

**Informe de Servicio Social:**  
Monitores en Salud retorno UAM ante la contingencia COVID-19

**Institución donde se realizó el Servicio Social:**  
Universidad Autónoma Metropolitana

**Nombre del pasante de servicio social:**  
Itzel Daniela Medina Hernández

**Matrícula:**  
2163027863

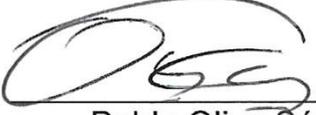
**Periodo del Servicio Social:**  
febrero 2022-enero 2023

**Fecha de entrega:**  
febrero 2023

**Asesor interno:**

  
33320  
Raquel Ramírez Villegas

**Asesor externo:**

  
4) 3463  
Pablo Oliva Sánchez

*Hoja intencionalmente dejada en blanco*

## **Resumen del informe**

El Proyecto Monitores en Salud retorno UAM ante la contingencia COVID-19 tiene como principal objetivo implementar estrategias paulatinas para el retorno a las actividades de la universidad, a través de los lineamientos del Protocolo Sanitario de la Universidad Autónoma Metropolitana ante el COVID-19 garantizando un retorno seguro para la comunidad. Se realizó en la Universidad Autónoma Metropolitana en las diferentes unidades académicas en las que incluye la Unidad Xochimilco, Azcapotzalco, Cuajimalpa, Lerma e Iztapalapa y en Rectoría General, en un periodo de tiempo del 01 de febrero del 2022 al 31 de enero del 2023.

Se realizaron actividades enfocadas en la Encuesta Seropidemiológica y de Salud, así como apoyo en cada unidad académica, se apoyó en campañas masivas de vacunación en la Ciudad de México y zona Metropolitana con actividades como la valoración y vigilancia de personas post-vacunación y en el Proyecto Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes (PILARES) de la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación (SECTEI) de la Ciudad de México se realizó un voluntariado. Cada una de las actividades que se realizaron estuvieron enfocadas en la promoción de la salud, prevención de enfermedades, incluyendo COVID-19 a través de consejería y asesoramiento a los alumnos, trabajadores administrativos y académicos de las unidades de trabajo.

# Índice

<b>CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN GENERAL .....</b>	<b>5</b>
<b>CAPÍTULO II EL PROYECTO: MONITORES EN SALUD RETORNO UAM ANTE LA CONTINGENCIA COVID-19 .....</b>	<b>6</b>
INTRODUCCIÓN.....	6
MARCO TEÓRICO .....	7
ESTRATEGIA INSTITUCIONAL DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA ANTE LA SITUACIÓN DE LA PANDEMIA POR COVID-19.....	8
OBJETIVOS DEL PROYECTO.....	9
MATERIAL Y MÉTODOS .....	10
PLAN DE TRABAJO RECTORÍA GENERAL.....	11
PLAN DE TRABAJO UNIDAD LERMA.....	15
ANÁLISIS.....	19
<b>CAPÍTULO III DESCRIPCIÓN DE LA PLAZA DE SERVICIO SOCIAL ASIGNADA.....</b>	<b>20</b>
<b>CAPÍTULO IV INFORME NUMÉRICO NARRATIVO.....</b>	<b>22</b>
<b>CAPÍTULO V REPORTES TRIMESTRALES DE LAS ACTIVIDADES EN MONITORES EN SALUD .....</b>	<b>36</b>
PRIMER REPORTE TRIMESTRAL.....	36
SEGUNDO REPORTE TRIMESTRAL .....	51
TERCER REPORTE TRIMESTRAL .....	57
<b>CAPÍTULO VI VOLUNTARIADO DE MONITORES EN SALUD EN EL PROGRAMA PUNTOS DE INNOVACIÓN, LIBERTAD, ARTE, EDUCACIÓN Y SABERES (PILARES) DE LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN (SECTEI).....</b>	<b>64</b>
PLAN DE TRABAJO .....	64
ACTIVIDADES DEL CENTRO PILARES SANTIAGO TULYEHUALCO .....	66
RESULTADOS .....	80
LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES .....	81
<b>CAPÍTULO VII ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN .....</b>	<b>82</b>
<b>CAPÍTULO VIII CONCLUSIONES.....</b>	<b>83</b>
<b>CAPÍTULO IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>84</b>
<b>CAPÍTULO X ANEXOS .....</b>	<b>85</b>
ANEXO 1: CONSTANCIA DEL CURSO “REGRESO A LAS ACTIVIDADES EN LA UAM” .....	85
ANEXO 2: CONSTANCIA DEL CURSO “CONCEPTOS BÁSICOS DE VACUNACIÓN POR COVID-19” .....	86
ANEXO 3: CONSTANCIA DEL CURSO “ENCUESTA DE SALUD: EVIDENCIA PARA LA TOMA DE DECISIÓN” ...	87
ANEXO 4: CONSTANCIA DE PARTICIPACIÓN EN EL PROYECTO MONITORES EN SALUD RETORNO UAM ANTE LA CONTINGENCIA COVID-19.....	88
ANEXO 5: ACUSE DE ENTREGA DE MATERIAL COMPLETO (NO ADEUDO) .....	89
<b>CAPÍTULO XI EVIDENCIA FOTOGRÁFICA .....</b>	<b>91</b>

# Capítulo I

## Introducción general

El Proyecto Monitores en Salud retorno UAM ante la contingencia COVID-19 tiene como principal objetivo implementar estrategias paulatinas para el retorno a las actividades de la universidad, a través de los lineamientos del Protocolo Sanitario de la Universidad Autónoma Metropolitana ante el COVID-19 garantizando un retorno seguro para la comunidad.

El presente proyecto se realizó en la Universidad Autónoma Metropolitana en las cinco unidades académicas; Xochimilco, Iztapalapa, Azcapotzalco, Cuajimalpa y Lerma y en Rectoría General, se encuentran ubicadas en la Ciudad de México y el Estado de México. Se realizó en el periodo del 01 de febrero de 2022 al 31 de enero del 2023.

Las actividades principales de cada uno de los pasantes del servicio social incluyeron:

Apoyo en el retorno paulatino a las actividades académicas socioculturales y administrativas, a través de actividades de prevención basadas en las medidas sanitarias como el uso de cubrebocas, distanciamiento social e higiene personal. Se realizaron también pruebas seropidemiológicas para conocer la prevalencia de anticuerpos séricos anti-SARS-COV-2 en la población universitaria.

Se realizó la aplicación de las Encuestas de Salud, Seropidemiológica y de Bienestar psicológico a la población universitaria, académicos y administrativos con la finalidad de conocer el estado de salud físico, social y psicológico de la comunidad universitaria para implementar medidas de atención y orientación en salud de acuerdo con las necesidades de la población.

Se realizó el apoyo a las campañas de vacunación contra COVID-19 en la Ciudad de México y Zona Metropolitana.

Se apoyó a las actividades de cada unidad académica de acuerdo con las necesidades y demandas de la comunidad y se realizó consejería en temas relacionados con el estado de salud.

## Capítulo II

### El Proyecto: Monitores en salud retorno UAM ante la contingencia COVID-19

#### Introducción

En diciembre de 2019, en la ciudad de Wuhan, capital de Hubei, provincia de China, se detectó el primer caso de una nueva enfermedad pulmonar de causa desconocida. En enero de 2020 se aisló el agente causal y se determinó que se trataba de un virus de la familia Coronaviridae género Betacoronavirus, actualmente llamado COVID-19.

