

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

UNIDAD XOCHIMILCO

DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

DEPARTAMENTO DE ATENCIÓN A LA SALUD

LICENCIATURA EN ENFERMERIA

**“MONITORES EN SALUD RETORNO UAM ANTE LA CONTINGENCIA
COVID-19”**

INFORME DE SERVICIO SOCIAL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA MEROPOLITANA

GARCIA SEGUNDO DIANA ADILENE

2173029539

FEBRERO 2022-ENERO 2023

FEBRERO 2023

SERVICIO SOCIAL DE LA UAM-XOCHIMILCO



ASESOR INTERNO
Raquel Ramírez Villegas



ASESOR EXTERNO
Pablo Francisco Oliva Sánchez



COMISIÓN DE SERVICIO SOCIAL DE ENFERMERÍA

Resumen

Ante los retos surgidos por la pandemia, la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) como institución educativa dio respuesta a las necesidades de cada unidad para el continuo desarrollo de toda la comunidad desde sus académicos, administrativos y alumnado.

Es por ello que surge la iniciativa de crear un estudio que muestre como se encuentra la comunidad y con ello el regreso seguro a las unidades académicas; es así como por medio de un grupo de investigadores de la universidad se desarrolla el proyecto académico “Monitores en Salud Retorno UAM ante la contingencia Covid-19”. El objetivo del proyecto fue obtener, a través de una encuesta estadísticamente representativa, datos válidos, confiables y amplios sobre el estado de salud, los factores de riesgo y el grado de impacto de la pandemia en la comunidad UAM por medio de un protocolo de dos fases, supervisado por expertos a una muestra aleatoria de miembros de la comunidad, que incluye una encuesta en línea y una cita presencial, en la que se realiza la toma de pruebas biomédicas y medidas antropométricas, de acuerdo con la unidad de pertenencia.

Las fases del proyecto en las que se realizó el servicio abarcaron desde el 1 de febrero del 2022 al 31 de enero del 2023, se desarrolló por medio de equipos multidisciplinarios que incluyeron las licenciaturas de medicina, enfermería, estomatología y psicología. Se asignaron dichos grupos por unidades académicas formando el equipo de Monitores Rectoría General/ Lerma encargado de ambas unidades y sus componentes debido al tamaño poblacional y de extensión, durante este periodo se realizaron las encuestas establecidas tanto el apartado en línea como la cita presencial, la continua monitorización de casos sospechosos por medio de los filtros sanitarios, el continuo apoyo a el servicio médico de ambas unidades y la colaboración en actividades y proyectos emergentes de acuerdo a las necesidades de cada unidad.

Palabras clave: Retorno, monitores, COVID-19, salud

| | |
|--|-----|
| INDICE | |
| CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN GENERAL | 5 |
| CAPÍTULO II. EL PROYECTO: MONITORES EN SALUD RETORNO UAM ANTE LA CONTINGENCIA COVID-19 | 6 |
| INTRODUCCIÓN | 6 |
| MARCO TEÓRICO | 7 |
| LA UAM ANTE LA PANDEMIA | 10 |
| OBJETIVOS GENERALES DEL PROYECTO | 14 |
| MATERIAL Y MÉTODOS | 15 |
| PLAN DE TRABAJO DE RECTORÍA GENERAL FEBRERO 22-ENERO 23 | 17 |
| PLAN DE TRABAJO LERMA FEBRERO 22-ENERO 23 | 20 |
| ANÁLISIS | 23 |
| CAPÍTULO III. DESCRIPCIÓN DE LA PLAZA DE SERVICIO SOCIAL | 24 |
| CAPÍTULO IV. INFORME NUMÉRICO NARRATIVO | 25 |
| CAPÍTULO V. REPORTES TRIMESTRALES | 42 |
| TRIMESTRE 22-I | 42 |
| TRIMESTRE 22-P | 60 |
| TRIMESTRE 22-O | 72 |
| CAPÍTULO VI VOLUNTARIADO EN EL PROGRAMA “SALUD EN TU VIDA” | 85 |
| PLAN DE TRABAJO | 85 |
| PLAN DE SESIONES | 87 |
| RESULTADOS | 133 |
| RECOMENDACIONES | 134 |
| CAPÍTULO VII. ANÁLISIS DE LA INFORMACION | 135 |
| CAPÍTULO VIII. CONCLUSIONES | 137 |
| BIBLIOGRAFÍA | 138 |
| CAPITULO IX ANEXOS | 139 |
| ANEXO 1: Constancia del curso “Conceptos básicos de vacunación por Covid-19” | 139 |
| ANEXO 2: Constancia del curso “Regreso a las actividades UAM” | 140 |
| ANEXO 3: Constancia de curso “Encuesta de salud: Evidencia para la toma de decisión” | 141 |
| ANEXO 4: Reporte de entrega de material | 142 |
| ANEXO 5: Constancia de participación “Monitores en salud retorno UAM ante la contingencia Covid-19 | 144 |

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN GENERAL

El proyecto “Monitores en Salud” aprobado en 2020 surge a partir de las necesidades emergentes en la comunidad viéndose en la situación de implementar acciones y estrategias para garantizar el retorno seguro a las actividades presenciales, es así como se establece el plan de acción con el objetivo de obtener, a través de una encuesta estadísticamente representativa, datos válidos, confiables y amplios sobre el estado de salud y el grado de impacto de la pandemia en la comunidad UAM, dicho análisis se obtuvo a través de los resultados en la Encuesta de Salud, Seroepidemiológica y de Bienestar psicológico así como en los datos recabados en las citas agendadas de manera presencial para la toma de pruebas biomédicas y medidas antropométricas.

Las actividades del proyecto se realizaron en las Unidades académicas UAM: Xochimilco, Iztapalapa, Lerma, Cuajimalpa, Azcapotzalco, Rectoría general y Centros de Desarrollo Infantil (CENDI), en el periodo del 1 de febrero del 2022 al 31 de enero del 2023.

Cada unidad académica desarrollo equipos de monitores en salud, formado por pasantes del servicio social de las licenciaturas en: medicina, enfermería, estomatología y psicología surgiendo así el equipo de monitores Rectoría General/Lerma encargado de las dos unidades y CENDI correspondientes de las unidades Azcapotzalco, Iztapalapa y Xochimilco.

El siguiente informe de actividades pretende describir el proceso en el que se trabajó para llegar a los datos finales y las intervenciones durante la recolección de datos, esto por medio de la encuesta en sus dos fases y el proceso continuo de monitorización en las unidades trabajadas que conforme surgían las necesidades fueron intervenidas. Las actividades principales se enfocaron la Encuesta de Seroprevalencia, el Modelo de atención a enfermedades crónicas y el modelo de atención de salud mental, sin embargo, cada Unidad Académica estableció un plan de trabajo , dentro del equipo de Rectoría General/Lerma las actividades incluyeron la continua vigilancia de sintomatología Covid-19 en filtro sanitario, campañas de vacunación, campañas de detección de diabetes e hipertensión, exámenes médicos a alumnos de nuevo ingreso, apoyo al servicio médico, apoyo a proyectos académicos afines a el área de la salud y apoyo a la Secretaria de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la Ciudad De México (SECTEI) por medio de clubs saludables en los centros Pilares. Para el desarrollo y el análisis de los resultados obtenidos el equipo fue capacitado continuamente por medio de cursos en el análisis estadístico.

CAPÍTULO II. EL PROYECTO: MONITORES EN SALUD RETORNO UAM ANTE LA CONTINGENCIA COVID-19

INTRODUCCIÓN

En diciembre de 2019, a nivel mundial se reportó el brote de una nueva variedad de coronavirus, surgida en la provincia de Wuhan, China: SARS-CoV-2, la cual genera una enfermedad respiratoria sumamente infecciosa: COVID-19, que puede provocar la muerte a la persona contagiada. Enfrentar esta enfermedad ha sido un reto constante para los gobiernos de prácticamente todo el planeta, sobre todo en tres áreas: el sistema de salud, la economía y la seguridad nacional; estos sectores, se han visto afectados considerablemente por los efectos perniciosos de esta pandemia y por las medidas utilizadas para contrarrestarla. (1)

Situación actual de COVID en México

La crisis sanitaria originada por el coronavirus llamado SARS-CoV-2, un virus fácilmente transmisible entre personas y con aparente alta tasa de letalidad, ha modificado drásticamente la vida de miles de millones de personas en todo el mundo. (2)

Al 03 de febrero de 2023 a nivel mundial, se han reportado 754,079,012 casos confirmados (162,221 casos nuevos) y 6,824,222 defunciones (965 nuevas defunciones). La letalidad global es de 0.9%. La Organización Mundial de la salud (OMS) clasifica su distribución de casos por regiones. (3)

Bajo este escenario global, México ha tenido que enfrentar la peor crisis económico-sanitaria de su historia, con un ilimitado número de carencias en infraestructura, equipamiento médico además de recurso humano insuficiente, información para la toma de decisiones, entre muchas más. Nunca se habían conjuntado tantos elementos en donde la salud de todos los mexicanos se viera tan vulnerada y comprometida a la vez, por una economía mermada, frágil y en picada. El nivel de incertidumbre con la que millones de mexicanos hemos tenido que tomar decisiones ha sido lamentable. (2)

En México, hasta el día 3 de febrero se han confirmado 7,390,230 casos totales y 332,479 defunciones totales por COVID-19. La tasa de incidencia de casos acumulados de 5,631.5. (ajustada por proyección poblacional) por cada 100,000 habitantes, las 10 primeras entidades que acumulan el mayor número de casos son: Ciudad de México, Estado de México, Nuevo León, Guanajuato, Jalisco, San Luis Potosí, Veracruz, Tabasco, Puebla y Sonora, los cuales, conforman el 64% de todos los casos acumulados registrados en el país.

La distribución por sexo en los casos confirmados muestra un predominio en mujeres (53.4%). La mediana de edad en general es de 38 años.

Se tienen registrados 24, 826 casos activos con una tasa de incidencia de 18.9 por 100

mil habitantes (Del 24 de enero al 06 de febrero 2023).

La tasa de casos activos por cada 100,000 habitantes, por entidad federativa posiciona en los primeros 10 lugares a: Ciudad de México, Aguascalientes, Colima, Nuevo León, Querétaro, Tlaxcala, Nayarit, Baja California Sur, Guanajuato y Zacatecas (3)

MARCO TEÓRICO

Definición de caso sospechoso y caso confirmado por La Dirección General de Epidemiología:

Caso sospechoso:

Persona de cualquier edad que en los últimos 7 días haya presentado al menos dos de los siguientes signos y síntomas: tos, fiebre o cefalea* Acompañados de al menos uno de los siguientes signos o síntomas:

- Disnea (dato de gravedad)
- Artralgias
- Mialgias
- Odinofagia/Ardor faríngeo
- Rinorrea
- Conjuntivitis
- Dolor torácico

Caso de Infección Respiratoria Aguda Grave:

Toda persona que cumpla con la definición de caso sospechoso de Enfermedad Respiratoria Leve y además presente dificultad para respirar y esté hospitalizado. (4)

Caso confirmado:

Persona que cumpla con la definición operacional de caso sospechoso y que cuente con diagnóstico confirmado por laboratorio de la Red Nacional de Laboratorios de Salud Pública reconocidos por el Instituto de Diagnóstico y Referencia Epidemiológica (InDRE). (4)

Caso confirmado por prueba antigénica rápida para SARS-CoV-2

Persona que cumple con definición operacional de caso sospechoso y cuenta con una prueba antigénica rápida positiva para SARS-CoV-2 mediante un estuche comercial avalado por el InDRE. La toma de muestra para prueba antigénica rápida debe realizarse únicamente durante los primeros 7 días a partir del inicio de los síntomas. Las pruebas antigénicas rápidas no están indicadas en personas asintomáticas. (4)

Caso confirmado por asociación epidemiológica

Persona que cumpla con definición operacional de caso sospechoso y que haya estado en contacto estrecho (convivencia a menos de 1 metro de distancia por 15 minutos o más continuos o acumulados) con un caso confirmado por laboratorio a PCR-RT ó prueba antigénica rápida para SARS-CoV-2, desde 2 hasta 14 días antes del inicio de síntomas y que el caso confirmado al cual se encuentra asociado, se encuentre registrado en la

plataforma del SISVER o en el Sistema de Notificación en Línea para la Vigilancia Epidemiológica (SINOLAVE). (4)

Deberá evaluarse el riesgo individual, considerando duración, distancia, tipo de contacto y uso de equipo de protección personal; para el personal de salud deberá considerarse el uso incompleto o incorrecto de equipo de protección personal. (4)

Política Nacional de Vacunación contra COVID – 19

La estrategia de vacunación contra la COVID-19 implica otros grandes retos, entre los que destacan los diferentes requerimientos de manejo y administración de los prospectos de vacunas, la poca disponibilidad mundial de vacunas en el corto y mediano plazo y la necesidad de no afectación a la operación del programa de vacunación existente en el país. (5)

A través de los procesos de autorización sanitaria, el Gobierno de México, garantiza que la vacuna que se distribuya y aplique, cumpla con todas las pruebas y características necesarias, para proteger la vida y la seguridad de todas las personas. Asimismo, se seguirá vigilando la salud de las personas a las que se apliquen las vacunas para que el perfil de seguridad, eficacia y eficiencia de los biológicos se mantenga en los más altos estándares de calidad. (5)

Objetivo general

Disminuir la carga de enfermedad y defunciones ocasionada por la COVID-19.:

Objetivos específicos

- Vacunar a las personas más susceptibles a desarrollar complicaciones por COVID-19.
- Reducir el número de hospitalizaciones y muertes.
- Facilitar la reapertura económica y regreso a las actividades normales.
- Vacunar al 70% 2, 3de la población en México para lograr la inmunidad de grupo.

Ejes de priorización de la vacunación en México

La edad es el primer eje de priorización, ya que la edad es el principal factor de riesgo para hospitalización y muerte en nuestro país. Posteriormente se considera la presencia de comorbilidades, incluyendo enfermedades cardiometabólicas, inmunológicas e infecciones crónicas, entre otras, que han demostrado incrementar el riesgo de hospitalización y muerte ante la infección por COVID-19. Sin embargo, dado que la presencia de las comorbilidades antes mencionadas se asocia fuertemente a la edad, el GTAV ha recomendado vacunar a las personas por grupo de edad de 50 años y más, independientemente las comorbilidades.

Con base en los resultados del análisis del Grupo Técnico Asesor de Vacunas (GTAV), y los ejes de priorización establecidos por la Secretaría de Salud, los grupos priorizados en orden de prelación son:

1. Personal sanitario que enfrenta COVID-19 (estimado en un 1.1 millones de personas)
2. Población de 50 y más años cumplidos:
 - a) Mayores de 80 años
 - b) Personas de 70 a 79 años
 - c) Personas de 60 a 69 años
 - d) Personas de 50 a 59 años
3. Personas con comorbilidad o comorbilidades
 - a) Obesidad mórbida
 - b) Diabetes mellitus
 - c) Hipertensión arterial sistémica
 - d) Enfermedad pulmonar obstructiva crónica
 - e) Asma
 - f) Enfermedades cerebrovasculares
 - g) Infección por VIH
 - h) Enfermedad renal crónica
 - i) Estados patológicos que requieren de inmunosupresión
 - j) Cáncer en tratamiento
4. Personal docente de las Entidades Federativas en semáforo epidemiológico verde.
5. Personas de 40 a 49 años.
6. Resto de la población de 16 y más años cumplidos

Vacunas disponibles para México

Todas las vacunas aprobadas en México han proporcionado evidencia científica basada en análisis intermedios de los datos obtenidos en estudios clínicos Fase 3, incluyendo eficacia y seguridad general y, en algunos casos, por subgrupos poblacionales. Esta evidencia ha sido analizada por el Comité de Moléculas Nuevas, un grupo independiente de personas expertas, que hace recomendaciones a la Cofepris previo a su posible autorización. (5)

Estrategia de vacunación: Etapas y logística

La vacunación se estableció por etapas, iniciando la etapa 1 en diciembre de 2020, cuando se recibió el primer embarque de vacunas ya la última etapa registrada fue de julio 2021 a marzo del 2022.

Actualmente se cuentan con cinco diferentes vacunas, lo que facilita las actividades de almacenaje, logística y aplicación. (5)

LA UAM ANTE LA PANDEMIA

Actualmente la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) es una universidad pública mexicana fundada en 1974 en la Ciudad de México, por el presidente Luis Echeverría Álvarez. La institución tiene como propósito estar profundamente ligada al entorno social y humano. Actualmente cuenta con cinco unidades académicas localizadas en la Zona Metropolitana del Valle de México con sedes en Azcapotzalco, Cuajimalpa, Iztapalapa, Xochimilco (Ciudad de México) y, Lerma (Estado de México). Es considerada como la primera universidad en México en contar con un mayor número de profesores-investigadores con doctorado y una de las principales universidades en aportar mayor número de investigaciones (6)

En México, Inicialmente la Secretaría de Educación Pública (SEP) decidió suspender las clases a partir del 20 de marzo del 2020 y se extendió hasta el año 2022.

Ante esa problemática la Universidad Autónoma Metropolitana, aprobó el Proyecto Emergente de Enseñanza Remota (PEER) presentado por el Rector General al cual se incorporan aportaciones de alumnos, académicos y personal administrativo, proponen soluciones a los retos actuales y encontrar las formas de operarlas durante la contingencia. (7)

El protocolo fue desarrollado en cuatro ejes de trabajo:

1. **Contingente.** Posibilita la continuidad de las funciones sustantivas universitarias en el marco de la Jornada Nacional de Sana distancia. Se cierran las instalaciones, se mantiene abierta la Universidad.
2. **Multi-tecnología.** Contempla la integración de una variedad de soluciones tecnológicas que permiten a los académicos, alumnos y personal administrativo mantener comunicación fluida, acceso seguro y manejo de información, entre otras formas de comunicación. Mediante el uso de herramientas tecnológicas que atienden las necesidades en docencia.
3. **Flexible.** El objetivo es facilitar las actividades académicas y trámites administrativos de alumnos y profesores con la finalidad de asegurar la continuidad de la docencia durante los trimestres. Todos los cursos que se desarrollen tendrán validez institucional.
4. **Apoyo para la conectividad y acceso a la enseñanza remota.** Considera los principios de equidad, inclusión y justicia social en el PEER. Se reconoce la existencia de condiciones estructurales donde un importante grupo de la comunidad universitaria no cuenta con conectividad ni acceso a la tecnología. Por ello, es el compromiso de la UAM garantizar que los alumnos interesados en continuar sus estudios en la modalidad remota puedan hacerlo, mediante un sistema de ayuda. (7)

El programa de PEER fue utilizado durante 2 años aproximadamente, evidentemente había precariedades y dificultades al aplicar este sistema, sin embargo, se llegó al propósito adecuado. Y la Universidad fue flexible, donando incluso tabletas con un enlace a Internet a través de un SIM que permite el acceso a Internet hasta por un periodo de 3 meses, con la posibilidad, previo análisis, de extender su duración considerando las circunstancias que se presenten en el futuro

Así en programa emergente PEER continuó hasta el regreso a las estancias de manera presencial y cuando esto se hizo se llevó de igual manera un protocolo.

El regreso a las unidades de la UAM, se llevó a cabo siguiendo un protocolo Sanitario en donde se establecen las reglas y medidas que se llevaran mientras se mantenga la emergencia sanitaria, deberán observarse en los espacios universitarios, para evitar la propagación de la cadena de contagios asociados al SARS-CoV2 (COVID-19), así como para el desarrollo de las actividades presenciales, en las condiciones que brinden la mayor seguridad posible para la comunidad universitaria y demás personas que ingresen a sus instalaciones. (8)

El objetivo principal de ese protocolo sanitario es proteger a la comunidad universitaria con acciones de mitigación, basadas en las medidas dictadas por las autoridades de salud, así como las que resulten necesarias para atender la emergencia sanitaria. Este protocolo tiene como alcance la aplicación en todas las instalaciones de la Universidad y debe ser estrictamente cumplido por su comunidad universitaria, así como por las personas proveedoras, prestadoras de servicios y visitantes en general. (8)

La estrategia que se aplicó en los espacios e instalaciones universitarias se compuso de las siguientes medidas y acciones:

1. Promoción de la salud

La Universidad difundió entre la comunidad universitaria, así como entre quienes proveen, prestan servicios y visitantes en general, información general sobre la COVID-19 (naturaleza, mecanismos de contagio, síntomas y prevención). Como parte de esta promoción, la UAM colocó carteles; envió correos electrónicos; realizó videoconferencias y pláticas; divulgó material de lectura, multimedia y boletines. (8)

2. Medidas generales de prevención

- Las personas deberán portar de forma adecuada el cubrebocas durante el tiempo que permanezcan en las instalaciones universitarias.
- Lavado frecuente de manos.
- Proveer dispensadores con soluciones de alcohol etílico en gel al 70%, en puntos estratégicos de las instalaciones universitarias.
- Contar con depósitos suficientes para los desechos.

