



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
METROPOLITANA  
UNIDAD XOCHIMILCO**

**DIVISIÓN BIOLÓGICAS Y CIENCIAS DE LA SALUD**

**Identificación de los componentes y/o características  
determinantes de salud de la población del centro de salud  
de T-III “Carmen Serdán”, mediante la aplicación de  
encuestas**

**Licenciatura en Nutrición Humana**

**Periodo: febrero 2022 a enero 2023**

**Asesor: Mtra. María Eugenia Vera Herrera**

**Alumnos:**

**Alesi Johanny Bahena Jiménez**

**Matricula:2162031738**

**Jessica Beatriz Martínez Rodríguez**

**Matricula:2172032532**

|   |    |
|---|----|
| Contenido                                   |    |
| INTRODUCCIÓN. ....                          | 3  |
| OBJETIVO GENERAL .....                      | 4  |
| Específicos .....                           | 4  |
| METODOLOGÍA .....                           | 5  |
| ACTIVIDADES .....                           | 7  |
| METAS.....                                  | 7  |
| RESULTADOS.....                             | 8  |
| ANÁLISIS DE RESULTADOS SIGNIFICATIVOS. .... | 32 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES. ....        | 33 |
| BIBLIOGRAFÍA. ....                          | 34 |
| ANEXOS .....                                | 37 |

## **INTRODUCCIÓN.**

La carrera de nutrición tiene como objetivo principal formar y forjar profesionales capaces de realizar actividades científicas apoyados en principios éticos para enfrentar en el nivel individual y colectivo los problemas tanto de alimentación como de nutrición y su estrecha relación con la salud, con una perspectiva multidisciplinaria y utilizando enfoques y metodologías propias de las ciencias biológicas y sociales; como nutriólogas somos capaces de brindar atención a la salud, tanto de manera pública como privada, somos capaces de diseñar políticas sociales e instrumentación de programas y brindar servicios de alimentos.

Dentro de la profesión de nutrición se encuentra el brindar asesorías nutricionales, desde indicar la importancia del consumo de alimentos saludables, el consumo adecuado de agua y la realización de actividad física, así como un plan de alimentación personalizado y ejemplos de un menú basado en la patología del paciente, así como intervenciones individualizadas o de manera grupal.

El presente trabajo tiene como objetivo identificar los componentes y/o características determinantes de salud de la población que acude a consulta en el Centro de Salud T-III "Carmen Serdán", el cual tiene a su cargo 35 colonias con un total de 155,000 habitantes (NEGI 2020), estos determinantes se darán a conocer a través de una investigación que abarca temas socioeconómicos, culturales, educativos, familiares, de higiene y nutrición, haciendo un mayor énfasis en la frecuencia de consumo de los diversos grupos de alimentos.

El estudio se centró en el control de enfermedades crónicas, siendo de las más comunes a nivel mundial, la diabetes mellitus tipo 2 y la hipertensión arterial y su estrecha relación e influencia que existe con la alimentación, así como con otras características de importancia como el acceso al servicio de salud el cual resulta fundamental para garantizar una mejor calidad de vida.

## **OBJETIVO GENERAL**

Identificar los componentes y/o características determinantes de salud de la población del centro de salud de T-III "Carmen Serdán", mediante la aplicación de encuestas

### **Específicos**

- ❖ Conocer el tipo de población que acude al servicio de nutrición en el centro de salud de acuerdo a su edad y sexo
- ❖ Analizar las características específicas de la población (socioeconómica, cultural, educativa, higiene y nutricional).
- ❖ Identificar las enfermedades más frecuentes que padece la mayor parte de la población encuestada
- ❖ Conocer los hábitos alimenticios de la población de acuerdo a los diversos grupos de alimentos.
- ❖ Conocer las principales necesidades de la población en estudio en relación a su enfermedad y hábitos de alimentación
- ❖ Realizar una intervención en pacientes con las principales enfermedades con el fin de mejorar su estilo de vida.

## **METODOLOGÍA**

### **Población de estudio:**

Adultos mayores de 18 años de edad, que acuden al centro de salud “Carmen Serdán”, a solicitar el servicio de nutrición y a consulta general en el consultorio 3 para pacientes con enfermedades crónicas degenerativas

### **Criterios de selección**

**Criterios de inclusión:** Mujeres y hombres adultos mayores de 18 años que acude al centro de salud “Carmen Serdán”, a solicitar el servicio de Nutrición y a consulta general en el consultorio 3 para pacientes con enfermedades crónicas degenerativas

**Criterios de exclusión:** Mujeres y hombres menores de 18 años o menos o que no acuden a solicitar servicio de nutrición y consulta en el consultorio 3

**Criterios de eliminación:** Personas que no quieran participar o no completen el cuestionario, es decir, aquellas personas que en su cuestionario no se puedan obtener los datos necesarios para el estudio.

### **Recolección de datos:**

1. Se realizó una selección probabilística de 50 personas entre la población que acude al centro de salud “Carmen Serdán”, a solicitar el servicio de Nutrición y a consulta general en el consultorio 3 para pacientes con enfermedades crónicas degenerativas.
2. Duración de 1 mes del 08 de mayo al 29 de mayo del año 2022
3. Se elaboro un cuestionario basado en la Guía brindada por la secretaria de salud, conocida como cedula para la identificación de factores condicionantes de salud, el cual nos permite conocer los componentes y/o características determinantes de salud de la población de estudio.

### **Recursos**

## **Humanos**

Coordinador Médico: Dr. Jairo Jocsan Domínguez Manjarrez,

Pasantes de Nutrición del periodo febrero 2022 a enero del 2023:

Alesi Johanny Bahena Jiménez: Aplicación de encuestas y elaboración de micro diagnóstico de salud

Jessica Beatriz Martínez Rodríguez: Aplicación de encuestas y elaboración de micro diagnóstico de salud

## **Materiales**

50 encuestas impresas

2 computadoras personales

Paquete office 2019

Programa SPSS versión 22

Plumas

Hojas tamaño carta

## ACTIVIDADES

| Año         | 2022                                 |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       | 2023 |   |   |   |   |   |   |
|-------------|--------------------------------------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|----|----|----|------|---|---|---|-------|---|---|---|-------|---|---|---|--------|---|---|---|------------|---|---|---|---------|---|---|---|-----------|---|---|---|-----------|---|---|---|-------|------|---|---|---|---|---|---|
| Mes         | Febrero                              |   |   |   | Marzo |   |   |   | Abril |    |    |    | Mayo |   |   |   | Junio |   |   |   | Julio |   |   |   | Agosto |   |   |   | Septiembre |   |   |   | Octubre |   |   |   | Noviembre |   |   |   | Diciembre |   |   |   | Enero |      |   |   |   |   |   |   |
| Semanas     | 1                                    | 2 | 3 | 4 | 5     | 6 | 7 | 8 | 9     | 10 | 11 | 12 | 1    | 1 | 1 | 1 | 1     | 1 | 1 | 1 | 1     | 1 | 1 | 1 | 1      | 1 | 1 | 1 | 1          | 1 | 1 | 1 | 1       | 1 | 1 | 1 | 1         | 1 | 1 | 1 | 1         | 1 | 1 | 1 | 1     | 1    | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ACTIVIDADES | Identificación del problema          | █ | █ | █ |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Revisión Bibliografía del problema   |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Aplicación de encuesta               |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Vaciado de encuestas en SPSS         |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Análisis de Resultados               |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Redacción de Conclusiones            |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Recomendaciones                      |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Selección de grupo para intervención |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Plática con el grupo                 |   |   |   |       |   |   |   |       |    |    |    |      |   |   |   |       |   |   |   |       |   |   |   |        |   |   |   |            |   |   |   |         |   |   |   |           |   |   |   |           |   |   |   |       |      |   |   |   |   |   |   |
|             | Bibliografía                         | █ | █ | █ | █     | █ | █ | █ | █     | █  | █  | █  | █    | █ | █ | █ | █     | █ | █ | █ | █     | █ | █ | █ | █      | █ | █ | █ | █          | █ | █ | █ | █       | █ | █ | █ | █         | █ | █ | █ | █         | █ | █ | █ | █     | █    | █ | █ | █ | █ | █ |   |
|             | Redacción                            | █ | █ | █ | █     | █ | █ | █ | █     | █  | █  | █  | █    | █ | █ | █ | █     | █ | █ | █ | █     | █ | █ | █ | █      | █ | █ | █ | █          | █ | █ | █ | █       | █ | █ | █ | █         | █ | █ | █ | █         | █ | █ | █ | █     | █    | █ | █ | █ | █ | █ | █ |

## METAS

### Meta 1.

Identificar los componentes y/o características del estado de salud de la población que acude al servicio de nutrición en el Centro de Salud T-III "Carmen Serdán" mediante la aplicación de encuestas.

### Meta 2.

Analizar las características específicas de la población (socioeconómica, cultural, educativa, de higiene y nutricional)

### Meta 3.

Elegir una población muestra de 5 pacientes para llevar a cabo una intervención y mejorar sus hábitos alimenticios y estilo de vida.

### Meta 4.

Plantear sesiones académicas en donde incluyan los temas de importancia relacionado a su enfermedad crónico degenerativa y presentación de menús

### Meta 5

Analizar las mejoras en el estado de salud de los pacientes incluidos en la intervención.

## RESULTADOS

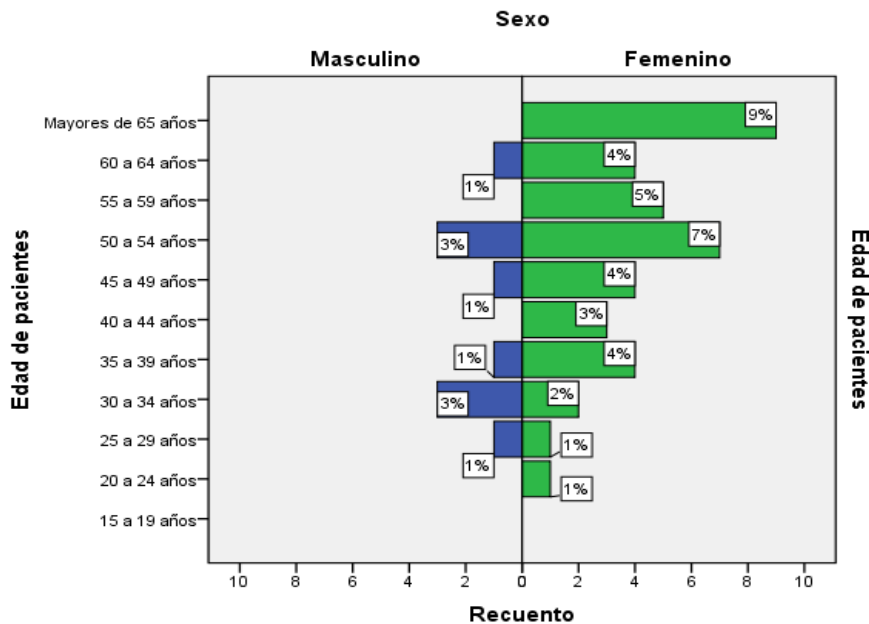
### POBLACIÓN DE ESTUDIO

CUADRO 1. POBLACIÓN DEL ÁREA ESTUDIADA

|                   |                    | Sexo      |           | Total         | Porcentaje |
|-------------------|--------------------|-----------|-----------|---------------|------------|
|                   |                    | Masculino | Femenino  |               |            |
| Edad de pacientes | 20 a 24 años       | 0         | 1         | 1             | 2.0%       |
|                   | 25 a 29 años       | 1         | 1         | 2             | 4.0%       |
|                   | 30 a 34 años       | 3         | 2         | 5             | 10.0%      |
|                   | 35 a 39 años       | 1         | 4         | 5             | 10.0%      |
|                   | 40 a 44 años       | 0         | 3         | 3             | 6.0%       |
|                   | 45 a 49 años       | 1         | 4         | 5             | 10.0%      |
|                   | 50 a 54 años       | 3         | 7         | 10            | 20.0%      |
|                   | 55 a 59 años       | 0         | 5         | 5             | 10.0%      |
|                   | 60 a 64 años       | 1         | 4         | 5             | 10.0%      |
|                   | Mayores de 65 años | 0         | 9         | 9             | 18.0%      |
| <b>Total</b>      | <b>10</b>          | <b>40</b> | <b>50</b> | <b>100.0%</b> |            |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRÁFICA 1: PIRAMIDE POBLACIONAL DE LA POBLACIÓN QUE ASISTE AL CENTRO DE SALUD T-III CARMEN SERDAN