El 31 de marzo del 2020 en México se declara emergencia sanitaria por causa de fuerza mayor a través de la sesión plenaria del Consejo de Salubridad General (CSG), acordando medidas sanitarias en todo el territorio mexicano como la suspensión de actividades no esenciales en los sectores públicos y privados, con la finalidad de frenar la dispersión del virus, el desarrollo de la enfermedad, complicaciones y muerte (Secretaría de Salud, 2020).

Durante la pandemia en México la enfermedad por COVID-19 tuvo un gran impacto, desencadenando un gran número de muertes relacionado con las comorbilidades presentes en la población, enfermedades crónico-degenerativas, cardiovasculares y patologías relacionadas con el sistema respiratorio como asma y enfermedad pulmonar obstructiva crónica, desencadenando una infección más severa, con complicaciones e incluso la muerte (Secretaría de Salud, 2021).

Actualmente la Organización Mundial de la Salud ha decidido mantener la pandemia de COVID-19 como una emergencia internacional. El Comité de Emergencia, formado por expertos independientes, reconoció que, en general, el aumento en el número de casos ya no va acompañado de incrementos en las muertes y presión en los sistemas sanitarios gracias a una mayor inmunidad de la población (ONU, 2022).

Al 29 de enero de 2023 en todo el periodo de pandemia se han registrado 7,694,345 millones de casos y 346,232 mil muertes por COVID-19 en México, con el paso de los meses durante este periodo de pandemia se ha observado una disminución en la mortalidad y desarrollo de casos graves de la enfermedad gracias a las medidas sanitarias implementadas en todo la nación y a las campañas masivas de vacunación que lograron un total de 82,652,919 personas vacunadas, equivalente al 68% de la población total en los diferentes grupos de edades, sin embargo, se reportan 9119 casos nuevos de los cuales el 90.22% son pacientes ambulatorios, es decir, no requieren hospitalización (CONACYT, 2023).

## **Marco teórico**

Alerta epidemiológica. Comunicado de un evento epidemiológico que representa un daño inminente a la salud de la población y/o de trascendencia social, frente al cual es necesario ejecutar acciones de salud inmediatas y eficaces, a fin de minimizar o contener su ocurrencia (INSP, 2022).

Asociación epidemiológica. Situación en que dos o más casos comparten características epidemiológicas de tiempo, lugar y persona (INSP, 2022).

Brote. Ocurrencia de dos o más casos asociados epidemiológicamente entre sí. La existencia de un caso único bajo vigilancia en un área donde no existía el padecimiento se considera también un brote (INSP, 2022).

Caso. Individuo en quien se sospecha, presume o confirma que padece una enfermedad o evento de interés epidemiológico (INSP, 2022).

Caso confirmado. Caso cuyo diagnóstico se corrobora por medio de estudios auxiliares, o aquel que no requiere estudios auxiliares, pero presenta signos o síntomas propios del padecimiento o evento bajo vigilancia, o aquel que presente evidencia de asociación epidemiológica con algún caso confirmado por laboratorio (INSP, 2022).

Caso nuevo. Al enfermo en quien se establece un diagnóstico por primera vez (INSP, 2022).

Caso probable. A la persona que presenta signos o síntomas sugerentes de la enfermedad bajo vigilancia (INSP, 2022).

Caso sospechoso. Al individuo susceptible que presenta algunos síntomas o signos compatibles con el padecimiento o evento de vigilancia (INSP, 2022).

Emergencia epidemiológica. Evento de nueva aparición o reaparición, cuya presencia pone en riesgo la salud de la población, y que por su magnitud requiere de acciones inmediatas (INSP, 2022).

Epidemia. Aumento inusual del número de casos de una determinada enfermedad en una población específica, en un periodo de tiempo determinado (INSP, 2022).

Enfermedad infecciosa emergente. Enfermedad provocada por un agente infeccioso recientemente identificado y anteriormente desconocido, capaz de causar problemas de salud pública a nivel local, regional o mundial (INSP, 2022).

Enfermedad infecciosa reemergente. Reaparición y/o aumento del número de infecciones de una patología ya conocida que, anteriormente, habían sido controladas o tratadas eficazmente (INSP, 2022).

Infectividad. Capacidad del agente infeccioso para invadir y multiplicarse en los tejidos del huésped (INSP, 2022).

Letalidad. Medida de la gravedad de la enfermedad que expresa el porcentaje de personas con cierta enfermedad que fallecen en un cierto tiempo después del diagnóstico (INSP, 2022).

Pandemia. Propagación mundial de una nueva enfermedad (INSP, 2022).

Patogenicidad. Capacidad de un agente infeccioso para producir enfermedad. Depende no solo de las características del agente sino también de las del huésped (INSP, 2022).

Transmisibilidad. Capacidad de un agente infeccioso para propagarse de un huésped a otro causando enfermedad. Depende de la infectividad, de la patogenicidad y de la frecuencia de contactos que el huésped infectivo mantenga con sujetos susceptibles (INSP, 2022).

Vigilancia epidemiológica. Recolección sistemática, continua, oportuna y confiable de información relevante y necesaria sobre algunas condiciones de salud de la población (INSP, 2022).

### **Estrategia Institucional de la Universidad Autónoma Metropolitana ante la situación de la pandemia por COVID-19**

La Universidad Autónoma Metropolitana (UAM), es una universidad pública, fundada en 1974 en la Ciudad de México, cuenta con 5 unidades académicas ubicadas en diferentes alcaldías de la Ciudad de México y en el Municipio de Lerma, Estado de México, las cuales son: Unidad Xochimilco, Iztapalapa, Cuajimalpa, Azcapotzalco y Lerma y una Rectoría General, cuenta 82 planes de licenciatura, 114 de posgrado e investigación de alto nivel e intensa actividad cultural.

Durante el periodo de pandemia la Secretaría de Educación Pública (SEP) decidió suspender las clases a partir del 20 de marzo de 2020. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) instó a las autoridades educativas a buscar soluciones creativas que permitan la continuidad de la formación educativa utilizando todas las capacidades institucionales y recursos diversos, incluidas las tecnologías de la información y la comunicación, disponibles.

En ese contexto, fue convocada la sesión urgente del Colegio Académico de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) para afrontar de la mejor forma posible la inédita situación. En dicha sesión, se aprobó el Proyecto Emergente de Enseñanza Remota (PEER) presentado por el Rector General al cual se incorporan aportaciones de alumnos, académicos y personal administrativo.

El proyecto original fue desarrollado por una comisión integrada por profesores de las cinco unidades universitarias y de personal administrativo de la Rectoría General para proponer soluciones a los retos actuales y encontrar las formas de operarlas durante la contingencia.

Con el PEER la UAM presentó a la comunidad universitaria soluciones creativas e innovadoras frente al complejo contexto de la pandemia del COVID-19, aunado a la publicación del Protocolo Sanitario de la Universidad Autónoma Metropolitana ante el COVID-19 donde se establecieron estrategias para el tiempo de cierre de actividades y estrategias para el regreso a las mimas.

El Colegio Académico de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) aprobó en su sesión número 500 la propuesta de la Rectoría General de instrumentar el Programa de Transición de Enseñanza en la Modalidad Mixta (PROTEMM), con el propósito de brindar las condiciones académico-administrativas para un regreso gradual a las actividades presenciales, ante el cambio que necesariamente debe hacerse al Proyecto Emergente de Enseñanza Remota (PEER), creado en abril de 2020 para contender con la emergencia sanitaria por la pandemia del COVID-19.

Se implementaron unidades de enseñanza-aprendizaje en las modalidades presencial, remota y una combinación de ambas, “equilibrando los requerimientos educativos de las diferentes divisiones y departamentos con la imperativa de controlar los riesgos para la salud”.