- Promover la etiqueta respiratoria que consiste en cubrir la boca con el ángulo interno del codo al toser o estornudar, o utilizar un pañuelo que debe ser desechado, y posteriormente realizar la limpieza de manos.
- Mantener los sanitarios en condiciones adecuadas y verificar el suministro constante de agua y jabón.
- Promover que las personas no compartan equipos de protección u objetos; si no es posible, limpiarlos regularmente.
- Favorecer, en donde sea posible, la ventilación natural en espacios comunes o de mayor concentración de personas, además de aquellas áreas con gran afluencia.
- Revisar regularmente el rendimiento de los sistemas de ventilación, el correcto funcionamiento de extractores de aire, aires acondicionados y ventiladores.
- Colocar señalización con los aforos permitidos o indicadores de la sana distancia entre las personas, en los lugares que se consideren necesarios.
(8)

3. Sana distancia

La sana distancia es la separación física entre personas, que se determina en función de las condiciones de ventilación y el tamaño del espacio cerrado, partiendo del principio de que dichas personas utilizan correctamente el cubrebocas dentro de los espacios mencionados y de que cuentan con el esquema de vacunación completo. De igual manera, sirve como uno de los parámetros para la determinación de la capacidad máxima de los espacios universitarios cerrados.
(8)

4. Acceso a las instalaciones

Se estableció un acceso ágil para la comunidad universitaria en el que se aplicará gel antibacterial y se verificará que porten el cubrebocas de forma adecuada. Asimismo, se llevó un registro de entradas y salidas, en los accesos peatonales, vehiculares y de servicio de quienes proveen, prestan servicios o visiten las instalaciones. (8)

5. Equipo de Protección Personal Específico (eppe)

Para minimizar el riesgo de contagio de la COVID-19, se le proporciono al personal académico y administrativo el Equipo de Protección Personal Específico, de acuerdo con las funciones que realice o los servicios que preste. (8)

6. Resguardo domiciliario

En caso de que alguna persona de la comunidad universitaria, proveedora, prestadora de servicios o visitante, presentara síntomas relacionados a la COVID-19, no se le permitirá el acceso. Se le exhortará para que, además de atenderse medicamente, se mantenga en resguardo domiciliario los días que le sean fijados.
(8)

7. Limpieza y desinfección

Por medio de un programa de limpieza y desinfección en la Institución, incluidos los espacios destinados a los servicios de alimentos, descanso y, en su caso, de pernocta, con los productos de limpieza adecuados para prevenir la propagación de la COVID-19. (8)

8. Espacios y horarios

- Las actividades cotidianas, las reuniones o congregaciones de personas se realizarán conforme a los aforos determinados a partir del análisis de las características del espacio, especialmente la ventilación y las dimensiones de oficinas, aulas, laboratorios, librerías, bibliotecas, talleres, salas, gimnasios, teatros, galerías, entre otros.
- Se deben mantener las medidas de higiene y sana distancia. Colocar carteles que indiquen a los usuarios las medidas a seguir.
- Los comedores de Rectoría General y unidades universitarias no brindarán servicio cuando las autoridades universitarias consideren que existe riesgo sanitario elevado.
- Cada dependencia universitaria conforme a las necesidades del servicio y del nivel de riesgo sanitario, podrá aplicar: escalonamiento de horarios de comida, horarios para la entrega de mensajería, pagos y trámites administrativos; así como de servicios de biblioteca y centros de cómputo, entre otros.
- De igual manera, cuando el nivel de riesgo sanitario sea elevado o máximo, se podrán considerar horarios escalonados o flexibles, con posibilidad de trabajo a distancia, de acuerdo con las necesidades y servicios de cada área, a fin de cumplir con los aforos establecidos por la Institución.
- Vigilar que en los elevadores no permanezcan más de cuatro personas al mismo tiempo, así como el uso obligatorio de cubrebocas en ellos. En la espera para abordar se mantendrá la sana distancia; además deberá realizarse lavado de manos con agua y jabón o con solución a base de alcohol en gel al 70%, después de utilizarlo. (8)

En tal sentido, la UAM, consciente de la necesidad de que la comunidad universitaria realice sus actividades de forma presencial, toma en consideración diversos factores, como la disminución o aumento de los casos positivos y la ocupación hospitalaria, que notifican diariamente las autoridades sanitarias; el avance de la vacunación de su personal y del alumnado; las condiciones de las instalaciones con que cuenta cada espacio, aulas, laboratorios y talleres empleados en la impartición de la docencia; la realización de investigación, y las demás tareas asociadas a la vida universitaria. Se pondrá especial atención en el aforo y ventilación de los espacios, factores determinantes para mitigar el riesgo. (8)

OBJETIVOS GENERALES DEL PROYECTO

- Disminuir el riesgo de enfermarse por COVID-19 en la comunidad universitaria de la Universidad Autónoma Metropolitana, basados en evidencia inmunológica y epidemiológica.
- Retornar paulatinamente a las actividades académicas, socioculturales y administrativas, basados en un modelo híbrido socio-sanitario.
- Realizar actividades de prevención, basadas en las medidas de protección de ojos, nariz y boca, distanciamiento social e higiene personal para el regreso gradual de la comunidad universitaria a las diferentes unidades académicas.
- Conocer la prevalencia de anticuerpos séricos anti-SARS-Cov-2 en la población universitaria.
- Realizar orientaciones de salud personalizadas y comunitarias basadas en perfiles de salud y factores de riesgo personal que aumentan la severidad de un cuadro clínico de COVID – 19.
- Apoyar a las campañas de vacunación contra COVID-19 en la Ciudad de México y Zona Metropolitana.
- Otorgar atención y apoyo psicológico a la comunidad universitaria, derivado de las medidas de aislamiento social y el estrés continuo por miedo a enfermarse, así como para prevención de violencia familiar y de género.
- Apoyo a Actividades de Comités de Supervisión
- Consejería en salud en temas relacionados con COVID-19 a la comunidad universitaria
- Comunicación de riesgos de salud en temas relacionados con COVID-19 a la comunidad universitaria.

MATERIAL Y MÉTODOS

I. Diseño del estudio.

Es un estudio de encuesta transversal retrospectivo con representatividad a toda la Universidad Autónoma Metropolitana. Es un diseño de investigación operativa.

II. Diseño de la muestra

Se realizó un muestreo complejo bietápico (conglomerado unidad académica, con estratos de grupos de interés), con un nivel de conglomerado y un nivel de estrato.

Se tomó como parámetro poblacional la incidencia acumulada de COVID-19, al 07 de septiembre del 2020 ($I_a=0.0089$; $Q=99.9911$) de la Ciudad de México y Zona Metropolitana.

El cálculo se realizó a un nivel de confianza del 95% ($P_z=1.96$) con un ajuste de pérdidas del 20%.

La población total de la UAM es de 53, 197 la cual se divide con los conglomerados de las cinco Unidades académicas más Rectoría general, con estratos de grupos de interés (estudiantes, académicos, administrativos: trabajadores no académicos). De la población finita antes descrita se calculó 7, 106 encuestas a realizar.

III. Métodos

Entrevista dirigida por un monitor y/o monitora en salud, a través de un cuestionario estructurado con preguntas cerradas. Durante la entrevista se hará la medición de signos vitales, datos antropométricos y toma de muestra para la prueba rápida de SARS-Cov2 (Inmunoglobulinas IgG/IgM).

- Cuestionario: Se diseñó un cuestionario de opción múltiple, que por medio de autorreporte, el cual incluye: diagnóstico y tratamiento médico de diabetes mellitus tipo II (DT2), hipertensión arterial sistémica (HAS), dislipidemias, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), enfermedad cardíaca y factores de riesgo de estas patologías. Se incluye preguntas sobre diagnóstico y severidad clínica por COVID-19, salud bucal, salud mental en donde se miden: escalas de depresión, ansiedad, soporte emocional, redes de apoyo y adaptación social.
- Mediciones antropométricas y signos vitales: Se medirán signos vitales (2 tomas de presión arterial, una al inicio de la entrevista y otra al final, frecuencia cardíaca, frecuencia respiratoria, 2 tomas oximetría de pulso, temperatura) y antropometría (talla, perímetro abdominal, peso, porcentaje de grasa corporal, porcentaje de músculo esquelético, índice de masa corporal, grasa visceral, edad corporal y metabolismo basal)
- Toma de muestra sanguínea capilar: Se realiza una punción digital en mano izquierda o derecha para obtener muestra sanguínea capilar, la cual se utiliza para realizar la Prueba rápida Certum 2019-nCov INCP-402 (Prueba rápida de detección de anticuerpos IgG e IgM para SARS-CoV-2), así como para obtener una muestra de glucosa capilar periférica.
- Control de calidad de las mediciones y datos por obtener: Con el objetivo de prevenir errores de medición, se estandarizó y capacitó en la aplicación

del cuestionario, tomas de signos vitales y mediciones antropométricas a todos los monitores en salud. El cuestionario tuvo un proceso de validación en donde se midió la tasa de respuesta de cada pregunta, la redacción de cada pregunta basados en el entendimiento a las personas a las que se les aplicó estudio de validación.

- Con respecto a las mediciones antropométricas se utilizará un Monitor de composición corporal (Omron-HBF-1514C®), el cual cuenta con una alta especificidad y sensibilidad para las mediciones de peso, porcentaje de grasa corporal, porcentaje de músculo esquelético, índice de masa corporal, grasa visceral, edad corporal y metabolismo basal.
- Medición de inmunoglobulinas: La *Food and Drug Administration* (FDA) realizó un estudio para la prueba Certum 2019-nCov INCP-402 (Hangzhou Biotest Biotech Co., Ltd.) en donde se estimó una sensibilidad combinada (IgG/IgM) del 100% (IC95%: 88.7-100) y una especificidad combinada (IgG/IgM) del 100% (IC95%: 95.4-100). Se obtuvo un valor predictivo positivo para SARS-CoV-2 de 100% y un valor predictivo negativo para SARS-CoV-2 del 100% a una prevalencia del 5% en el estudio de validación realizado. No se encontró reactividad cruzada para VIH-1. Esta prueba se utilizará para medir los anticuerpos para SARS-CoV-2. Durante el estudio se hará un estudio de validación con 20 personas positivas para la prueba antes mencionada, haciendo la comparación con la prueba de inmunoensayo (ELISA) SARS-CoV-2 de laboratorios Abbott, lo cual servirá para ajustar la seroprevalencia estimada para SARS-CoV-2.
- Base de datos y análisis estadístico: Se diseñará una máscara de captura por medio de LimeSurvey® del cuestionario, con un control de doble entrada para la respuesta. Paralelamente se realizará una prueba con el fin de encontrar errores en el diseño de la máscara de captura. Se obtendrá una base de datos con terminación .CSV lo cual permitirá el análisis en diferentes programas de análisis para bases de datos. Se utilizará el ambiente informático R® para observar la consistencia de la base de datos. Se utilizará el programa estadístico Stata Ver.15® para el análisis estadístico descriptivo y bivariado.

PLAN DE TRABAJO DE RECTORÍA GENERAL FEBRERO 22-ENERO 23

Objetivo específico 1: Concluir la realización de la Encuesta de Salud, Seropidemiológica y de Bienestar psicológico en Rectoría General en el periodo de marzo y abril de 2022.

Estrategia: Se realizará una difusión masiva para invitar a la población a participar. Esto incluye entrega de información impresa, difusión por redes sociales y medios que la unidad permita. Programar un número de personas específico por día para realizar la entrevista y para la toma de mediciones biológicas y antropométricas correspondientes.

Acción /Acciones

- Seguimiento de calendario de las entrevistas (Programa Calendly).
- Toma de medidas antropométricas y toma de prueba igG/igM.
- Verificación de que el número de encuestas en línea corresponda con las mediciones antropométricas.
- Dar orientación en salud a los entrevistados basados en los resultados de sus mediciones.

Indicador de evaluación

Número de encuestas completas realizadas en un tiempo determinado. Se considera una encuesta completa el registro en línea y a las mediciones biológicas y antropométricas de la misma persona.

Objetivo específico 2: Intervención directa con la población posterior al análisis de los datos de la Encuesta de Salud, Seropidemiológica y de Bienestar psicológico.

Estrategia: Implementar medidas necesarias para promover la salud, prevenir enfermedades y mantener el bienestar de los trabajadores a través de la intervención directa, platicas informativas, material didáctico y asesoramiento en el área social, física y psicológica.

Acción /Acciones

- Platicas informativas y asesoramiento en promoción de la salud y hábitos saludables.
- Platicas informativas y asesoramiento en prevención de enfermedades.
- Orientación psicológica.
- Orientación en enfermedades prevalentes en la población.
- Difusión de información a través de material didáctico.

Indicador de evaluación

Numero de pláticas y asesoramiento informativo en el área física, social y psicológica de las personas, numero de materiales didácticos difundidos.

Objetivo específico 3: Apoyar en el seguimiento de los casos positivos confirmados en Rectoría General en el periodo de marzo-abril de 2022.

Estrategia: Se realizará el seguimiento de los casos confirmados positivos en Rectoría General mediante el rastreo vía telefónica y/o electrónica según sea el caso, de síntomas,

complicaciones, evolución, posibles contagios e interacciones con otras personas. Obteniendo la forma de contacto con el caso positivo, se realizará el seguimiento desde la confirmación del contagio hasta su resolución, previa al reingreso a sus actividades. Esto se realizará con el coordinador del servicio médico de la unidad.

Acción / Acciones:

- Detectar, notificar y canalizar al servicio correspondiente a los casos positivos.
- Establecer y garantizar un medio de contacto.
- Generar un control de todos los casos.
- Contactar periódicamente a los casos positivos y registrar su evolución.

Indicador de evaluación

Número de casos sospechosos y número de casos confirmados positivos.

Objetivo específico 4: Apoyo en las actividades del servicio médico en Rectoría General en el periodo de marzo 2022 a enero 2023.

Estrategia: Se realizarán actividades en coordinación con el servicio médico de la unidad. Esto incluye acciones que fomenten la salud de la comunidad, la participación en campañas de vacunación, revisión y asesoramiento de la comunidad, participación en programas emergentes de salud y ferias de la salud para la prevención y detección de enfermedades crónicas. Esto se realizará en coordinación con el Coordinador de Servicios Médicos.

Acción / Acciones:

- Aplicación de biológicos a la comunidad por medio de campañas de vacunación.
- Información y asesoramiento en prevención y promoción de la salud dirigidos a los trabajadores de la unidad
- Detección de enfermedades crónicas en coordinación con el servicio médico.
- Organización y participación en ferias de la salud.
- Organización y ejecución de los programas emergentes de salud que se ofrecen a la comunidad.

Indicador de evaluación

Numero de campañas de salud, numero de biólogos aplicados al personal trabajador, numero de seguimientos médicos en la detección de enfermedades.

Objetivo específico 5: Capacitación psicológica y participación en los protocolos de protección civil para emergencias en Rectoría General.

Estrategia: Se coordinará con coordinador de protección civil de la unidad para la capacitación psicológica y en protocolos específicos ante emergencias (sismo), así como participación en el seguimiento a los protocolos específicos ante emergencias en Recetoría General con las medidas necesarias ante la pandemia de COVID-19.

Acción / Acciones:

- Capacitación en los protocolos de protección civil de Rectoría General.
- Capacitación psicológica.
- Apoyo y seguimiento de los protocolos de emergencia.

- Apoyo psicológico y contención emocional durante la emergencia en caso de ser necesario.
- Elaboración de carteles, información impresa y virtual para una mayor difusión de la información.

Indicador de evaluación

Número de simulacros realizados y número de simulacros realizados apegados al protocolo junto con las medidas necesarias ante la pandemia por la COVID-19.

Objetivo específico 6: Asesoramiento a la comunidad que labora en los CENDI.

Estrategia: Se realizará material didáctico como carteles, infografías y conferencias con el personal que labora en los CENDI's en relación con los signos y síntomas presentes en la población infantil que indiquen probable caso de COVID-19; de igual manera se compartirá información más actualizada, las medidas de prevención eficaces en la población infantil y asesoramiento e información acerca del crecimiento y desarrollo de los niños, salud bucal, salud mental y alimentación.

Acción /Acciones

- Elaboración de material didáctico en forma de infografías, carteles o material audiovisual.
- Seguimiento en casos sospechosos de COVID-19 en la población infantil.
- Información y orientación en las medidas de prevención eficaces en la población infantil.
- Dar orientación en salud a los padres de familia con relación al crecimiento y desarrollo del infante.

Indicador de evaluación

Número de visitas en los CENDI's.

Objetivo específico 7: Asesoramientos en la reapertura y eventos en los espacios Culturales de la UAM, en sus diferentes sedes.

Estrategia: Se realizará material didáctico que indique las medidas necesarias que se deben seguir al permanecer en el espacio cultural; así como orientación sobre medidas de higiene en las que incluyen: adecuada ventilación del establecimiento, limpieza y desinfección continua de áreas comunes, desecho de materiales y control de ingresos y egresos en el establecimiento (aforo máximo de personas). Orientación en signos y síntomas de casos sospechosos, las recomendaciones y los lugares de seguimiento ante la sospecha del caso,

Acción /Acciones

- Realización de material didáctico en forma de infografía, cartel o material audiovisual.
- Seguimiento a casos sospechosos con el asesoramiento para dirigirse al lugar de atención.
- Promover las medidas de higiene pertinentes.
- Dar orientación en salud a los eventos realizados en los espacios culturales.

Indicador de evaluación

Números de visitas en los Centros Culturales.

Objetivo específico 8: Asesoramiento en el uso de la aplicación COVID-UAM

Estrategia: Se realizará material didáctico que indique el uso de la aplicación COVID-UAM, así como los beneficios de esta: descarga de protocolos actualizados de la UAM en el retorno de la comunidad; mapeo de casos sospechosos o confirmados en tiempo real.

Acción /Acciones

- Realización de material didáctico en forma de infografía, cartel o material audiovisual.
- Asesoramiento a la comunidad en manejo de la aplicación UAM-COVID.

Indicador de evaluación

Números de material didáctico realizados con las descargas y uso de la aplicación COVID-UAM y número de asesoramientos por persona.

PLAN DE TRABAJO LERMA FEBRERO 22-ENERO 23

Objetivo específico 1: Terminar las encuestas y mediciones antropométricas en la unidad Lerma en el periodo de marzo a abril del 2022.

Estrategia: Se realizará una difusión masiva y se invitará a la población para elegir de manera aleatoria a las personas de la comunidad a participar. Esto incluye entrega de información impresa, difusión por redes sociales y los medios que la unidad nos permita. Ya teniendo el número de personas a entrevistar por día se procederá a realizar las mediciones biológicas y antropométricas.

Acción /Acciones

- Realización de medidas antropométricas y toma de prueba igG/igM.
- Seguimiento de calendario de las entrevistas (programa Calendly).
- Verificación de que el número de encuestas en línea corresponda con las mediciones antropométricas.
- Dar orientación en salud a los entrevistados basados en los resultados de sus mediciones.

Indicador de evaluación

Número de encuestas completas realizadas en el tiempo estipulado. Se considera una encuesta completa el registro en línea con las mediciones en la misma persona.

Objetivo específico 2: Apoyar en el seguimiento de los casos confirmados positivos en la unidad Lerma en el periodo de marzo del 2022 a enero del 2023.

Estrategia: Se realizará el seguimiento de los casos confirmados positivos mediante el rastreo vía telefónica y/o electrónica según sea el caso, de síntomas, complicaciones, evolución, posibles contagios e interacciones con otras personas. Obteniendo la forma de contacto con el caso positivo, se realizará el seguimiento desde la confirmación del contagio hasta su resolución, previa al reingreso a sus actividades. Esto se realizará con el coordinador del servicio médico de la unidad

Acción / Acciones:

- Detectar, notificar y canalizar al servicio correspondiente a los casos positivos.
- Establecer y garantizar un medio de contacto.
- Generar un control de todos los casos.
- Contactar periódicamente a los casos positivos y registrar su evolución.

Indicador de evaluación

Número de casos sospechosos y número de casos confirmados positivos en el periodo marzo 2022 a enero 2023.

Objetivo específico 3: Desarrollo del protocolo de protección civil para manejo de mordedura de serpientes.

Estrategia: Se coordinará en cooperación con el coordinador de protección civil de la unidad y dar seguimiento a los protocolos de manejo en mordedura de serpientes.

Acción / Acciones:

- Realización de los protocolos de manejo de serpientes
- Elaboración de carteles, información impresa y audiovisual como apoyo

Indicador de evaluación

Número de simulacros realizados y número de simulacros llevados adecuadamente a los protocolos.

Objetivo específico 4: Apoyo en las actividades del servicio médico en la unidad Lerma en el periodo de marzo 2022 a enero 2023

Estrategia: Se realizarán actividades que requiera el servicio médico de la unidad. Esto incluye acciones que fomenten la salud de la comunidad, como la participación en campañas de vacunación, revisión y asesoramiento; programas emergentes de salud de la unidad; ferias de detección de enfermedades crónicas. Esto se realizará con la coordinación con el Coordinador de Servicios Médicos

Acción / Acciones:

- Aplicación de biológicos a la comunidad por medio de campañas de vacunación.
- Exploración y asesoramiento en temas de salud a toda la comunidad.
- Organización y ejecución de los programas emergentes de salud que requiera la unidad.

Indicador de evaluación

Número de agentes biológicos aplicados, número de cobertura abarcada en campaña de vacunación y número de ferias de salud en la que se participa.

ANÁLISIS

El proyecto “Monitores en Salud” al ser desarrollado por profesionales de área de la salud de las unidades académicas, mantiene un gran impacto a nivel de la comunidad, siendo de las primeras instituciones en contar con los datos estadísticos representativos de su población con respecto a la pandemia por Covid-19, manteniendo un enfoque de solución y continuo trabajo ante las necesidades sociales y de la misma institución, permitiendo el regreso seguros las unidades de estudio y manteniendo el cuidado de sus alumnos, académicos y administrativos.

Los resultados ante la encuesta Seroepidemiológica aportan datos que permitirán desarrollar planes y programas de acción encargados de dar solución a las secuelas académicas, de salud y sociales surgidas dentro de la UAM.

Comprometidos con el desarrollo óptimo en las instalaciones los resultados serán analizados por equipos de trabajo y permitirán observar las relaciones surgidas con la pandemia, como resultado de una exposición a Covid-19.

CAPÍTULO III. DESCRIPCIÓN DE LA PLAZA DE SERVICIO SOCIAL

El servicio social se desarrolló en un periodo de un año comenzando el 1 de febrero del 2022 al 31 de enero del 2023.

El proyecto “Monitores en salud” se desarrolló dentro de las unidades académicas de la UAM: Xochimilco, Iztapalapa, Lerma, Cuajimalpa, Azcapotzalco, Rectoría general y CENDI.

El horario de trabajo se adaptó de acuerdo con las necesidades de las unidades trabajadas sin embargo éstas abarcando de lunes a viernes horario de 8:00 a 14:00 y con un turno vespertino de 14:00 a 19:00 horas, con un periodo de alimentos de 30 minutos de lunes a viernes y en casos especiales se solicitó la participación en fines de semana. Los alumnos junto con el comité de supervisión de la unidad establecerán los horarios de rotación entre los miembros del equipo. En la Unidad Académica Lerma contarán con un solo turno de 08:00 a 14:00.

La unidad de trabajo fue asignada de manera aleatoria e integrando por lo menos un pasante de cada licenciatura (medicina, enfermería, estomatología y psicología), en este caso la unidad a trabajar incluía la unidad Lerma y Rectoría General junto con los CENDI de las unidades Azcapotzalco, Iztapalapa y Xochimilco.

Cada Unidad Académica desarrollo las actividades de los pasantes de servicio social de acuerdo con sus necesidades. Las actividades principales de la Encuesta de Seroprevalencia, el Modelo de atención a enfermedades crónicas y el modelo de atención de salud mental fueron los ejes primordiales de trabajo.