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

Se obtuvo información a través de la aplicación de una micro encuesta de 50 pacientes, los cuales acudieron al centro de salud “Carmen Serdán” a solicitar el servicio de nutrición. A través de la información obtenida observamos en el Cuadro número 1, una



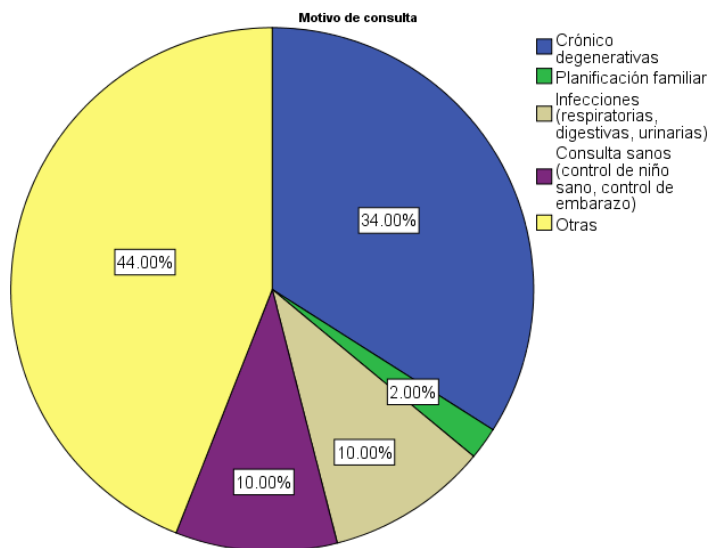
población compuesta por el 80% de femeninos y 20% por masculinos, con una relación 4:1, en comparación con el Diagnóstico de Salud del C.S. T III Carmen Serdán 2018 conformada con 51.57% por femeninos y 48.43% masculinos, con una relación 1:1 (Pineda J R, 2018).

Cuadro 2: Motivo de consulta.

|  |    | Porcentaje % |
|--|----|--------------|
| Crónico degenerativas                                      | 17 | 34.0 %       |
| Planificación familiar                                     | 1  | 2.0 %        |
| Infecciones (respiratorias, digestivas, urinarias)         | 5  | 10.0 %       |
| Consulta sanos (control de niño sano, control de embarazo) | 5  | 10.0 %       |
| Otras  | 22 | 44.0 %       |
| Total  | 50 | 100.0 %      |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

Grafica 2: Motivo de consulta



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

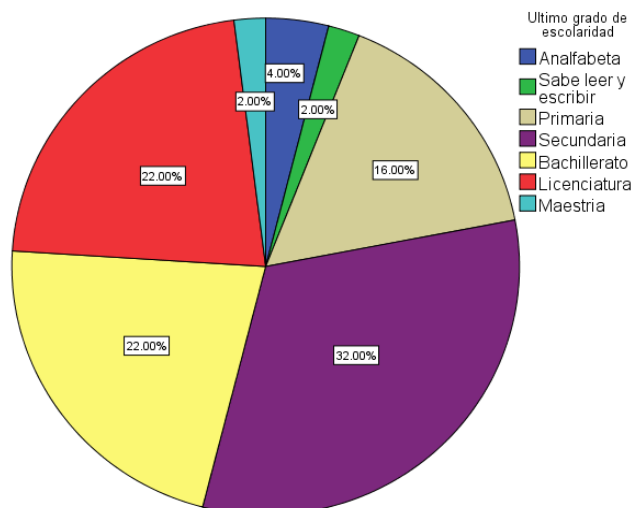
El 44% de la población que acuden al centro de salud es a causa otras enfermedades como lesiones, certificados médicos o por alguna complicación ocasionada por enfermedades crónicas degenerativas, el cual ocupa el segundo lugar en la gráfica. siendo en su mayoría pacientes diabéticos. Mientras un 10% acuden por algún tipo de infección ya sea respiratoria, digestiva o urinaria al igual de aquellos que asisten para el control de niño sano o consulta prenatal y una población muy escasa para planificación familiar (Pineda J.R. 2018).

CUADRO 3: ESCOLARIDAD

|                      | Frecuencia | Porcentaje % |
|----------------------|------------|--------------|
| Analfabeta           | 2          | 4.0 %        |
| Sabe leer y escribir | 1          | 2.0 %        |
| Primaria             | 8          | 16.0 %       |
| Secundaria           | 16         | 32.0 %       |
| Bachillerato         | 11         | 22.0 %       |
| Licenciatura         | 11         | 22.0 %       |
| Maestría             | 1          | 2.0 %        |
| Total                | 50         | 100 %        |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 3: ESCOLARIDAD



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES

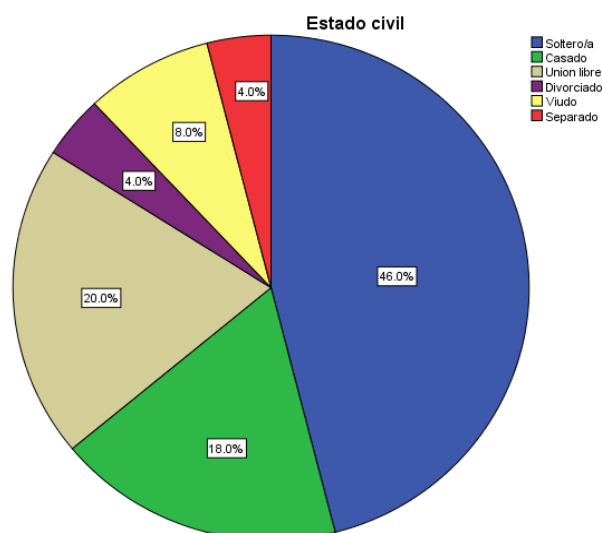
En gráfica 3 encontramos que el 32% de la población encuestada solo han concluido la secundaria, seguida del 22% por quienes finalizaron el bachillerato o licenciatura y en su minoría con 2% quienes concluyeron la maestría, los que saben leer y/o escribir, en comparación con la ENSANUT Medio camino 2016 donde el nivel máximo de estudios que predomina en la población es la primaria 32.6%, seguida de un 28.1% de secundaria y en su minoría con un 0.6 maestría. (Shamah-Levy T, et al. 2016)

CUADRO 4: ESTADO CIVIL

|             | Frecuencia | Porcentaje % |
|-------------|------------|--------------|
| Soltero/a   | 23         | 46.0 %       |
| Casado      | 9          | 18.0 %       |
| Unión libre | 10         | 20.0 %       |
| Divorciado  | 2          | 4.0 %        |
| Viudo       | 4          | 8.0 %        |
| Separado    | 2          | 4.0 %        |
| Total       | 50         | 100.0 %      |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRÁFICA 4: ESTADO CIVIL



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

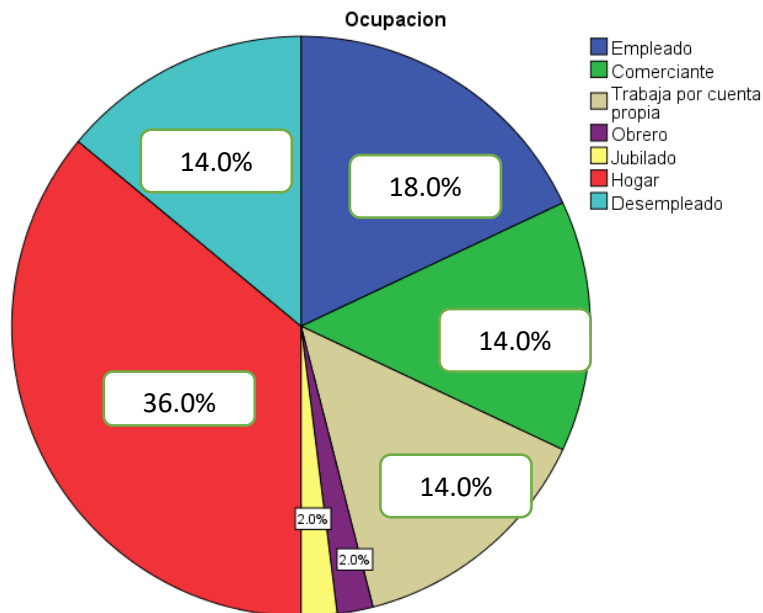
En la gráfica 4 podemos observar el estado civil de nuestra población encuestada, en su mayoría con 46% son soltero/a, 20% en unión libre, 18% casado, un 8% es viudo y en su minoría con 4% se encuentran separado o divorciado, relacionando esta información con datos emitidos por la INEGI se puede deducir que la mayoría de las personas prefieren vivir en unión libre o soltería, ya que actualmente los matrimonios registrados disminuyen gradualmente (INEGI. 2021c).

CUADRO 5: OCUPACION LABORAL

|                           | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------------|------------|------------|
| Empleado                  | 9          | 18.0 %     |
| Comerciante               | 7          | 14.0 %     |
| Trabaja por cuenta propia | 7          | 14.0 %     |
| Obrero                    | 1          | 2.0 %      |
| Jubilado                  | 1          | 2.0 %      |
| Hogar                     | 18         | 36.0 %     |
| Desempleado               | 7          | 14.0 %     |
| Total                     | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRÁFICA 5: OCUPACION LABORAL



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

En el cuadro 5 junto con la gráfica 5 observamos un 36% de la población se dedica al hogar, seguido de 18% de empleados como prestadores de servicios, ocupando el último lugar tanto obreros como jubilados con 2%, en comparación con la DATA México beta Coyoacán 2021, la ocupación con más trabajadores fue Empleados de Ventas con

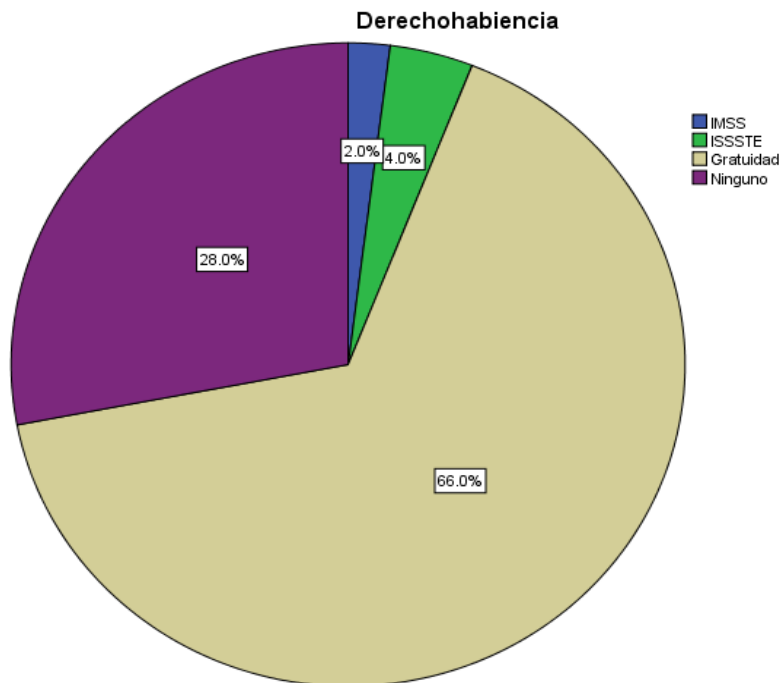
5.77% y la minoría 0.34% por pintores (trabajadores por cuenta propia) (DATA México-Gobierno de México, 2022).