El retorno a partir del PROTEMM fue gradual y con un alto nivel de flexibilidad en el proceso.

Durante la pandemia por COVID-19 el conocimiento acerca de esta enfermedad ha evolucionado, permitiendo esto actualizar las normativas y medidas sanitarias para el control de la propagación de esta enfermedad en la población. En la UAM se desarrolló la Guía para el retorno a las actividades presenciales en la Universidad Autónoma Metropolitana. En ésta se retoman las disposiciones aún vigentes del Protocolo Sanitario de la ante el COVID-19, elaborado de conformidad con la normatividad emitida por las autoridades sanitarias del país, federal y local, en particular en los Lineamientos técnicos de seguridad sanitaria en el entorno laboral y los Lineamientos técnicos específicos para la reapertura de las actividades económicas, publicados por la Secretaría de Salud federal el 17 y 29 de mayo de 2020, respectivamente.

### **Objetivos del Proyecto**

Como parte de las actividades que la Universidad Autónoma Metropolitana y considerando los Lineamientos Técnicos de Seguridad Sanitaria en el Entorno Laboral, emitidos por el Secretario de Salud el pasado 17 de mayo y el Protocolo Sanitario de la Universidad Autónoma Metropolitana ante el COVID-19, del 26 de junio de 2020, el comité de expertos junto con las autoridades académicas han

realizado una estrategia operativa de regreso paulatino de actividades, en todas las unidades académicas de la Universidad Autónoma Metropolitana.

El Proyecto de Monitores en Salud retorno UAM ante la contingencia COVID-19 alcanzó los siguientes objetivos:

- Disminución del riesgo de infección por COVID-19 en la comunidad universitaria de la Universidad Autónoma Metropolitana, basados en evidencia inmunológica y epidemiológica.
- Apoyo en el retorno paulatino a las actividades académicas socioculturales y administrativas, basados en un modelo híbrido socio -sanitario.
- Se realizaron actividades de prevención basadas en las medidas sanitarias, distanciamiento social, e higiene personal para el regreso gradual de la comunidad universitaria a las diferentes unidades académicas.
- Se realizaron pruebas seroepidemiológicas para conocer la prevalencia de anticuerpos séricos anti-SARS-Cov-2 en la población universitaria.
- Se realizaron las Encuestas de Salud, Seropidemiológica y de Bienestar psicológico a la población universitaria, académicos y administrativos.
- Se realizó orientación en 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.
- Apoyo a las campañas de vacunación contra COVID-19 en la Ciudad de México y Zona Metropolitana.
- Se otorgó 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 las actividades de cada unidad académica.
- Se realizó consejería en salud en temas relacionados con COVID-19 a la comunidad universitaria.

## **Material y métodos**

Durante el servicio social se dividieron a los pasantes de las diferentes licenciaturas de la División de Ciencias Biológicas y de la Salud en subgrupos para realizar actividades específicas en las cinco unidades académicas de la UAM y en Rectoría

General de acuerdo con las necesidades y demandas de la población de alumnos, académicos y administrativos.

UNIDAD ACADÉMICA UNIVERSITARIA	TOTAL DE PASANTES POR UNIDAD
AZCAPOTZALCO	8
CUAJIMALPA	6
IZTAPALAPA	8
LERMA	6
XOCHIMILCO	8
RECTORÍA GENERAL Y CENDIS	8
TOTAL	44

### **Plan de trabajo Rectoría General**

#### 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 realizó 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

Se implementaron 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 platicas 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 realizó 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 realizó el seguimiento desde la confirmación del contagio hasta su resolución, previa al reingreso a sus actividades.

### 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 realizaron actividades en coordinación con el servicio médico de la unidad. Esto incluyó 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.

#### 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

Asesoramiento a la comunidad que labora en los Centros en Desarrollo Infantil (CENDI).

#### Estrategia

Se realizó material didáctico como carteles, infografías y conferencias con el personal que labora en los Centros de Desarrollo Infantil (CENDI) 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.

### Objetivo específico 6

Asesoramiento en el uso de la aplicación COVID-UAM.

### Estrategia

Se realizó 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 numero de asesoramientos por persona.

## Diagrama de GANT

	Ene 22	Feb 22	Mar 22	Abr 22	May 22	Jun 22	Jul 22	Ago 22	Sep 22	Oct 22	Nov 22	Dic 22	Ene 22
Capacitación de monitores en salud		En proceso											
Realización de curso BLS/ACLS y manejo de crisis emocional				A determinar									
Realización de encuestas y mediciones antropométricas			capacitación	Realización de encuestas									
Desarrollo y revisión de base de datos				Recopilación, organización de interpretación de base de datos									
Análisis y reporte de datos recabados en rectoría general						Recopilación de datos	Redacción de documentos	Entrega de reporte					
Intervenciones y seguimiento a la población posterior a análisis de datos								Análisis de resultados por población	Desarrollo de propuestas	Intervención			
Apoyo en seguimiento de los casos positivos confirmados				Apoyo de seguimiento									
Apoyo en las actividades del servicio médico				Apoyo de actividades									
Participación en los protocolos de protección civil para emergencias en Rectoría General				Participación en protocolos de protección civil									
Asesoramiento a la comunidad que labora en los Centros en Desarrollo Infantil (CENDI)				Asesoramiento									
Asesoramientos en la reapertura y eventos en los espacios Culturales de la UAM, en sus diferentes sedes				Asesoramiento									
Asesoramiento en el uso de la aplicación COVID-UAM				Asesoramiento									
Apoyo en actividades de campaña de salud en rectoría general				Apoyo en campañas de salud									

## Plan de trabajo Unidad Lerma

### Objetivo específico 1

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

### Estrategia

Se realizó una difusión masiva y se invitó 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

Apoyo 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 realizó 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.

### 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

dirección 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 realizaron 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.

### 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 numero de ferias de salud en la que se participa.

## Diagrama de GANT

Actividad	Febrero 2022	marzo 2022	Abril 2022	Mayo 2022	Junio 2022	Julio 2022	Agosto 2022	Septiembre 2022	Octubre 2022	Noviembre 2022	Diciembre 2022	Enero 2023	Febrero 2023
Presentación en unidades universitarias	Concluido												
Capacitación de monitores en salud		En proceso Capacitación unidad Lerma	En proceso Capacitación unidad Lerma										
Realización curso BLS/ACLS y manejo de crisis emocional			Por determinar										
Realización de encuestas y mediciones clinimétricas		Difusión y Aplicación De encuestas y toma de medidas clinimétricas	Aplicación de encuestas y mediciones clinimétricas	Finalización de encuestas y mediciones clinimétricas									
Desarrollo y revisión de base de datos		Recopilación de datos	Recopilación de datos	Organización e interpretación de base de datos	Interpretación de datos	Interpretación de datos	Organización y entrega de resultados						
Redacción de reportes por unidad universitaria					Recopilación de actividades	Redacción de actividades realizadas	Entrega de reporte de actividades						
Actividades sanitarias en unidades		Difusión de plataforma para encuestas. FERIA DE SALUD	Difusión y aplicación de encuestas , organizar infografías FERIA DE SALUD	Difusión y aplicación de encuestas , desarrollo infografías FERIA DE SALUD	Finalización de encuestas , preparación de resultados. FERIA DE SALUD	Desarrollo de infografías .Organizar control de casos positivos. FERIA DE SALUD	Desarrollo de infografías. Establecer contacto con casos positivos. FERIA DE SALUD	Apoyo y seguimiento de casos positivos. FERIA DE SALUD	Apoyo y seguimiento de casos positivos. FERIA DE SALUD	Apoyo y seguimiento de casos positivos. FERIA DE SALUD	Apoyo al servicio médico y programas emergentes. FERIA DE SALUD	Apoyo al servicio médico y programa emergentes. FERIA DE SALUD	Apoyo al servicio médico y programa emergentes. FERIA DE SALUD
Apoyo en salud física y mental							Organización de actividades	Presentación del plan de trabajo	Aplicación de estrategias de trabajo	Aplicación de estrategias de trabajo	Recopilación de resultados	Recopilación de resultados	
Desarrollo de programa del trabajo por unidad	Organizar trabajo desarrollado durante el servicio social	Redactar y justificar actividades realizadas	Entrega de actividades y objetivos realizados										

## **Análisis**

Cada uno de los objetivos establecidos durante el inicio del proyecto se realizaron con base en las necesidades presentes en ese periodo de tiempo en la población y en cada unidad académica. Se lograron de manera exitosa a través de las diferentes estrategias previamente establecidas junto con cada actividad de acuerdo con las demandas específicas de cada unidad de trabajo.