CAPÍTULO IV. INFORME NUMÉRICO NARRATIVO

| UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA SERVICIO SOCIAL MONITORES EN SALUD | | | | | |
|--|---|--|--|------------------------|--|
| Miembros del equipo | Diana Adilene Garcia Segundo 2173029539, Itzel Daniela Medina Hernández 2163027863, Andrea Magaña Gonzales 2162029649, Wendoly Padilla 2173027044, Karen Elizabeth Solís Osorio 2172028323, Wendy González 2173066818, Dante Zúñiga Reyes 2152027722, Jorge Luis Jacinto Justo 2162028400, José Armando Vázquez González 2173079897, Jesús Moreno Moreno 2183080482 | | | | |
| Unidad asignada | RECTORIA GENERAL/LERMA | | | | |
| Periodo del reporte: | FEBRERO 2022-MAYO 2022 | | | | |
| Nombre de la actividad | Lugar de realización | Descripción de la actividad | Fecha o periodo de realización | Horario de actividades | Estadística |
| Filtro sanitario (de lunes a viernes) | Rectoría General | Supervisión en el ingreso de los trabajadores y demás público por medio de la toma de temperatura, el uso de alcohol gel, portación del cubrebocas de manera correcta, valoración visual ante la presencia de sintomatología covid-19 y apoyo en días de pago (2 monitores para filtro de entrada y en caja) | 01.02.2022 hasta la fecha de manera continua | 8:00-14:00 hrs | |
| Campaña nacional de vacunación | CENDIS Marina | Apoyo en el área de observación posterior a la vacuna con la finalidad de | 01/02/2022-05/02/2022 | 7:00-16:00 hrs | Se realizo observación médica a un aproximado de entre 14 mil y 20 mil |

| | | | | | |
|--------------|------------------------------|---|------------|-----------------|---|
| | | atender casos inmediatos de alguna reacción alérgica o síntoma post vacunación grave, brindar información sobre las posibles reacciones y dudas sobre la vacuna | | | personas diarias que acudían a vacunación |
| Capacitación | UAM-Xochimilco o edificio BA | Presentación General del proyecto, objetivos, actividades e indicaciones generales para cada unidad y los datos que se valoran para su aplicación. Presentado por Dr. Pablo Oliva | 14.02.2022 | 12:00-14:00 hrs | |
| Capacitación | UAM-Xochimilco edificio BA | Presentación de la base de datos actualizados y la manera de operar los datos que arrojen las encuestas y pruebas | 15.02.2022 | 12:00-14:00 hrs | |
| Capacitación | UAM-Xochimilco edificio BA | Presentación de "Básicos de psicología" por el Dr. Carlos Contreras | 16.02.2022 | 12:00-14:00 hrs | |
| Capacitación | Rectoría General | Presentación por la dirección de relaciones de trabajo sobre el contrato colectivo de trabajo entre UAM-Trabajador así mismo la | 21.02.2022 | 17:00-19:00 hrs | |

| | | | | | |
|------------------------------|-------------------|--|------------|-----------------|--|
| | | materia de trabajo para garantizar el correcto desarrollo de actividades del proyecto. | | | |
| Reunión zoom | Video conferencia | Presentación del equipo de la unidad Lerma y los monitores para el establecimiento del plan de trabajo | 03.03.2022 | 10:00-12:00 hrs | |
| Presentación plan de trabajo | Rectoría General | Reunión con protección civil y servicio médico para la presentación del plan de trabajo y actividades que solicita la unidad para establecer fechas de trabajo | 03.03.2022 | 12:00-14:00 hrs | |
| Capacitación | Reunión vía Zoom | Presentación de las características para hacer publicaciones, difundir información y manejo correcto de las redes sociales oficiales del proyecto. | 04.03.2022 | 10:00-12:00 hrs | |
| Presentación plan de trabajo | UAM-Lerma | Reunión presencial con las autoridades y el equipo monitores para plantear el plan de trabajo, así como las necesidades | 11.03.2022 | 08:00-14:00 hrs | |

| | | | | | |
|--------------|--|--|------------|-----------------|--|
| | | que solicita la unidad. | | | |
| Capacitación | UAM-Xochimilco Aula Magna Edificio H | Capacitación para la toma de la prueba de anticuerpos y medidas antropométricas que se usaran en las encuestas de salud UAM. | 16.03.2022 | 14:00-15:20 hrs | |
| Capacitación | Reunión vía Zoom | Capacitación del personal de protección civil de rectoría General para el establecimiento de actividades ante un caso de emergencia. | 23.03.2022 | 11:00-13:00 hrs | |
| Reunión zoom | Video conferencia plataforma Zoom | Reunión General de monitores para explicación de los reportes que se deben entregar de manera individual y por equipo, comentarios generales por unidad del trabajo y actividades a realizar | 27.03.2022 | 09:00-11:00 hrs | |
| Infografías | Trabajo en plataformas digitales | Elaboración en equipo de las infografías sobre "Salud bucal", "Diabetes", "Hipertensión" y "Sobrepeso y obesidad" | | | |
| Reunión | Rectoría General | Reunión para establecer el plan de trabajo | 28.03.2022 | 11:00-13:00 hrs | |

| | | | | | |
|----------------------|------------------------------------|---|------------|-----------------|--|
| | (servicio médico) | para el día de detección de diabetes e hipertensión en los trabajadores de la unidad | | | |
| Detección HTA y DM | Rectoría General (servicio médico) | Toma de tensión arterial y glucosa capilar para que por medio de los criterios manejados por la AHA (American Heart Asociación) Y ADA (American Diabetes Asociación) respectivamente se valore si existe riesgo de padecimiento y con esto referirlos al servicio médico para establecer seguimiento. | 01.04.2022 | 09:00-12:00 hrs | |
| Reunión Becas | Reunión vía Zoom | Indicaciones de los tramites y procesos necesarios en la solicitud de la beca a monitores | 08.04.2022 | 12:00-14:00 hrs | |
| Revisión de material | Rectoría General | Reunión de equipo de trabajo junto con el coordinador del proyecto, se abordaron los acuerdos generales hasta el momento y el seguimiento del plan de trabajo. Se hace | 11.04.2022 | 11:30-13:00 hrs | |

| | | | | | |
|---|------------------------------------|--|------------------------|-----------------|---------------------------------|
| | | revisión del material para las pruebas y mediciones de Rectoría y Lerma | | | |
| Elaboración de historias clínicas | Rectoría General (servicio médico) | Apoyo en la elaboración de historias clínicas de los candidatos a trabajadores de cada unidad, se hace una valoración del estado de salud de forma general para valorar sus habilidades y capacidad de realizar las funciones del puesto que solicita. | 18/04/2022-27/04/2022 | 09:00-15:00 hrs | |
| Difusión sobre le encuesta en salud UAM | Rectoría general | Se invitó de manera personal al personal de Rectoría en todas las áreas y se les agendo una cita para la toma de muestra con su encuesta debidamente contestada | 25/04/2022-27/04/ 2022 | 10:00-12:00 hrs | |
| Pruebas y obtención de medidas | Rectoría General | Realización de la prueba de anticuerpos y la toma de las medidas necesarias, se planteó la estrategia de estaciones para agilizar el trabajo dentro | 28/04/2022-29/04/2022 | 8:00-16:00 hrs | 75 pruebas y encuestas de salud |

| | | | | | |
|---------------------------|------------------|---|-----------------------|----------------|---------------------------------|
| | | de los cuales se encontraba la recepción, primera toma de signos vitales, tomas de la prueba de anticuerpos, toma de medidas, segunda toma de signos y entrega de resultados de prueba con recomendaciones finales a partir de todos los datos obtenidos en el proceso. | | | |
| Reunión | Plataforma Zoom | Reunión general con el equipo para establecer los días de encuestas en la unidad Lerma | 02.05.2022 | | |
| Revisión | Rectoría General | Se realizó una revisión de las encuestas de Rectoría y la toma de prueba para hacer coincidir los folios | 09.05.2022 | | |
| Inicio de encuestas Lerma | UAM Lerma | Comienzo de las pruebas y encuestas en la unidad Lerma | 12.05.2022 | 8:00-15:00 hrs | 9 pruebas y encuestas de salud |
| Reunión general | UAM Xochimilco | | 13.05.2022 | | |
| Encuestas Lerma | UAM Lerma | Se realizaron pruebas programadas de acuerdo con citas y | 16.05.2022-18.05.2022 | 8:00-15:00 hrs | 54 pruebas y encuestas de salud |

| | | | | | |
|----------------------------|-----------------------------------|--|------------|-------------------|--|
| | | encuestas ya respondidas | | | |
| Reporte Trimestral | Rectoría General | Entrega de reporte trimestral | 24.05.2022 | 20:00 hrs | |
| Periodo de Reporte: | JUNIO 2022-SEPTIEMBRE 2022 | | | | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso: tema 1: estudios transversales su diseño de estudio | 01.06.22 | 10:00-15:00 hrs | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso: tema 2: análisis de pruebas estadísticas básicas | 02.06.22 | 10:00 – 14:00 hrs | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso: tema 3: indicadores de salud en una población específica | 03.06.22 | 10:00 – 14:00 hrs | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso: tema 4: presentación de resultados gráficos de indicadores de salud. | 06.06.22 | 10:00 – 15:00 hrs | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Entrega de taller 1: Diseño de estudios epidemiológicos | | | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso: tema 5: presentación de resultados gráficos de indicadores de salud. | 07.06.22 | 10:00 – 15:00 hrs | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso: tema 6: indicadores de salud mental y bienestar psicológico poblacionales | 08.06.22 | 10:00 – 14:00 hrs | |
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso tema 7: redacción de reportes técnicos de salud | 09.06.22 | 10:00 – 14:00 hrs | |

| | | | | | |
|-------------------------------------|---------------------|--|----------------------|-------------------|--|
| Curso de epidemiología | Rectoría General | Curso 2 conferencias magistrales | 10.06.22 | 10:00 - 14:00 hrs | |
| | | ENTREGA DE TALLER FINAL | 18.06.22 | Hasta 23.59 hrs | |
| Reunión por zoom | Reunión por zoom | Revisión de captura de datos encuesta con monitor Jonatan; se planteó las nuevas estrategias para obtener un apareamiento entre la encuesta en línea y los datos obtenidos en campo. | 29.06.22 | 11:35 – 12:00 HRS | |
| VACACIONES | | | | | |
| Encuestas de salud UAM Azcapotzalco | Unidad Azcapotzalco | Reunión para organización y planeación para recibir planeación masiva. (3 monitores) | 01.07.22 | 10:00 – 14:00 hrs | |
| Encuestas de salud UAM Azcapotzalco | Unidad Azcapotzalco | Se brindó apoyo a la unidad Azcapotzalco para realizar las encuestas seroepidemiológicas (tanitas, toma de signos, prueba de anticuerpos COVID) | 04.07.22 al 06.07.22 | 8:00 - 14:00 hrs | Se apoyó a unidad Azcapotzalco para realizar pruebas de encuesta a 1298 alumnos de la UAM de nuevo ingreso |
| UAM Lerma | UAM Lerma | Realización de pruebas encuesta monitores en salud y apoyo en revisión de salud de alumnos de nuevo ingreso (7 monitores) | 07.07.22 | 8:00 – 15:00 hrs | Se realizaron Encuestas y valoración médica a 20 alumnos de nuevo ingreso |

| | | | | | |
|-------------------------|-----------------------|---|----------|-------------------------------|---|
| INMEGEN | INMEGEN | Realización de prueba PCR COVID por protocolo debido al alta de contagios (10 monitores) | 11.07.22 | Cita abierta a disponibilidad | |
| Proyecto ANGELO | Lerma | Proyecto ANGELO: Apoyo en pruebas antropométricas y de salud a niños de secundaria de Lerma (5 monitores) | 13.07.22 | 8:00 -14:00 hrs | Alumnos de secundaria 1ro 2do y 3er grado (Turno Matutino y Vespertino) |
| Encuestas de vacunación | Rectoría General | Realización de pruebas de anticuerpos COVID + encuesta de vacunación Dr. Rafael Bojalil (10 monitores) | 22.07.22 | 9:00 -13:00 hrs | 51 pruebas y encuesta en salud |
| CENDI I: Azcapotzalco | CENDI I: Azcapotzalco | Realización de cuestionario y pruebas de encuesta Monitores en Salud a trabajadores (3 monitores) | 25.07.22 | 9:00 - 14:00 hrs | 15 pruebas y encuesta en salud |
| CENDI III: Xochimilco | CENDI III: Xochimilco | Realización de cuestionario y pruebas de encuesta Monitores en Salud a trabajadores (3 monitores) | 26.07.22 | 9:00 – 14:00 hrs | 11 pruebas y encuesta en salud |
| CENDI II: Iztapalapa | CENDI II: Iztapalapa | Realización de cuestionario y pruebas de encuesta Monitores en Salud a trabajadores (3 monitores) | 27.07.22 | 9:00 – 14:00 hrs | 14 pruebas y encuesta en salud |

| | | | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|---|----------|------------------|--|
| Feria de salud | Rectoría General | Apoyo a servicio médico Feria de Salud para toma de glucosa, presión y prueba COVID (8 monitores) | 28.07.22 | 9:00 – 14:00 hrs | |
| Feria de salud | Rectoría General | Apoyo a servicio médico Feria de Salud para toma de glucosa, presión y prueba COVID (8 monitores) | 29.07.22 | 9:00 – 14:00 hrs | pruebas COVID: 74 personas (71 pruebas negativas 3 positivas). Toma de glucosa: 100 personas por estadificación de criterios por ADA: (normal 71 personas, prediabetes 24 personas y diabetes 5 personas). Toma de presión arterial: 110 personas or estadificación de criterios por AHA:(normal 99 personas, normal-alta 3 personas, hipertensión grado 1 6 personas, hipertensión grado 2:2 personas) |
| REDES SOCIALES UNIDAD LERMA | REDES SOCIALES UNIDAD LERMA | Difusión en redes sociales para realizar prueba de encuesta | | Abierto | |

| | | | | | |
|---------------------------------------|-----------------------------|---|----------|-------------------|--------------------------------|
| | | Monitores en Salud | | | |
| Encuesta UAM Lerma | UAM Lerma | Realización de pruebas encuesta monitores en salud (7 monitores) | 02.08.22 | 8:00 – 15:00 hrs | 18 pruebas y encuesta en salud |
| UAM Xochimilco | UAM Xochimilco | Plática con Dr. Pablo Oliva (9 monitores) | 05.08.22 | 15:00 - 16:30 hrs | |
| UAM Xochimilco | UAM Xochimilco | Plática con Dr. Pablo Oliva (2 monitores) | 08.08.22 | 12:00 - 14:00 hrs | |
| Encuesta UAM Lerma | UAM Lerma | Realización de pruebas encuesta monitores en salud (7 monitores) | 11.08.22 | 8:00 – 15:00 hrs | 32 pruebas y encuesta en salud |
| Rectoría general | Rectoría general | Realización de pruebas COVID sobrantes y toma de glucosa (9 monitores) | 16.08.22 | 9:00 -13:00 hrs | 62 pruebas y encuesta en salud |
| REDES SOCIALES UNIDAD LERMA | REDES SOCIALES UNIDAD LERMA | Sorteo a participantes de encuesta monitores en salud | | abierto | |
| UAM Xochimilco | UAM Xochimilco | Reunión de todas las unidades para entrega de bitácora e de inventario | 17.08.22 | 15:00 – 16:30 hrs | |
| Organización de material de encuestas | Rectoría general | Reunión de monitores para organización de entrega de material (4 monitores) | 30.08.22 | 9:00 - 15:00 hrs | |
| INMEGEN | INMEGEN | Junta MPSS que realizaran ENARM | 31.08.22 | 10:00 - 12:00 hrs | |

| | | | | | |
|------------------------------|--------------------------------|--|------------|-------------------|---|
| Entrega de material otorgado | Rectoría general | Día de entrega de material y encuestas de proyecto monitores UAM (9 monitores) | 02.09.22 | 9:30-13:00 hrs | |
| Capacitación | Rectoría general | Capacitación de densitometrías Dr. Castañeda (1 monitor) | 26.09.22 | 10:30 – 12:30 hrs | |
| Feria de salud | Rectoría general | Feria de evaluación de densitometrías (3 monitores) | 27.09.22 | 9:30 – 14:00 hrs | Total 51 pacientes: 9 hombres y 42 mujeres |
| Feria de salud | Rectoría general | Feria de evaluación de densitometrías. Y entrega de datos recolectados en ambos días (3 monitores) | 28.09.22 | 9:30 - 14:00 hrs | Total 39 pacientes: 6 hombres y 33 mujeres |
| Reunión Zoom | UAM Lerma | Reunión con las autoridades y servicio médico de la unidad para establecer el plan estratégico de trabajo para las valoraciones a los alumnos de nuevo ingreso | 28.09.2022 | 10:00-11:00 hrs | |
| Proyecto ANGELO | UAM LERMA | Revisión de estado de salud en estudiantes de secundaria. Proyecto Ángelo (5 monitores) | 30.09.22 | 7:00 - 15:00 hrs | Alumnos de secundaria 1ro 2do y 3er grado (Turno Matutino y Vespertino) |
| Reporte trimestral | Plataforma digital (correo) | Entrega de reporte trimestral | 04-11-2022 | 20:00 hrs | |
| Periodo de Reporte: | OCTUBRE 2022-ENERO 2023 | | | | |
| Reunión de Monitores | INMEGEN | Reunión general para | 05.10.2022 | 13:30-15:00 hrs | |

| | | | | | |
|-----------------------|------------------------------|--|------------|-----------------|---|
| | | presentar el proyecto junto a SECTEI | | | |
| Encuestas UAM Lerma | UAM Lerma | Apoyo en exámenes médicos a alumnos de nuevo ingreso | 11.10.22 | 8:00 - 15:30hrs | Se realizó valoración médica y física alrededor de 300 alumnos de nuevo ingreso |
| Reunión por zoom | Reunión por zoom | Plática sobre programa PILARES | 14.10.22 | 16:00-17:30 hrs | |
| Reunión de Monitores | INMEGEN | Platica general para establecer una propuesta de análisis por equipo | 19.10.2022 | 11:30-14:00 hrs | |
| Curso Pilares | Capacitación en línea | Realización del curso de capacitación como capacitador para el programade "Salud en tu vida" dentro de los Pilares | 20.10.2022 | Continua | |
| Proyecto ANGELO | UAM LERMA | Revisión de estado de salud en estudiantes de secundaria. Proyecto Ángelo | 21.10.22 | 8:00 - 17:00hrs | Alumnos de secundaria 1ro 2do y 3er grado (Turno Matutino y Vespertino) |
| Proyecto ANGELO | UAM LERMA | Revisión de estado de salud en estudiantes de secundaria. Proyecto Angelo | 24.10.23 | 9:00 - 17:00hrs | Alumnos de secundaria 1ro 2do y 3er grado (Turno Matutino y Vespertino) |
| Propuesta de análisis | Plataforma en línea (correo) | Envió de la primera propuesta de análisis de forma escrita | 24.10.2022 | 20:00 hrs | |
| Reunión Monitores | Reunión en | Revisión de propuesta de | 03.11.2022 | 12:30-14:00 hrs | |

| | | | | | |
|-----------------------------|--|--|-----------------------------|-----------------|--|
| | plataforma Zoom | análisis y retroalimentación | | | |
| INMEGEN | INMEGEN | Reunión para revisión de avance de protocolo | 09.11.22 | 10:30hrs | |
| Proyecto ANGELO | Lerma | Proyecto ANGELO: Apoyo en la aplicación de encuestas psicométricas a niños de secundaria de Lerma | 08.11.22 - hasta enero 2023 | 8-17 hrs | Alumnos de secundaria 1ro 2do y 3er grado (Turno Matutino y Vespertino) |
| Exámenes médicos | INMEGEN | Se realizaron exámenes médicos a trabajadores del instituto con la finalidad de valorar su estado de salud | 14.11.2022 | 09:00-14:00 hrs | Se atendieron aproximadamente 30 trabajadores |
| Reunión con SECTEI | Secretaría de Educación . Ciencia. Tecnología e Innovación Barranca del muerto | Reunión general con los voluntarios y los encargados del programa "Salud en tu vida" para la presentación y plan de acción | 15.11.2022 | 10:00-13:00 hrs | |
| Detecciones | Rectoría general | Toma de glucosa capilar y colesterol | 16.11.2022-17.11.2022 | 09:30-13:00 hrs | Se realizó valoración de glucosa y colesterol a 60 trabajadores Rectoría General |
| Entrega de plan de análisis | Correo | Envió de la propuesta de análisis de forma escrita y con las correcciones | 19.11.2022 | 20:00 hrs | |

| | | | | | |
|---------------------------------|--|--|------------|-----------------|---|
| Recolección de evidencias | Drive | Recopilación del equipo para la evidencia fotográfica de los procesos y actividades | 27.11.2022 | 20:00 hrs | |
| Estrategias de plan de análisis | INMEGEN | Se solicito la presencia de dos integrantes del equipo para establecer una estrategia del plan de análisis de acuerdo con la base de datos obtenida de las encuestas | 29.11.2022 | 20:00 hrs | |
| Reunión SECTEI | Reunión en la plataforma Zoom | Por medio de la plataforma se convocó a una reunión para establecer la autorización de fecha en que se deberían presentar cada voluntario al él Pilares que se le asigno, así como establecer el plan de trabajo general | 30.11.2022 | 11:30-13:00 hrs | |
| Presentación pilares | Sedes Pilares correspondientes por equipos | Se hizo entrega y presentación formal del equipo de trabajo para establecer la forma de actividad de acuerdo con las necesidades del centro | 5.12.2022 | 10:00-12:00 hrs | Se dan pláticas informativas sobre prevención en temas de salud |

| | | | | | |
|--|------------------|--|---------------------|------------|--|
| | Rectoría general | Se realizó la planeación y ejecución de la inclusión de una feria de diversidad sexual; se difundió los derechos como comunidad LGBTTT..., las clínicas especializadas en atención sexual en la Ciudad de México y se apoyó en la realización de pruebas VDRL y determine HIV 1/2. | 8.12.2022-9.12.2022 | 9:00-14:00 | Se atendieron 130 personas, 65 cada día. |
|--|------------------|--|---------------------|------------|--|

CAPÍTULO V. REPORTES TRIMESTRALES

TRIMESTRE 22-I

Nombre: Diana Adilene Garcia Segundo Matrícula 2173029539

Licenciatura: Enfermería División CBS Unidad Rectoría General/
Lerma Trimestre que se reporta: 22-I

Nombre del asesor Pablo Francisco Oliva Sánchez

Actividades realizadas

En aquéllas en las que aparezca un recuadro, si la respuesta es anote una en el recuadro. Si usted no realizó esa actividad dejar en blanco.

FILTRO SANITARIO

1. Toma de temperatura (termómetro digital) Número de personas _____
2. Referencia de la persona por tener temperatura mayor ^{¿?} ° C No. Pers. _____
3. Proporcionar gel antibacteria. Número de personas _____

LEVANTAMIENTO DE ENCUESTA DE FORMA PRESENCIAL

1. Toma de temperatura
2. Toma de tensión arterial
3. Toma de glicemia capilar
4. Toma de muestra de sangre venosa
5. Otro: Aplicación de la prueba de anticuerpos COVID-19, prueba de glucosa capilar, mediciones antropométricas y de bioimpedancia, actividades administrativas.
6. **Describa de forma clara su experiencia en la aplicación de la encuesta, actitud de la persona encuestada, dificultades al aplicarla, y cualquier otra cuestión que considere relevante, si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco.**

A partir del 25 de abril del 2022 en Rectoría General se inició la promoción e invitación a participar en la encuesta de salud, esta difusión se realizó de manera personal en cada área de la unidad y a su vez se agendaron las citas personales para la toma de pruebas y mediciones de bioimpedancia.

La segunda etapa de la encuesta que es la toma de datos y prueba de manera presencial inició el jueves 28 de abril del 2022, con cada una de las personas que fueron agendadas y/o previamente habían respondido la encuesta en línea. El proceso de las mediciones se realizó con éxito y sin ninguna dificultad, el equipo de Monitores en Salud siempre mostro interés y apoyo y de la misma el personal de Rectoría, se realizaron en total 70 encuestas y toma de muestras y mediciones, la meta se alcanzó entre el 27 y 28 de abril.

Los trabajadores se mostraron interesados en participar, sin embargo, los comentarios acerca de la encuesta en línea hacían referencia a la extensión de preguntas y el tiempo que les demoraba responder, de la misma manera el apartado de psicología fue una de las confusiones más frecuentes entre los encuestados ya que al momento de responder no les permitía continuar.