Cuadro 6: DERECHOHABIENCIA

|           | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------|------------|------------|
| IMSS      | 1          | 2.0 %      |
| ISSSTE    | 2          | 4.0 %      |
| Gratuidad | 33         | 66.0 %     |
| Ninguno   | 14         | 28.0 %     |
| Total     | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

Gráfica 6: DERECHOHABIENCIA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

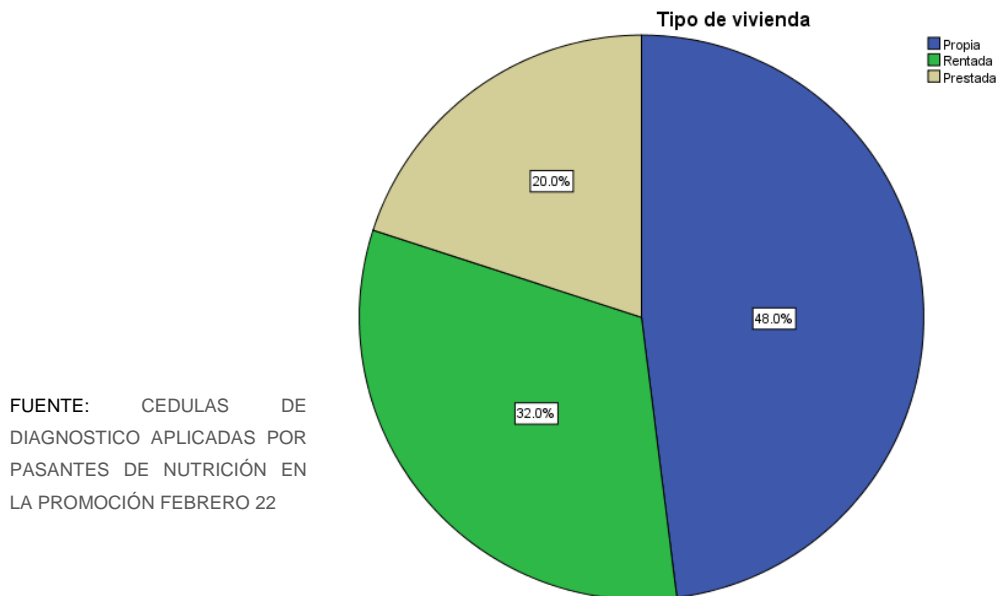
Dentro del cuadro número 6 encontramos un 66% (33) de la población que acude al centro de salud cuenta con gratuidad, con 28% (14) sin ningún servicio médico y solo el 2% (1 persona) con IMSS. En comparación con la ENSANUT Medio Camino 2016 43.5% contaban con el seguro popular, con el 32.9% con IMSS, en su minoría 0.3% sin ningún servicio (Shamah-Levy T, et al. 2016).

CUADRO 7: TIPO DE VIVIENDA

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Propia   | 24         | 48.0 %     |
| Rentada  | 16         | 32.0 %     |
| Prestada | 10         | 20.0 %     |
| Total    | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRÁFICA 7: TIPO DE VIVIENDA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

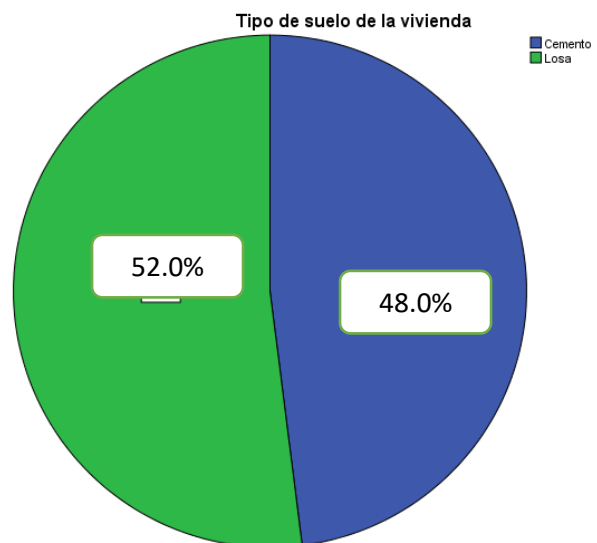
La gráfica 7 observamos que 48.0% de la población cuentan con vivienda propia, mientras que el 32% la vivienda es rentada y el 20% restante la vivienda en donde habitan es prestada por algún familiar, si se hace la comparación con la ENSANUT 2020 (Shamah-Levy T, et al. 2020) la cantidad de personas que cuentan con vivienda propia es una cantidad mucho menor.

CUADRO 8: TIPO DE SUELO DE LA VIVIENDA

|         | Frecuencia | Porcentaje |
|---------|------------|------------|
| Cemento | 24         | 48.0 %     |
| Losa    | 26         | 52.0 %     |
| Total   | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 8: TIPO DE SUELO DE LA VIVIENDA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

La grafica 8 nos muestra que las viviendas de la mayor parte de la población cuentan con un piso de loza, es decir, un 52%; mientras que el 48% restante mantienen un piso de cemento, cabe mencionar que ningún encuestado refirió contar con suelo de tierra, al comparar estos datos con la ENSANUT 2020 ( Shamah-Levy T, et al. 2020) se determina como resultados favorables, ya que en esta última al menos un 1.9% de la población encuestada refiere tener piso de tierra en sus viviendas.

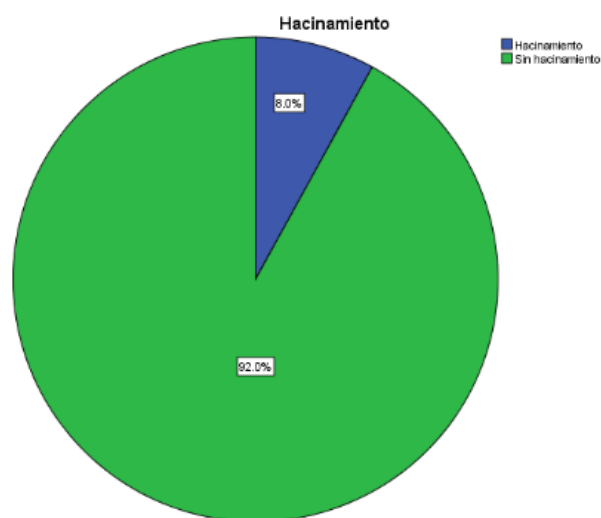
CUADRO 9: HACINAMIENTO

|                  | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------|------------|------------|
| Hacinamiento     | 4          | 8.0 %      |
| Sin hacinamiento | 46         | 92.0 %     |
| Total            | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 9: HACINAMIENTO



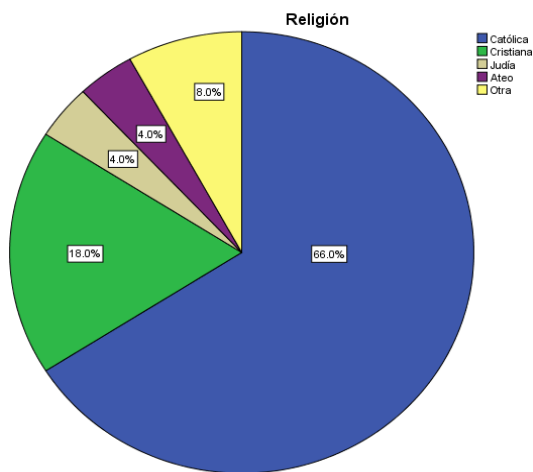
La gráfica 9, nos muestra que la vivienda de la población encuestada cuenta con las habitaciones suficientes para las personas que habitan en ella, siendo un 92% y solo el 8% de ellas las habitaciones son insuficientes, por lo que viven en un espacio reducido.

CUADRO 10: RELIGIÓN

|           | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------|------------|------------|
| Católica  | 33         | 66.0 %     |
| Cristiana | 9          | 18.0 %     |
| Judía     | 2          | 4.0 %      |
| Ateo      | 2          | 4.0 %      |
| Otra      | 4          | 8.0 %      |
| Total     | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 10: RELIGIÓN



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

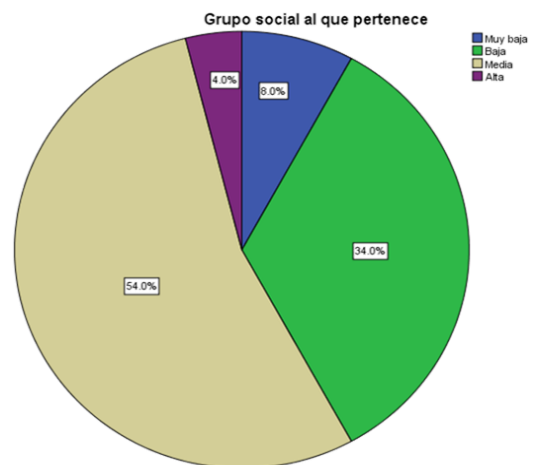
La grafica 10. nos muestra la religión a la que pertenece la mayor parte de la población encuestada con un 66.0% conformado por católicos, seguido de la religión cristiana con un 18.0% y en su minoría con un 4% es judía o ateo, coincidiendo con los datos de **INEGI (2020e)**, siendo la religión más profesada por la población mexicana la católica.

CUADRO 11: GRUPO SOCIAL

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Muy baja | 4          | 8.0 %      |
| Baja     | 17         | 34.0 %     |
| Media    | 27         | 54.0 %     |
| Alta     | 2          | 4.0 %      |
| Total    | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRÁFICA 11: GRUPO SOCIAL



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

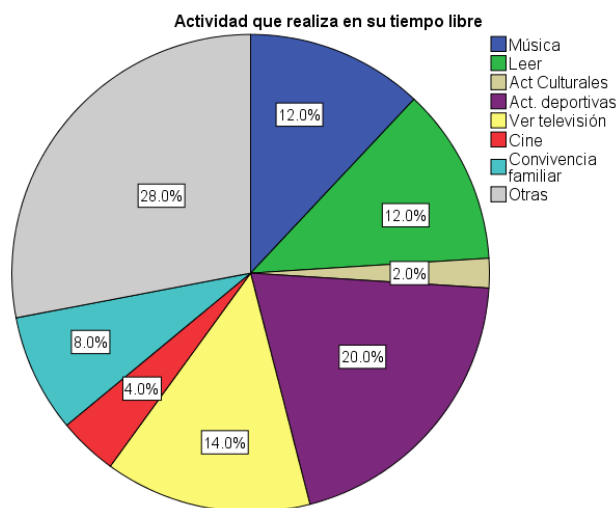
La gráfica 11 nos muestra el estatus económico de la población que acude al centro de salud, predominando un estatus medio con un 54%, seguido del estatus bajo con un 34%, una mínima parte refiere pertenecer a un estatus muy bajo, y una cantidad no significativa refiere un estatus elevado, siendo como un factor determinante la ocupación laboral del jefe de familia, lo cual se puede ver reflejado en la gráfica 5.