## Capítulo III

### Descripción de la plaza de servicio social asignada

Para el logro de los objetivos del presente proyecto, se extendió una convocatoria para las diferentes licenciaturas de la división de Ciencias Biológicas y de la Salud, entre las que se encuentran enfermería, nutrición humana, medicina, químico farmacéutico biólogo y estomatología.

La pasantía se realizó en la Universidad Autónoma Metropolitana en las cinco unidades académicas; Xochimilco, Iztapalapa, Cuajimalpa, Azcapotzalco y Lerma y en Rectoría General. En un periodo del 01 de febrero de 2022 al 31 de enero de 2023 en tiempo completo de acuerdo con la demanda de las diferentes actividades en cada unidad de trabajo.

Los aspirantes a servicio social del presente proyecto cumplían con el siguiente perfil de ingreso:

- Ser candidato a pasante de servicio social de las carreras de medicina, enfermería, estomatología, nutrición humana, psicología y química farmacéutica biológica en el periodo lectivo 2020-2023.
- Tener la disponibilidad de dedicación a tiempo completo.
- Tener una actitud de servicio y proactividad para poder realizar actividades académicas, de investigación operativa y de apoyo en acciones de salud a la comunidad universitaria.
- Haber sido aceptados por el comité de expertos para entrar en el programa.

Las actividades generales que realizaron los pasantes del servicio social fueron las siguientes:

- Monitorear las actividades de los filtros de entrada en cada Unidad Académica, vinculadas con el COVID-19.
- Asesorar de manera continua a las personas en los filtros, respecto a la aplicación del cuestionario y el protocolo establecido por cada comité de supervisión.
- Coadyuvar en la detección y seguimiento de los casos sospechosos por COVID 19.
- Monitorear la estrategia de “Inmunidad de Barrera y Sana Distancia”, uso de cubrebocas y careta.
- Realizar en cada Unidad:
  - Aplicación del cuestionario de tamizaje – Encuesta de Seroprevalencia.

- Toma de muestras sanguíneas (tamizaje para el proyecto que lo requiera).
  - Consejería de salud a la persona que lo solicite, en temas vinculados al COVID-19.
  - Promover que los insumos de sanitización personal dentro de las unidades (gel, jabón y agua) estén disponibles para su uso.
- Reportar al comité de supervisión de cada unidad académica asignada y al departamento de unidad de la salud mensualmente. Las actividades que tendrán que realizar son las siguientes:
    - Acciones de verificación de los insumos de desinfección en el momento que el insumo no esté disponible.
    - Reporte mensual de consejerías de salud realizadas, cuestionarios realizados, consultas otorgadas y verificaciones de las acciones de sana distancia y protección monitorizadas.

Lo anterior, no corresponde a las funciones que realizan las y los trabajadores que laboran en los servicios médicos de las unidades y de la Rectoría General.

Cada uno de los pasantes de servicio social contaron con la capacitación adecuada para cumplir con los objetivos que persigue este proyecto.

## Capítulo IV

### Informe numérico narrativo

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	HORAS
22.01.22	REALIZACIÓN DE CURSO DE VACUNACIÓN COVID		2 HRS
23.01.22	REALIZACIÓN DE CURSO DE REGRESO A LAS ACTIVIDADES UNIVERIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA		4 HRS
25.01.22	VACUNACIÓN 3er DOSIS COVID-19 EN INSTITUTO NACIONAL DE MEDICINA GENÓMICA (INMEGEN)	Aplicación de 3er dosis de vacuna AstraZeneca. Primera presentación informal entre Monitores y Dr. Pablo Oliva.	14:30 – 16 HRS
31.01.22	DIVISIÓN DE LOS EQUIPOS DE TRABAJO	Presentación con equipo de Monitores en Salud de la generación anterior y división por unidades de trabajo.	9 – 11 HRS
01.02.22	CAMPAÑA DE VACUNACIÓN COVID-19 EN CENTRO DE ESTUDIOS NAVALES EN CIENCIAS DE LA SALUD (CENCIS) MARINA	Observación post colocación de vacuna, atención a personas con algún malestar post vacunación.	7 – 16 HRS PM
02.02,22			8 – 16 HRS
03.02.22			8 – 14 HRS
04.02.22			8 – 16:30 HRS
05.02.22			8 – 16:30 HRS

07.02.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
9.02.22	FILTRO UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA UNIDAD XOCHIMILCO (UAM-X) TURNO VESPERTINO	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	15- 18 HRS
14.02.22	CAPACITACIÓN DÍA 1 UAM-X	Introducción y panorama general	15- 17:30 HRS
15.02.22	CAPACITACIÓN DÍA 2 UAM- X	Epidemiología	12 – 14 HRS
16.02.22	CAPACITACIÓN DÍA 3 UAM-X	Psicología de la encuesta	12 – 15 HRS
21.02.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL  CAPACITACIÓN CULTURA LABORAL Y RELACIÓN UAM-SITUAM EN RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel, toma de temperatura, vigilancia de síntomas COVID-19, apoyo a responder cuestionario COVID- 19 (puerta 2).  Cultura laboral por Mtro. Hipólito Lara Relación UAM – SITUAM Contrato colectivo de trabajo.	8 – 14 HRS  16:40
02.03.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel, toma de temperatura, vigilancia de síntomas COVID-19, apoyo a responder cuestionario COVID-19 (puerta 2).	8 – 14 HRS

02.03.22	CLASE DR PABLO OLIVA (ZOOM)		16-17 HRS
03.03.22	REUNIÓN CON UNIDAD LERMA	Presentación de panorama general.	10 – 11 HRS
	REUNIÓN RECTORÍA GENERAL	Planteamiento de plan de trabajo.	12 -14 HRS
04.03.22	CAPACITACIÓN EN REDACCIÓN DE CONTENIDO DE REDES (ZOOM)	Capacitación para la realización de material y contenido para redes sociales	10 – 12 HRS
11.03.22	REUNIÓN PRESENCIAL UNIDAD LERMA	Reunión con el Rector de la Unidad Lerma Dr. Gabriel Soto Cortés y Secretario de la Unidad Dr. Gustavo Pacheco Recorrido por las instalaciones	9:30 – 15 HRS
16.03.22	CAPACITACIÓN ENCUESTA DE SALUD SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UAM- X	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-19 y glucometría.	14 – 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

