobrepeso, se enfocó en la importancia de mantener una alimentación equilibrada y la realización de actividad física adaptada a su edad. Se discutió cómo un estilo de vida saludable puede prevenir enfermedades crónicas y mejorar la calidad de vida. Además, se subrayó la relevancia de hábitos diarios saludables y la consulta regular con profesionales de la salud. La sesión incluyó un espacio interactivo de preguntas y respuestas, fomentando la participación y el intercambio de experiencias entre los asistentes.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Prevenición de Hipertensión Arterial

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 18/08/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. <u>Manuela Sadirz</u>	<u>[Firma]</u>
2. <u>Silvia Galisia</u>	<u>[Firma]</u>
3. <u>Amparo Coronado Contreras</u>	<u>Amparo P.C.</u>
4. <u>Eloelía Sánchez</u>	<u>Eloelía S.</u>
5. <u>Ana Pérez Macalco</u>	<u>Ana Pérez Macalco</u>
6. <u>Rosa Ma Villanuel Canacasco</u>	<u>Rosa Ma Villanuel</u>
7. <u>Hortensia Villanuel Canacasco</u>	<u>[Firma]</u>
8. <u>Salvador Palhin</u>	<u>Salvador Palhin</u>
9. <u>Margarita Isabel Valencia Ramirez</u>	<u>Margarita Valencia R.</u>
10. <u>DORA ELVA GULICIA CABELLO</u>	<u>DEYC</u>
11. <u>Jourdes Balicia Cabello</u>	<u>Cabello</u>
12. <u>Rosa BEATRIZ CHAVEZ</u>	<u>Palhin</u>
13. <u>Flicia Martínez Bocha</u>	
14. <u>Rosa Ignacia Cabello Hernández</u>	<u>[Firma]</u>
15. <u>Ignacia Alcantara Mendiga</u>	<u>P.A.M.</u>



16.	margarita Santiago	margarita
17.	Felix Ortiz	Felix Ortiz
18.	Josefina Ramos Benitez	J. R. B.
19.	Maria del Carmen Ramos	Jall. -
20.	Maria Hortensia Matel Jaramillo	ma. Hortensia Matel J.
21.	Guadalupe Jaramillo Caspeza	Guadalupe Jaramillo C.
22.	Maria Cristina Matel Jaramillo	M. C. Matel J.
23.	Maria Luisa Marin Ordonez	Ma. Luisa Marin O.
24.	Maria Elena Grayeda	E. G.
25.	Ma. del Carmen Arciniega Suido.	Arciniega
26.	Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino y C.
27.		
28.		
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		

En la charla con adultos mayores sobre la prevención de la hipertensión arterial, se destacó la importancia de mantener una dieta baja en sal, realizar ejercicio regularmente, controlar el peso y evitar el consumo excesivo de alcohol. También se habló sobre la relevancia de monitorear regularmente la presión arterial y seguir las indicaciones médicas. La sesión fue interactiva, permitiendo a los asistentes compartir sus experiencias y resolver dudas.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Hemorroides

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 4/08/23 y 11/01/24

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. <u>Manuela Saldívar 20</u>	
2. <u>Silvia Galicia</u>	
3. <u>Ana Lilia Mecalco</u>	<u>Ana Lilia Mecalco</u>
4. <u>Emparo Corvicio Corvicio</u>	<u>Emparo C.C.</u>
5. <u>Elodia Sanediz</u>	<u>Elodia Sanediz</u>
6. <u>Rosa M<sup>a</sup> Villanuel Canacasco</u>	<u>Rosa M<sup>a</sup> Villanuel</u>
7. <u>Maria Elena Serralde Jimenez</u>	<u>M.E.S.J.</u>
8. <u>Hortensia Villanuel Canacasco</u>	
9. <u>Salvador Palacios</u>	
10. <u>Margarita Isabel Valencia Ramirez</u>	<u>Margarita delia R.</u>
11. <u>DORA ELVA GALICIA CABELLO</u>	<u>DEYC</u>
12. <u>Jovardus Galicia Cabello</u>	<u>Cabello</u>
13. <u>Rosa Ignacia Cabello Hernandez</u>	
14. <u>Paula Blitez Chavez</u>	
15. <u>Alicia Martínez Boahu</u>	