En unidad UAM-Lerma, se realizó una difusión por parte de los monitores encargados de esa unidad hacia los alumnos, una vez agendadas las citas el equipo completo de Monitores acudió el jueves 12 de mayo del 2022 para la realización de pruebas a los alumnos agendados, sin embargo, de los programados solo se realizaron 10 pruebas aun tratando de salir en busca de interesados, se tomó la decisión de otras alternativas como ofrecer un estímulo a los alumnos, de esta manera se contactó con un docente en psicología y promociono con sus alumnos un incentivo al responder la encuesta de salud y entregar el carnet con las mediciones y pruebas.

El equipo tomó la decisión en programar 3 días consecutivos para el apoyo a los alumnos a realizar la encuesta en línea y a su vez realizar las mediciones y pruebas, del 16 al 18 de mayo se realizaron estas actividades, llegando a un total de # pruebas que se realizaron sin ninguna dificultad. Se tomarán nuevas estrategias para llegar a la meta de pruebas en UAM- Lerma

En estos momentos se realiza la planeación de fechas y estrategias para las pruebas que realizaremos en los CENDIS de la UAM.

ELABORACIÓN DE MATERIAL DIDÁCTICO

Impreso

1. Cartel Tema _____ Cantidad _____
2. Díptico o tríptico Tema _____ Cantidad _____
3. Volante Tema _____ Cantidad _____
4. Otro Se elaboró material que fue solicitado como apoyo en la feria de salud en rectoría sobre "Prevención de la diabetes y la prediabetes"

Digital

1. Cartel Tema (s) Salud bucal, HTA, consecuencias de la HTA, sobrepeso y obesidad Cantidad 4 Plataforma (s) o medio(s) de difusión Instagram y Facebook



1. Video Tema(s) _____ Cantidad _____
Plataforma(s) _____ o _____ medio(s) _____ de
difusión _____



Sobrepeso y obesidad

En México, el 75.2% de los mexicanos padece sobrepeso u obesidad, además es un factor de riesgo para enfermedades como diabetes y enfermedades cardiovasculares.

Recomendaciones

1. Bebe agua simple; evita el consumo de refrescos y jugos.
2. Realiza actividad física. 30 minutos diarios es lo recomendable.
3. Modifica tu alimentación. Aumenta el consumo de verduras y frutas.
4. Consulta con un experto (médico o nutriólogo) un plan de acuerdo a tus necesidades.



La forma más efectiva para conocer el grado de obesidad y sobrepeso en las personas es de acuerdo con su Índice de Masa Corporal (IMC).



- Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, 2017.
- Procuraduría Federal del Consumidor, 2021.

HIPERTENSIÓN ARTERIAL

¿QUÉ ES?



Padecimiento multifactorial caracterizado por aumento sostenido de la Presión arterial sistólica, diastólica o ambas.

La mayoría de las ocasiones la presión arterial alta no tiene síntomas específicos, por ello es llamado: **"EL ASESINO SILENCIOSO"**



LA ÚNICA FORMA DE SABER SI TIENE PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HTA O HIPERTENSIÓN) ES HACIENDO UN ANÁLISIS DE LA PRESIÓN ARTERIAL, A TRAVÉS DE LA MEDICIÓN CONSTANTE.

Categorías de Presión Arterial



| CATEGORÍA DE LA PRESIÓN ARTERIAL | SISTÓLICA mm Hg (número de arriba) | | DIASTÓLICA mm Hg (número de abajo) |
|--|------------------------------------|-----|------------------------------------|
| NORMAL | MENOS DE 120 | y | MENOS DE 80 |
| ELEVADA | 120-129 | y | MENOS DE 80 |
| PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 1 | 130-139 | o | 80-89 |
| PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 2 | 140 O MÁS ALTA | o | 90 O MÁS ALTA |
| CRISIS DE HIPERTENSIÓN (consulta a su médico de inmediato) | MÁS ALTA DE 180 | y/o | MÁS ALTA DE 120 |

Consecuencias de la presión arterial alta

La presión arterial alta es muchas veces la primer cha del "efecto dominó" que tiene consecuencias devastadoras, como:



PREVENCIÓN

- SEGUIR UNA DIETA EQUILIBRADA Y BAJA EN SAL
- LIMITAR EL CONSUMO DE ALCOHOL
- DISFRUTAR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR
- GESTIONAR EL ESTRÉS
- MANTENER UN PESO SALUDABLE
- EVITAR EL CONSUMO DE TABACO
- APEGO AL TRATAMIENTO MÉDICO



• AMERICAN HEART ASSOCIATION, 2021.

• NOM-030-SSA2-2009, PARA LA PREVENCIÓN, DETECCIÓN, DIAGNÓSTICO, TRATAMIENTO Y CONTROL DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL SISTÉMICA.

Describa de forma clara su experiencia tanto en la elaboración del material didáctico, los temas sobre los que usted trabajó, así como la respuesta de las personas y dificultades observadas; si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

Posterior a la capacitación en la elaboración de material digital y didáctico se solicitó por unidades y de manera individual temas de interés relacionados con el proyecto paradifundir a través de las redes sociales información que pudieran ser de utilidad a toda la comunidad UAM, uno de los objetivos de elaborar material es aclarar dudas que puedan surgir en cuanto a la encuesta de salud desde su promoción, etapa del cuestionario en línea y el proceso de pruebas de manera presencial.

Los temas son bastante abiertos dependiendo de la unidad de trabajo ya que cada población mantiene necesidades diferentes.

Los integrantes del equipo Rectoría/Lerma establecimos una búsqueda de la información con base en fuentes confiables y confirmadas para, posteriormente diseñar cada infografía por medio de aplicaciones en línea y la habilidad de cada uno para aportar ideas tanto en la información y diseño de material, el equipo mostro interés y creatividad para realizarlas sin ningún problema demostrando el trabajo y conexión entre los integrantes

ACTIVIDADES DE VACUNACIÓN CONTRA SARS-COV-2

Lugar o Unidad al cual fue asignado (a) Centro de Estudios Navales en Ciencias de la Salud (CENCIS) Marina

- Aplicación de vacuna Cantidad de vacunas aplicadas: _____
- Observación Cantidad de personas atendidas debido a algún malestar post vacuna: 20

Describe de forma clara su experiencia en la campaña de vacunación, así como la respuesta de las personas y dificultades observadas; si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

Iniciado oficialmente el servicio social y siendo asignados los integrantes de equipo y la unidad en la que trabajarían el equipo de Monitores de Rectoría/Lerma, acudió como apoyo a la Campaña Nacional de Vacunación contra Covid-19 con sede en el Centro de Estudios Navales en Ciencias de la Salud (CENCIS), donde se asignó como actividad la vigilancia de los pacientes post vacunación esto del 1-5 de febrero del 2022.

Dentro de la sede se aplicaban vacunas Sputnik como tercera y primeras dosis, AstraZeneca como segunda y primera dosis y Pfizer para el rango de 15-18 años. Al ser un macrocentro con la aplicación de diferentes vacunas, aproximadamente se vacunaban entre 18,000 y 20,000 personas diarias, sin embargo, al ser en la mayoría 2ª y 3ª dosis los pacientes no presentaban malestares. Los pocos pacientes con malestares graves se atendían por los médicos y enfermeros apoyados por el equipo de Monitores; en su mayoría fueron reacciones secundarias leves como mareos y náuseas, en el caso de los menores de edad se llegó a necesitar de más tiempo de observación debido a las largas horas de espera para recibir la vacuna.

La experiencia fue gratificante y cada una de las actividades desempeñadas se realizó de manera profesional. No hubo ningún inconveniente.

CAPACITACIONES Y CURSOS

1. Asistencia a cursos virtuales Número de cursos 2

2. Asistencia a capacitaciones vía ZOOM por parte del Proyecto

Número de capacitaciones recibidas: 2

ASISTENCIA DE FORMA PRESENCIAL A ALGUNA UNIDAD

Rectoría general

Número de veces que acudió: 2

Unidad Xochimilco

Número de veces que acudió: 4

Describa de forma clara su experiencia en la toma de cursos, capacitaciones y cualquier otra cuestión que considere relevante, si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

Los cursos iniciales permiten conocer las características del proyecto y las bases del mismo, conforme se avanzaba en las actividades las capacitaciones permitían adquirir las herramientas necesarias para desarrollarse en conjunto como equipo y de manera individual; debido a las necesidades y tiempos algunos fueron mediante reuniones zoom sin embargo se logró entender y cumplir con el objetivo de cada capacitación, al momento de llevar a cabo de manera practica el resultado se logró de forma satisfactoria.

Dentro del equipo de Rectoría/Lerma al momento de aplicar encuestas y toma de pruebas se aplicaron los conocimientos de cada capacitación, cada integrante fue parte fundamental para los procesos.

Concentrado de actividades de capacitación

| NOMBRE DEL CURSO OCAPACITACIÓN | INSTITUCIÓN | FECHA | HORAS |
|--|------------------|----------------------|---------|
| Curso de regreso a las actividades UAM | UAM | 24.01.22 | 4 hrs |
| Curso conceptos básicos de vacunación COVID | UAM | 26.01.22 | 2 hrs |
| Capacitación inicial de Monitores en salud: Panorama general, epidemiología y primeros auxilios generales. | UAM-Xochimilco | 14.02.22 al 16.02.22 | 8 hrs |
| Capacitación Cultura laboral, relación UAM-SITUAM | Rectoría General | 21.02.22 | 1 hora |
| Capacitación en redacción de contenido de redes (zoom) | UAM | 04.03.22 | 1 hora |
| Capacitación en Encuesta de Salud Seropidemiológica | UAM-Xochimilco | 16.03.22 | 1 hora |
| Capacitación Protección civil (zoom) | Rectoría General | 23.03.22 | 1 hora |
| Capacitación reportes trimestrales (zoom) | UAM | 27.03.22 | 1 hora |
| Reunión y capacitación con Dr. Castañeda para campaña de detección DM e HTA | Rectoría General | 28.03.22 | 1 hora |
| Reunión y capacitación con Dr. Castañeda para campaña de detección DM e HTA (zoom) | Rectoría General | 30.03.22 | 1 hora |
| Capacitación instrucciones trámites de beca | Rectoría General | 08.04.22 | 2 horas |

Anexar copia de las Constancias de participación y/o asistencia a cursos y capacitaciones

ACTIVIDADES DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Asesoría

Contención

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

CUADRO CONCENTRACIÓN ACTIVIDADES REALIZADAS

| FECHA | ACTIVIDAD | DESCRIPCIÓN | HORARIO |
|----------|---|---|------------------|
| 22.01.22 | REALIZACIÓN DE CURSO DE VACUNACIÓN COVID | | 2 hrs |
| 23.01.22 | REALIZACIÓN DE CURSO DE REGRESO A LAS ACTIVIDADES UAM | | 4 hrs |
| 25.01.22 | VACUNACIÓN 3er DOSIS COVID EN INMIGEN | Aplicación de 3er dosis vacuna AstraZeneca. Primera presentación informal entre Monitores y Dr. Pablo Oliva | 14:30–16:00 hrs |
| 31.01.22 | DIVISIÓN DE LOS EQUIPOS DE TRABAJO | Presentación con equipo de monitores anterior y división por unidades de trabajo. | 9:00–11:00 hrs |
| 01.02.22 | CAMPAÑA DE VACUNACIÓN COVID CENCIS-MARINA | Observación post colocación de vacuna, atención a personas con algún malestar post vacunación. | 7:00–16:00 hrs |
| 02.02.22 | | | 8:00 – 16:00 hrs |
| 03.02.22 | | | 8:00–16:00 hrs |
| 04.02.22 | | | 8:00 – 16:30 hrs |
| 05.02.22 | | | 8:00 – 16:30 hrs |
| 08.02.22 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00- 14:00 hrs |
| 9.02.22 | FILTRO UAM- XOCHIMILCO TURNO VESPERTINO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 13:00- 18:00 hrs |

| | | | |
|----------|--|---|-------------------|
| 14.02.22 | CAPACITACIÓN DÍA 1 UAM-X | Introducción y panorama general | 15:00- 17:30 hrs |
| 15.02.22 | CAPACITACIÓN DÍA 2 UAM- X | Epidemiología | 12:00 – 14:00 hrs |
| 16.02.22 | CAPACITACIÓN DÍA 3 UAM-X | Psicología de la encuesta | 12:00 – 15:00 hrs |
| 21.02.22 | CAPACITACIÓN CULTURA LABORAL Y RELACIÓN UAM-SITUAM EN RECTORÍA GENERAL | Cultura laboral por Mtro. Hipólito Lara Relación UAM – SITUAM Contrato colectivo de trabajo | 16:40-19:00 hrs |
| 22.02.22 | FILTRO RECTORIA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 25.02.22 | FILTRO RECTORIA GENERAL Día de pago | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. Toma y registro de temperatura para acceso a caja de cobro. | 8:00-14:00 hrs |
| 02.03.22 | CLASE DR PABLO (ZOOM) | | 16:00-17:00 hrs |

| | | | |
|----------|--|---|-------------------|
| 03.03.22 | REUNIÓN CON UNIDAD LERMA | Presentación de panorama general con Dra. Angélica | 10:00 – 12:00 hrs |
| | REUNIÓN RECTORÍA GENERAL | Planteamiento de plan de trabajo. | 12:00 -14:00 hrs |
| 04.03.22 | CAPACITACIÓN EN REDACCIÓN DE CONTENIDO DE REDES (ZOOM) | Clase con Psicóloga Marcela sobre correcciones de realización de contenido pararedes sociales | 10:00 – 12:00 hrs |
| 11.03.22 | REUNIÓN PRESENCIAL UNIDAD LERMA | 11 AM Reunión con el Rector y Secretario de Unidad, Dr. Gustavo Pacheco 12 pm Recorrido por las instalaciones | 9:30 – 15:00 hrs |
| 16.03.22 | CAPACITACIÓN ENCUESTA DE SALUD SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UAM-XOCHIMILCO AULAMAGNA EDIFICIO H | Se realizó la encuesta previa a la capacitación. Durante la capacitación se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca), bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría | 14:00 – 15:30 hrs |
| 17.03.22 | ENTREVISTA SARA MAKOWSKI UAM RADIO | Se realizó entrevista de Radio con Sara Makowski sobre la experiencia de las monitoras en la actividad de vacunación. | 13:30 – 14:30 hrs |

| | | | |
|----------|---|--|-------------------|
| 18.03.22 | FILTRO RECTORIA GENERAL Día de pago (Apoyo por activación de alerta sísmica) | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. Toma y registro de temperatura para acceso a caja de cobro. (Durante las últimas horas de caja se activó la alerta sísmica por lo cual se suspenden las actividades y se procede como apoyo ante una crisis junto con protección civil) | 8:00-15:30 hrs |
| 22.03.22 | FORMATO INSCRIPCIÓN DEL ALUMNO AL SERVICIO SOCIAL | Se llenó formato y se le solicitó firma al asesor interno. Una vez firmado se envió a salud.uam.pj@gmail.com | |
| 23.03.22 | PLATICA PROTECCIÓN CIVIL RECTORÍA GENERAL | Información sobre zonas y apoyo en protección civil en rectoría general por Mtro. Emilio Chirino | 11:00 – 12:00 hrs |
| 27.03.22 | CAPACITACIÓN REPORTES TRIMESTRALES (ZOOM) | Reunión informativa sobre reportes trimestrales, planes de trabajo y encuestas. Revisión de actividades unidad por unidad. | 9:00-11:00 hrs |
| 28.03.22 | REUNIÓN Y CAPACITACIÓN CON DR CASTAÑEDA PARA CAMPAÑA DE DETECCIÓN DM E HTA (PRESENCIAL) | Presentación de formato de historia clínica, mención de temas sobre Diabetes mellitus e Hipertensión arterial, presentación de infografía realizada por equipo de monitores | 11:30 – 12:45 hrs |
| 30.03.22 | FILTRO RECTORIA GENERAL Día de pago | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. Toma y registro de | 8:00-14:00 hrs |

| | | | |
|----------------------------|--|---|---|
| | REUNIÓN DR CASTAÑEDA AFINACIÓN DE DETALLES DE CAMPAÑA DM E HTA (ZOOM) | temperatura para acceso a caja de cobro. Revisión y homogenización de datos de clasificación para Diabetes mellitus (guías ADA) e Hipertensión arterial (guías AHA) | 17:00 – 16:00 hrs |
| 01.04.22 | CAMPAÑA DE DETECCIÓN DM E HTA | Toma de presión arterial y glucometría en 100 pacientes de Rectoría general. Vaciado de datos con categorización según clasificación de resultados | 9:00 – 15:00 hrs |
| 08.04.22 | CAPACITACIÓN INSTRUCCIONES TRÁMITES DE BECA | Exposición de proceso de solicitud de beca, así como resolución de dudas sobre trámite de la cuenta Santander. | 12:00-14:00 hrs |
| 11.04.22 | FILTRO RECTORÍA GENERAL REUNIÓN EN RECTORÍA GENERAL DR PABLO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. Comunicación de avance deproyecto. Planeación de inicio de pruebas en Rectoría General | 8:00-14:00 hrs 11: 30 – 2:00 hrs |
| 18.04.22 AL 27.02.22 | REALIZACIÓN DE HISTORIA CLÍNICA A EMPLEADOS TEMPORALES RECTORÍA GENERAL. | Se realizo una valo0racion general tomando signos y datos relevantes delos empleados para valorar su estado de salud actual. | 9:00 – 16:00 hrs |

| | | | |
|----------|---|--|---------------------|
| 25.04.22 | DIFUSIÓN Y REALIZACIÓN DE CITAS PARA ENCUESTAS. | Lunes 25 Wendy Martes 26 Dante Miércoles 27 Armando Se paso a los pisos para difundir la información de la encuesta y agendar citas. | 9:00 – 13:00 hrs |
| 28.04.22 | PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS. | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet. | 8:30 – 15:00 hrs |
| 29.04.22 | ENCUESTAS RECTORÍA GENERAL | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet. | 8:30 – 13:00 hrs |
| 02.05.22 | REUNIÓN ZOOM LERMA | Se establecieron mediante una reunión los posibles días y el procedimiento para ingresar a trabajar con la comunidad de la unidad | 10:00-12:00 hrs |
| 04.05.22 | FILTRO RECTORIA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 08:00 -14:00 hrs |

| | | | |
|-----------------------|---|---|-------------------|
| 08.05.22 | ENTREGA DE HOJA DE REPORTE DE ACTIVIDADES POR EQUIPO. | Reporte de unidad Lerma/ Rectoría General donde se incluye todo lo que se ha hecho desde que se inició el proyecto; capacitaciones, entrevistas, infografías, encuestas, apoyo a unidades, etc. | |
| 09.05.22 | REVISIÓN DE DATOS DE CONTACTO DE PRUEBAS EN RECTORÍA GENERAL. | Revisión de datos de contacto de participantes que aparecían como encuesta incompleta o no se encontraban en la base de datos | 9:30 – 12:00 hrs |
| 12.05.22 | PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE ENCUESTAS UNIDAD LERMA. | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet. | 9:00 – 16:00 hrs |
| 13.05.22 | REUNIÓN UAM-X | Auditorio Catalina Eibenshultz Reporte de avances y situaciones especiales por unidad. | 10:00 – 12:00 hrs |
| 16.05.22- 18.05.22 | PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE ENCUESTAS UNIDAD LERMA | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos | horario completo |

| | | | |
|--|--|-----------------------------|--|
| | | de consentimiento y carnet. | |
|--|--|-----------------------------|--|

TRIMESTRE 22-P

Nombre: Diana Adilene Garcia Segundo **Matrícula:** 2173029539
Licenciatura: Enfermería **División:** CBS **Unidad:** Xochimilco **Trimestre que se reporta:** 22-P

Nombre del asesor: Pablo Francisco Oliva Sánchez

Actividades realizadas

En aquéllas en las que aparezca un recuadro, si la respuesta es sí, anote una en el recuadro. Si usted no realizó esa actividad dejar en blanco.

FILTRO SANITARIO

4. Toma de temperatura (termómetro digital) Número de personas _____
5. Referencia de la persona por tener temperatura mayor a ¿? °C No. Pers. _____
6. Proporcionar gel antibacterial Número de personas _____

LEVANTAMIENTO DE ENCUESTA DE FORMA PRESENCIAL

7. Toma de temperatura
8. Toma de tensión arterial
9. Toma de glicemia capilar
10. Toma de muestra de sangre venosa
11. Otro: Aplicación de la prueba de anticuerpos COVID, prueba de glucosa capilar, mediciones antropométricas y de bioimpedancia, actividades administrativas.

Describa de forma clara su experiencia en la aplicación de la encuesta, actitud de la persona encuestada, dificultades al aplicarla, y cualquier otra cuestión que considere relevante, si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

Del 4 al 6 de julio del 2022 se solicitó apoyo al equipo de Rectoría-Lerma para asistir a la Unidad Azcapotzalco donde se realizaron encuestas seropidemiológicas con las pruebas de anticuerpos y medidas antropométricas correspondientes. Se concluyó el apoyo de manera satisfactoria.

En el mes de julio se realizó una encuesta de vacunación y toma de pruebas rápidas de anticuerpos COVID en Rectoría General.

Durante el mes de julio y agosto se terminó el número de encuestas seropidemiológicas, pruebas COVID y mediciones antropométricas en la Unidad Lerma, en Rectoría General.

Entre el 26,27 y 28 de julio se realizó una visita a los CENDIS de Iztapalapa, Xochimilco y Azcapotzalco para completar las encuestas seropidemiológicas, pruebas COVID y mediciones antropométricas a los trabajadores.

Durante la aplicación de las encuestas y la toma de mediciones no existieron inconvenientes en ninguna unidad, el personal encuestado mostró una actitud cooperadora que permitió un excelente ambiente de trabajo.

ELABORACIÓN DE MATERIAL DIDÁCTICO

Impreso

5. Cartel Tema _____ Cantidad _____
6. Díptico o tríptico Tema _____ Cantidad _____
7. Volante Tema _____ Cantidad _____
8. Otro: Se elaboró material que fue solicitado como apoyo en la feria de salud en rectoría sobre "Prevención de la diabetes y la prediabetes"

Digital

2. Cartel Tema (s) _____ Cantidad _____
Plataforma (s) o medio(s) de difusión _____
3. Video Tema(s) _____ Cantidad _____
Plataforma(s) o medio(s) de difusión _____

Describa de forma clara su experiencia tanto en la elaboración del material didáctico, los temas sobre los que usted trabajó, así como la respuesta de las personas y dificultades observadas; si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

ACTIVIDADES DE VACUNACIÓN CONTRA SARS-COV-2

Lugar o Unidad al cual fue asignado (a) _____

- Aplicación de vacuna Cantidad de vacunas aplicadas: _____
- Observación Cantidad de personas atendidas debido a algún malestar post vacuna: 20

Describa de forma clara su experiencia en la campaña de vacunación, así como la respuesta de las personas y dificultades observadas; si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

CAPACITACIONES Y CURSOS

3. Asistencia a cursos virtuales Número de cursos __
4. Asistencia a capacitaciones vía ZOOM por parte del Proyecto
Número de capacitaciones recibidas: _

ASISTENCIA DE FORMA PRESENCIAL A ALGUNA UNIDAD

Rectoría general

Número de veces que acudió: 8

Unidad _____

Número de veces que acudió:

Describa de forma clara su experiencia en la toma de cursos, capacitaciones y cualquier otra cuestión que considere relevante, si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

El curso se realizó en Rectoría General fue impartido por diversos ponentes, se realizaron actividades que permitieron un acercamiento real al manejo y análisis de datos, tuvo un impacto importante en las actividades de Monitores en salud y se tomó sin ningún inconveniente.