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	PLÁTICA DE PROTECCIÓN CIVIL RECTORÍA GENERAL	Información sobre zonas y apoyo en protección civil en rectoría general por Mtro. Emilio Chirino.	11 – 12 HRS
27.03.22	CAPACITACIÓN REPORTES TRIMESTRALES (ZOOM)	Reunión informativa sobre reportes trimestrales, planes de trabajo y encuestas. Revisión de actividades unidad por unidad.	9-10:30 HRS
28.03.22	REUNIÓN Y CAPACITACIÓN CON DR. JUAN CARLOS CASTAÑEDA PARA CAMPAÑA DE DETECCIÓN DIABETES MELLITUS (DM) E HIPERTENSIÓN ARTERIAL (HTA)	Presentación de formato de historia clínica, mención de temas sobre Diabetes mellitus e Hipertensión arterial, presentación de infografía realizada por equipo de monitores al Dr. Juan Carlos Castañeda.	12-1 HRS
29.03.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3).	8 – 14 HRS
30.03.22	REUNIÓN CON EL DR. JUAN CARLOS CASTAÑEDA PARA AFINACIÓN DE DETALLES DE CAMPAÑA DM E HTA (ZOOM)	Revisión y homogenización de datos de clasificación para Diabetes mellitus (guías ADA) e Hipertensión arterial (guías AHA).	17 – 16 HRS

01.04.22	CAMPAÑA DE DETECCIÓN DM E HTA	Toma de presión arterial y glucometría en 100 pacientes de Rectoría general. Realización de la base de datos con categorización según clasificación de resultados.	9 – 15 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.	12-14 HRS
11.04.22	REUNIÓN EN RECTORÍA GENERAL DR. PABLO OLIVA	Comunicación de avance de proyecto. Planeación de inicio de pruebas en Rectoría General.	11: 30 – 12 HRS
12.04.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3).	8 – 15 HRS
18.04.22 AL 27.02.22	REALIZACIÓN DE HISTORIA CLÍNICA A EMPLEADOS TEMPORALES EN RECTORÍA GENERAL	Realización de historias clínicas.	9 – 16 HRS
25.04.22	DIFUSIÓN Y REALIZACIÓN DE CITAS PARA ENCUESTAS	Difusión de la encuesta con los trabajadores de Rectoría General.	9 – 13 HRS
26.04.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3).	8 – 15 HRS
28.04.22	PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS	Se realizó toma de signos vitales (temperatura,	8:30 – 15 HRS

29.04.22	DE ENCUESTAS EN RECTORÍA GENERAL	tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardíaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID- 19 y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.	8:30 – 13 HRS
08.05.22	ENTREGA DE HOJA DE REPORTE DE ACTIVIDADES POR EQUIPO	Reporte de unidad Lerma y 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 HRS
12.05.22	PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE LA ENCUESTA EN UNIDAD LERMA	Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia cardíaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID-19 y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.	9 – 16 HRS

13.05.22	REUNIÓN EN UAM-X	Auditorio Catalina Eibenshultz Reporte de avances y situaciones especiales por unidad.	10 – 12 HRS
16.05.22	PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE LA ENCUESTA EN 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-19 y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.	HORARIO COMPLETO
17.05.22			
18.05.22			

01.06.22 al 10.06.22	REALIZACIÓN DE CURSO ENCUESTA DE SALUD: EVIDENCIA PARA LA TOMA DE DECISIÓN.	Se tomó el curso sin ningún inconveniente, se explicó el manejo de datos y análisis a través del programa Stata. Se realizaron ejercicios prácticos para reforzar la teoría adquirida en las diferentes ponencias.	
27.06.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS

4.07.22 AL 06.07.22	APOYO A LA UNIDAD AZCAPOTZALCO PARA REALIZAR ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA	Se solicitó el apoyo de la Unidad Rectoría General para acudir a la Unidad Azcapotzalco donde se realizó: toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	8- 16 HRS
11.07.22	PRUEBA DE ANTIGENOS COVID-19 POR PCR EN INMEGEM	Se solicitó al equipo de Rectoría General que asistieran al INMEGEM para realizarse prueba de antígenos COVID-19 como medida preventiva para contagios en el entorno de actividades de Monitores.	
13.07.22	APOYO A LA UNIDAD LERMA EN EL PROYECTO "ANGELO"	Se solicito el apoyo de Monitores para el proyecto donde se realizó: Medición de peso, talla, índice de masa corporal (IMC) signos vitales, exploración física y se brindaron indicaciones acerca de realizar actividad física.	8 – 15:30 HRS
18.07.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19	8- 14 HRS
22.07.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS

27.07.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA EN CENDIS UNIDAD IZTAPALAPA.	Se realizó la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	10-15 HRS
28.07.22 y 29.07.22	FERIA DE LA SALUD 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-19.	10-15 HRS
02.08.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UNIDAD LERMA.	Se realizó la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	8-15 HRS
05.08.22	PLATICA CON EL DR. PABLO OLIVA EN UAM XOCHIMILCO.	Plática con el Dr. Pablo Oliva.	15-16:30 HRS
11.08.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UNIDAD LERMA.	Se realizó la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	8-15 HRS
16.08.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA DE VACUNACIÓN EN RECTORÍA GENERAL.	Se realizó toma de muestra capilar para una prueba rápida de anticuerpos COVID-19.	9-14 HRS
17.08.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS

17.08.22	JUNTA EN UAM XOCHIMILCO	Avances del proyecto monitores en salud y nuevas indicaciones acerca de la bitácora e inventario de cada unidad.	15 HRS
25.08.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
30.08.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
12.09.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
22.09.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
27.09.22 Y 28 09. 22	REALIZACIÓN DE PRUEBA DE DENSITOMETRÍA OSEA EN RECTORÍA GENERAL	Se solicitó el apoyo de médicos y enfermeras de Monitores para realizar densitometrías óseas al personal de Rectoría General.	10-15:30 HRS

05.10.22	JUNTA EN INMEGEN CON EL DR. PABLO OLIVA	Se realizo una junta presencial para revisión de trabajo y actividades.	
----------	---	---	--

06.10.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
11.10.22	APOYO EN LA UNIDAD LERMA EN EL PROGRAMA DE EVALUACIÓN MÉDICA Y FÍSICA (EMyF)	Se apoyo a la unidad Lerma en el programa realizando actividades como: toma de medidas antropométricas, toma de signos vitales y toma de glucosa capilar dirigido a alumnos de nuevo ingreso.	8-15 HRS
14.10.22	JUNTA EN ZOOM CON EL DR. PABLO OLIVA Y CARLOS CONTRERAS	Se llevó a cabo una junta informativa acerca del proyecto PILARES y la participación de Monitores en Salud.	
18.10.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
19.10.22	JUNTA EN INMEGEN CON EL DR. PABLO OLIVA	Se realizo una junta presencial para revisión de trabajo y actividades.	
24.10.22	APOYO EN EL PROYECTO “ÁNGELO” EN LA UNIDAD LERMA	Se realizaron actividades como: toma de signos vitales, medidas antropométricas y examen médico dirigido a alumnos de secundaria en el Municipio de Lerma.	8-15 HRS
03.11.22	JUNTA A TRAVES DE MEET CON EL DR. PABLO OLIVA	Se llevó a cabo una junta para las propuestas de análisis de datos de la encuesta y acerca de la participación de Monitores en SECTEI PILARES.	
09.11.22	JUNTA EN IINMEGEN CON EL DR. PABLO OLIVA	Se llevó a cabo una junta de manera presencial para revisión de proyecto de investigación.	