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. <u>Agnacia Alcantara Mendez</u>	<u>J.A.M.</u>
17. <u>Josefina Ramos Benitez</u>	<u>J.R.B.</u>
18. <u>Maria del Carmen Ramos</u>	<u>fau.</u>
19. <u>Margarita Santiago</u>	<u>margarita</u>
20. <u>Telia Cortez</u>	<u>Telia Cortez</u>
21. <u>Maria Hortensia Motel Jimenez</u>	<u>no firmo</u>
22. <u>Emmaluzge Jimenez Cuasapaca</u>	<u>Emmaluzge Jimenez</u>
23. <u>Maria Cristina Motel Jimenez</u>	<u>Cristina</u>
24. <u>Maria Luisa Marin Odonez</u>	<u>Ma. Luisa Marin O.</u>
25. <u>Maria Elena Gajeda</u>	
26. <u>Ma. del Carmen Arriaga Guido</u>	<u>Ma. del Carmen Arriaga</u>
27. <u>Isabel Rufino Camacho</u>	<u>Isabel Rufino y C.</u>
28. <u>Ana Beatriz Lopez Hernandez</u>	<u>Ana Beatriz Lopez Hernandez</u>
29. <u>Trinidad Rojas A.</u>	<u>TRJ</u>
30. <u>Alicia Lopez Ceja</u>	
31.	
32.	
33.	
34.	
35.	

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla con adultos mayores sobre prevención de hemorroides, se enfocó en la importancia de una dieta rica en fibra, mantenerse hidratado, y realizar ejercicio regularmente para evitar el estreñimiento. También se discutieron técnicas adecuadas para ir al baño y la importancia de no postergar la evacuación. Hubo una sesión de preguntas y respuestas para aclarar dudas y compartir consejos prácticos.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Prevenición de Diabetes Mellitus Tipo 2

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 01/09/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Amparo Conzatti P.	Amparo P. P.
2. Eledia Sanchez	Eledia S.
3. Ana Lina Mecalca	Ana Lina Mecalca
4. Guadalupe Sevilla Romero	Gpe Sevilla R.
5. Silvia Galiste	Silvia Galiste
6. Alicia Martinez Rocha	
7. Manuela Jardinez Calyecat.	
8. Maria Elena Serrate	M E Serrate
9. Rosa Ma Villanuel Canacasco	Rosa Ma Villanuel
10. Hortensia Villanuel Canacasco	
11. Salvador Beldán	Salvador Beldán
12. Margarita Tzabel Valencia Ramirez	Margarita Valencia R.
13. DORA ELVA GALICIA CABELLO - DE ESC	
14. Lourdes Galicia Cabello	Cabello
15. Rosa Ignacia Caballo Hernández	

16.	Paula Echites Chavira	
17.	Ignacia Alcantara Mendez	J.A.M
18.	Josefina Ramos Benitez	J.R.B
19.	Maria del Carmen Ramos	Jall
20.	Margarita Santiago	Margarita
21.	Talía O. Ortiz	Talía O. Ortiz
22.	Maria Arsenia Martel Jaramillo	ma Arsenia Martel J
23.	Guadalupe Jaramillo Crespo	Guadalupe Jaramillo C
24.	Maria Cristina Martel Jaramillo	Maria Cristina
25.	Maria Luisa Marin Ordoñez	Maria Luisa Marin O.
26.	Maria Elena Grajeda Montes de Oca	Maria Elena
27.	Mabel Carmen Arciniega Guido	Arciniega C. Carmen
28.	Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino C.
29.	Arcelia Lucia Lopez	Arcelia Lopez
30.	Trinidad Rojas G	TRJ
31.	Juana Juarez	Juana
32.	Alicia Lopez Gja	Alicia Lopez Gja
33.		
34.		
35.		