CONCENTRADO DE ACTIVIDADES DE CAPACITACIÓN

| Nombre del curso o capacitación | Institución | Fecha | Horas |
|---|------------------------------------|------------|-------|
| Estudios transversales y su diseño de estudio | Universidad Autónoma Metropolitana | 01.06.2022 | 3 |
| Análisis y pruebas estadísticas básicas | Universidad Autónoma Metropolitana | 02.06.2022 | 3 |
| Indicadores de salud en una población específica | Universidad Autónoma Metropolitana | 03.06.2020 | 3 |
| Presentación de resultados gráficos de indicadores de salud | Universidad Autónoma Metropolitana | 06.06.2022 | 2 |
| Presentación de resultados gráficos de indicadores de salud | Universidad Autónoma Metropolitana | 07.06.2022 | 2 |
| Indicadores de salud mental y bienestar psicológico poblacional | Universidad Autónoma Metropolitana | 08.06.2022 | 3 |
| Redacción de reportes técnicos en salud. | Universidad Autónoma Metropolitana | 09.06.2022 | 3 |
| Conferencias magistrales: <ul style="list-style-type: none"> • Evidencia científica y toma de decisiones en salud pública • La práctica clínica y evidencia científica: responsabilidad de los profesionistas de salud. | Universidad Autónoma Metropolitana | 10.06.2022 | 3 |

Anexar copia de las Constancias de participación y/o asistencia a cursos y capacitaciones

ACTIVIDADES DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Asesoría

Contención

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

CUADRO CONCENTRACIÓN ACTIVIDADES REALIZADAS

| FECHA | ACTIVIDAD | DESCRIPCIÓN | HORARIO |
|------------|---------------------------|---|-----------------|
| 24.05.2022 | PRIMER REPORTE TRIMESTRAL | Se realizó la primera entrega del reporte de actividades del trimestre 22-I | 8:00-12:00 hrs |
| 26.05.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 hrs |
| 01.06.2022 | CURSO | Estudios transversales y su diseño de estudio | 10:00-14:30 hrs |
| 02.06.2022 | CURSO | Análisis y pruebas estadísticas básicas | 10:00-14:30 hrs |
| 03.06.2020 | CURSO | Indicadores de salud en una población específica | 10:00-14:30 hrs |
| 06.06.2022 | CURSO | Presentación de resultados gráficos de indicadores de salud | 10:00-14:30 hrs |
| 07.06.2022 | CURSO | Presentación de resultados gráficos de indicadores de salud | 10:00-14:30 hrs |
| 08.06.2022 | CURSO | Indicadores de salud mental y bienestar psicológico poblacional | 10:00-14:30 hrs |
| 09.06.2022 | CURSO | Redacción de reportes técnicos en salud. | 10:00-14:30 hrs |
| 10.06.2022 | CURSO | Conferencias magistrales | 10:00-14:30 hrs |
| 18.06.2022 | EVIDENCIA DE TALLER | Al finalizar el curso de manera teórica se entregó evidencia para evaluar la parte práctica aplicando los conceptos y estrategias aprendidas. | 10:00-14:30 hrs |

| | | | |
|------------|--|---|--------------------|
| 29.06.2022 | REUNIÓN ZOOM | Estrategias para la realización de encuestas y el manejo de la base de datos | 10:00-12:00 Hrs |
| 01.07.2022 | REUNIÓN EN UNIDAD AZCAPOTZALCO | Los monitores asignados a la unidad se reunieron para la planeación estratégica de la estrategia para reunir las encuestas faltantes, así como la realización de exámenes médicos para alumnos de nuevo ingreso. | 10:00-14:00 Hrs |
| 04.07.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 08:00-14:00 hrs |
| | INICIO DE APOYO A LA UNIDAD AZCAPOTZALCO | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. | 8:00-16:00 Hrs |
| 05.07.2022 | APOYO UNIDAD AZCAPOTZALCO | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. | 08:00-17:00 Hrs |
| 06.07.2022 | APOYO UNIDAD AZCAPOTZALCO | Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. | 08:00-18:00 Hrs |

| | | | |
|------------|--|---|-----------------|
| 07.07.2022 | ENCUESTAS/PRUEBAS Y VALORACIÓN MEDICA UNIDAD LERMA | <p>Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.</p> <p>Al ser alumnos de nuevo ingreso se realizó una revisión médica para evaluar aprobar la realización de actividad física.</p> | 7:30-15:00 hrs |
| 08.07.2022 | PLANEACIÓN PARA ENCUESTAS EN CENDI | El equipo asignado a la unidad por medio de una reunión con el encargado se estableció un plan estratégico para la realización de encuestas en CENDI (Azcapotzalco, Iztapalapa y Xochimilco) estableciendo horarios y días permitidos de trabajo. | 10:00-12:00 hrs |
| 11.07.2022 | TOMA DE PRUEBA COVID INMEGEM | Al estar en contacto con grandes flujos de alumnos los monitores presentaron sintomatología por lo cual fue necesario acudir a una prueba para confirmar su estado de salud. | 14:00-16:00 hrs |
| 13.07.2022 | PROYECTO ANGELO | Se otorgo el apoyo de los monitores para la realización del Proyecto ANGELO en cual se desarrolla con alumnos de la Escuela Secundaria Oficial No.0086 Lic. Abel | 7:30-15:00 hrs |

| | | | |
|------------|---|---|-----------------|
| | | Zalazar, seles realizo la toma de signos vitales así como un examen médico general | |
| 14.07.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 Hrs |
| 20.07.2022 | RE-PROGRAMACION DE FECHAS PARA ENCUESTAS EN LOS CENDI | Debido a las necesidades de la unidad se establecieron nuevas fechas de trabajo en conjunto con los monitores y encargados de los CENDI. | 10:00-12:00 Hrs |
| 21.07.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 Hrs |
| 22.07.2022 | ENCUESTA DE VACUNACIÓN Y PRUEBAS COVID | Toma de prueba de anticuerpos COVID y encuesta rápida de vacunación para conocer el estado actual de autocuidado del personal de la unidad. | 9:00-14:00 Hrs |
| 25.07.2022 | ENCUESTAS Y PRUEBAS EN CENDI AZCAPOTZALCO | Se realizó la encuesta de forma individual y posterior la toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet. | 9:00-15:00 Hrs |
| 26.07.2022 | XOCHIMILCO | | |
| 27.07.2022 | IZTAPALAPA | | |

| | | | |
|--------------------------|---|---|-----------------|
| 28.07.2022 29.07.2022 | PROMOCIÓN A LA SALUD CAMPAÑA EN RECTORÍA GENERAL | Se solicitó el apoyo de Monitores para realizar medición de signos vitales, pruebas de glucosa capilar y pruebas rápidas de antígenos COVID. | 10:00-15:00 hrs |
| 01.08.2022 | PROMOCIÓN DE ENCUESTA EN LA UNIDAD LERMA | Por medio de materia didáctica y las redes sociales, así como oficiales del proyecto se invitó a alumnos para la participación en la encuesta así como la posibilidad de un premio (pulsera) | continuo |
| 02.08.2022 | PRUEBAS Y ENCUESTA LERMA | Se realizó la encuesta de forma individual y posterior la toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca)2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet. | 7:30-15:00 hrs |
| 04.08.2022 | REUNIÓN MONITORES RECTORÍA GENERAL- XOCHIMILCO | Se realizo una reunión entre los monitores de las dos unidades para crear una estrategia de trabajo | 10:00-12:00 hrs |
| 05.08.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 hrs |
| 10.08.2022 | DIVISIÓN Y PLAN ESTRATÉGICO PARA ÚLTIMAS PRUEBAS EN LERMA | Se reunió para establecer el plan de trabajo correspondiente. | 10:00-12:00 hrs |

| | | | |
|------------|--|--|------------------------------------|
| 11.08.2022 | ENCUESTAS Y PRUEBAS LERMA | Se realizó la encuesta de forma individual y posterior la toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardiaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet. | 7:30-15:00 Hrs |
| 16.08.2022 | PRUEBAS COVID Y TOMA DE GLICEMIA CAPILAR RECTORIA GENERAL. SORTEO DE PREMIOS EN LERMA | Toma de prueba de anticuerpos COVID y glicemia capilar para una evaluación rápida de los trabajadores. Realización del sorteo para conocer a los ganadores. | 9:00-14:00 hrs 12:00 hrs |
| 17.08.2022 | REUNIÓN GENERAL DE MONITORES | Conteo de pruebas y datos logrados, así como indicaciones siguientes. | 10:00-12:00 Hrs |
| 19.08.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 Hrs |
| 30.08.2022 | REALIZACIÓN DE INVENTARIO | Conteo y resguardo de materia para su almacenamiento. | 10:00-14:00 Hrs |
| 02.09.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL. INVENTARIO, ENTREGA Y RESGUARDO DE MATERIA Y PRUEBAS. | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 Hrs |
| 05.09.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 Hrs |

| | | | |
|------------|--|---|-----------------|
| 14.09.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID | 8:00-14:00 hrs |
| 21.09.2022 | CALENDARIZACIÓN Y ORGANIZACIÓN PARA PROYECTOS Y ACTIVIDADES DE APOYO EN LAS UNIDADES ASIGNADAS | Se organizo y dividió al equipo de rectoría/Lerma para las actividades que solicito la unidad | 10:00-12:00 hrs |
| 28.09.2022 | REUNIÓN Y PLANEACIÓN ESTRATÉGICA PARA EXÁMENES MÉDICOS | Se reunió con las autoridades correspondientes para establecer el material y flujo para la valoración médica programada | 10:00-12:00 hrs |

TRIMESTRE 22-O

Nombre: Diana Adilene Garcia Segundo Matrícula 2173029539

Licenciatura: Enfermería División CBS Unidad Rectoría General/
Lerma Trimestre que se reporta: 22-O

Nombre del asesor Pablo Francisco Oliva Sánchez

Actividades realizadas

En aquéllas en las que aparezca un recuadro, si la respuesta es sí, anote un en el recuadro. Si usted no realizó esa actividad dejar en blanco.

FILTRO SANITARIO

1. Toma de temperatura (termómetro digital) Número de personas _____
2. Referencia de la persona por tener temperatura mayor $^{\circ}$ C **No.**
Pers. _____
3. Proporcionar gel antibacterial Número de personas _____

LEVANTAMIENTO DE ENCUESTA DE FORMA PRESENCIAL

1. Toma de temperatura
2. Toma de tensión arterial
3. Toma de glicemia capilar
4. Toma de muestra de sangre venosa
5. Otro _____

Describa de forma clara su experiencia en la aplicación de la encuesta, actitud de la persona encuestada, dificultades al aplicarla, y cualquier otra cuestión que considere relevante, si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

ELABORACIÓN DE MATERIAL DIDÁCTICO

Impreso

1. **Cartel** **Tema** “Autoexploración y cáncer de mama” “Sedentarismo y actividad física” **Cantidad** _1_
 2. **Díptico o tríptico** **Tema**” **Salud** sexual y derechos sexuales y reproductivos” “Salud mental” **Cantidad** __20__
 3. **Volante** **Tema** _____ **Cantidad** _____
 4. **Otro** _____
-

Digital

1. **Cartel** **Tema (s)** _____ **Cantidad** _____
_____ **Plataforma(s) o medio(s) de difusión** _____
2. **Video** **Tema(s)** _____ **Cantidad** _____
Plataforma(s) _____ **o** _____ **medio(s)** _____ **de** _____
difusión _____

Describe de forma clara su experiencia tanto en la elaboración del material didáctico, los temas sobre los que usted trabajó, así como la respuesta de las personas y dificultades observadas; si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

Para la elaboración de material es necesario de una valoración a la población que se quiere llegar, es por eso por lo que como monitor se realiza una exploración y acercamiento, entre los resultados se obtuvieron grupos muy variados, sin embargo, la población objetivo se tomó de acuerdo con la importancia de temas que la misma comunidad solicita o de acuerdo con el problema que presentan y se busca darle un plan de solución o mejora.

Parala la elaboración del material es un juego entre lo visual y la correcta información para atraer la atención completa del usuario, el material fue revisado desde la fuente de información has su perspectiva visual.

Cuando la situación lo requiere es necesario realizar una plática haciendo uso del material en este caso se detalla punto por punto la información que lo conforma logrando el transmitir correctamente, los usuarios captan de forma correcta y logran entablar conexión para resolver dudas o colaborar a transmitir a quienes no conocen el tema en específico.



¿QUÉ ES EL CANCER DE MAMA?

Concepto

Es un tumor maligno que se origina en las células de la mama, entendiéndose por tumor maligno un grupo de células que crecen de manera desordenada e independiente.



Diagnóstico

En la actualidad, existen tres métodos para el abordaje:

- Examen físico y una historia clínica completa
- Técnicas de imagen
- biopsia.

Factores de riesgo

- Antecedentes familiar
- Tener 40 años o más
- Tener la primera menstruación antes de los 12 años
- Usar anticonceptivos hormonales por más de 5 años
- Tener el primer hijo después de los 30 años
- No haber tenido hijos
- Tener la última menstruación después de los 52 años
- Tratamiento hormonal
- Obesidad

Detección oportuna

- Autoexploración
- Mastografía

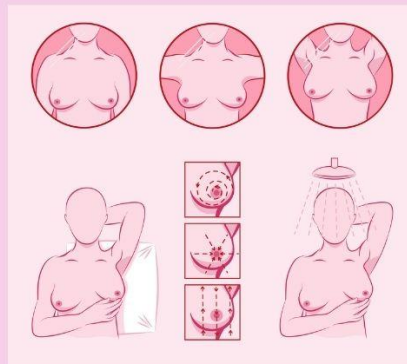


AUTOEXPLORACION

Busque abultamientos, hundimientos, inflamación, enrojecimiento o ulceraciones en la piel; desviación de la dirección o retracción del pezón o de otras áreas de la piel, así como cambios de tamaño o de la forma de las mamas

1

Observacion



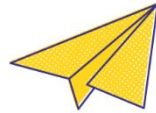
2

Palpacion

Busque bolitas, zonas dolorosas, abultamientos o consistencia diferente al resto de la mama.

Para terminar, apriete suavemente su pezón y observe si hay secreción (Transparente, blanca, verde o serohemática o sanguinolenta)

19 de octubre
 Día Mundial de la Lucha
 contra el Cáncer de Mama



SALUD SEXUAL



Salud sexual

Estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, y no solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o malestar



Los derechos sexuales y reproductivos están relacionados con la libertad de las personas a decidir sobre su sexualidad y el ejercicio libre de la misma.



Salud reproductiva

Estado general de bienestar físico, mental y social, y no de la mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos

Derechos sexuales y reproductivos

1. A decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad.
2. A ejercer y disfrutar libremente nuestra sexualidad.
3. A manifestar públicamente nuestros afectos.
4. A decidir libremente con quién o quiénes nos relacionamos afectiva, erótica y socialmente.
5. A que se respete nuestra privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente nuestra información personal.
6. A la vida y a la integridad física, psicológica y sexual.
7. A decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva.
8. A la igualdad.
9. A vivir libres de discriminación.
10. A la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
11. A la educación integral en materia de sexualidad.
12. A los servicios de salud sexual y reproductiva.
13. A la identidad sexual.
14. A la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.

UAM
 Casa abierta al tiempo

PILARES
 GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

BENEFICIOS DEL EJERCICIO FÍSICO

MEJOR CALIDAD DE SUEÑO

MENOS ESTRÉS

MEJOR RESISTENCIA

MEJORA LA CAPACIDAD DE AUTOCUIDADO

INCREMENTA LA CAPACIDAD MUSCULAR Y LA FLEXIBILIDAD

AYUDA A LA AUTOESTIMA

DISMINUYE EL RIESGO DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

LOS NIÑOS Y JÓVENES DE 5 A 17 AÑOS ACTIVIDADES RECREATIVAS EN LA CASA Y ESCUELA

LOS ADULTOS DE 18 AÑOS EN ADELANTE DEBERÁN ACUMULAR AL MENOS 30 MINUTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA MODERADA 5 DÍAS A LA SEMANA O 20 MIN DE ACTIVIDAD FÍSICA VIGOROSA 3 DÍAS POR SEMANA.

ADULTOS MSYORES DE 65,DEDIQUEN 150 MINUTOS SEMANALES A REALIZAR ACTIVIDADES FÍSICAS MODERADAS AERÓBICAS, O BIEN ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA VIGOROSA AERÓBICA DURANTE 75 MINUTOS.



ACTIVIDADES DE VACUNACIÓN CONTRA SARS-COV-2

Lugar o Unidad al cual fue asignado (a) _____

- Aplicación de vacuna Cantidad de vacunas aplicadas: ____
- Observación Cantidad de personas atendidas debido a algún malestar post vacuna: ____

Describe de forma clara su experiencia en la campaña de vacunación, así como la respuesta de las personas y dificultades observadas; si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

CAPACITACIONES Y CURSOS

1. Asistencia a cursos virtuales Número de cursos 1
2. Asistencia a capacitaciones vía ZOOM por parte del Proyecto
Número de capacitaciones recibidas:

ASISTENCIA DE FORMA PRESENCIAL A ALGUNA UNIDAD

Rectoría general
Número de veces que acudió:
Unidad
Número de veces que acudió:

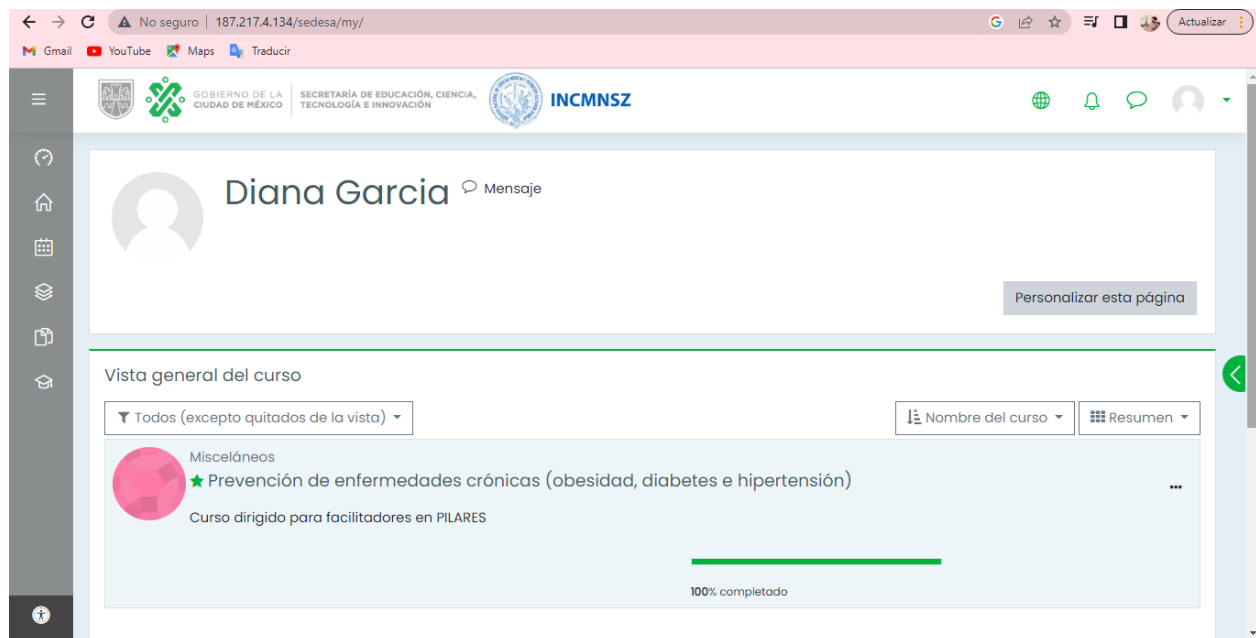
Describa de forma clara su experiencia en la toma de cursos, capacitaciones y cualquier otra cuestión que considere relevante, si requiere mayor espacio puede hacerlo en una hoja en blanco

Para la participación como apoyo en el programa “Salud en tu vida” que se es impartido por medio de los “pilares” en CDMX fue requisito el curso en el que como personal de salud reconfirmaríamos nuestra capacidad en la promoción y prevención de las enfermedades crónicas, y el contacto con las comunidades, así como esta capacidad de interacción y localización de problemas a los cuales por medio del desarrollo de intervenciones se disminuye, mejore o elimine el problema.
Las necesidades en las zonas más marginadas de la ciudad son uno de los objetivos de dichos programas por ello el curso es muy completo y permite tener y rectificar las herramientas para intervenir y presentar una solución a las necesidades

Concentrado de actividades de capacitación

| Nombre del Curso | Institución | Fecha | Horas |
|---|---|-----------------|-----------|
| Prevencion de enfermedades cronicas (obesidad, diabetes e hipertension) | Secretaria de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación | 25.Octubre.2022 | Continuas |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Anexar copia de las Constancias de participación y/o asistencia a cursos y capacitaciones



ACTIVIDADES DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Asesoría

(NO SE RELIZARON ACTIVIDADES)