CUADRO 12: ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL TIEMPO LIBRE

|                        | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------------|------------|------------|
| Música                 | 6          | 12.0 %     |
| Leer                   | 6          | 12.0 %     |
| Actividades Culturales | 1          | 2.0 %      |
| Actividades deportivas | 10         | 20.0 %     |
| Ver televisión         | 7          | 14.0 %     |
| Cine                   | 2          | 4.0 %      |
| Convivencia familiar   | 4          | 8.0 %      |
| Otras                  | 14         | 28.0 %     |
| Total                  | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 12: ACTIVIDADES QUE REALIZA EN EL TIEMPO LIBRE



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

En la gráfica 12 podemos observar las diversas actividades que realiza la población que acude al centro de salud, principalmente podemos observar que un 20% prefiere realizar alguna actividad deportiva con la finalidad de mejorar su estado de salud, posteriormente un 14% prefieren ocupar su tiempo libre para ver algún programa de televisión, una parte muy escasa de 2% de nuestra población prefieren actividades culturales. Al comparar estos datos con la ENSANUT 2019 (INMUJERES, ENUT y INEGI. 2019) la actividad que mayor prevalencia tiene entre la población mexicana son actividades de estudio, seguido de la convivencia familiar, dejando actividades deportivas en el quinto lugar.

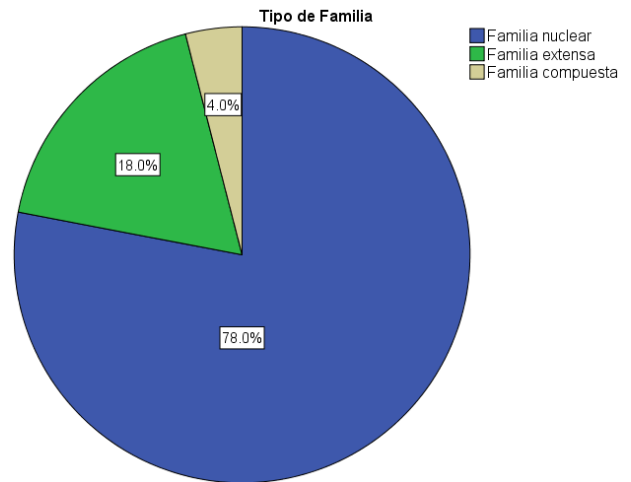


CUADRO 13: TIPO DE FAMILIA

|                   | Frecuencia | Porcentaje % |
|-------------------|------------|--------------|
| Familia nuclear   | 39         | 78.0%        |
| Familia extensa   | 9          | 18.0%        |
| Familia compuesta | 2          | 4.0%         |
| Total             | 50         | 100.0%       |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 13: TIPO DE FAMILIA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

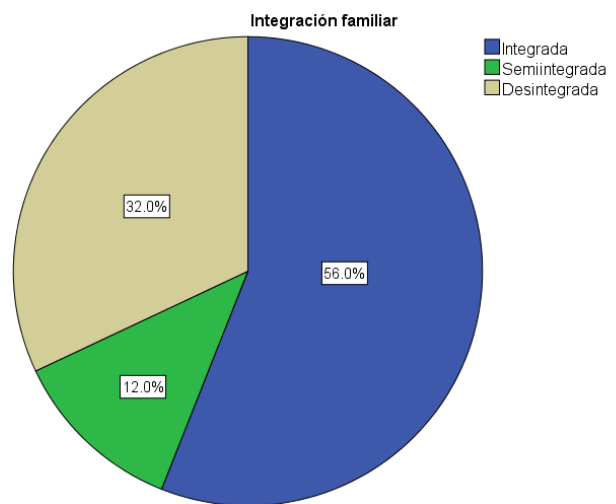
El tipo de familiar predominante en la población adscrita al centro de salud es de tipo nuclear con un 78.0% este tipo de familiar se encuentra formada por padres e hijos, mientras que un 18% indican que su familia además de padres e hijos se encuentran con hermanos de sus padres, y solo un 4% viven con más de un familiar de consanguinidad, datos de INEGI 2020 (*INEGI. 2020 cuéntame de México*) nos indican que al menos el 71% de las familias son nucleares, el 28% son extensas o ampliadas y solo el 1% son compuestas.

CUADRO 14 INTEGRACIÓN FAMILIAR

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Integrada     | 28         | 56.0 %     |
| Semiintegrada | 6          | 12.0 %     |
| Desintegrada  | 16         | 32.0 %     |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 14: INTEGRACIÓN FAMILIAR



En el tipo de familia integrada podemos observar que ambos padres cumplen con sus obligaciones siendo esta la mayor opción seleccionada por la población estudiada con

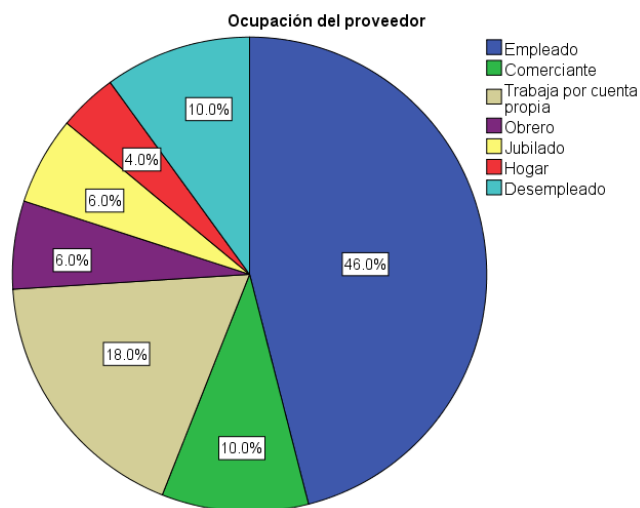
más del 50%, seguido de una familia desintegrada con un 32% en donde solo uno de los padres se encuentra cumpliendo su función esto se deriva de la muerte de alguno de los padres y/o separación de los mismos, y finalmente con el 12% encontramos a las familias son semiintegradas en donde ambos padres viven pero no cumplen con las responsabilidades en su totalidad.

**CUADRO 15: OCUPACIÓN DEL PROVEEDOR**

|                           | Frecuencia | Porcentaje % |
|---------------------------|------------|--------------|
| Empleado                  | 23         | 46.0 %       |
| Comerciante               | 5          | 10.0 %       |
| Trabaja por cuenta propia | 9          | 18.0 %       |
| Obrero                    | 3          | 6.0 %        |
| Jubilado                  | 3          | 6.0 %        |
| Hogar                     | 2          | 4.0 %        |
| Desempleado               | 5          | 10.0 %       |
| Total                     | 50         | 100.0 %      |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

**GRAFICA 15 OCUPACIÓN DEL PROVEEDOR**



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

En el cuadro y gráfica 15, observamos un 46% conformado por empleados proveedores de ingresos en los hogares, seguido de aquellos que trabajan por cuenta propia con un 18% y con una minoría del 4% se dedica al hogar. Si se vuelve a comparar esta información con la DATA Coyoacán ([DATA México-Gobierno de México](#)).

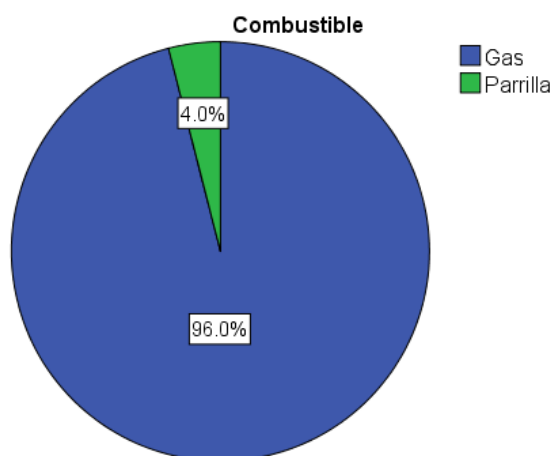
2022). la mayoría de la población se encuentra laborando como empleado en alguna institución o negocio, mientras que el menor porcentaje corresponde a aquella población que labora por cuenta propia.

**CUADRO 16: TIPO DE COMBUSTIBLE UTILIZADO**

|          | Frecuencia | Porcentaje |
|----------|------------|------------|
| Gas      | 48         | 96.0 %     |
| Parrilla | 2          | 4.0 %      |
| Total    | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

**GRAFICA 16 TIPO DE COMBUSTIBLE UTILIZADO**



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

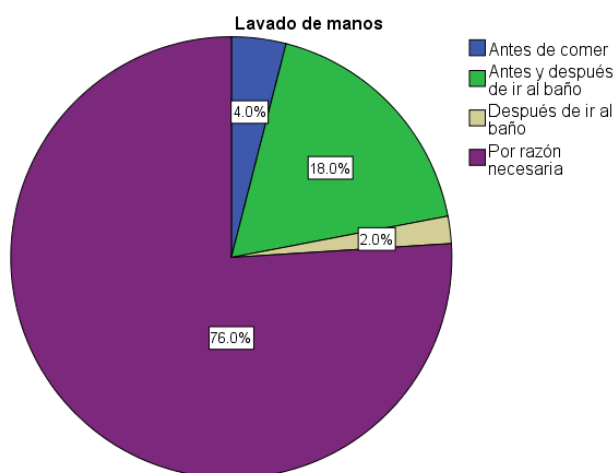
En esta gráfica podemos observar que casi el 100% de la población utiliza gas para cocinar sus alimentos esto incluye tanque estacionario o gas natural, mientras que una mínima parte (4.0%) refiere cocinar con el uso de parrillas eléctricas ya que en su hogar no cuentan con el espacio para estufa y tanque de gas.

**CUADRO 17 FRECUENCIA DE LAVADO DE MANOS**

|                               | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------|------------|------------|
| Antes de comer                | 2          | 4.0 %      |
| Antes y después de ir al baño | 9          | 18.0 %     |
| Después de ir al baño         | 1          | 2.0 %      |
| Por razón necesaria           | 38         | 76.0 %     |
| Total                         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

## GRAFICA 17 FRECUENCIA DE LAVADO DE MANOS



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

El lavado de manos en la población aumento a expensas de la pandemia por Covid-19, todos los entrevistados referían un lavado de manos por razón necesaria resumiendo que se lavaban las manos al volver de la calle o tocar algún objeto que se encontrara con una alta probabilidad para contraer la enfermedad, siendo así la opción más seleccionada con un 76%. Mientras que una mínima cantidad solo referían un lavado de manos después de ir al baño, sin especificar un lavado de manos antes de consumir algún alimento.