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

Durante la charla con adultos mayores sobre prevención de diabetes mellitus tipo 2, se destacó la importancia de una dieta balanceada, el control del peso, y la actividad física regular. Se enfatizó en la reducción del consumo de azúcares y carbohidratos refinados. Además, se discutió la importancia del monitoreo regular de los niveles de glucosa y consultas médicas periódicas. La sesión incluyó una parte interactiva para preguntas y experiencias personales.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: \_\_\_Complicaciones de Hipertensión Arterial\_\_\_

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 25/08/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. <u>Trinidad Rojas Lo</u>	<u>TRJ</u>
2. <u>Juan Antonio</u>	<u>Juan</u>
3. <u>Lucia Lopez</u>	<u>Lucia Lopez</u>
4. <u>Isabel Rufino C</u>	<u>Isabel Rufino y C</u>
5. <u>Maria Elena Grayada</u>	<u>Maria Elena</u>
6. <u>Mabel Carmen Arvizaga Euido</u>	<u>Arvizaga M.C.</u>
7. <u>Maria Cristina Matel Jaramillo</u>	<u>Matel Jaramillo</u>
8. <u>Guadalupe Jaramillo Cuaxaspa</u>	<u>Guadalupe Jaramillo</u>
9. <u>Hortensia Matel Jaramillo</u>	<u>Hortensia Matel Jaramillo</u>
10. <u>Margarita Santiago</u>	<u>Margarita S</u>
11. <u>Pablo Ortiz</u>	<u>Pablo Ortiz</u>
12. <u>Josefina Ramos Benitez</u>	<u>Josefina</u>
13. <u>Maria del Carmen Ramos</u>	<u>M.C.R.</u>
14. <u>Ignacia Montoya Mendoza</u>	<u>I.M.M.</u>
15. <u>Rosa Ignacia Cabello Hernandez</u>	<u>R.I.C.H.</u>

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. <u>Lourdes Ignacia Cabello</u>	<u>Cabello</u>
17. <u>Paule Benitez Chavez</u>	<u>Paule</u>
18. <u>DORA ELVA GALICIA CABELLO</u>	<u>DEYC</u>
19. <u>Margarita Valencia Ramirez</u>	<u>Margarita Valencia</u>
20. <u>Salvador Adrían</u>	<u>Salvador Adrían</u>
21. <u>Hortensia Villanuel Canasaca</u>	<u>Hortensia Villanuel</u>
22. <u>Rosa Ina Villanuel Canasaca</u>	<u>Rosa Ina Villanuel</u>
23. <u>Maria Elena Semedo Jimenez</u>	<u>MEJ</u>
24. <u>Amparo Canute</u>	<u>Amparo Canute</u>
25. <u>Elodia Sanchez</u>	<u>Elodia Sanchez</u>
26. <u>Silvia Galisia</u>	<u>Silvia Galisia</u>
27.	
28.	
29.	
30.	
31.	
32.	
33.	
34.	
35.	

En la charla sobre las complicaciones de la hipertensión arterial dirigida a adultos mayores, se explicó cómo la hipertensión no controlada puede llevar a problemas serios como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y daño renal. Se enfatizó la importancia del control regular de la presión arterial y el seguimiento de tratamientos médicos. La sesión también permitió a los asistentes hacer preguntas y compartir sus experiencias con la hipertensión.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Complicaciones de Diabetes Mellitus Tipo 2

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 08/09/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. <u>Manuela Adiris</u>	<u>[Firma]</u>
2. <u>Silvia Galisia</u>	<u>[Firma]</u>
3. <u>Ana Pérez Mecalco</u>	<u>Ana Pérez Mecalco</u>
4. <u>Amparo Conzatti Cortez</u>	<u>Amparo C. P.</u>
5. <u>Eloclia Sánchez</u>	<u>Eloclia Sánchez</u>
6. <u>Rosa M<sup>a</sup> Villanuel Canacasco</u>	<u>Rosa M<sup>a</sup> Villanuel</u>
7. <u>Maria Elena Sorralde Franémez</u>	<u>[Firma]</u>
8. <u>Hortensia Villanuel Canacasco</u>	<u>[Firma]</u>
9. <u>Salvador Roblan</u>	<u>[Firma]</u>
10. <u>Margarita Isabel Valencia Ramirez</u>	<u>Margarita Valencia B.</u>
11. <u>DORA ELVA GALICIA CABELLO</u>	<u>D E U S C.</u>
12. <u>Lourdes Patricia Cabello</u>	<u>Cabello</u>
13. <u>Yela BLITZ Chavez</u>	<u>[Firma]</u>
14. <u>Alicia Martínez Rocha</u>	
15. <u>Rosa Ignacia Cabello Hernández</u>	<u>[Firma]</u>