CUADRO CONCENTRACIÓN ACTIVIDADES REALIZADAS

| FECHA | ACTIVIDAD | DESCRIPCIÓN | HORARIO |
|------------|--|---|-----------------|
| 05.10.2022 | REUNIÓN DE MONITORES | Reunión general para presentar el proyecto junto a SECTEI. | 13:30-15:00 hrs |
| 11.10.22 | ENCUESTAS UAM LERMA | Apoyo en exámenes médicos a alumnos de nuevo ingreso. | 8 - 15:30 hrs |
| 14.10.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 14.10.22 | REUNIÓN POR ZOOM | Plática sobre programa PILARES. | 16:00-17:30 hrs |
| 19.10.2022 | REUNIÓN DE MONITORES | Platica general para establecer una propuesta de análisis por equipo. | 11:30-14:00 hrs |
| 20.10.2022 | CURSO PILARES | Realización del curso de capacitación como capacitador para el programade "Salud en tu vida" dentro de los Pilares. | Continua |
| 21.10.22 | PROYECTO ANGELO | Revisión de estado de salud en estudiantes de secundaria. Proyecto Angelo. | 8 - 17:00hrs |
| 24.10.23 | PROYECTO ANGELO | Revisión de estado de salud en estudiantes de secundaria. Proyecto Angelo. | 9 - 17:00hrs |
| 24.10.2022 | PROPUESTA DE ANÁLISIS | Envío de la primera propuesta de análisis de forma escrita. | 20:00 hrs |
| 28.10.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL DÍA DE PAGO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 30.10.2022 | ENTREGA DE NUEVA DOCUMENTACIÓN PARA LA BECA DE MONITORES | Se realizo en línea mediante la plataforma oficial de becas el registro de los documentos solicitados. | |

| | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|---|-----------------|
| 03.11.2022 | REUNIÓN MONITORES | Revisión de propuesta de análisis y retroalimentación. | 12:30-14:00 hrs |
| 09.11.22 | INMEGEN | Reunión para revisión de avance de protocolo. | 10:30hrs |
| 08.11.22 - hasta enero 2023 | PROYECTO ANGELO | Proyecto ANGELO: Apoyo en la aplicación de encuestas psicométricas a niños de secundaria de Lerma. | 8-17 hrs |
| 14.11.2022 | EXÁMENES MÉDICOS INMEGEN | Se realizaron exámenes médicos a trabajadores del instituto con la finalidad de valorar su estado de salud. | 09:00-14:00 hrs |
| 14.11.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL DÍA DE PAGO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 15.11.2022 | REUNIÓN CON SECTEI | Reunión general con los voluntarios y los encargados del programa "Salud en tu vida" para la presentación y plan de acción. | 10:00-13:00 hrs |
| 16.11.2022-17.11.2022 | DETECCIONES | Toma de glucosa capilar y colesterol. | 09:30-13:00 hrs |
| 19.11.2022 | ENTREGA DE PLAN DE ANÁLISIS | envió de la propuesta de análisis de forma escrita y con las correcciones. | 20:00 hrs |
| 27.11.2022 | RECOLECCIÓN DE EVIDENCIAS | Recopilación del equipo para la evidencia fotográfica de los procesos y actividades. | 20:00 hrs |
| 29.11.2022 | ESTRATEGIAS DE PLAN DE ANÁLISIS | Se solicitó la presencia de dos integrantes del equipo para establecer una estrategia del plan de análisis de acuerdo con la base de datos obtenida de las encuestas. | 20:00 hrs |

| | | | |
|---------------------|---|--|-----------------|
| 30.11.2022 | REUNIÓN SECTEI | Por medio de la plataforma se convocó a una reunión para establecer la autorización de fecha en que se deberían presentar cada voluntario al el Pilares que se le asigno, así como establecer el plan de trabajo general. | 11:30-13:00 hrs |
| | FILTRO RECTORÍA GENERAL DÍA DE PAGO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 5.12.2022 | PRESENTACIÓN PILARES | Se hizo entrega y presentación formal del equipo de trabajo para establecer la forma de actividad de acuerdo con las necesidades del centro. | 10:00-12:00 hrs |
| 7.12.2022 | PRESENTACIÓN EN PILARES REUNIÓN Y PLATICA DE SALUD EN TU VIDA | El representante de la unidad pilares Emiliano Zapata realizo la presentación con los integrantes, docentes y tallerista. | 10:00-12:00 |
| 8.12.2022-9.12.2022 | FERIA DE SALUD "DIVERSIDAD SEXUAL" | Se realizó la planeación y ejecución de la inclusión de una feria de diversidad sexual; se difundió los derechos como comunidad LGBTTT..., las clínicas especializadas en atención sexual en la Ciudad de México y se apoyó en la realización de pruebas VDRL y determine HIV 1/2. | 9:00-14:00 hrs |
| 13.12.2022 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 14.12.2022 | PLATICA 1 PILARES "EMILIANO ZAPATA" | Diabetes mellitus tipo 2. | 10:00-14:00 hrs |
| 16.12.2022 | PLATICA 2 PILARES "EMILIANO ZAPATA" | Hipertensión arterial sistémica. | 10:00-14:00 hrs |

| | | | |
|------------|--|---|--------------------|
| 19.12.2022 | ENTREGA DE NUMERARIA | El quipo rectifico y se realizó la entrega de actividades realizadas hasta el momento, así como el impacto que cada licenciatura apporto al proyecto. | Continuo |
| | FILTRO RECTORÍA GENERAL DÍA DE PAGO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 10.01.2023 | PLATICA 3 Y 4 PILARES “EMILIANO ZAPATA” | Gingivitis. Auto exploración y cáncer de mama. | 10:00-14:00 hrs |
| 11.01.2023 | FILTRO RECTORÍA GENERAL DÍA DE PAGO | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |
| 13.01.2023 | PLATICA 5 EN PILARES “EMILIANO ZAPATA” | Enfermedades de transmisión sexual. | 10:00-16:00 hrs |
| 17.01.2023 | PLATICA 6 Y 7 PILARES “EMILIANO ZAPATA” | Bruxismo y rechinamiento dental. | 10:00-14:00 hrs |
| | REVISIÓN DE TRABAJOS FINALES | | |
| 20.01.2023 | PLATICA 8 Y 9 PILARES “EMILIANO ZAPATA” | Salud sexual. Salud mental. | 10:00-14:00 hrs |
| 24.01.2023 | PLATICA 10 PILARES “EMILIANO ZAPATA” | Sedentarismo y actividad física. | 10:00-14:00 hrs |
| 25.01.2023 | FILTRO RECTORÍA GENERAL | Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID. | 8:00-14:00 hrs |

CAPÍTULO VI VOLUNTARIADO EN EL PROGRAMA “SALUD EN TU VIDA”

PLAN DE TRABAJO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO PLAN DE TRABAJO (proyecto piloto)

Introducción.

La Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la Ciudad de México a través de su programa PILARES (PUNTOS DE INNOVACIÓN, LIBERTAD, ARTE, EDUCACIÓN Y SABERES), con el fin de promover la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles a través de acciones de atención primaria a la salud diseñó el programa SALUD EN TU VIDA el cual está basado en talleres y pláticas de salud con seguimiento a través de diferentes sesiones con el fin de generar un cambio por estilos de vida saludables en personas asistentes a los centros PILARES. La idea principal del programa es para los usuarios es **“Empieza hoy una vida más saludable: Alimentación, activación física, convivencia con la familia, alegría y atención primaria”**. Esta intervención se desarrolla a través de “clubs de vida saludable” los cuales se generan con base a las necesidades de las personas interesadas en participar. Los contextos sociales de las personas circunscriben los temas y el desarrollo de los clubs con el fin de generar una promoción de la salud más centrada en la persona.

Objetivo del Proyecto:

Generar clubs de salud en diferentes centros PILARES basados en la estrategia de atención primaria del programa SALUD EN TU VIDA.

Metodología

El Proyecto Monitores en Salud de la Universidad Autónoma Metropolitana a través de acciones voluntarias en colaboración con la SECTEI, colaborarán en el desarrollo de estos clubs en centros PILARES previamente seleccionados.

Los monitores invitarán a las personas asistentes a los centros PILARES para formar partes de los clubs de vida saludable. A través de lista de asistencia a pláticas preventivas generadas por ellas/os. Se desarrollará un portafolio de evidencia el cual será compartido con el centro PILARES para su seguimiento. Este portafolio será clave para dar seguimiento a las personas más interesadas en estar en el club de salud. El portafolio de evidencias contendrá:

1. Programa de Sesión
2. Lista de asistentes (con evidencia fotográfica)
3. Material didáctico generado (presentación (pptx) infografía, trípticos, etc).

Se dará un tema por semana con el fin de promocionarlo dentro de la semana en el centro PILARES.

Debido a que los pasantes de servicio social voluntarios son de diferentes licenciaturas del área de la salud (MEDICINA, ESTOMATOLOGÍA Y ENFERMERÍA) se desarrollarán los siguientes temas:

Temas de salud física y social.

1. Derechos sexuales y reproductivos
2. Autoexploración y cáncer de mama
3. Virus del Papiloma Humano y la importancia del Papanicolau
4. Enfermedades de transmisión sexual
5. Trastornos alimentarios
6. Osteoporosis
7. Demencias (prevención e identificación)
8. Incontinencia y estudio de la próstata
9. Depresión en el adulto mayor
10. Derechos y obligaciones de los niños en el acceso a los servicios de salud
11. Alimentación intuitiva desde la infancia
12. Prevención de Diabetes tipo 2
13. Detección de factores de riesgo cardiovascular en mi vida)
14. La relación del sedentarismo, obesidad y los riesgos a mi salud

Temas de Salud bucal:

1. Diabetes y periodontitis
2. La importancia de la rehabilitación bucal
3. Medicamentos que afectan mi salud bucal
4. Las dietas cariogénicas en niños y adolescentes
5. La ansiedad y su impacto en la salud bucal
6. El flúor y donde encontrarlo
7. Manifestaciones bucales en pacientes fumadores.
8. Mitos: embarazo y salud bucal

Horario y actividades.

Lunes Miércoles y Viernes de 10:00 a 15:00 hrs. durante los meses de Noviembre 2022, Diciembre 2022 y Enero 2023.

Resultados esperados.

Se espera obtener un club de vida saludable, activo y participativo que posteriormente se integre a la intervención del programa Salud en tu Vida.



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA



PLAN DE SESIONES

| | |
|---|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Diabetes Mellitus | Fecha: 14/diciembre/2022 |
| Nombre del instructor: Andrea Magaña González | Duración total: 15-20 min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none">• Adultos miembros de pilares con diabetes mellitus• Adultos miembros de pilares con factores de riesgo para padecer diabetes | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares "Emiliano Zapata" | |
| Objetivo General: Informar a la población sobre las principales características de la diabetes mellitus. Así como la identificación de síntomas para acudir oportunamente con un médico | |
| Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none">• Informar sobre los principales síntomas de la diabetes• Explicar las pruebas diagnósticas• Desmentir los mitos sobre el tratamiento• Hacer consciencia sobre la prevención del desarrollo de la enfermedad | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|-------------------|--|---|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Diabetes Mellitus | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 min. | 5 min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno | •Expositiva | Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 min | 8 min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno | •Expositiva | Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 ¿Qué es la diabetes mellitus? | Exponer el concepto de diabetes mellitus características, factores de riesgo | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas durante el proceso. | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |

| | | | | | | | | | |
|--|---|--|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | SUBTEMA 2 ¿Cuándo acudir a un médico? | Explicar los principales síntomas, así como los métodos diagnósticos | •Presentación •Equipo | •Expositiva | | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |

Enfermedad metabólica crónica caracterizada por niveles elevados de glucosa en sangre.



DIABETES

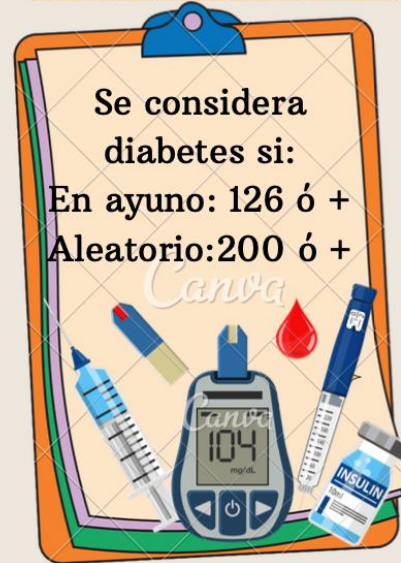
Síntomas

- Mucha sed
- Mucha hambre
- Muchas ganas de orinar
- Pérdida de peso involuntaria
- Fatiga
- Dolor de cabeza



Diagnóstico

Se considera diabetes si:
En ayuno: 126 ó +
Aleatorio: 200 ó +



Prevención

- Revisarse periódicamente
- Alimentación saludable
- Ejercicio (30 min diarios)



Tratamiento

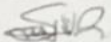




PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES





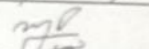
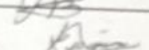



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES - SALUD EN TU VIDA

Nombre: LCPO
 Sugay Vera Ramirez



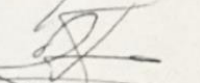
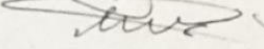
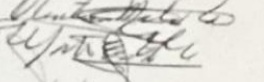
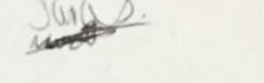


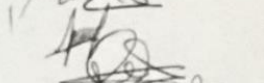
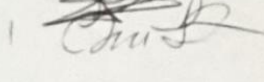
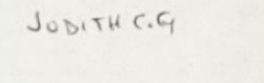

LISTADO DE ASISTENCIA

| | | | |
|--------------------------|---|-----------------|-----------|
| TEMA DE LA PROMOCIÓN: | ¿Que es la Diabetes? - ayuda visual | FECHA: | 14/Dic/22 |
| SEDE: | Emiliano Zapata | TOTAL DE HORAS: | |
| PONETES: | Andrea Magoña, Adilene Garcia, Wendy Gené | HORARIO: | |
| INSTITUCIÓN QUE IMPARTE: | UAM | | |

| NO. | NOMBRE | CLUB DE VIDA SALUDABLE | CORREO ELECTRÓNICO | FIRMA |
|-----|--------------------------|------------------------|-------------------------|---|
| 1 | Dionisio Pérez | Invitado | dionisart0412@gmail.com |  |
| 2 | Maria Garcia Gastolun | Invitado | gasmanagarcia@gmail.com |  |
| 3 | José Luis Hernández | Invitado | joseluis1984@gmail.com |  |
| 4 | Ma. Alejandra Trejo Vega | Invitada | aletv2306@gmail.com |  |
| 5 | Patricia Barragán | Invitada | — |  |
| 6 | Mra. Eugenia López | Invitada | lomecugenia@hotmail.com |  |
| 7 | Pedro Amaro Ramos | Invitado | |  |

Coordinador del evento: Gestor del Seguro Popular

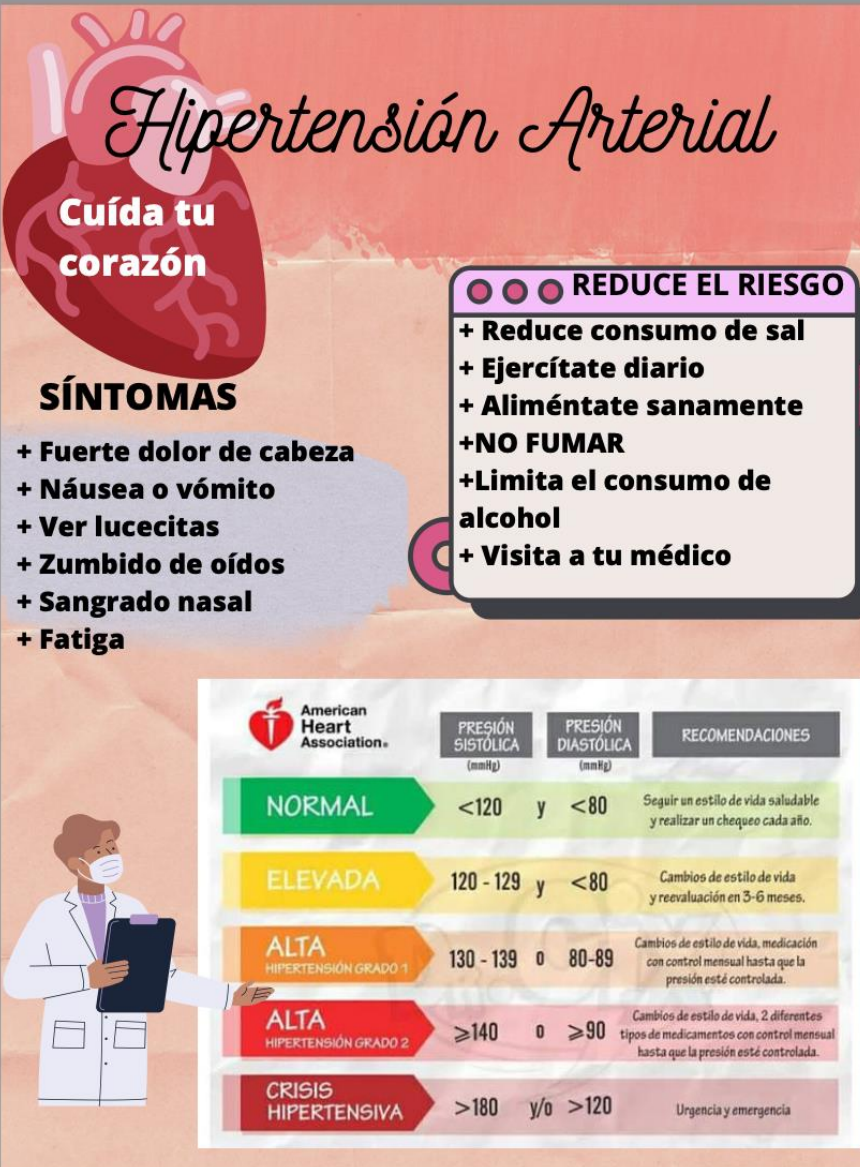
LISTA DE ASISTENCIA/AFILIACIÓN/OPERA/0808/2022

| Nombre | Club de Vida Saludable | Correo Electronico | Firma |
|----------------------------|------------------------|----------------------------|---|
| Claudia Hernández | Invitada | claudettehern@yahoo.com.mx |  |
| Dafne Mote | Invitada | — |  |
| Carolina Burgetz | Invitada | — |  |
| ELEMENTINA HERRERA | JUBILADA | | |
| MARGARITA HERNANDEZ | JUBILADA | | |
| Sara Sierra Hdz | Invitada | |  |
| Maria del Carmen Castillos | Invitada | caromilokotok@gmail.com |  |
| Luz Castellanos | Invitada | |  |
| Bety Ceballos | Jubilada | |  |
| Isabel Lolaso R. | Invitada | |  |
| Claudia L. Hdez. V. | Jubilada | |  |
| Liliana Pérez Vilchys | Jubilada | |  |
| Maria Leonor | Jubilada | |  |
| JUDITH CEJA GARCIA | | | JUDITH C.G. |

| | |
|---|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Hipertensión Arterial | Fecha: 16/diciembre/2022 |
| Nombre del instructor: Andrea Magaña González | Duración total: 15-20 min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Adultos miembros de pilares con Hipertensión Arterial • Adultos miembros de pilares con factores de riesgo para padecer Hipertensión Arterial | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Informar a la población sobre las principales características de la diabetes mellitus. Así como la identificación de síntomas para acudir oportunamente con un médico | |
| Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Informar sobre los principales síntomas de la hipertensión arterial • Explicar las pruebas diagnósticas • Hacer consciencia sobre la prevención del desarrollo de la enfermedad | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|-----------------------|------------------------------|---|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Hipertensión Arterial | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno | •Expositiva | Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno | •Expositiva | Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 | Exponer el concepto de hipertensión | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |

| | | | | | | | | | |
|--|--|---|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | ¿Qué es la Hipertensión arterial? | n arterial clasificación y, factores de riesgo | | | general y resuelve dudas durante el proceso. | | | | |
| | SUBTEMA 2 ¿Cómo reducir el riesgo de desarrollar la enfermedad? | Explicar los principales cambios en el estilo de vida para prevención | •Presentación •Equipo | •Expositiva | | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |



Hipertensión Arterial

Cuída tu corazón

SÍNTOMAS

- + Fuerte dolor de cabeza
- + Náusea o vómito
- + Ver lucecitas
- + Zumbido de oídos
- + Sangrado nasal
- + Fatiga

●●● REDUCE EL RIESGO

- + Reduce consumo de sal
- + Ejercítate diario
- + Aliméntate sanamente
- + **NO FUMAR**
- + Limita el consumo de alcohol
- + Visita a tu médico

| American Heart Association | PRESIÓN SISTÓLICA (mmHg) | y | PRESIÓN DIASTÓLICA (mmHg) | RECOMENDACIONES |
|----------------------------------|--------------------------|-----|---------------------------|---|
| NORMAL | <120 | y | <80 | Seguir un estilo de vida saludable y realizar un chequeo cada año. |
| ELEVADA | 120 - 129 | y | <80 | Cambios de estilo de vida y reevaluación en 3-6 meses. |
| ALTA HIPERTENSIÓN GRADO 1 | 130 - 139 | o | 80-89 | Cambios de estilo de vida, medicación con control mensual hasta que la presión esté controlada. |
| ALTA HIPERTENSIÓN GRADO 2 | ≥140 | o | ≥90 | Cambios de estilo de vida, 2 diferentes tipos de medicamentos con control mensual hasta que la presión esté controlada. |
| CRISIS HIPERTENSIVA | >180 | y/o | >120 | Urgencia y emergencia |



Casa abierta al tiempo

PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



PILARES

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Programa PILARES - SALUD EN TU VIDA

| | |
|-----------------------------|--|
| Nombre del Centro PILARES | Emiliano Zapata |
| NOMBRE DEL MONITOR EN SALUD | Anaeva Magaña / Wendy Gil / Diana García |
| FECHA: | 10 / DIC / 2022 |

Activación / Zumba

LISTADO DE PROMOCIÓN A LOS BENEFICIARIOS

| No. | NOMBRE DEL INTEGRANTE DEL CLUB DE VIDA SALUDABLE | TEMA DE PROMOCIÓN |
|-----|--|-----------------------|
| 1. | Patricia Bonilla Schmitter | Hipertensión arterial |
| 2. | Carolina Cardona Sandoval | EVIDENCIA FOTOGRÁFICA |
| 3. | Paco Morales de Oca Martínez | |
| 4. | Leticia Peres Noya | |
| 5. | | |
| 6. | | |
| 7. | | |
| 8. | | |
| 9. | | |
| 10. | | |

CCPO: Segoy Vera Ramirez
SVR.



PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Programa PILARES - SALUD EN TU VIDA

Nombre del Centro PILARES

Emiliano Zapata.

NOMBRE DEL MONITOR EN SALUD

Andrea Magaña / Wendy Gil / Diana Garcia

FECHA: 16/10/2022

Confeción Textil

LISTADO DE PROMOCIÓN A LOS BENEFICIARIOS

| No. | NOMBRE DEL INTEGRANTE DEL CLUB DE VIDA SALUDABLE | TEMA DE PROMOCIÓN |
|-----|--|-----------------------|
| 1. | Blanca Estela Martínez Ramírez | Hipertensión arterial |
| 2. | Patricia H. Covarrubias Juárez | |
| 3. | Angie Torres Juan | |
| 4. | Lorena Rodríguez Borja | |
| 5. | | EVIDENCIA FOTOGRÁFICA |
| 6. | | |
| 7. | | |
| 8. | | |
| 9. | | |
| 10. | | |

LCPO. Seguy Vera Romero

| | |
|--|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Gingivitis | Fecha: 10/enero/2023 |
| Nombre del instructor: Wendy González | Duración total: 20-30 min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Adultos miembros de pilares con interés sobre el tema • Adultos miembros de pilares con factores de riesgo para padecer Gingivitis • Adultos pertenecientes al club de activación física | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Explicar la importancia de una buena salud bucal con el fin de evitar padecimientos como la gingivitis y la perdida de estructuras importantes a corto plazo Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Informar sobre las principales características de la gingivitis para poder identificarlas • Explicar los métodos funcionales para reducir este padecimiento • Dar una correcta técnica y uso de accesorios dentales para evitar padecer de gingivitis | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|------------|--|---|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Gingivitis | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno» | •Expositiva | Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno» | •Expositiva | Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 ¿Qué es la Gingivitis y como la identifico? | Explicar el concepto de Gingivitis y brindar los métodos para poder identificar el padecimiento | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |

| | | | | | | | | | |
|--|--|---|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | | | | | durante el proceso. | | | | |
| | SUBTEM A 2 ¿Qué importancia tiene en la salud Bucodental? | Explicar la importancia de mantener el tejido saludable | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Expone la información y resuelve dudas durante el proceso. | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué mejoras debo hacer y cuando se visita al dentista? | Explicar que mejoras hacer para evitar el padecimiento e identificar cuando visitar al dentista | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 30 Min |

SALUD DENTAL

GINGIVITIS
 INFLAMACION DE LAS ENCÍAS

¿QUE ES?
 ENFERMEDAD BUCAL LA CUAL PROVOCA INFLAMACION Y SANGRADO DE LAS ENCÍAS. PUEDE SER PRODUCIDA POR VARIOS FACTORES COMO LA PRESENCIA O NO DE PLACA DENTOBACTERIANA.