## CUADRO 18 FRECUENCIA DE ASEO PERSONAL

|                 | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------|------------|------------|
| Diario          | 49         | 98.0 %     |
| Cada tercer día | 1          | 2.0 %      |
| Total           | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

## GRAFICA 18 FRECUENCIA DE ASEO PERSONAL



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

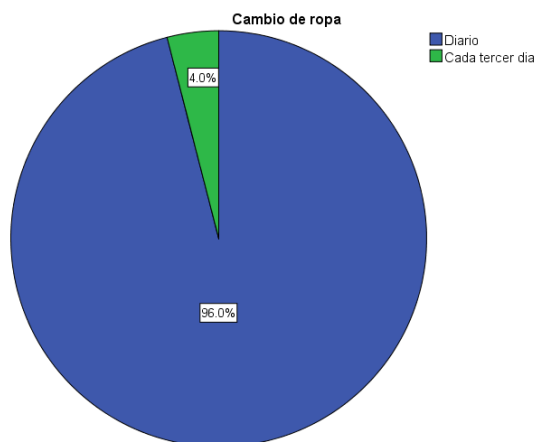
Con base en las encuestas realizadas se observa que casi el total de la población entrevistada realiza un aseo personal del diario, siendo una mínima parte (2%) lo realiza cada tercer día, esto se ve influenciado a que la zona en donde vive existe carencias, además de que es población de nivel socioeconómico muy bajo.

### CUADRO 19 FRECUENCIA DE CAMBIO DE ROPA

|                 | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------------|------------|------------|
| Diario          | 48         | 96.0 %     |
| Cada tercer día | 2          | 4.0 %      |
| Total           | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

### GRAFICA 19 FRECUENCIA DE CAMBIO DE ROPA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

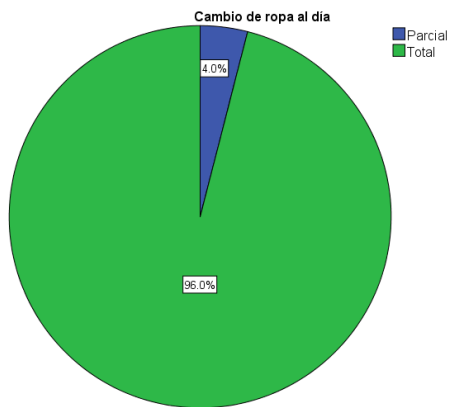
La gráfica 19 nos muestra que el cambio de ropa en nuestra población analizada es del diario en casi el 100%, siendo solo el 4% lo equivalente a dos personas encuestadas que su cambio de ropa es cada tercer día.

### CUADRO 20 CAMBIO DE ROPA AL DÍA

| Cambio de ropa al día |            |            |
|-----------------------|------------|------------|
|                       | Frecuencia | Porcentaje |
| Parcial               | 2          | 4.0 %      |
| Total                 | 48         | 96.0 %     |
| Total                 | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

## GRÁFICA 20 CAMBIO DE ROPA AL DÍA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

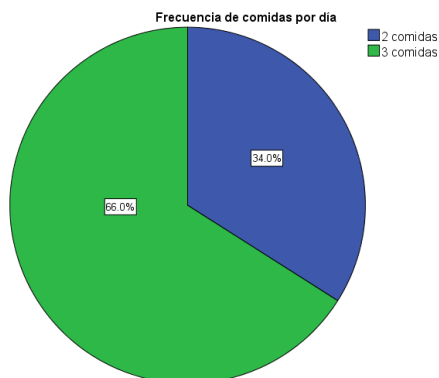
La gráfica 20 nos muestra que el cambio de ropa al día del 96% de los encuestados es total, mientras que solo el 4% siendo equivalente con el cambio de ropa por día se cambian solo parcialmente es decir solo una prenda de ropa, tomando como referencia las tablas 18, 19 y 20 deducimos que la mayoría de la población mantiene buenos hábitos de aseo personal, que basados en un estudio que se realizó por la compañía Essity, México ([Essity Aktiebolag. 2020](#)) es uno de los países que muestran gran importancia en la higiene.

## CUADRO 21: FRECUENCIA DE COMIDAS REALIZADAS POR DÍA

|           | Frecuencia | Porcentaje |
|-----------|------------|------------|
| 2 comidas | 17         | 34.0 %     |
| 3 comidas | 33         | 66.0 %     |
| Total     | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

## GRAFICA 21: FRECUENCIA DE COMIDAS REALIZADAS POR DÍA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

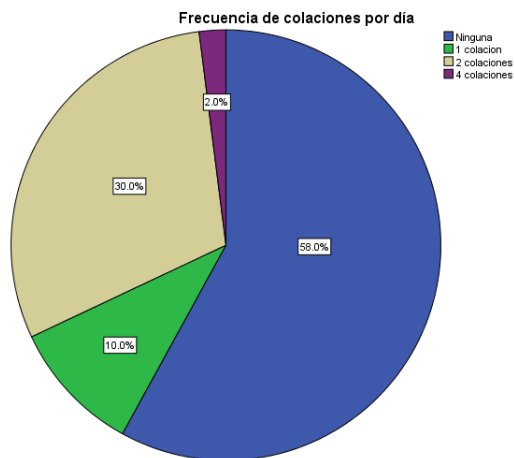
El cuadro y la gráfica 21 nos muestra la cantidad de comidas que realiza nuestra población que asiste al centro de salud, un 66% nos indica que la mayor parte de las personas encuestadas realizan sus 3 comidas al día, mientras que un poco menos de la mitad (34%) solo realizan 2 comidas, esto debido a la falta de costumbre, por trabajo o por problemas económicos.

**CUADRO 22: COLACIONES REALIZADAS POR DÍA**

|              | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------|------------|------------|
| Ninguna      | 29         | 58.0 %     |
| 1 colación   | 5          | 10.0 %     |
| 2 colaciones | 15         | 30.0 %     |
| 4 colaciones | 1          | 2.0 %      |
| Total        | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

**GRAFICA 22: COLACIONES REALIZADAS POR DÍA**



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

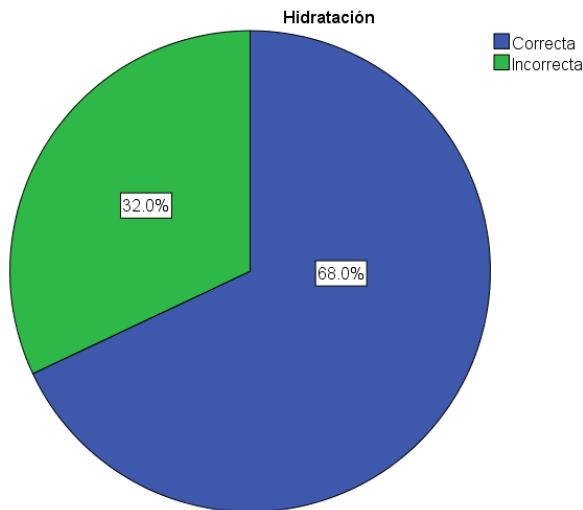
La población no acostumbra a realizar alguna colación entre comidas esto lo podemos observar en la tabla y gráfica 22, en donde un porcentaje mayor al 50% respondió que no realiza ninguna colación, mientras que el 30% quienes cuentan con un plan de alimentación establecido por el servicio de nutrición acostumbra a realizar sus dos colaciones al día.

### CUADRO 23 HIDRATACIÓN

|            | Frecuencia | Porcentaje |
|------------|------------|------------|
| Correcta   | 34         | 68.0 %     |
| Incorrecta | 16         | 32.0 %     |
| Total      | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

### GRAFICA 23 HIDRATACIÓN



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

La grafica 23 observamos el consumo de agua de nuestra población teniendo un resultado de un 68% con un consumo de agua simple mayor a 1.5 litros al día, mientras que un porcentaje menor (32%) declara que consume menos de un litro al día, debido a que sus actividades diarias no les permite el consumo de agua o por falta de sed, tomando en cuenta datos de la ENSANUT 2018-19 ([Shamah-Levy T, et al. 2018-2019](#)) declara que el consumo de agua fue el mayor grupo recomendado consumido por la población.

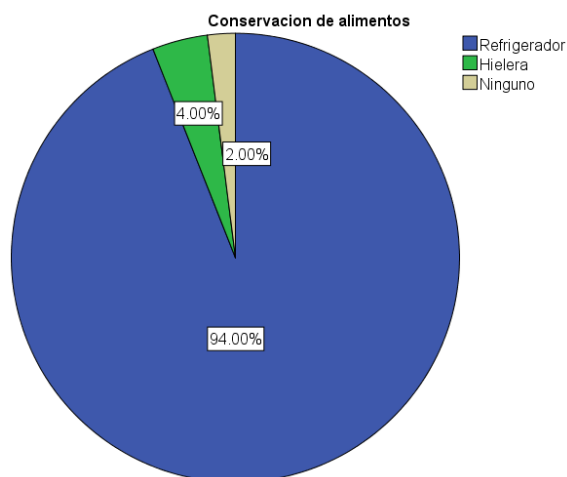
### CUADRO 24 CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

|              | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------|------------|------------|
| Refrigerador | 47         | 94.0 %     |
| Hielera      | 2          | 4.0 %      |
| Ninguno      | 1          | 2.0 %      |
| Total        | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22



## GRÁFICA 24 CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

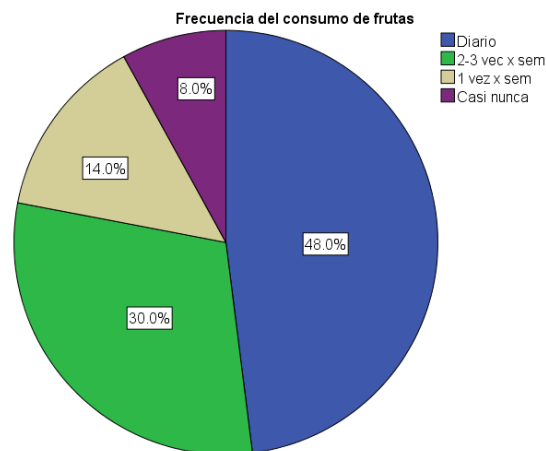
La conservación de alimentos es importante para mantener una buena alimentación, por lo que se considera esencial saber la forma en que la población conserva sus alimentos en un buen estado, el 94% de las personas encuestadas respondieron que los mantienen en refrigerador, mientras que solo una persona equivalente al 2% respondió que no utiliza ningún método de conservación.

## CUADRO 25 CONSUMO DE FRUTAS

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 24         | 48.0 %     |
| 2-3 vec x sem | 15         | 30.0 %     |
| 1 vez x sem   | 7          | 14.0 %     |
| Casi nunca    | 4          | 8.0 %      |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

## GRAFICA 25 CONSUMO DE FRUTAS



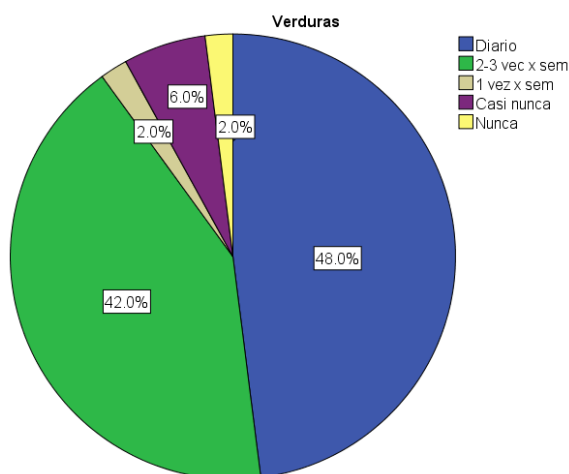
La gráfica 25 nos muestra el consumo de frutas, el 48% consume frutas a diario, mientras que el 30% lo consume de 2 a 3 veces por semana, mientras que aún existe población que no acostumbra a su consumo frecuente, la ENSANUT 2018 (INSP, INEGI y secretaria de Salud. 2018) nos arroja datos de que al menos el 49.7% de la

población consume frutas diario, siendo casi equivalente a los datos recabados en nuestra encuesta.