16.	Ranoco Alcantara Medina	R.A.M
17.	Josefina Ramos Benitez	J.R.B
18.	Maria del Carmen Ramos	J.R.B
19.	Margarita Santiago	Margarita
20.	Tulio Ortiz	Tulio Ortiz
21.	Maria Hortensia Matel Jimeno	M.H. Matel Jimeno
22.	Guadalupe Jimeno Cervantes	Guadalupe Jimeno
23.	Maria Cristina Matel Jimeno	M.C. Matel Jimeno
24.	Maria Luisa Marin Ordoñez	Ma. Luisa Marin O.
25.	Maria Elena Grajeda	
26.	María del Carmen Arciniega Evidio	Arciniega Evidio
27.	Isabel Rufino Samacho	Isabel Rufino
28.	Ancelma Lucía Lopez Hernandez	Ancelma Lopez Hernandez
29.	Trinidad Pajón A	TP
30.	Juan Jimeno	Juan
31.	Alicia Lopez Cega	
32.		
33.		
34.		
35.		

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla sobre las complicaciones de la diabetes mellitus tipo 2 con adultos mayores, se destacó cómo un control inadecuado de la diabetes puede conducir a complicaciones graves como enfermedad cardiovascular, daño renal, problemas de visión y neuropatía. Se subrayó la importancia de mantener niveles estables de glucosa en sangre, seguir una dieta adecuada y adherirse al tratamiento médico. Los participantes tuvieron la oportunidad de hacer preguntas y compartir sus experiencias relacionadas con la gestión de la diabetes.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Incontinencia urinaria en adulto mayor

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 23/01/24

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino C
2. Trinidad Rojas	TRR
3. Estela Lucid Cruz Robles	Estela Cruz B
4. Norma Valdeés Jiménez	<del>Norma Valdeés</del>
5. Angel Roberto Puig	A.R.P.
6. Felicitas Arredondo Mejía	Felicitas Arredondo Mejía
7. María Hortensia Matel Jaramillo	Ma Hortensia Matel J
8. Guadalupe Jaramillo Cuaxospa	Guadalupe Jaramillo
9. María Cristina Matel Jaramillo	<del>María Cristina</del>
10. María Antonia Martínez S	Mar Antonia Martínez S
11. Alicia Martínez Rocha	<del>Alicia Martínez</del>
12. Margarita Soriano	Margarita
13. Salvador Roblán	Salvador Roblán
14. Ignacia A de Montell	<del>Ignacia A de Montell</del>
15. Mrs. Lilia López	Mrs Lilia López

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. María Elena Sercahujalman	MESA
17. Lilia López	Lilia
18. Amparo Comas C	Amparo C
19. Margarita Montaña	Margarita
20. Margarita Isabel Valencia Ramírez	Margarita Isabel V.
21. Julio Salinas Santamaría	<del>Julio Salinas</del>
22. Alicia López Ceja	Alicia López Ceja
23. Paula Behites Chaves	<del>Paula Behites</del>
24.	
25.	
26.	
27.	
28.	
29.	
30.	
31.	
32.	
33.	
34.	
35.	