COMO LO IDENTIFICO?
 ALGUNOS SINTOMAS PUEDEN INCLUIR; ENROJECIMIENTO DE LAS ENCÍAS, INFLAMACION, ENCÍAS SENSIBLES, SANGRADO DE LA NADA O CON EL CEPILLADO, DIFICULTAD PARA INGERIR ALIMENTOS, ENTRE OTROS.

IMPORTANCIA EN LA SALUD DENTAL
 LO MÁS IMPORTANTE ES ACUDIR AL DENTISTA REGULARMENTE PARA QUE REVISE QUE ESTÉ TODO CORRECTO. AL SER UNO DE LOS TEJIDOS DE SOSTEN, ES IMPORTANTE EL EVITAR FUTUROS PROBLEMAS PERIODONTALES Y A SU VEZ PERDIDAS DE LAS PIEZAS DENTALES

IMPORTANCIA EN LA SALUD DENTAL
 LO MÁS IMPORTANTE ES ACUDIR AL DENTISTA REGULARMENTE PARA QUE REVISE QUE ESTÉ TODO CORRECTO. AL SER UNO DE LOS TEJIDOS DE SOSTEN, ES IMPORTANTE EL EVITAR FUTUROS PROBLEMAS PERIODONTALES Y A SU VEZ PERDIDAS DE LAS PIEZAS DENTALES

QUE MEJORAS DEBO HACER?
 LAVADO DE DIENTES POR LO MENOS 3 VECES AL DIA, USO DE HILO DENTAL 1 VEZ AL DIA, DIETA BALANCEADA BAJA EN AZUCAR, EVITA FUMAR, EVITA LAS BEBIDAS AZUCARADAS Y VISITA A TU DENTISTA CADA 6 MESES

CUANDO VISITAR AL DENTISTA?
 CUANDO TUS ENCÍAS SANGREN, CUANDO LA SENSIBILIDAD DE TUS ENCÍAS NO TE PERMITAN DISFRUTAR TUS ALIMENTOS, SI NOTAS SARRO DENTAL. CUALQUIER TRATAMIENTO QUE TU MEDICO TE INDIQUE, CAMBIE O IMPLEMENTE DEBES NOTIFICAR A TU DENTISTA EN TU PROXIMA VISITA.

Salud Dental

Monitores en salud



PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES – SALUD EN TU VIDA

R.G.
 Mónica + Nayde Rangel Garcia

| Nombre del Centro PILARES | | |
|--|--|---|
| NOMBRE DEL MONITOR EN SALUD | | |
| FECHA: 10 enero 2023 | | 10/ Enero/ 2023. |
| LISTADO DE PROMOCIÓN A LOS BENEFICIARIOS | | |
| No. | NOMBRE DEL INTEGRANTE DEL CLUB DE VIDA SALUDABLE | TEMA DE PROMOCIÓN |
| 1. | Mrs Elena Dujon Gordan | Gingivitis ☺ EVIDENCIA FOTOGRÁFICA |
| 2. | Natividad Cuellar Garcia | |
| 3. | Silvestre Mdz Corcuera | |
| 4. | Carolina Vazquez Roman | |
| 5. | Rubi Garcia | |
| 6. | Rocio Monter de Oro M | |
| 7. | Laura Gonzalez Rivas | |
| 8. | Susana Barajas Bernal | |
| 9. | Ana Maria Toledo Espinosa | |
| 10. | | |

| | |
|---|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Autoexploración y cáncer de mama. | Fecha: 10/enero/2023 |
| Nombre del instructor: Diana Adilene Garcia Segundo. | Duración total: 20-30 min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> Mujeres que se encuentren en los centros pilares, entre los 20 y los 45 años. Mujeres inscritas en el taller de zumba y activación física. | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Explicar la forma adecuada de autoexploración y las principales características sobre cáncer de mama, para la mejora del autocuidado en las usuarias que asisten al centro pilares. | |
| Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> Identificar los errores más comunes en la técnica de autoexploración mamaria, para modificarlos en las usuarias. Exponer el concepto de cáncer de mama, sus principales factores de riesgo, su forma de diagnóstico y prevención, para establecer en las usuarias el hábito de una correcta autoexploración. | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|----------------------------------|---|--|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Autoexploración y cáncer de mama | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno» | •Expositiva | Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno» | •Expositiva | Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 Principales características del cáncer de mama | Exponer el concepto de cáncer de mama, características, factores de riesgo y diagnóstico para la concientización | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |



| | | | | | | | | | |
|--|---|---|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | | en las mujeres usuarias. | | | durante el proceso. | | | | |
| | SUBTEMA 2 Técnica de autoexploración | Explicar la técnica correcta de autoexploración | •Presentación •Equipo | •Expositiva | | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO PILARES ATM UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA MONITORES EN SALUD

¿QUÉ ES EL CÁNCER DE MAMA?

Concepto

Es un tumor maligno que se origina en las células de la mama, entendiéndose por tumor maligno un grupo de células que crecen de manera desordenada e independiente.



Diagnóstico

En la actualidad, existen tres métodos para el abordaje:

- Examen físico y una historia clínica completa
- Técnicas de imagen
- biopsia.

Detección oportuna

- Autoexploración
- Mastografía



Factores de riesgo

- Antecedentes familiar
- Tener 40 años o más
- Tener la primera menstruación antes de los 12 años
- Usar anticonceptivos hormonales por más de 5 años
- Tener el primer hijo después de los 30 años
- No haber tenido hijos
- Tener la última menstruación después de los 52 años
- Tratamiento hormonal
- Obesidad

AUTOEXPLORACION

Busque abultamientos, hundimientos, inflamación, enrojecimiento o ulceraciones en la piel; desviación de la dirección o retracción del pezón o de otras áreas de la piel, así como cambios de tamaño o de la forma de las mamas

1 Observacion



2 Palpacion

Busque bolitas, zonas dolorosas, abultamientos o consistencia diferente al resto de la mama.

Para terminar, apriete suavemente su pezón y observe si hay secreción (Transparente, blanca, verde o sero-hemática o sanguinolenta)

19 de octubre
 Día Mundial de la Lucha
 contra el Cáncer de Mama



Casa abierta al tiempo

PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



PILARES

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES – SALUD EN TU VIDA

Rafael Pérez Reyes

| | |
|-----------------------------|----------------|
| Nombre del Centro PILARES | |
| NOMBRE DEL MONITOR EN SALUD | |
| FECHA: | 10-Enero-2023. |

LISTADO DE PROMOCIÓN A LOS BENEFICIARIOS

| No. | NOMBRE DEL INTEGRANTE DEL CLUB DE VIDA SALUDABLE | TEMA DE PROMOCIÓN |
|-----|--|-----------------------|
| 1. | Dobson Navarro Jimenez | Cancer de Mama |
| 2. | Allegria Cruz Navarro | |
| 3. | Ana Maria Toledo Espinosa | EVIDENCIA FOTOGRAFICA |
| 4. | Maryanda Martinez Gonzalez | |
| 5. | Laura Gonzalez Rosales | |
| 6. | Susana Baraja Bemel | |
| 7. | Natividad Cuellar Gonzalez | |
| 8. | Rosa Monter de Ara M. | |
| 9. | CAROLINA VAZQUEZ ROMAN | |
| 10. | | |

| | |
|---|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Mitos y realidades de enfermedades de transmisión sexual | Fecha: 13/enero/2022 |
| Nombre del instructor: Andrea Magaña González | Duración total: 15-20 min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Adultos miembros de pilares con Hipertensión Arterial • Adultos miembros de pilares con factores de riesgo para padecer Hipertensión Arterial | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Por medio de una actividad didáctica informar a la población sexualmente activa principalmente adolescentes y adultos jóvenes sobre enfermedades de transmisión sexual y anticoncepción | |
| Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Informar sobre enfermedades de transmisión sexual • Informar sobre los principales métodos anticonceptivos • Hacer consciencia sobre la prevención de la transición de enfermedades de transmisión sexual | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|---|------------------------------------|---|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Mitos y realidades de enfermedades de transmisión sexual. | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno» | •Expositiva | Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno» | •Expositiva | Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 Explicar la actividad | Cada participante competirá respondiendo preguntas sobre el | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda de material didáctico | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |



| | | | | | | | | | |
|--|---|--|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|----------|--------|--------|
| | | tema con diferente puntaje dependiendo de la dificultad. Dichos puntos se acumularán y el primero en llegar a 100 pts gana | | | | | | | |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |

Preguntas 10 pts

| | |
|---|--|
| ¿Qué significan las siglas VIH? 10 pts | VIRUS HINMUNODEFICIENCIA HUMANA |
| ¿Qué significan las siglas VPH? 10 pts | VIRUS PAPILOMA HUMANO |
| Menciona 3 métodos anticonceptivos. 10 pts | CONDÓN, DIU, PASTILLA ANTICONCEPTIVA, IMPLANTE |
| ¿Cuál es el único método anticonceptivo que previene enfermedades de transmisión sexual? 10 pts | CONDÓN |
| ¿Verdadero o falso? Solo las personas jóvenes adquieren Enfermedades de transmisión sexual. 10 pts | FALSO |
| ¿Verdadero o falso? Usar dos condones a la vez es doblemente efectivos. 10 pts | FALSO |
| ¿Verdadero o falso? En el sexo oral no se necesita usar Condón. 10 pts | FALSO |
| ¿Verdadero o falso? La única forma de evitar enfermedades De transmisión sexual al 100% es la abstinencia. 10 pts | VERDADERO |
| Preguntas 20 pts | |
| ¿Verdadero o falso? Existen pruebas de detección de virus De papiloma humano para hombres. 20 pts | VERDADERO |
| ¿Verdadero o falso? La prueba para detectar virus de papiloma humano En mujeres es el papanicolau. 20 pts | VERDADERO |
| ¿Verdadero o falso? La vacuna contra virus de papiloma humano | VERDADERO |

no protege contra todos los tipos. 20 pts

¿Verdadero o falso? No se pueden tener 2 enfermedades de Transmisión sexual a la vez. 20 pts FALSO

¿Verdadero o falso? Con el sexo oral no se transmiten enfermedades De transmisión sexual. 20 pts FALSO

¿Verdadero o falso? Si ya tuviste una enfermedad de transmisión sexual, no puedes contraerla de nuevo. 20 pts FALSO

¿Verdadero o falso? Está mal pedirle a tu pareja sexual realizarse estudios De enfermedades de transmisión sexual. 20 pts FALSO

Preguntas 30 pts

¿Cuál enfermedad de transmisión sexual puede generar cáncer cérvico uterino? 30 pts VPH

¿Verdadero o falso? El VPH se puede transmitir a pesar del uso adecuado del condón. 30 pts VERDADERO

¿Verdadero o falso? Existen condones para las personas alérgicas al látex. 30 pts VERDADERO

Actividad: Jeopardy

Se dividen las preguntas por grado de dificultad y se les asigna un puntaje. El objetivo es responder correctamente las preguntas y llegar a 100 pts. El primero en llegar gana.

*Ra
 Mónica Nayeli Pangel Garcia*



Casa abierta al tiempo

PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES – SALUD EN TU VIDA

| | |
|------------------------------------|--|
| Nombre del Centro PILARES | <i>Emiliano Zapata</i> |
| NOMBRE DEL MONITOR EN SALUD | <i>anaela magaña, wendy Gtz, Aylene Garcia</i> |
| FECHA: | <i>13/Enero/23</i> |

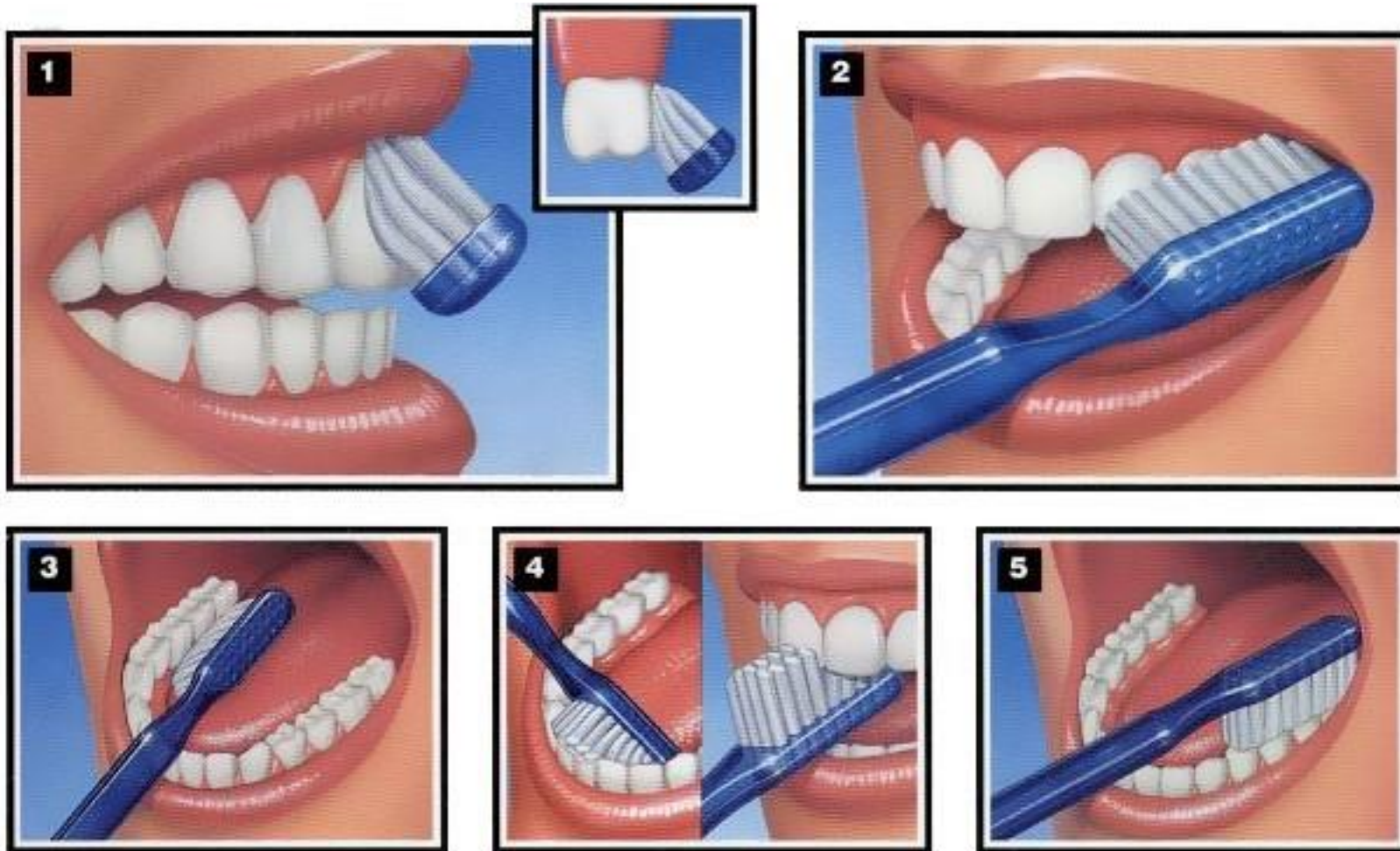
LISTADO DE PROMOCIÓN A LOS BENEFICIARIOS

| No. | NOMBRE DEL INTEGRANTE DEL CLUB DE VIDA SALUDABLE | TEMA DE PROMOCIÓN |
|-----|--|---|
| 1. | <i>Laura Camila Sánchez Rodríguez</i> | <i>Enfermedades de transmisión sexual</i> |
| 2. | <i>Marlo Navarro Cort</i> | EVIDENCIA FOTOGRÁFICA |
| 3. | <i>Arañ Castillo Armenta</i> | |
| 4. | <i>Nancy Romero Torres</i> | |
| 5. | <i>Patricia Bouragan</i> | |
| 6. | | |
| 7. | | |
| 8. | | |
| 9. | | |
| 10. | | |

| | |
|---|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Técnica de Cepillado | Fecha: 17/enero/2023 |
| Nombre del instructor: Wendy González | Duración total: 20-30 min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Adultos miembros de pilares con interés sobre el tema • Adultos miembros de pilares con factores de riesgo para padecer enfermedades bucales • Adultos pertenecientes al taller de computación | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Explicar la correcta técnica de cepillado para mantener una salud e higiene bucal. Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Que los participantes muestren su forma de cepillado • Explicar, identificar y corregir los errores que se encuentren en sus técnicas de cepillado. • Dar una correcta técnica de cepillado y explicar la importancia. • Asesorar sobre el uso correcto de los diferentes accesorios dentales para mejorar la salud bucodental. | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|----------------------|------------------------------|---|--|-------------|--|-------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Técnica de cepillado | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno» | •Expositiva | Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno» | •Expositiva | Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |

| | | | | | | | | | |
|--|---|---|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | SUBTEMA 1 Mostrar las técnicas de cepillado individualmente | Demostración individual de su técnica de cepillado | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas durante el proceso. | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |
| | SUBTEMA 2 Corregir y explicar la correcta técnica de cepillado | Corregir los errores en las técnicas de los participantes y explicar la técnica correctamente | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Expone la información y resuelve dudas durante el proceso. | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | Asesoramiento sobre el uso correcto de los accesorios dentales. | Explicar el uso correcto del cepillo dental, hilo dental y enjuagues bucales | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 30 Min |





Casa abierta al tiempo

PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



PILAR 5

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES - SALUD EN TU VIDA

R.A.
 Mónica Nayela Rangel García
 17-01-23

LISTADO DE ASISTENCIA

| | | | |
|--------------------------|--|-----------------|------------|
| TEMA DE LA PROMOCIÓN: | Técnico de Capillado. | FECHA: | 17/01/2023 |
| SEDE: | Pilares "Emiliano Zapata" | TOTAL DE HORAS: | |
| PONETES: | Wendy Encalcz, Andrea Nagora, Dora Guad. | HORARIO: | |
| INSTITUCIÓN QUE IMPARTE: | UAM. | | |

| NO. | NOMBRE | CLUB DE VIDA SALUDABLE | CORREO ELECTRÓNICO | FIRMA |
|-----|--------------------------|------------------------|-------------------------------|--------------------|
| 1 | Maria Cruz Gamero H. | | maria.cruz.gamero@hotmail.com | <i>[Signature]</i> |
| 2 | Patricia Bonilla S. | | eb12422@gmail.com | <i>[Signature]</i> |
| 3 | Joaquín BALTSCHE | | jbaltcharke@gmail.com | <i>[Signature]</i> |
| 4 | Amalia Hernández G. | | IRAPUOX.HIRADIA@GMAIL.COM | <i>[Signature]</i> |
| 5 | Rosendo Díaz S. | | rosendo25032000@hotmail.com | <i>[Signature]</i> |
| 6 | A. Raúl Vázquez Talavera | | epatino4103@gmail.com | <i>[Signature]</i> |
| 7 | Alma Rosa Lara | | armaltmeda@gmail.com | <i>[Signature]</i> |

-JUDITH TORRES BLOS

Judith Torres Blos 150462aguail.com *[Signature]*

| | |
|--|--|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Salud mental | Fecha: 20/enero/2023 |
| Nombre del instructor: Diana Adilene Garcia Segundo | Duración total: 20-30 Min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Personas inscritas al taller de ciberescuela. • Usuarios que se encuentren haciendo uso de las instalaciones de cómputo. • Personas de todas las edades que deseen recibir información sobre el tema. | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| <p>Objetivo General: Describir la importancia de la salud mental en cualquiera de las etapas de vida para un desarrollo pleno y funcional de los usuarios que asisten al centro pilares.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar los beneficios de mantener un buen estado de salud mental para un equilibrio del cuidado físico y mental. • Identificar los mitos y verdades sobre la salud mental y sus principales afecciones en la salud del individuo, para fortalecer en el usuario una forma de autocuidado completa. | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|---------------------|---|--|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Salud Mental | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | •Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno» | •Expositiva | •Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno» | •Expositiva | •Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 Salud mental y su importancia | Explicar la importancia de la salud mental en el desarrollo de la vida para concientizar un cuidado en todas las | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |

| | | | | | | | | | |
|--|---|--|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | | esferas de una persona. | | | durante el proceso. | | | | |
| | SUBTEM A 2 Mitos y realidades de la salud mental | Exponer algunos de los mitos y realidades en temas de salud para eliminar ideas falsas entre los usuarios y fomentar el cuidado de la salud mental sin prejuicios. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas durante el proceso. | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |

R.G.
 Patricia Nayeli



PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES – SALUD EN TU VIDA

LISTADO DE ASISTENCIA

| | | | |
|--------------------------|--|-----------------|-------------|
| TEMA DE LA PROMOCIÓN: | Salud Mental | FECHA: | 20/ENE/2023 |
| SEDE: | Pilares Emiliano Zapater. | TOTAL DE HORAS: | |
| PONENTES: | Diana Guara, Andrea Magaña, Wendy Gonzalez | HORARIO: | |
| INSTITUCIÓN QUE IMPARTE: | UAM | | |

| NO. | NOMBRE | CLUB DE VIDA SALUDABLE | CORREO ELECTRÓNICO | FIRMA |
|-----|-----------------------------|------------------------|--------------------|-------|
| 1 | Virginia Conde M | | | |
| 2 | Katia Medina | | | |
| 3 | PATRICIA COVARRUBIAS JUÁREZ | | | |
| 4 | LETICIA VILCHIT | | | |
| 5 | JUDITH TORRES | | | |
| 6 | Sofia Colin Conde | | | |
| 7 | | | | |

| | |
|--|---|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Salud sexual y Derechos sexuales y reproductivos | Fecha: 20/enero/2023 |
| Nombre del instructor: Diana Adilene Garcia Segundo | Duración total: 20-30 Min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Usuarios presentes en las instalaciones del centro pilares. • Grupos variados de personas de diferentes sexos y edades. • Personas que les sea útil la información y se encuentren en el centro en ese momento. | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Explicar la importancia de la salud sexual en el desarrollo humano y los derechos sexuales y reproductivos de todos y todas, para el desarrollo pleno y libre de su sexualidad. | |
| Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Exponer la definición de la salud sexual y sus principales características, para que el usuario establezca una idea sobre su desarrollo sexual. • Mencionar los principales derechos sexuales y reproductivos, para que los usuarios asistentes identifiquen su libertad de expresión y contribuir a una .. | |

| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Tiempo | |
|---|------------------------------|--|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| | | | | | | | | Parcial | Acum. |
| Salud sexual y Derechos sexuales y reproductivos | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | •Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno | •Expositiva | •Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno | •Expositiva | •Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 Salud sexual | Exponer las principales características en salud sexual y su ejercicio libre y pleno. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |

| | | | | | | | | | |
|--|---|---|--------------------------|-------------|--|---------------------------------|-----------|--------|--------|
| | | | | | durante el proceso. | | | | |
| | SUBTEM A 2 Derechos sexuales y reproductivos | Mencionar los derechos sexuales y reproductivos de todas y todos para contribuir a un desarrollo pleno y libre. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas durante el proceso. | •Escucha activamente el Subtema | • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | •Presentación •Equipo | •Expositiva | •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |



Casa abierta al tiempo

PROYECTO MONITORES EN SALUD - PILARES



PILARES

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE LA CIUDAD DE MÉXICO
 UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
 Programa PILARES – SALUD EN TU VIDA

R.G.
Maricela Nagel

LISTADO DE ASISTENCIA

| | | | |
|--------------------------|--|-----------------|-----------|
| TEMA DE LA PROMOCIÓN: | Salud Sexual | FECHA: | 20/ENE/23 |
| SEDE: | Pilares Emiliano Zapata | TOTAL DE HORAS: | |
| PONENTES: | Diana García, Andrea Mugaña, Wendy (maldonado) | HORARIO: | |
| INSTITUCIÓN QUE IMPARTE: | UAM. | | |

| NO. | NOMBRE | CLUB DE VIDA SALUDABLE | CORREO ELECTRÓNICO | FIRMA |
|-----|-----------------------------|------------------------|--------------------|--------------------|
| 1 | Virginia Conde M. | | | <i>[Signature]</i> |
| 2 | Katia Medina | | | <i>[Signature]</i> |
| 3 | PATRICIA COVARRUBIAS JUAREZ | | | <i>[Signature]</i> |
| 4 | LÉTICIA JILGAS | | | <i>[Signature]</i> |
| 5 | JUDITH TORRES ALZA | | | <i>[Signature]</i> |
| 6 | Sofia Colin Conde | | | <i>[Signature]</i> |
| 7 | | | | |

| | |
|--|---|
| Plan de Sesión | |
| Nombre del Evento: Sedentarismo y Actividad física | Fecha: 24/enero/2023 |
| Nombre del instructor: Diana Adilene Garcia Segundo | Duración total: 20.30 Min |
| Perfil de los participantes: <ul style="list-style-type: none"> • Usuarios presentes en las instalaciones del centro pilares. • Grupos variados de personas de diferentes sexos y edades. • Personas que les sea útil la información y se encuentren en el centro en ese momento. | Número de participantes: Mínimo: (5) Máximo: (25) |
| Sede: Centro Pilares “Emiliano Zapata” | |
| Objetivo General: Exponer los riesgos del sedentarismo y como la actividad física ayuda la mejora del estilo de vida, para encaminarse a un futuro envejecimiento saludable. | |
| Objetivos específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Mencionar las principales afecciones por sedentarismo en la salud para concientizar el nivel de autocuidado y ejercicio en los usuarios. • Ejemplificar entre los grupos de edades asistentes el nivel de actividad física, frecuencia e intensidad recomendada para que establezca una rutina personal e individual. | |

| | | | | | | | | Tiempo | |
|---|------------------------------|--|--|-------------|--|---------------------------------|------------|---------|---------|
| Tema | Subtema | Objetivo | Material | Técnica | Instructor | Participantes | Evaluación | Parcial | Acum. |
| Salud sexual y Derechos sexuales y reproductivos | Registro de Participantes | Contar con un registro de participantes | •Formato de Lista de Asistencia •Plumas | •Ninguna | •Solicita a los participantes su registro | •Registra su asistencia | •Ninguna | 5 Min. | 5 Min |
| | Bienvenida | Dar la bienvenida a los participantes | «Ninguno» | •Expositiva | •Saluda a los participantes y agradece su asistencia | •Escuchan la bienvenida | •Ninguna | 3 Min | 8 Min |
| | Presentación del Facilitador | Que los participantes identifiquen al facilitador | «Ninguno» | •Expositiva | •Se presenta de manera breve ante el grupo | •Escuchan la presentación | •Ninguna | 2 Min | 10 Min |
| | Presentación Del TEMA | Explicar el objetivo general a los usuarios para dirigir la temática de acuerdo con lo establecido | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Antes del uso del material introduce el tema para establecer una comunicación e interés de los usuarios. | •Escuchan el Objetivo General | •Ninguna | 5 Min | 15 Min. |
| | SUBTEMA 1 Salud sexual | Exponer las principales características en salud sexual y su ejercicio libre y pleno. | •Presentación •Equipo | •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas | •Escucha activamente el Subtema | •Ninguna | 5 Min. | 20 Min |

| | | | | | | | | | |
|--|---|---|--|---|--|---|---|--------|--------|
| | | | | | durante el proceso. | | | | |
| | SUBTEM A 2 Derechos sexuales y reproductivos | Mencionar los derechos sexuales y reproductivos de todas y todos para contribuir a un desarrollo pleno y libre. | <ul style="list-style-type: none"> •Presentación •Equipo | <ul style="list-style-type: none"> •Expositiva | Con ayuda del material visual expone la información general y resuelve dudas durante el proceso. | <ul style="list-style-type: none"> •Escucha activamente el Subtema | <ul style="list-style-type: none"> • Ninguna | 5 Min. | 25 Min |
| | ¿Qué acciones se contemplan en la acción de asesorar? | | <ul style="list-style-type: none"> •Presentación •Equipo | <ul style="list-style-type: none"> •Expositiva | <ul style="list-style-type: none"> •Ver el punto 4 de las Recomendaciones para el Facilitador | <ul style="list-style-type: none"> •Escucha activamente el Subtema | <ul style="list-style-type: none"> •Ninguna | 3 Min. | 28 Min |

UAM
 Casa abierta al tiempo

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO
PILARES

BENEFICIOS DEL EJERCICIO FÍSICO

- MEJOR CALIDAD DE SUEÑO
- MENOS ESTRÉS
- MEJOR RESISTENCIA
- MEJORA LA CAPACIDAD DE AUTOCUIDADO
- INCREMENTA LA CAPACIDAD MUSCULAR Y LA FLEXIBILIDAD
- AYUDA A LA AUTOESTIMA
- DISMINUYE EL RIESGO DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

LOS NIÑOS Y JÓVENES DE 5 A 17 AÑOS ACTIVIDADES RECREATIVAS EN LA CASA Y ESCUELA

LOS ADULTOS DE 18 AÑOS EN ADELANTE DEBERÁN ACUMULAR AL MENOS 30 MINUTOS DE ACTIVIDAD FÍSICA MODERADA 5 DÍAS A LA SEMANA O 20 MIN DE ACTIVIDAD FÍSICA VIGOROSA 3 DÍAS POR SEMANA.

ADULTOS MAYORES DE 65, DEDIQUEN 150 MINUTOS SEMANALES A REALIZAR ACTIVIDADES FÍSICAS MODERADAS AERÓBICAS, O BIEN ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA VIGOROSA AERÓBICA DURANTE 75 MINUTOS.

RESULTADOS

Las sesiones dentro de los centros pilares fueron bien recibidas por los usuarios que asistían a los talleres y cursos, dentro de los talleres se desarrollaron diferentes temáticas de acuerdo con el estudio poblacional que se hizo al inicio del voluntariado. Entre los temas que se dieron a conocer y se les brindó información veraz y oportuna, se encontraban temas generales como diabetes e hipertensión, en el caso de grupos de mujeres se les brindó temas sobre salud sexual, salud reproductiva y temas al público en general como cuidado bucal.

Como resultado, se obtuvo una mayor asistencia a las pláticas y sesiones preparadas durante los meses de diciembre y enero del mismo modo, se despertó el interés en algunas temáticas específicas de la población y los usuarios en ese momento recibieron aclaraciones de dudas que les surgían al momento de escuchar la información.

Uno de los resultados más importantes fue la constancia de algunos usuarios asistiendo al mayor número de pláticas posibles y con ello dar un seguimiento relacionando los temas y creando la conciencia de autocuidado.

RECOMENDACIONES

Las actividades realizadas en el centro pilares “Emiliano Zapata” si bien contaron con una asistencia relevante, el tiempo trabajado no permitió la continuidad entre las pláticas brindadas y los resultados esperados, además de la baja de afluencia usuarios y actividades por periodo vacacional y fiestas decembrinas.

Una de las estrategias que posibiliten una mejora en la impartición de la información es, que al igual que los talleres se cuente con un espacio donde se les permita el acceso a la información y se les pueda brindar asesorías sobre temas de su interés y en medida de lo posible se les oriente y enseñe la forma en como llevar un autocuidado.

Algunos de los talleres mantienen una relación con las temáticas que se brindaron, haciendo útil la interacción entre ellos ejemplo de esto son los talleres de actividad física y huertos urbanos que bien pueden trabajar conjuntamente estableciendo en el usuario una cultura de cuidado de la salud.

Aun con dicho tiempo de trabajo y sus complicaciones, el alcance de la promoción y prevención a la salud es un eje de importancia debido a las características de los usuarios que asisten a los centros, dichos espacios permiten si bien en su objetivo dar talleres y cursos de forma gratuita también es un punto de reunión de diferentes grupos de trabajo, donde se enfocan algunos problemas de salud que se buscan disminuir y generar la conciencia del autocuidado y manejo de las enfermedades crónicas.

Es por ello que la implementación de los clubs de vida saludable son uno de los proyectos objetivos de SECTEI siendo una estrategia para el cuidado a la salud en los usuarios dentro de la Ciudad de México.

CAPÍTULO VII. ANÁLISIS DE LA INFORMACION

Entre los objetivos el apoyo en las campañas de vacunación como institución fue uno de los ejes importantes durante el mes de febrero, debido a la demanda entre las sedes de vacunación y la cantidad de población que se atendía diariamente, la participación de los monitores favoreció la capacidad de atención al agilizar el flujo de los grupos de usuarios que asistían por dosis de vacuna, se participó en las diversas estaciones que se tenían dentro de la cede en CENCIS Marina desde el ingreso, aplicación de vacunas, observación médica, atención en caso de reacción a los componentes del biológico así como recomendaciones generales de cuidado.

Durante los primeros meses de servicio social se atendieron las necesidades emergentes de cada unidad, debido al retorno paulatino a las actividades presenciales que se estaban llevando a cabo, en este caso para el control de ingresos a las unidades fueron instalados filtros sanitarios los cuales permitieron monitorear por medio de la toma de temperatura y una observación física casos sospechosos de Covid-19; esta actividad fue realizada para mantener el control en los casos disminuyendo el riesgo de contagio dentro de las unidades. Al mismo tiempo se brindaban recomendaciones como: uso de cubrebocas adecuadamente, uso de gel antibacterial y distanciamiento social todo en conjunto con el objetivo de retornar las actividades académicas, socioculturales y administrativas de forma segura respetando los protocolos activos en las unidades, lo cual trajo consigo resultados favorables permitiendo que las comunidad UAM hiciera uso de las unidades de forma segura y comenzara de manera presencial y lo más apegado a la normalidad sus actividades, el control y monitorización del seguimiento en recomendaciones permitió la reapertura de áreas y un aumento en el ingreso.

La realización de la encuesta seroepidemiologica como objetivo primordial se realizó de acuerdo a las fechas programadas durante el proceso y debido a los controles tomados en los filtros también se logró de manera positiva la captación de las citas presenciales para la segunda fase de la encuesta, llegando de esta forma a la población objetivo, los datos recabados de manera completa en las dos fases de la encuesta permitieron la evaluación estadística de acuerdo a la unidades académicas y grupos de estudio, como resultado la universidad obtienen un resumen del estado de salud de su comunidad permitiendo en una posterior intervención y el manejo de las necesidades en cada unidad académica.

Durante el proceso de toma de encuesta en cada una de las unidades se presentaban inquietudes relacionadas al Covid-19 y su impacto en la salud, dando respuesta, el equipo de monitores por medio de las redes sociales y apoyo digital brindo la información más actualizada y en un lenguaje comprensible, manteniendo a la comunidad al margen del avance referente a la pandemia y el regreso a las actividades presenciales y protocolos a seguir.

Como monitores en salud se atendieron temáticas en la comunidad UAM desde enfermedades crónicas, salud bucal, salud mental, promoción y prevención a la salud, todo esto por medio de campañas de salud, campañas de detección y recomendaciones generales para el autocuidado, la universidad preocupada siempre por el bienestar de su comunidad atendió dichas necesidades con los medios contados y creados por la institución.

El apoyo a el servicio médico y a proyectos institucionales también dio una respuesta positiva a las necesidades de la universidad, todos los aspectos de manera general permitieron el desarrollo y desempeño de los conocimientos pertinentes a cada licenciatura que comprendían los equipos de trabajo por unidad.

CAPÍTULO VIII. CONCLUSIONES

El proyecto “Monitores en salud” permitió el desarrollo de la licenciatura en enfermería, donde se aplicaron los conocimientos adquiridos durante la formación.

Las actividades realizadas durante el servicio permitieron un desarrollo en las habilidades sociales y de comunicación efectiva entre usuarios y como pasante del servicio social, las líneas de acción del proyecto fueron atendidas de manera conjunta por el equipo de trabajo el cual al pertenecer a el área de la salud logro una comunicación y trabajo en equipo, resolviendo las necesidades a las que se enfrentaba en ese momento la universidad y sus unidades académicas permitiendo el desarrollo y participación en programas orientados principalmente a la promoción de la salud y detección de riesgos en la comunidad, al identificar oportunamente las necesidades y problemas potenciales. Se atendieron los objetivos generales del proyecto logrando la meta de encuestas para su análisis estadístico y una comprensión del estado de salud en la comunidad universitaria desarrollando así la capacidad resolutive y trabajo interdisciplinario con el equipo de trabajo.

Al ser un proyecto adaptativo no solo llego al alcance de la comunidad universitaria y sus trabajadores, si no también atendió y participó en la solución de las problemáticas sociales emergentes ante la pandemia en la ciudad de México y el área metropolitana, siguiendo un objetivo que caracteriza a la UAM como institución.

BIBLIOGRAFÍA

1. Rica, C., & Ortiz-Arellano, E. (s/f). México ante el COVID-19: Seguridad humana, gubernamentalidad y biopolítica. Redalyc.org. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de <https://www.redalyc.org/journal/4678/467863794008/467863794008.pdf>
2. (Al, 2022) Al, M. A. C. (Ed.). (2022). LA PANDEMIA EN MÉXICO Dimensión de la tragedia. Signos Vitales El pulso de México. <https://signosvitalesmexico.org.mx/rb/wp-content/uploads/2020/10/Pandemia-en-Me%CC%81xico-SC-1.pdf>
3. (Hrs, s/f) Hrs, 17:00. (s/f). Informe Técnico Semanal COVID-19 MÉXICO. Gob.mx. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/802072/Informe_Tecnico_Semanal_COVID-19_2023.02.07.pdf
4. (S/f). Lineamiento_de_vigilancia_epidemiologica_de_enfermedad_respiratoria_viral.pdf. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de https://Lineamiento_de_vigilancia_epidemiologica_de_enfermedad_respiratoria_viral.pdf
5. (política rectora de vacunación contra covid-19, s/f) política rectora de vacunación contra covid-19. (s/f). Gob.mx. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2021/04/28Abr2021_13h00_PNVx_COVID_19.pdf
6. Historia. (s/f). Uam.Mx. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de <http://www.izt.uam.mx/index.php/historia/>
7. (UAM virtual). PEER. Universidad Autónoma Metropolitana. (s/f). Uam.mx. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de <https://www.uam.mx/educacionvirtual/uv/peer.html>
8. De las autoridades federales y locales en la materia., E. P. S. P. S. M. C. R. de C. en las D. (s/f). Protocolo sanitario de. Uam.mx. Recuperado el 15 de febrero de 2023, de <https://www.comunicacionsocial.uam.mx/covid-19/informacion/protocolo-sanitario-COVID-19-08-jul-22.pdf>

CAPITULO IX ANEXOS

ANEXO 1: Constancia del curso “Conceptos básicos de vacunación por Covid-19”

La Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco, la División de Ciencias Biológicas y de la Salud y la Oficina de Tecnología e Innovación Educativa, otorgan la presente constancia a:

 **UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA**
Unidad Xochimilco

Diana Adilene García Segundo

Por haber concluido exitosamente el Curso masivo abierto en línea: **Conceptos básicos de vacunación por COVID-19**, de 4 horas efectivas, como parte de la capacitación para brigadistas voluntarios de la **Jornada Nacional de Vacunación contra el SARS-CoV-2**.




Ciudad de México, a 24 de marzo de 2021.


Dr. Fernando De León González
Rector de la Unidad Xochimilco


Dra. María Ejena Contreras Garfias
Directora de la División de Ciencias Biológicas y de la Salud


Dr. Pablo Francisco Oliva Sánchez
Coordinador de proyecto

 Folio:
CDV0004537

ANEXO 2: Constancia del curso “Regreso a las actividades UAM”

La Universidad Autónoma Metropolitana,
otorga la presente constancia a:


Casa abierta al tiempo
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
METROPOLITANA

Diana Adilene García Segundo

Por haber concluido exitosamente la estrategia educativa capsular: **Regreso a las actividades en la UAM**, de 2 horas efectivas, como parte de la estrategia institucional desplegada por nuestra universidad para el mejor regreso de nuestra comunidad a las actividades académicas con presencia física.

Ciudad de México, a 04 de febrero de 2022.




Dr. Francisco Javier Soria López
Rector de la Unidad Xochimilco


Dra. María Elena Contreras Garlías
Directora de la División de
Ciencias Biológicas y de la Salud
de la Unidad Xochimilco


Dr. Pablo Francisco Oliva Sánchez
Coordinador de proyecto


Dr. Carlos César Contreras Ibáñez
Coordinador de proyecto

Folio:
RG0000324

ANEXO 3: Constancia de curso “Encuesta de salud: Evidencia para la toma de decisión”



División de Ciencias Biológicas y de la Salud
a través de su
Programa de Educación Continua

otorga la presente

CONSTANCIA

a: **Diana Adilene García Segundo**

Por cubrir satisfactoriamente los requisitos académicos del Curso:

Encuesta de Salud: Evidencia para la toma de decisión

celebrado del 1 al 10 de junio de 2022, en la modalidad presencial,
en las aulas de capacitación de la Rectoría General de la UAM,
con una duración total de 20 horas.

Casa abierta al tiempo
Ciudad de México, a 8 de agosto de 2022.





Dr. Pablo Francisco Oliva Sánchez
Responsable del Curso

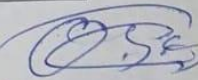


Mtra. María Elena Contreras Garfias
Directora de la División de Ciencias
Biológicas y de la Salud

ANEXO 4: Reporte de entrega de material

INVENTARIO MATERIAL RECTORÍA GENERAL/ LERMA

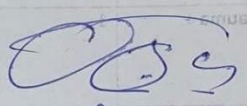
| MATERIAL | CANTIDAD | ESPECIFICACIONES |
|-------------------------------------|----------|--|
| Omron : balanza de control corporal | 2 | Código de barras: -20200711254 f: funcionando y con caja -20210413338 f: funcionando y con caja Ambas ya no cuentan con pilas con carga Una caja sin instructivo |
| Accu-Chek instant: glucometro | 3 | 2 con caja y 1 sin caja con estuche y pluma de lancetas. Glucometro funcional. Pin: 936701 Pin 598308 Pin: 786966 Caja nueva, completa |
| Accu-Chek instant: tiras | 20 | 19 cajas nuevas sin abrir 1 caja abierta |
| Accu-Chek softclix: lancetas | 16 | 16 cajas nuevas sin abrir |
| Homecare : bauma + estetos | 1 | Caja con bolsa en donde se encuentra esfinfgomanometro androide + estetoscopio simple Codigo: 7 502256 720549 |
| Prospbyg: baumanometro | 2 | 1 en caja con estuche, calibrado 2. En caja con estuche, falta cristal, descalibrado |
| Littmann: estetoscopio | 4 | Con caja, instructivo y 3 estetoscopios negros completos y funcionales Caja, instructivo y 1 estetoscopio azul rey completo y funcional |
| RoHS: termómetro digital | 2 | Caja con cable, cargador, repuestos y termómetro funcional |
| Tripie de termometro | 1 | Funcional sin daños FALTA 1 TRIPIE! |
| Oiosen: oximetro | 3 | 2 con caja e intructivo + oximetro funcional 1 sin caja, sin intructivo + oximetro funcional |
| Ambiderm nitrilo soft: guantes | 1 caja | Caja abierta de 100 guantes no completo |
| Lenovo tab E10 | 1 | RNE20200024 INCLUYE: Tablet sin daños ni rayones funcional, cable ,cargador e intructivo N se desbloquea porque no se tiene la contraseña |

Recibido Material 02-09-2022 
 Completo para FUD OLIVA SANCAGO

| | | |
|---|---|---|
| Lazzer care: torundas | 3 | Bolsa nueva: lote 14-21-20 2 Bolsa abierta incompleta: lote 14-21-20 |
| Rm1 bata para cirujano esteril | 2 | Batas nuevas sin abrir |
| Bic: paquete 4 marcadores para pizarron blanco + 1 borrador | 1 | Paquete nuevo sin abrir |
| Paquete abierto de buffers | | Sobrantes |

Etiquetas sobrantes:

- Hoja 1: e1-7301-70-9 a e1 7310-709
 - Hoja 2: e1 7311 - 701 a e1 7320 - 701
 - Hoja 2: e1 7321 - 702 a e1 7330 - 702
 - Hoja 3: e1 7331 - 703 a e1 7340 - 703
 - Hoja 4: e1 7341 - 704 a e1 7350 - 704
 - Hoja 5: e1 0111-80-2 a e1 0120-80-2
 - Hoja 6: e1 0141-80-5 a e1-0150-805
 - Hoja 7: e1 0211-80-3 a e1-0220-80-3
 - Hoja 8: e1 7991-60-5 a e1-8000-60-5
 - Hoja 9: e1 7951-60-1 a e1-7960-60-1
 - Hoja 10: e1 7941-60-9 a e1- 7950-60-9
 - Hoja 11: e1 7931-60-8 a e1 -7940-60-8
- Incompletas:**
- Hoja 1: e1 7288-705 a e1-7290-707
 - Hoja 2: e1 7295-703 a e1 7300- 708
 - Hoja 3: e1 7929-60-6 a e1 7930-60-7
 - Hoja 4: e1 7826-60-2 a e1 7830-60-6
 - Hoja 5: e1 7892-60-5 a e1 7900-60-4
 - Hoja 6: e1 0204-80-5 a e1 0210-80-2
 - Hoja 7: e1 0176-80-4 a e1 0180-80-8
 - Hoja 8: e1-0121-80-3 a e1 0125-80-7
 - Hoja 9: e1 7768-60-7 a e1 7770-60-9
 - Hoja 10: e1 7771-60-1 a e1 7775-60-5

- CERMA - 163
 - RECTAIA - 290
 - VACUNACION - 101
 Recomi⁺ p⁺vacas
 2022-09-02

 PABLO FCO OJEDA

ANEXO 5: Constancia de participación “Monitores en salud retorno UAM ante la contingencia COVID-19.





Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