CUADRO 26 CONSUMO DE VERDURAS GRAFICA 26 CONSUMO DE VERDURAS

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 24         | 48.0 %     |
| 2-3 vec x sem | 21         | 42.0 %     |
| 1 vez x sem   | 1          | 2.0 %      |
| Casi nunca    | 3          | 6.0 %      |
| Nunca         | 1          | 2.0 %      |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

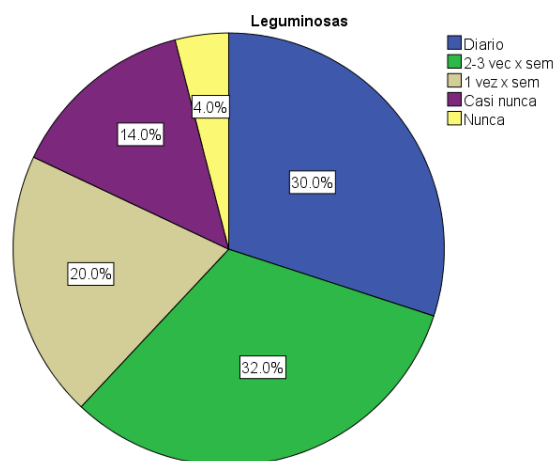


El consumo de verduras es importante para mantener una buena alimentación, casi la mitad de la población (48%) nos dijo que su consumo de este grupo de alimento es del diario, mientras que un 42% lo acostumbra a consumir de 2 a 3 veces por semana, aunque aún existen personas que no consumen verduras en ningún momento. La ENSANUT 2018 arroja datos de que el 44.9% de la población consume el grupo de verduras por día, siendo menor que los datos obtenidos por nuestra encuesta.

CUADRO 27 CONSUMO DE LEGUMINOSAS GRAFICA 27 CONSUMO DE LEGUMINOSAS

|               | Frecuencia | Porcentaje % |
|---------------|------------|--------------|
| Diario        | 15         | 30.0 %       |
| 2-3 vec x sem | 16         | 32.0 %       |
| 1 vez x sem   | 10         | 20.0 %       |
| Casi nunca    | 7          | 14.0 %       |
| Nunca         | 2          | 4.0 %        |
| Total         | 50         | 100.0 %      |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22



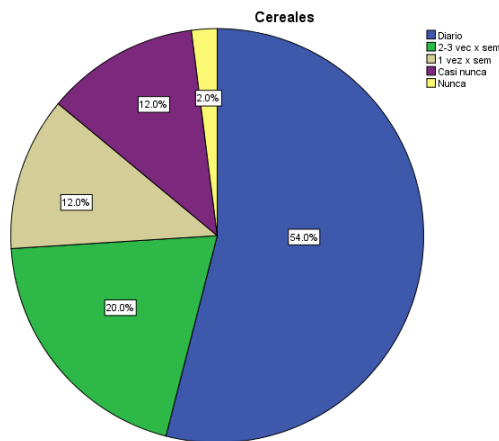
La gráfica y el cuadro 27 nos muestran el consumo del grupo de leguminosas de la población que fue encuestada en el centro de salud, los resultados estuvieron bastante dispersos ya que el 30% nos indicó que lo consumen a diario, el 32% de dos a tres veces por semana, y el 38% como suma de aquellos que no acostumbraban a consumirlos de manera frecuente. La ENSANUT 2018 (INSP, INEGI y secretaria de Salud. 2018) nos dice que al menos el 38.4% de la población consume leguminosas.

CUADRO 28: CONSUMO DE CEREALES

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 27         | 54.0 %     |
| 2-3 vec x sem | 10         | 20.0 %     |
| 1 vez x sem   | 6          | 12.0 %     |
| Casi nunca    | 6          | 12.0 %     |
| Nunca         | 1          | 2.0 %      |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 28: CONSUMO DE CEREALES



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

Esta gráfica nos muestra el consumo del grupo de cereales dando preferencia a los cereales integrales, un 54% de la población encuestada nos indica que su consumo de este grupo de alimentos es del diario y en la mayoría de los tiempos de comida,

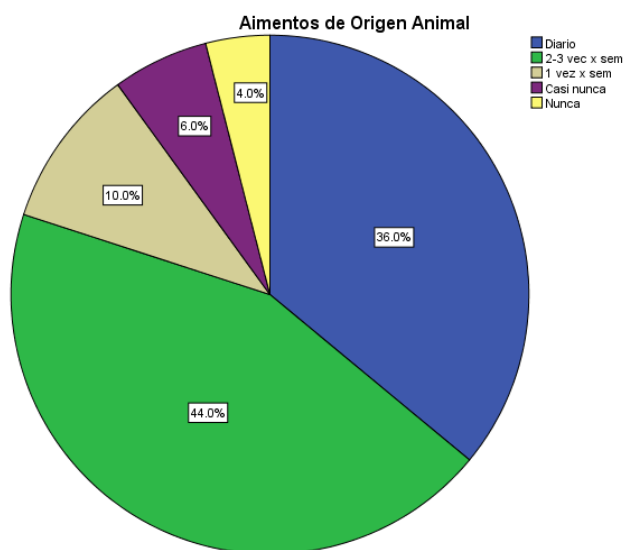
mientras que un 20% nos indicó que su consumo es de 2-3 veces por semana, una minoría del 2% no acostumbra a comerlos.

CUADRO 29: CONSUMO DE ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 18         | 36.0 %     |
| 2-3 vec x sem | 22         | 44.0 %     |
| 1 vez x sem   | 5          | 10.0 %     |
| Casi nunca    | 3          | 6.0 %      |
| Nunca         | 2          | 4.0 %      |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

GRAFICA 29: CONSUMO DE ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

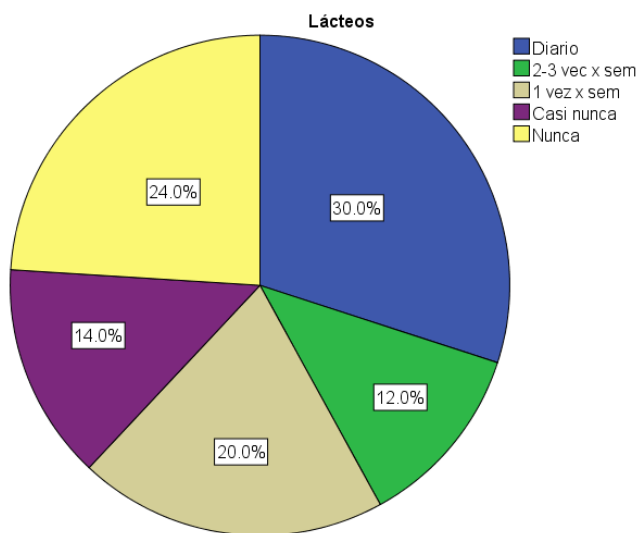
Para la gráfica 29 el consumo de alimentos de origen animal es algo complicado para la población encuestada, debido a los ingresos económicos, por lo que la mayoría nos indica que los consumo de 2 a 3 veces por semana, mientras de un 36% lo llega a consumir del diario, el 20% como suma de aquellos que lo consumen menos de una vez por semana o nunca, respecto a los datos arrojados por la ENSANUT 2018 (INSP, INEGI y secretaria de Salud. 2018) para la Ciudad de México respecto al consumo de carnes no procesadas nos dice que al menos el 75.6% acostumbran a consumirlos, teniendo valores por debajo en nuestra encuesta realizada.

### CUADRO 30: CONSUMO DE LÁCTEOS

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 15         | 30.0 %     |
| 2-3 vec x sem | 6          | 12.0 %     |
| 1 vez x sem   | 10         | 20.0 %     |
| Casi nunca    | 7          | 14.0 %     |
| Nunca         | 12         | 24.0 %     |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

### GRAFICA 30: CONSUMO DE LÁCTEOS



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

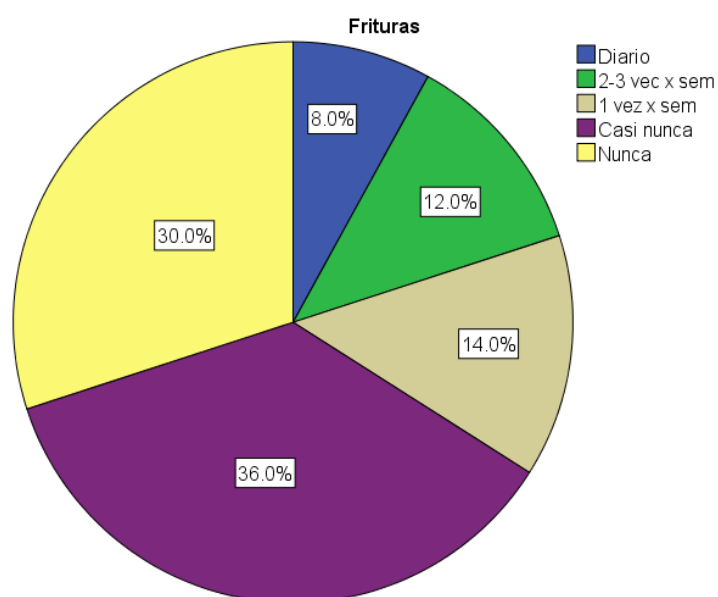
La información proporcionada por el cuadro y gráfica 30 nos indican del consumo de lácteos (leche, yogurt) de la población que asiste al centro de salud, los valores obtenidos nos indican que solo el 30% acostumbra a consumirlos del diario, seguido de un 20% de aquellos que solo acostumbran a consumirlo una vez a la semana, y un 24% de aquellos que no la consumen nunca indicando que no lo hacen debido a su elevado costo, la mayoría de la población que la consume al menos una vez a la semana comentaron que es leche de la CONASUPO, comparando los datos obtenidos con la ENSANUT 2018 (INSP, INEGI y Secretaria de Salud. 2018) (54%) nuestra población por localidad consume mucho menos de lo establecido en la Ciudad de México.

### CUADRO 31: CONSUMO DE FRITURAS O ALIMENTOS CHATARRA

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 4          | 8.0 %      |
| 2-3 vec x sem | 6          | 12.0 %     |
| 1 vez x sem   | 7          | 14.0 %     |
| Casi nunca    | 18         | 36.0 %     |
| Nunca         | 15         | 30.0       |
| Total         | 50         | 100.0      |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

### GRAFICA 31 CONSUMO DE FRITURAS O ALIMENTOS CHATARRA



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

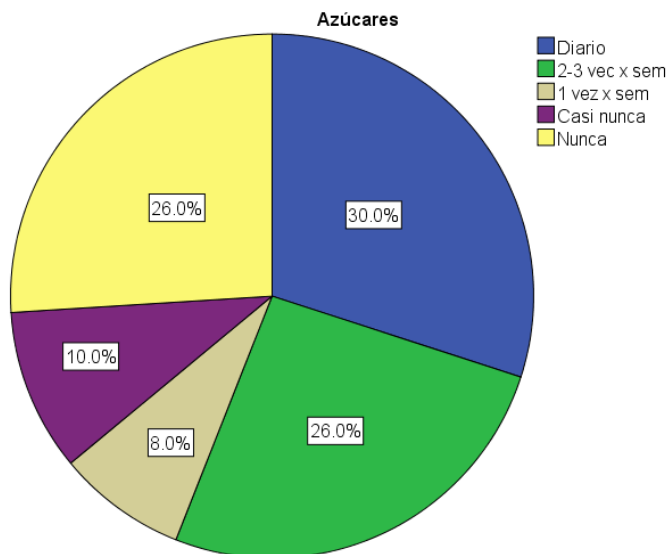
El consumo de alimentos chatarra es un problema que afecta a la población actualmente, las personas encuestadas nos indican que su consumo de frituras es mínimo solo el 8% afirmó que su consumo es diario, la mayoría de la población encuestada indicó que casi nunca lo consumen siendo un 36%, y un 30% que no lo consumían nunca, comparando nuestros resultados con los de la ENSANUT 2018 (INSP, INEGI y secretaria de Salud. 2018) obtuvimos valores positivos con un porcentaje por debajo, interpretándose que la población que acude al centro de salud ha realizado cambios en los hábitos de alimentación evitando el consumo de este tipo de alimentos.