En la charla con adultos mayores sobre incontinencia urinaria, se abordaron sus causas, tipos y estrategias de manejo, incluyendo ejercicios de fortalecimiento pélvico y cambios en el estilo de vida. Se enfatizó la importancia de consultar a un médico para un tratamiento adecuado y se creó un espacio para preguntas, permitiendo a los asistentes expresar sus inquietudes y compartir experiencias personales.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Envejecimiento activo y saludable

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 24/11/24

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Teabel Rufino Camacho	<i>Teabel Rufino C</i>
2. Trinidad Rojas A	<i>TR</i>
3. Estela Lucía Cruz Robles	<i>Estela Cruz</i>
4. Norma Valdés Jiménez	<i>Norma Valdés</i>
5. Angel Roberto Puig	<i>AAA</i>
6. Elicitar Anabela Meza	<i>Elicitar Anabela Meza</i>
7. María Helena Matel Jaramillo	<i>Ma Helena Matel Jaramillo</i>
8. Guadalupe Jaramillo Cuayacapa	<i>Guadalupe Jaramillo</i>
9. María Antonia Martínez A	<i>Ma Antonia Martínez A</i>
10. Alicia Martínez Rocha	<i>Alicia Martínez Rocha</i>
11. Margarita Cortiágo	<i>Margarita Cortiágo</i>
12. Salvador Robles	<i>Salvador Robles</i>
13. Ignacia de Montel	<i>Ignacia de Montel</i>
14. M. Dolores Torres	<i>M. Dolores Torres</i>
15. María Elena Sierra Hoffmeyer	<i>ME</i>

16.	Felicitas	Felicitas
17.	Amparo Corral C	Amparo C.C.
18.	Margarita Moreno	Margarita M.
19.	Margarita Habel Valencia Ramirez	Margarita Habel R
20.	Julia Salinas Santamaría	<del>Julia</del>
21.	Alicia López Ceja	Alicia López Ceja
22.	Paula Benitez Chavez	
23.	María Cristina Mantel Jaramillo	<del>María</del>
24.		
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

Durante la charla sobre envejecimiento activo y saludable a un grupo de adultos mayores, se enfocó en la importancia de mantener una actividad física regular, una alimentación equilibrada, el cuidado de la salud mental y la participación social activa. Se promovió la idea de que el envejecimiento puede ser una etapa de vida plena y activa. La sesión incluyó interacción con los asistentes, quienes compartieron sus experiencias y plantearon preguntas.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Infección de vías urinarias

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: \_\_17/11/24\_\_

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino C
2. Trinidad Pops	TRP
3. Estela Lucía Cruz Robles	Estela Cruz
4. Norma Valdez Jiménez	Norma Valdez J
5. Angel Roberto Prió	A.R.P.
6. Felicitas América Méndez	Felicitas América Méndez
7. María Hecusa Motel Jaramillo	María Hecusa Motel J
8. Guadalupe Jaramillo Crespo	Guadalupe Jaramillo C
9. María Antonia Matías S	María Antonia Matías S
10. Alicia Martínez Poda	Alicia Martínez P
11. Margarita Santiago	Margarita S
12. Salvador Poldán	Salvador Poldán
13. Ignacia de Mantel	Ignacia de Mantel
14. María Salas Fajardo	María Salas Fajardo
15. María Elena Serro de Jiménez	MESEJ

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. Felicitas Ortiz	Felicitas Ortiz
17. Amparo Corinto Contreras	Amparo C. C.
18. Margarita Montaña Rosas	Margarita
19. Margarita Isabel Valencia Ramírez	Margarita Isabel V.
20. Julio Salinas Santamaría	Julio
21. Alicia López Ceja	Alicia López Ceja
22. Paula Bchitez Chavez	Paula Bchitez Chavez
23. María Crispina Motel Jaramillo	María Crispina Motel J
24.	
25.	
26.	
27.	
28.	
29.	
30.	
31.	
32.	
33.	
34.	
35.	