14.11.22	APOYO EN INMEGEN PARA EXAMENES MEDICOS	Se apoyó en la realización de exámenes médicos a los trabajadores sindicales en el Instituto.	9-14 HRS
15.11.22	JUNTA EN LAS OFICINAS CENTRALES DE SECTEI	Se llevó a cabo una junta en las oficinas para la coordinación de actividades en PILARES.	
17.10.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL.	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
30.11.22	JUNTA EN GOOGLE MEET CON EL DR. PABLO OLIVA	Se realizó una junta para la organización del trabajo en PILARES.	
01.12.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
05.12.22	PRESENTACIÓN EN PILARES TULYEHUALCO	Primer día en PILARES.	10-15 HRS
06.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Se realizó la presentación y organización de trabajo.	10-15 HRS
08.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
12.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
14.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
15.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Se realizó la primera feria de la salud “Enfermedades crónico-degenerativas y salud bucal” se dieron platicas informativas, toma de signos vitales, toma de glucosa y valoración dental	10-15 HRS

		dirigido a la comunidad de Tulyehualco.	
16.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
19.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
20.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
21.12.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL.	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
22.12.22	CEREMONIA DE ENTREGA DE CONSTANCIAS EN RECTORÍA GENERAL	Se realizó una ceremonia en compañía con el Rector General José Antonio De los Reyes Heredia para la entrega de constancias por la participación en el Proyecto Monitores en Salud.	
10.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
11.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
13.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Segunda feria de la salud en Pilares Tulyehualco “Alimentación Saludable” se realizaron pláticas informativas acerca de la alimentación saludable, se tomaron signos vitales, medidas antropométricas y toma de glucosa capilar dirigido a la población de Tulyehualco.	10-15 HRS

16.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
17.01.23	JUNTA CON PABLO EN INMEGEN	Junta informativa acerca del reporte final y fechas establecidas para su entrega.	12 HRS
18.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Tercera feria de la salud "Métodos anticonceptivos" se tomaron signos vitales, medidas antropométricas y se regalaron preservativos masculinos a la población de Tulyehualco.	10-15 HRS
23.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Entrega del reporte final de las actividades.	10-15 HRS
25.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Agradecimiento y despedida del equipo pilares.	10-15 HRS

## Capítulo V

### Reportes trimestrales de las actividades en Monitores en Salud

#### Primer reporte trimestral

##### 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

Toma de temperatura (termómetro digital)  Número de personas: Sin cuantificar

Referencia de la persona por tener temperatura mayor a 37.5 °C

Proporcionar gel antibacterial  Número de personas Sin cuantificar

##### Levantamiento de encuesta de forma presencial

- Toma de temperatura
- Toma de tensión arterial
- Toma de glicemia capilar
- Toma de muestra de sangre venosa
- Otro: Aplicación de la prueba de anticuerpos COVID-19, 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.

Las encuestas se comenzaron a realizar el 25 de abril del 2022 en Rectoría General, se inició con una promoción e invitación a participar en la encuesta, esta difusión se realizó de manera personal en cada área de Rectoría General y a su vez se agendaron las citas personales para la toma de pruebas y mediciones de bioimpedancia.

La toma de pruebas inició el jueves 28 de abril del 2022, con cada una de las personas que fueron agendadas y 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 cantidad de preguntas y el tiempo destinado a ella, expresando que era demasiado y resultaba cansado realizarla.

Por otro lado, en UAM Lerma, se realizó una difusión por parte de dos monitores hacia los alumnos, una vez agendadas las citas el equipo completo de Monitores acudió el 12 de mayo del 2022, sin embargo, solo se realizaron 10 pruebas, por lo que buscamos otras alternativas como ofrecer un estímulo a los alumnos, de esta manera se contactó con un doctor en psicología y promociono con sus alumnos un incentivo en su calificación al entregar el carnet con las mediciones y pruebas.

El equipo Monitores en Salud, 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 64 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

Cartel  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

Díptico o tríptico  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

Volante  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

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

Cartel  Tema: Salud bucal, HTA, consecuencias de la HTA, sobrepeso y obesidad Cantidad 4 Plataformas o medios de difusión: Instagram y Facebook

Video  Temas \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_  
Plataformas o medios de difusión \_\_\_\_\_



# PREVENCIÓN DE LA DIABETES Y LA PREDIABETES

Realiza un chequeo de glucosa en sangre, al menos una vez al año, acude con un médico

Evita la covid-19 grave y la discapacidad de diabetes




AMERICAN DIABETES ASSOCIATION. 3. PREVENTION OR DELAY OF TYPE 2 DIABETES. STANDARDS OF MEDICAL CARE IN DIABETES-2019. DIABETES CARE 2019; 41(S4)



## Sobrepeso y obesidad

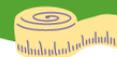
En México, el 75.2% de los mexicanos padece sobrepeso u obesidad, además es un factor de riesgo para enfermedades como diabetes y enfermedades cardiovasculares.

### 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.



## SALUD BUCAL EN TIEMPOS DE COVID-19

### ¿Sabías qué ...

Las personas que padecen alguna enfermedad periodontal (enfermedad de las encías) son más susceptibles a presentar un cuadro grave de COVID-19.



Sigue las siguientes recomendaciones:

Las bacterias responsables de las enfermedades orales pasan al torrente sanguíneo desencadenando un aumento de complicaciones en pacientes con COVID-19.



1 Acude con tu dentista cada seis meses

2 Lavate las manos antes de cepillarte los dientes



3 Cepilla tus dientes al menos dos veces al día

4 Usa enjuagues bucales con Cloruro de Cetilpiridino (CPC)



5 Enjuaga y almacena correctamente tu cepillo



Monitores en Salud UAM



monitores\_uam



@Monitores UAM



<http://monitoresuam.uam.mx>

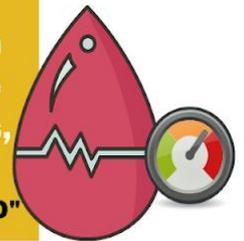
## HIPERTENSIÓN ARTERIAL

### ¿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 (consulte 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.

Para seguir informando en las redes sociales del proyecto sobre diversos temas de salud, se nos dio la opción a los Monitores de apoyar en la elaboración de material didáctico sobre distintos temas.

Los integrantes del equipo Rectoría/Lerma nos organizamos para la búsqueda de la información con base en fuentes confiables y confirmadas para, posteriormente diseñar cada infografía, el equipo mostro interés y creatividad para realizarlas sin ningún problema.

### Actividades de vacunación contra SARS-COV-2

Lugar o Unidad al cual fue asignado: 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

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.

En la primera semana iniciando el servicio social el equipo de Monitores de Rectoría/Lerma, acudió a la campaña masiva de vacunación en CENCIS Marina, donde las actividades designadas eran la vigilancia de los pacientes post vacunación. 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.

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

### Capacitaciones y cursos

Asistencia a cursos virtuales  Número de cursos: 2

Asistencia a capacitaciones vía ZOOM por parte del Proyecto  Número de capacitaciones recibidas: 5

### 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.

Cada uno de los cursos y capacitaciones que fueron tomadas por los Monitores han tenido un impacto importante para la realización de las actividades, se tomaron sin ningún inconveniente.