## CUADRO 32: CONSUMO DE AZÚCARES

|               | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------|------------|------------|
| Diario        | 15         | 30.0 %     |
| 2-3 vec x sem | 13         | 26.0 %     |
| 1 vez x sem   | 4          | 8.0 %      |
| Casi nunca    | 5          | 10.0 %     |
| Nunca         | 13         | 26.0 %     |
| Total         | 50         | 100.0 %    |

FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

## GRAFICA 32 CONSUMO DE AZÚCARES



FUENTE: CEDULAS DE DIAGNOSTICO APLICADAS POR PASANTES DE NUTRICIÓN EN LA PROMOCIÓN FEBRERO 22

En esta gráfica podemos observar que el consumo de azúcares en nuestra población sigue estando presente, ya sea con el consumo de azúcar o de algún otro tipo de endulzante como miel, piloncillo, etc., el 30% de la población encuestada nos indicó que su consumo de este grupo de alimentos es diario principalmente para endulzar bebidas, el 26% lo consume de 2 a 3 veces por semanas, y un equivalente del 26% dejó de consumirlo principalmente por padecimientos crónicos, ya que prefieren tomar sus bebidas sin endulzantes y evitar los alimentos que contengan azúcares con la finalidad de evitar futuras complicaciones por un consumo excesivo de este grupo.

## **ANÁLISIS DE RESULTADOS SIGNIFICATIVOS.**

De acuerdo con el análisis de los datos obtenidos de la encuesta aplicada determinamos que la mayoría de los pacientes del Centro de Salud que acuden a solicitar el servicio de nutrición están conformados en su mayoría por mujeres que sobrepasan los 65 años de edad, y que, además, algunas de ellas cuentan con dificultades visuales, auditivas y físicas por lo que requieren apoyo de un acompañante, bastón y/o andadera para poder llevar a cabo sus actividades diarias.

Más del 70% de la población que acude a este servicio presenta alguna enfermedad o complicación ocasionada por alguna enfermedad crónica degenerativa como lo es la Diabetes Mellitus tipo II e Hipertensión Arterial Sistémica principalmente, y debido a factores como es la edad y estado físico no se les permite laborar y se dedican al hogar, por lo que en ocasiones descuidan su estado de salud y debido a falta de apoyo familiar les resulta aún más complicado.

Tanto la falta de economía (como resultado de su desempleo debido a su estado físico y edad), la falta de seguro social (por no laborar y/o no contar con familiares que los puedan afiliar a una institución como IMSS, ISSSTE, entre otros.) hace que la población acuda por atención médica o por algún otro servicio disponible en el centro de salud, con la finalidad de recibir el apoyo que requiere para poder mejorar su estado de salud, proporcionándoles los medicamentos necesarios, así como apoyo nutricional en donde se orienta sobre su alimentación de una manera accesible y saludable, con la finalidad de evitar complicaciones futuras y descontrol de su enfermedad actual.



## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.**

Gracias a las encuestas aplicadas a pacientes que acuden al servicio de Nutrición en el centro de salud CST-III Carmen Serdán, determinamos como principales factores de riesgo asociados a la falta de apego terapéutico trayendo un empeoramiento del paciente crónico-degenerativos, como: analfabetismo, pobreza, sedentarismo, alimentación y seguridad social, así como pilares de apoyo implicados en la evolución de estos padecimientos.

En el cual las mujeres son principalmente quienes presentan alguna enfermedad o complicación a causa de las enfermedades crónicas degenerativas, de acuerdo con la OMS Y OPS las mujeres son más propensas a padecer este tipo de enfermedades, con mayores consecuencias y menor protección social. Y a nivel nacional tanto la hipertensión como la diabetes mellitus en mujeres ocupan el primer y tercer lugar respectivamente y los hombres la hipertensión pasa a ocupar el segundo lugar y en tercer lugar se mantiene la diabetes mellitus, esto nos quiere decir que hay más muertes en mujeres a causa de las enfermedades crónicas degenerativas en comparación con los hombres (Gómez O. 2011 & secretaria de Salud. 2020 - 2021).

Con respecto a los hábitos alimenticios de los encuestados se obtuvo como resultado una baja ingesta de frutas, verduras y un alto consumo de azúcares, y puede deberse al desconocimiento sobre una alimentación adecuada o correcta y la falta de económica, la cual no les permite pagar un servicio particular de nutrición o comprar sus medicamentos y por ende existe un descontrol e incremento de la enfermedad, esto es parecido a lo mencionado por la FAO un excesivo consumo de energía, ciertas grasas, colesterol, alcohol y sodio (sobre todo la sal) y un consumo bajo de frutas, hortalizas y fibras, junto con estilos de vida sedentarios, contribuyen en forma importante al aumento en la incidencia de enfermedades crónicas.

Por ende, es necesario buscar estrategias de aprendizajes ideales para mejorar los hábitos alimenticios de la población que acude al centro de salud, a través de diversos métodos que van desde visuales, hasta kinestésico, por lo que durante un periodo de 3 meses con la realización de un prediagnóstico para analizar los temas a reforzar, se

organizó un grupo de 5 pacientes con los cuales se trabajó de la mano para reforzar los conocimientos y mostrar la manera de llevarlos a cabo en su vida diaria con la finalidad de mejorar su estado de salud.

## BIBLIOGRAFÍA.

- ❖ Ahued Ortega. (2015). Plan de trabajo 2015. Secretaria de Salud [E-book]. Págs. 15-30. Recuperado el 11 de junio de 2022, de [http://data.salud.cdmx.gob.mx/ssdf/portalut/archivo/Articulos/Art121F\\_XXII/PT2015.pdf](http://data.salud.cdmx.gob.mx/ssdf/portalut/archivo/Articulos/Art121F_XXII/PT2015.pdf).
- ❖ Carachure Alejo A. (2021). Diagnóstico de salud informe del servicio social . Repositorio.xoc.uam.mx. UAM Xochimilco. Recuperado el 19 de junio de 2022. <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/bitstream/123456789/26193/1/cbsCD120422160526az.ez.pdf>.
- ❖ Centro Geo – Geo Int. (2020). COVID-19 Tablero CDMX - Coyocan. Geoint COVID - 19 Tablero CDMX. Disponible en: <https://cdmx.dash.covid19.geoint.mx/>.
- ❖ Coyoacán CDMX, (s/f.) Mapa Topográfico Coyoacán, altitud, relieve, Mapas topográficos. Disponible en: <https://es-mx.topographic-map.com/maps/si2x/Coyoac%C3%A1n/>
- ❖ Coyoacán, SEDATU & CDMX (2016) “Atlas de Peligros y Riesgos Coyoacán Ciudad de México, Pág. 9-17.
- ❖ DATA México-Gobierno de México. (2022). Coyoacán: Economía, empleo, equidad, calidad de vida, educación, salud y seguridad pública | Data México . Data México. Disponible en: <https://datamexico.org/es/profile/geo/coyoacan>.
- ❖ Essity Aktiebolag. (2020) Encuesta Essentials 2020 - essity, Encuesta Essentials 2020 Resultados de mercado específico: México. 1-81 Págs.
- ❖ Gómez O. (2011) OPS/OMS: Las mujeres y los hombres enfrentan diferentes riesgos de enfermedades crónicas, Pan American Health Organization / World Health Organization. OPS. Disponible en: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5080%3A2011-women-men-face-different-chronic-disease-risks&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=5080%3A2011-women-men-face-different-chronic-disease-risks&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0)
- ❖ Google Maps (2022), Centro de Salud T-III Carmen Serdán, Coyoacán . Google.com.mx. Recuperado el 14 de mayo de 2022, de <https://www.google.com/maps/place/Vacunaci%C3%B3n+COVID-19+-+CARMEN+SERD%C3%81N/@19.3201738,-99.1091073,20z/data=!4m1!1m7!3m6!1s0x85ce01f303800067:0x5bed3f9c7c6eb42e!2sCoapa,+Carmen+Serd%C3%A1n,+04910+Ciudad+de+M%C3%A9xico,+CDMX!3b!8m2!3d19.320471!4d-99.1089562!3m4!1s0x85ce01f3a4fd4253:0x4b02a466386a6d8d!8m2!3d19.3203392!4d-99.1087645?hl=es>
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. ( 2017 ). Anuario estadístico y geográfico de la Ciudad de México 2017. Sector gobierno. 1-509 págs. Recuperado el 14

de mayo de 2022. Disponible en:  
[https://www.datatur.sectur.gob.mx/ITxEF\\_Docs/CDMX\\_ANUARIO\\_PDF.pdf](https://www.datatur.sectur.gob.mx/ITxEF_Docs/CDMX_ANUARIO_PDF.pdf).

- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020a). Censo de Población y Vivienda - Marco Geoestadístico . Cuéntame.inegi.org.mx. Recuperado el 09 de junio de 2022. Disponible en:  
[https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/df/territorio/div\\_municipal.aspx?tema=me&e=09](https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/df/territorio/div_municipal.aspx?tema=me&e=09).
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020b). Coyoacán Cuaderno de Información Básica . Alcaldía de Coyoacán. Recuperado el 9 de julio de 2022. Disponible en:  
[https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/historicos/920/702825920982-1/702825920982-1.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/historicos/920/702825920982-1/702825920982-1.pdf).
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020c) Cuéntame de México, población, Coyoacán. , Población. vivimos en hogares diferentes. INEGI. Censo de Población y Vivienda 2020. Recuperado el 03 de Julio de 2022 Disponible en:  
<https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/hogares.aspx?tema=P#:~:text=A%20su%20vez%20se%20divide,tambi%C3%A9n%20constituye%20un%20hogar%20nuclear>.
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020d). México en cifras, Ciudad de México, Coyoacán . Inegi.org.mx. Recuperado el 19 de julio de 2022. De <https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/?ag=09#collapse-Resumen>.
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020e) Religión, Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) Censos y Conteos de Población y Vivienda. Recuperado el 05 de agosto 2022. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/temas/religion/>
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021a). Características de las defunciones registradas en México durante 2020 preliminar . Inegi.org.mx. Recuperado el 10 de agosto de 2022. Disponible en:  
<https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/DefuncionesRegistradas2020preliminar.pdf>.
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2021b). Censo de Población y Vivienda 2020-2021. Panorama sociodemográfico de Ciudad de México: Censo de Población y Vivienda 2020 [E-book] (págs. 16 - 17). SNIEG. Recuperado el 9 de agosto de 2022. Disponible en:  
[https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva\\_estruc/702825197827.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/702825197827.pdf).
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021c) Estadísticas a propósito del 14 de febrero. Datos nacionales. comunicado de prensa núm. 114/21 12 de febrero de 2021. 1-7 págs. Recuperado el 09 de junio 2022. Disponible en:  
[https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP\\_14FEB21.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_14FEB21.pdf)
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021d). Mapas hidrológicos. Geográfica y medio ambiente.
- ❖ INEGI - Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022). Espacio y datos de México: Marco geoestadístico e indicadores . Recuperado el 9 de julio de 2022. De: <https://www.inegi.org.mx/app/mapa/espacioydatos/default.aspx?ag=09>.