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla con adultos mayores sobre infecciones de vías urinarias, se explicaron las causas, síntomas y métodos de prevención, incluyendo la importancia de una buena higiene y la hidratación adecuada. Se enfatizó en la necesidad de buscar atención médica temprana para evitar complicaciones. Los asistentes participaron activamente, haciendo preguntas y compartiendo experiencias personales relacionadas con el tema.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Prevenición de fracturas

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 08/12/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Ana Pérez Medelco	Ana Pérez Medelco
2. Guadalupe Semilla Romero	Romero
3. Margarita Isabel Valerica Ramirez	Margarita Isabel R.
4. Anselma Lucía Lopez Hernandez	Anselma Lopez Hernandez
5. Amparo Corrientes Contreras	Amparo C. C.
6. Paula Beñitez Chavez	
7. Alicia Martínez Rocha	
8. Marisa Cabello Castillo	Marisa Cabello P.
9. Lourdes Golicia Cabello	Cabello
10. Estela Lucía Cruz Pobles	Estela Cruz
11. Eva Galindo Hernandez	Eva Galindo
12. Rosalynia Cabello Aldz	
13. Margarita Santiago	Margarita
14. Salvador Poldos	Salvador Poldos
15. Félix Ortiz	Félix Ortiz

16.	Ana Pérez Macalco	Ana Pérez Macalco
17.	Felicitar Arredondo	Felicitar AM
18.	Maria Elena Grajeda Montes de Oca	
19.	Maria del Carmen Arciniega Aguido	
20.	Maria Hatoera Motel Jaramillo	
21.	Guadalupe Jaramillo Cuatrecasas	
22.	Maria Cristina Martel Jaramillo	
23.	Trinidad Rojas U	
24.	Isabel Rufino Camacho	
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla sobre prevención de fracturas dirigida a adultos mayores, se destacó la importancia de mantener huesos fuertes mediante una dieta rica en calcio y vitamina D, y la realización de ejercicios de fortalecimiento y equilibrio. Se discutieron medidas para reducir el riesgo de caídas en el hogar y se resaltó la importancia de revisiones médicas regulares. Los asistentes participaron activamente con preguntas y compartiendo sus experiencias.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica:     Pie Diabético    

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha:     12/01/24    

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Ana Lilia Macalco	Ana Lilia Macalco
2. Guadalupe Sevilla Romero	Romero
3. Margarita Isabel Valencia Ramirez	Margaritadela R.
4. Anselma Lucia Lopez Hernandez	Anselma Lopez Hernandez
5. Amparo Corinto Cortes	Amparo C. C.
6. PAULA BLITZ CHAVEZ	
7. Alicia Martínez Rocha	
8. Marisa Cabello Castillo	Marisa Cabello C.
9. Lourdes Galicia Cabello	Cabello
10. Estela Lucia Cruz Robles	Estela Cruz
11. Eva Galindo Hernández	Eva Galindo H.
12. Rosa Ignacia Cabello Hdz	
13. Margarita Santiago	Margarita
14. Salvador Roldán	Salvador Roldán
15. Tally Ortiz	Tally Ortiz

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. Ana Lilia Macalco	Ana Lilia Macalco
17. Felicitas Arriola Maza	Felicitas A M
18. Marcia Elena Greggeda	
19. Marcia del Carmen	
20. Maria Antonia Martel Jaramillo	Maria Antonia Martel Jaramillo
21. Mariana Ladrón	
22. María Cristina Martel Jaramillo	
23. Priscilla Rojas L	IRL
24. Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino C
25.	
26.	
27.	
28.	
29.	
30.	
31.	
32.	
33.	
34.	
35.	

En la charla a adultos mayores sobre el pie diabético, se explicó la importancia del cuidado preventivo del pie, la detección temprana de problemas y el control adecuado de la diabetes. Se ofrecieron consejos sobre higiene, uso de calzado apropiado y revisiones regulares del pie. Los asistentes mostraron interés, participando con preguntas y compartiendo experiencias personales relacionadas con el manejo del pie diabético.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Síndrome metabólico

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 24/11/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Ana Lúg Melcalco	Ana Lúg Melcalco
2. Guadalupe Semilla Romero	Romero
3. Margarita Isabel Valencia Ramirez	Margarita Isabel V.
4. Anselma Lucía Lopez Hernandez	Anselma Lopez Hernandez
5. Amparo Corrientes Contreras	Amparo C. C.
6. Paule Benitez Chavez	[Firma]
7. Alicia Martínez Rocha	[Firma]
8. Marisa Cabello Castillo	Marisa Cabello P.
9. Lourdes Golicia Cabello	Cabello
10. Estela Lucía Cruz Robles	Estela Cruz
11. Eva Galindo Hernández	Eva Galindo
12. Rosalynacia Cabello Hdz	[Firma]
13. Margarita Santiago	[Firma]
14. Salvador Maldán	Salvador Maldán
15. Felix Ortiz	Felix Ortiz