### Concentrado de actividades de capacitación

<b>Nombre del curso o capacitación</b>	<b>Institución</b>	<b>Fecha</b>	<b>Horas</b>
Curso de regreso a las actividades UAM	UAM	24.01.22	4 HRS
Curso conceptos básicos de vacunación COVID-19	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. Juan Carlos	Rectoría General	28.03.22	1 hora

Castañeda para campaña de detección Diabetes Mellitus e Hipertensión arterial.			
Reunión y capacitación con Dr. Juan Carlos Castañeda para campaña de detección Diabetes Mellitus e hipertensión Arterial (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

Ver anexo 1 y 2

Cuadro concentración actividades realizadas enero - mayo 2022

<b>FECHA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>HORAS</b>
22.01.22	REALIZACIÓN DE CURSO DE VACUNACIÓN COVID-19		2 HRS
23.01.22	REALIZACIÓN DE CURSO DE REGRESO A LAS ACTIVIDADES UNIVERIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA		4 HRS
25.01.22	VACUNACIÓN 3er DOSIS COVID EN INSTITUTO NACIONAL DE MEDICINA GENÓMICA (INMEGEN)	Aplicación de 3er dosis de vacuna AstraZeneca. Primera presentación informal entre Monitores y Dr. Pablo Oliva.	14:30 – 16 HRS

31.01.22	DIVISIÓN DE LOS EQUIPOS DE TRABAJO	Presentación con equipo de Monitores en Salud de la generación anterior y división por unidades de trabajo.	9 – 11 HRS
01.02.22	CAMPAÑA DE VACUNACIÓN COVID-19 EN CENTRO DE ESTUDIOS NAVALES EN CIENCIAS DE LA SALUD (CENCIS) MARINA	Observación post colocación de vacuna, atención a personas con algún malestar post vacunación.	7 – 16 HRS PM
02.02.22			8 – 16 HRS
03.02.22			8 – 14 HRS
04.02.22			8 – 16:30 HRS
05.02.22			8 – 16:30 HRS
07.02.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
9.02.22	FILTRO UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA UNIDAD XOCHIMILCO (UAM-X) TURNO VESPERTINO	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	15- 18 HRS
14.02.22	CAPACITACIÓN DÍA 1 UAM-X	Introducción y panorama general	15- 17:30 HRS
15.02.22	CAPACITACIÓN DÍA 2 UAM- X	Epidemiología	12 – 14 HRS
16.02.22	CAPACITACIÓN DÍA 3 UAM-X	Psicología de la encuesta	12 – 15 HRS

21.02.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel, toma de temperatura, vigilancia de síntomas COVID-19, apoyo a responder cuestionario COVID- 19 (puerta 2).	8 – 14 HRS
	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
02.03.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel, toma de temperatura, vigilancia de síntomas COVID-19, apoyo a responder cuestionario COVID-19 (puerta 2).	8 – 14 HRS
02.03.22	CLASE DR PABLO OLIVA (ZOOM)		16-17 HRS
03.03.22	REUNIÓN CON UNIDAD LERMA	Presentación de panorama general.	10 – 11 HRS
	REUNIÓN RECTORÍA GENERAL	Planteamiento de plan de trabajo.	12 -14 HRS
04.03.22	CAPACITACIÓN EN REDACCIÓN DE CONTENIDO DE REDES (ZOOM)	Capacitación para la realización de material y contenido para redes sociales	10 – 12 HRS
11.03.22	REUNIÓN PRESENCIAL UNIDAD LERMA	Reunión con el Rector de la Unidad Lerma Dr. Gabriel Soto Cortés y Secretario de la Unidad Dr. Gustavo Pacheco	9:30 – 15 HRS

		Recorrido por las instalaciones	
16.03.22	CAPACITACIÓN ENCUESTA DE SALUD SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UAM- X	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-19 y glucometría.	14 – 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
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	PLÁTICA DE PROTECCIÓN CIVIL RECTORÍA GENERAL	Información sobre zonas y apoyo en protección civil en rectoría general por Mtro. Emilio Chirino.	11 – 12 HRS
27.03.22	CAPACITACIÓN REPORTES TRIMESTRALES (ZOOM)	Reunión informativa sobre reportes trimestrales, planes de trabajo y encuestas. Revisión de actividades unidad por unidad.	9-10:30 HRS

28.03.22	REUNIÓN Y CAPACITACIÓN CON DR. JUAN CARLOS CASTAÑEDA PARA CAMPAÑA DE DETECCIÓN DIABETES MELLITUS (DM) E HIPERTENSIÓN ARTERIAL (HTA)	Presentación de formato de historia clínica, mención de temas sobre Diabetes mellitus e Hipertensión arterial, presentación de infografía realizada por equipo de monitores al Dr. Juan Carlos Castañeda.	12-1 HRS
29.03.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3).	8 – 14 HRS
30.03.22	REUNIÓN CON EL DR. JUAN CARLOS CASTAÑEDA PARA AFINACIÓN DE DETALLES DE CAMPAÑA DM E HTA (ZOOM)	Revisión y homogenización de datos de clasificación para Diabetes mellitus (guías ADA) e Hipertensión arterial (guías AHA).	17 – 16 HRS
01.04.22	CAMPAÑA DE DETECCIÓN DM E HTA	Toma de presión arterial y glucometría en 100 pacientes de Rectoría general. Realización de la base de datos con categorización según clasificación de resultados.	9 – 15 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.	12-14 HRS
11.04.22	REUNIÓN EN RECTORÍA GENERAL DR. PABLO OLIVA	Comunicación de avance de proyecto. Planeación de inicio de pruebas en Rectoría General.	11: 30 – 12 HRS

12.04.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3).	8 – 15 HRS
18.04.22 AL 27.02.22	REALIZACIÓN DE HISTORIA CLÍNICA A EMPLEADOS TEMPORALES EN RECTORÍA GENERAL	Realización de historias clínicas.	9 – 16 HRS
25.04.22	DIFUSIÓN Y REALIZACIÓN DE CITAS PARA ENCUESTAS	Difusión de la encuesta con los trabajadores de Rectoría General.	9 – 13 HRS
26.04.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3).	8 – 15 HRS
28.04.22	PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE ENCUESTAS EN 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- 19 y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.	8:30 – 15 HRS
29.04.22			8:30 – 13 HRS
08.05.22	ENTREGA DE HOJA DE REPORTE DE ACTIVIDADES POR EQUIPO	Reporte de unidad Lerma y 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 HRS
12.05.22	PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE LA ENCUESTA EN 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-19 y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.	9 – 16 HRS
13.05.22	REUNIÓN EN UAM-X	Auditorio Catalina Eibenshultz Reporte de avances y situaciones especiales por unidad.	10 – 12 HRS
16.05.22	PRUEBAS ANTROPOMÉTRICAS DE LA ENCUESTA EN UNIDAD LERMA	Se realizó toma de signos vitales (temperatura, tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencia	HORARIO COMPLETO
17.05.22			

18.05.22		cardiaca) 2 veces con diferencia de 10 minutos, bioimpedancia y toma de prueba de anticuerpos COVID-19 y glucometría. Al finalizar se entregó carnet, se dieron recomendaciones y se guardó y registró datos de consentimiento y carnet.	
----------	--	--	--

## Segundo reporte trimestral

### 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

Toma de temperatura (termómetro digital)  Número de personas: Sin cuantificar

Referencia de la persona por tener temperatura mayor a 37.5 °C

Proporcionar gel antibacterial  Número de personas Sin cuantificar

### Levantamiento de encuesta de forma presencial

- Toma de temperatura
- Toma de tensión arterial
- Toma de glicemia capilar
- Toma de muestra de sangre venosa
- Otro: Aplicación de la prueba de anticuerpos COVID-19, 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-19 en Rectoría General.

Durante el mes de julio y agosto se terminó el número de encuestas seropidemiológicas, pruebas COVID-19 y mediciones antropométricas en la Unidad Lerma, en Rectoría General.

Entre el 26,27 y 28 de julio se realizó una visita a los Centro de Desarrollo Infantil de Iztapalapa, Xochimilco y Azcapotzalco para completar las encuestas seropidemiológicas, pruebas COVID-19 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

Cartel  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_  
Díptico o tríptico  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_  
Volante  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

### Digital

Cartel  Tema \_\_\_\_\_  
Video  Temas \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_  
Plataformas o medios 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.