- ❖ INMUJERES, ENUT y INEGI. (2019) Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT) 2019 Presentación de resultados. 2da ed. 1-36 Págs. Disponible en: [https://en.www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut\\_2019\\_presentacion\\_resultados.pdf](https://en.www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut_2019_presentacion_resultados.pdf)
- ❖ INSP, INEGI y secretaria de Salud. (2018) Encuesta Nacional de Salud Y Nutrición. La Secretaría de Salud, el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) y el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). 1-42 Disponible en: <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/>
- ❖ Market Data México. (2022). Market Data México Colonia Carmen Serdán, Coyoacán, en Ciudad de México. Marketdatamexico.com. Disponible en: <https://www.marketdatamexico.com/es/article/Colonia-Carmen-Serdan-Coyoacan-Ciudad-Mexico>.
- ❖ Negrete Arias , M. (2018-2021) Alcaldía Coyoacán, Alcandía Coyoacán Programa Provisional de Gobierno. Disponible en: [https://www.coyoacan.cdmx.gob.mx/docs/programa\\_provisional\\_gobierno.pdf](https://www.coyoacan.cdmx.gob.mx/docs/programa_provisional_gobierno.pdf)
- ❖ Pineda, J.R. (2018) Diagnóstico de Salud 2018 “Carmen Serdán,” Secretaría de Salud Servicios de Salud Pública del D.F. Jurisdicción Sanitaria Coyoacán .
- ❖ Secretaria de Salud. (2020- 2021) Datos del Boletín Epidemiológico del Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica, Dirección General de Epidemiología, Secretaría de Salud, Número 53, Volumen 37.
- ❖ Shamah-Levy T, Ruiz-Matus C, Rivera-Dommarco J, Kuri-Morales P, Cuevas-Nasu L, Jiménez-Corona ME, Romero-Martínez M, Méndez Gómez-Humarán I, Gaona-Pineda EB, Gómez-Acosta LM, Hernández-Ávila M (2016). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública (MX), 2017
- ❖ Shamah-Levy T, Vielma-Orozco E, Heredia-Hernández O, Romero-Martínez M, Mojica-Cuevas J, Cuevas-Nasu L, Santaella-Castell JA, Rivera-Dommarco J. (2018-2019). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018-19: Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública, 2020. Págs. 1- 268.
- ❖ Shamah-Levy T, Romero-Martínez M, Barrientos-Gutiérrez T, Cuevas-Nasu L, Bautista-Arredondo S, Colchero MA, Gaona Pineda EB, Lazcano-Ponce E, Martínez-Barnetche J, Alpuche-Arana C, Rivera-Dommarco J. (2020). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2020 sobre Covid-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública, 2021. Pág.: 1-192
- ❖ Velázquez, A., & Reyes Suarez, N. (2011). Colonia CARMEN SERDÁN 03-017; Estadística de los Comités Ciudadanos y Consejos de los Pueblos (IEDF) 2010 . Secure.iedf.org.mx. Recuperado el 14 de agosto de 2022, de <http://secure.iedf.org.mx/screc2010/coloniasRecibe.php?col=CARMEN%20SERDAN%20%2003-017>.

## ANEXOS

Cédula de Identificación de factores condicionantes de salud.



Casa abierta al tiempo

Fecha: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ años Sexo: F M AGEB\_\_\_

Domicilio \_\_\_\_\_ Colonia \_\_\_\_\_

¿Cuántas familias y personas habitan?: \_\_\_\_\_ ¿Cuántas habitaciones tiene su vivienda? \_\_\_\_\_

### Enfermedades actuales por las que acude a la consulta en el centro de salud (patologías)

- |  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Crónico degenerativas | <input type="checkbox"/> Planificación Familiar | <input type="checkbox"/> Infecciosas (respiratorias, digestivas, urinarias) | <input type="checkbox"/> consulta sanos (control niño sano, control de embarazo) |
| <input type="checkbox"/> Otras                 |   |   |  |

### Ocupación

- |                                   |                                      |                                     |  |
|-----------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Empleado | <input type="checkbox"/> Comerciante | <input type="checkbox"/> Estudiante | <input type="checkbox"/> Trabajo por cuenta propia |
| <input type="checkbox"/> Obrero   | <input type="checkbox"/> Jubilado    | <input type="checkbox"/> Hogar      | <input type="checkbox"/> Desempleado               |

### Estado Civil

- |                                    |                                   |                                      |                                     |
|------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Soltero/a | <input type="checkbox"/> Casado   | <input type="checkbox"/> Unión libre | <input type="checkbox"/> Divorciado |
| <input type="checkbox"/> Viudo     | <input type="checkbox"/> Separado | <input type="checkbox"/> No aplica   |                                     |

### Ultimo grado de escolaridad

- |                                       |   |                                   |                                     |
|---------------------------------------|---|-----------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Analfabeta   | <input type="checkbox"/> Sabe leer y escribir | <input type="checkbox"/> Primaria | <input type="checkbox"/> Secundaria |
| <input type="checkbox"/> Bachillerato | <input type="checkbox"/> Licenciatura         | <input type="checkbox"/> Maestría |                                     |

### Derechohabiencia

- |                                    |                                  |                                       |                                 |
|------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> IMSS      | <input type="checkbox"/> ISSSTE  | <input type="checkbox"/> PEMEX/MARINA | <input type="checkbox"/> INSABI |
| <input type="checkbox"/> Gratuidad | <input type="checkbox"/> Ninguno |                                       |                                 |

### Tipo de vivienda

- |                                 |                                  |                                   |
|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Propia | <input type="checkbox"/> Rentada | <input type="checkbox"/> Prestada |
|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|

### Tipo de suelo de la vivienda

- |                                  |                               |                                 |
|----------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cemento | <input type="checkbox"/> Losa | <input type="checkbox"/> Tierra |
|----------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|

### ¿Con que tipo de combustible cocina?

- |                              |                               |                                   |                                |
|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Gas | <input type="checkbox"/> Leña | <input type="checkbox"/> Parrilla | <input type="checkbox"/> Otros |
|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|

### Servicios con los que cuenta

- |  |   |  |                                       |
|--|---|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Agua, luz y drenaje | <input type="checkbox"/> Solo agua      | <input type="checkbox"/> Solo luz      | <input type="checkbox"/> Solo drenaje |
| <input type="checkbox"/> Agua y luz          | <input type="checkbox"/> Agua y drenaje | <input type="checkbox"/> Luz y drenaje |                                       |

### ¿Cómo considera su estatus social? Grupo Social

- |                                   |                               |                                |                               |
|-----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Muy baja | <input type="checkbox"/> Baja | <input type="checkbox"/> Media | <input type="checkbox"/> Alta |
|-----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|

### Religión a la que pertenece

- |                                   |                                    |                                |                               |
|-----------------------------------|------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Católica | <input type="checkbox"/> Cristiana | <input type="checkbox"/> Judía | <input type="checkbox"/> Ateo |
| <input type="checkbox"/> Otra     |                                    |                                |                               |

### Hobbyt que realiza o actividad que realiza en su tiempo libre(Recreación)

- |   |                               |   |   |
|---|-------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> Música         | <input type="checkbox"/> Leer | <input type="checkbox"/> Act culturales       | <input type="checkbox"/> Act deportivas |
| <input type="checkbox"/> Ver televisión | <input type="checkbox"/> Cine | <input type="checkbox"/> Convivencia Familiar | <input type="checkbox"/> Otras          |

### Higiene

#### ¿Cada cuando se lava las manos?

- |                                      |  |                                       |  |
|--------------------------------------|--|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Antes/comer | <input type="checkbox"/> Antes y después de ir al baño | <input type="checkbox"/> Después/baño | <input type="checkbox"/> Por razón necesaria |
|--------------------------------------|--|---------------------------------------|--|

**¿Cada cuando realiza su aseo personal?**

- Diario                       Cada tercer día                       1 vez semana                       Ninguna

**Cambio de ropa**

- Parcial                       Total                       Diario                       Cada tercer día

**Dinámica familiar****Tipo de familia**

- Familia nuclear (formado por padres e hijos)                       Familia Extensa (padres, hermanos familia consanguinidad)                       Familia compuesta (familia nuclear y extensa más otros parientes)

**Integración familiar**

- Integrada (ambos padres viven y cumplen su función).                       Semiintegrada (padres viven y cumplen más o menos sus funciones).                       Desintegrada (solo un padre vive)

**Ocupación familiar del proveedor**

- Empleado                       Comerciante                       Estudiante                      Trabajo por cuenta propia  
 Obrero                       Jubilado                       Hogar                      Desempleado

**Hábitos alimentarios****Hidratación**

- Correcta                       Incorrecta

**Frecuencia de comidas por día**

- 1 comida                       2 comidas                       3 comidas                       4 comidas

**Frecuencia de colaciones al día**

- Ninguna                       1                       2                       3

**Conservación de alimentos**

- Refrigerador                       Hielera                       Medio ambiente                       Ninguno

**Frecuencia de consumo****Frutas**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Verduras**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Leguminosas**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Cereales**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Alimentos de origen animal**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Lácteos**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Frituras**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

**Dulces incluida azúcar añadida**

- Diario                       2-3 vec x sem                       1 vez x sem                       Casi nunca                       Nunca

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DE LAS SECCIONES DE LA META 4

Todas las actividades se llevaron a cabo en un horario de 11:00 am a 12:00 pm.

| Mes        | Fecha            | Temas   |
|------------|------------------|---|
| Septiembre | 26 de septiembre | <ul style="list-style-type: none"><li>• Aplicación de cuestionario diagnóstico inicial y selección de población de estudio</li></ul>  |
| Octubre    | 5 de octubre     | <ul style="list-style-type: none"><li>• La importancia de una correcta alimentación.</li><li>• Semáforo de la alimentación</li><li>• Plato del bien comer</li><li>• Muestra de un platillo ideal para diabéticos</li><li>• Entrega de un manual para añadir los diversos platillos que se entregaran en las diversas secciones.</li></ul>       |
| Octubre    | 19 de octubre    | <ul style="list-style-type: none"><li>• La importancia de los cereales y de los Hidratos de Carbono</li><li>• Muestra de un platillo ideal para diabéticos</li></ul>  |
| Noviembre  | 16 de noviembre  | <ul style="list-style-type: none"><li>• La importancia de la prevención de la diabetes mellitus</li><li>• Muestra de la cantidad de azúcar que contienen diversos alimentos y la opción más saludable</li></ul>   |
| Diciembre  | 14 de diciembre  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Importancia de llevar a cabo el desayuno</li><li>• Importancia de consumir probióticos y prebióticos</li><li>• La importancia de realizar una correcta alimentación al ser un paciente insulín dependiente</li><li>• Muestra de un platillo ideal para diabéticos</li><li>• Diagnostico final</li></ul> |

## LISTA DE PARTICIPANTES

| Nombre                         | Edad |
|--------------------------------|------|
| Lidia Martinez Zaina           | 76   |
| Martha Montes de Oca Téllez    | 66   |
| Patricia Cruz García           | 56   |
| Graciela Lilia Pastravia Pérez | 74   |
| Lidia Vallejo Villegas         | 58   |
| David Valencia Fernández       | 52   |

## EVIDENCIA DE MATERIAL REALIZADO

Franelógrafos



Algunos platillos realizados para las sesiones.