16.	Editha Arreola mba	Editha A M
17.	Maria Elena Grajeda	<del>_____</del>
18.	Maria del Carmen Arcuiega	<del>_____</del>
19.	Maria Antonia Matel Jaramillo	Maria Antonia Matel J
20.	Guadalupe Jaramillo Cruzaga	Guadalupe Jaramillo
21.	Manuela Letis	<del>_____</del>
22.	Maria Cristina Matel Jaramillo	<del>_____</del>
23.	Trinidad Rojas	TRJ
24.	Isabel Rufino Cerna	Isabel Rufino C
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla sobre síndrome metabólico en adultos mayores, se abordaron los factores de riesgo como la obesidad, la hipertensión y el desequilibrio en los niveles de glucosa y colesterol. Se enfatizó la importancia de una dieta saludable, ejercicio regular y control médico para prevenir complicaciones. Los asistentes participaron activamente, expresando sus inquietudes y compartiendo experiencias personales sobre el manejo de su salud.





Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Constipación en adulto mayor

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 19/01/24

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Ana Pérez Mecalco	Ana Pérez Mecalco
2. Guadalupe Semilla Romíng	Romíng
3. Margarita Isabel Valpacia Ramírez	Margarita Isabel R.
4. Angelina Lucía López Hernández	Angelina López H.
5. Amparo Corral Contreras	Amparo C. C.
6. Paula Bchiriz Chave	<del>Paula Bchiriz Chave</del>
7. Alicia Martínez Rocha	Alicia Martínez Rocha
8. Marisa Cabello Castillo	Marisa Cabello C.
9. Lourdes Galicia Cabello	Lourdes Galicia C.
10. Estela Lucía Cruz Pobles	Estela Cruz
11. Eva Balindo Hernández	Eva Balindo H.
12. Rosa Ignacia Cabello Adz	Rosa Ignacia C.
13. Margarita Santiago	Margarita
14. Salvador Boddán	Salvador Boddán
15. Felicit Ochoa	Felicit Ochoa

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

16. Felicit Amador meza	Felicit Am
17. María Elena Grajeda Montes de Oca	María Elena G.
18. María del Corral Arciniegga	María del Corral
19. María Botocana Motel Jaramillo	María Botocana M.
20. Guadalupe Jaramillo Cruz Jaramilla	Guadalupe Jaramillo
21. Margarita Sánchez	Margarita Sánchez
22. María Cristina Motel Jaramillo	María Cristina M.
23. Trinidad Rojas G	TRJ
24. Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino C.
25.	
26.	
27.	
28.	
29.	
30.	
31.	
32.	
33.	
34.	
35.	

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

Durante la charla sobre constipación en adultos mayores, se discutieron las causas comunes, la importancia de una dieta alta en fibra, una hidratación adecuada y la actividad física regular para prevenir y tratar la constipación. Se incentivó a los asistentes a consultar a sus médicos para tratamientos específicos y se creó un ambiente de diálogo donde compartieron sus experiencias y dudas sobre el tema.



Universidad Autónoma Metropolitana "Las Ánimas"

HOJA DE ASISTENCIA

Nombre de la plática informativa médica: Prevenición de riesgo de caídas

Lugar: Casa de la tercera edad y casa de la cultura Tulyehualco

Fecha: 01/12/23

Nombre y edad del participante	Firma del participante
1. Ana Pérez Mecalco	Ana Pérez
2. Guadalupe Sevilla Romíng	Romíng
3. Margarite Habel Valencia Ramirez	Margarite Habel R.
4. Angelma Lucía Lopez Hernandez	Angelma Lopez Hdz
5. Amparo Contreras Contreras	Amparo P. C.
6. <del>Paula Ramirez C</del>	<del>Paula Ramirez C</del>
7. Alicia Martínez Rocha	Alicia Martínez Rocha
8. Marisa Cabello Castillo	Marisa Cabello P.
9. Lourdes Galicia Cabello	Lourdes Galicia
10. Estela Lucia Cruz Robles	Estela Cruz
11. Eva Balindo Hernández	Eva Balindo
12. Rosa Ignacia Cabello Hdz	Rosa Ignacia Cabello Hdz
13. Salvador Maldonado	Salvador Maldonado
14. Tere Cruz	Tere Cruz
15.	

16.	Elicita Arreola mg	Elicita A M
17.	María Elena Grajeda	<del>Las</del>
18.	María del Carmen Arciniega	<del>Las</del>
19.	María Hércules Matel Jaramillo	María Hércules Matel Jaramillo
20.	Guadalupe Jaramillo Cuapospa	Guadalupe Jaramillo C
21.	María del Carmen Jaramillo	<del>Las</del>
22.	María Cristina Matel Jaramillo	<del>Las</del>
23.	Luzmila Rojas A	LRJ
24.	Isabel Rufino Camacho	Isabel Rufino C
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		

Av. Aquiles Serdán s/n, Santiago Tulyehualco, 16700, Ciudad de México Tel. 01 55 54837000

En la charla sobre prevención de riesgo de caídas dirigida a adultos mayores, se destacaron las estrategias para minimizar el riesgo en el hogar, como eliminar obstáculos, mejorar la iluminación y usar calzado antideslizante. Se enfatizó la importancia del ejercicio regular para mejorar el equilibrio y la fuerza. Los participantes se involucraron activamente, compartiendo sus experiencias y haciendo preguntas relevantes al tema.

## ANEXO 2



La imagen muestra a jóvenes que están realizando una actividad de promoción a la salud de su servicio social médico. Están al aire libre, junto a una calle transitada, colgando un cartel que promueve la orientación médica. El cartel es llamativo, con letras grandes y colores vivos para atraer la atención de las personas que pasan. La iniciativa esta orientada a la promoción de la salud, y los jóvenes muestran un comportamiento proactivo y comunitario al difundir información médica importante en puntos estratégicos y concurridos.



En la imagen superior, un grupo diverso de adultos mayores están reunidos en una sala de reuniones, con decoraciones festivas que sugieren una atmósfera cálida y acogedora. La foto se captura momentos después de una sesión informativa o educativa por parte de los pasantes de servicio social médico, lo que refleja la importancia de involucrar a todos los segmentos de la comunidad en el diálogo sobre la salud y bienestar. La imagen inferior muestra a un grupo de jóvenes médicos frente a una presentación que promueve el "Envejecimiento activo y saludable", una de varias pláticas informativas que se dieron en la casa de la cultura y el adulto mayor, promocionando a través de éstas la prevención y promoción a la salud, fomentando estilos de vida saludable.



En la imagen superior, se ve a un equipo médico midiendo la presión arterial de adultos mayores. Esta acción es vital para la prevención de la hipertensión, permitiendo la detección temprana y el asesoramiento adecuado para mantener la salud cardiovascular. La imagen inferior muestra a profesionales de la salud atendiendo a una paciente mayor en una campaña de salud. El seguimiento y la atención personalizada contribuyen a la educación sobre la gestión de la hipertensión y a fomentar hábitos de vida saludables entre los adultos mayores.



La imagen muestra a un grupo de profesionales de la salud participando en una campaña de promoción de la salud vinculada al programa Pilares, una iniciativa del gobierno presente en Santiago Tulyehualco. Están ante una mesa con folletos y un cartel informativo que detalla diferentes métodos anticonceptivos, lo que demuestra un enfoque en la salud reproductiva y sexual. La participación en este tipo de campañas de servicio social médico facilita la difusión de información crucial sobre la planificación familiar y prevención de enfermedades, contribuyendo así a la salud integral de la comunidad. Al proporcionar acceso a información y recursos, esta campaña apoya la toma de decisiones informadas de los individuos, promueve estilos de vida saludables