## Actividades de vacunación contra SARS-COV-2

Lugar o Unidad al cual fue asignado

Aplicación de vacuna  Cantidad de vacunas aplicadas: \_\_\_\_\_

Observación  Cantidad de personas atendidas debido a algún malestar post vacuna.

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.

### Capacitaciones y cursos

Asistencia a cursos virtuales  Número de cursos  
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: 1  
Unidad Xochimilco  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

<b>Nombre del curso o capacitación</b>	<b>Institución</b>	<b>Fecha</b>	<b>Horas</b>
Encuesta de Salud: Evidencia para la toma de decisión.	UAM	01.06.22 al 10.06.22	20 HRS

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

Ver anexo 3

### Cuadro concentración actividades realizadas junio – septiembre 2022

<b>FECHA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>HORAS</b>
01.06.22 al 10.06.22	REALIZACIÓN DE CURSO ENCUESTA DE SALUD: EVIDENCIA PARA LA TOMA DE DECISIÓN.	Se tomó el curso sin ningún inconveniente, se explicó el manejo de datos y análisis a través del programa Stata. Se realizaron ejercicios prácticos para reforzar la	

		teoría adquirida en las diferentes ponencias.	
27.06.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
4.07.22 AL 06.07.22	APOYO A LA UNIDAD AZCAPOTZALCO PARA REALIZAR ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA	Se solicitó el apoyo de la Unidad Rectoría General para acudir a la Unidad Azcapotzalco donde se realizó: toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	8- 16 HRS
11.07.22	PRUEBA DE ANTIGENOS COVID-19 POR PCR EN INMEGEM	Se solicitó al equipo de Rectoría General que asistieran al INMEGEM para realizarse prueba de antígenos COVID-19 como medida preventiva para contagios en el entorno de actividades de Monitores.	
13.07.22	APOYO A LA UNIDAD LERMA EN EL PROYECTO "ANGELO"	Se solicito el apoyo de Monitores para el proyecto donde se realizó: Medición de peso, talla, índice de masa corporal (IMC) signos vitales, exploración física y se brindaron indicaciones acerca de realizar actividad física.	8 – 15:30 HRS
18.07.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19	8- 14 HRS

22.07.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
27.07.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA EN CENDIS UNIDAD IZTAPALAPA.	Se realizó la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	10-15 HRS
28.07.22 y 29.07.22	FERIA DE LA SALUD 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-19.	10-15 HRS
02.08.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UNIDAD LERMA.	Se realizó la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	8-15 HRS
05.08.22	PLATICA CON EL DR. PABLO OLIVA EN UAM XOCHIMILCO.	Plática con el Dr. Pablo Oliva.	15-16:30 HRS
11.08.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA SEROEPIDEMIOLÓGICA EN UNIDAD LERMA.	Se realizó la toma de mediciones antropométricas, signos vitales y toma de pruebas de anticuerpos COVID-19.	8-15 HRS
16.08.22	REALIZACIÓN DE ENCUESTA DE VACUNACIÓN EN RECTORÍA GENERAL.	Se realizó toma de muestra capilar para una prueba rápida de anticuerpos COVID-19.	9-14 HRS

17.08.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
17.08.22	JUNTA EN UAM XOCHIMILCO	Avances del proyecto monitores en salud y nuevas indicaciones acerca de la bitácora e inventario de cada unidad.	15 HRS
25.08.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
30.08.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
12.09.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
22.09.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Toma de temperatura, aplicación de gel antibacterial y vigilancia de síntomas COVID-19.	8- 14 HRS
27.09.22 Y 28 09. 22	REALIZACIÓN DE PRUEBA DE DENSITOMETRÍA OSEA EN RECTORÍA GENERAL	Se solicitó el apoyo de médicos y enfermeras de Monitores para realizar densitometrías óseas al personal de Rectoría General.	10-15:30 HRS

## Tercer reporte trimestral

### 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

Toma de temperatura (termómetro digital)  Número de personas: Sin cuantificar

Referencia de la persona por tener temperatura mayor a 37.5 °C

Proporcionar gel antibacterial  Número de personas Sin cuantificar

### Levantamiento de encuesta de forma presencial

- Toma de temperatura
- Toma de tensión arterial
- Toma de glicemia capilar
- Toma de muestra de sangre venosa

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 realizaron encuestas, terminó el periodo de encuestas y comenzó el análisis de datos.

### Elaboración de material didáctico

#### Impreso

Cartel  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

Díptico o tríptico  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

Volante  Tema \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

#### Digital

Cartel  Tema \_\_\_\_\_

Video  Temas \_\_\_\_\_ Cantidad \_\_\_\_\_

Plataformas o medios de difusión: Facebook y WhatsApp.

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.

El material didáctico elaborado durante este periodo se utilizó en las ferias de salud realizadas en el Centro PILARES Santiago Tulyehualco. Durante su elaboración no se generaron conflictos y la búsqueda de información fue un éxito para la elaboración de este.

Cada uno de estos carteles sirvió para la comunidad del Centro PILARES Santiago Tulyehualco, donde se dieron pláticas informativas de prevención y promoción de la

### Actividades de vacunación contra SARS-COV-2

Lugar o Unidad al cual fue asignado

Aplicación de vacuna  Cantidad de vacunas aplicadas: \_\_\_\_\_

Observación  Cantidad de personas atendidas debido a algún malestar post vacuna.

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.

### Capacitaciones y cursos

Asistencia a cursos virtuales  Número de cursos

Asistencia a capacitaciones vía ZOOM por parte del Proyecto  Número de capacitaciones recibidas: 3

### Asistencia de forma presencial a alguna unidad

Rectoría general  Número de veces que acudió: 1

Unidad INMEGEN  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

Durante el mes de octubre se tomó a través de la página oficial de SECTEI, el curso “Prevención de enfermedades crónicas (obesidad, diabetes e hipertensión)” dirigido a facilitadores en PILARES. Fue un curso enriquecedor que completo los conocimientos previos acerca de estas enfermedades y su abordaje y sirvió de apoyo durante el voluntariado en los Centros PILARES.

Concentrado de actividades de capacitación

<b>Nombre del curso o capacitación</b>	<b>Institución</b>	<b>Fecha</b>	<b>Horas</b>
Prevención de enfermedades crónicas (obesidad, diabetes e hipertensión)	SECTEI	Octubre 2022	

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

Al finalizar el curso en la página de SECTEI, No se otorgó ninguna constancia

Cuadro concentración actividades realizadas de octubre 2022 - enero 2023

<b>FECHA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>HORAS</b>
05.10.22	JUNTA EN INMEGEN CON EL DR. PABLO OLIVA	Se realizo una junta presencial para revisión de trabajo y actividades.	
06.10.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
11.10.22	APOYO EN LA UNIDAD LERMA EN EL PROGRAMA DE EVALUACIÓN MÉDICA Y FÍSICA (EMyF)	Se apoyo a la unidad Lerma en el programa realizando actividades como: toma de medidas antropométricas, toma de signos vitales y toma de	8-15 HRS

		glucosa capilar dirigido a alumnos de nuevo ingreso.	
14.10.22	JUNTA EN ZOOM CON EL DR. PABLO OLIVA Y CARLOS CONTRERAS	Se llevó a cabo una junta informativa acerca del proyecto PILARES y la participación de Monitores en Salud.	
18.10.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
19.10.22	JUNTA EN INMEGEN CON EL DR. PABLO OLIVA	Se realizo una junta presencial para revisión de trabajo y actividades.	
24.10.22	APOYO EN EL PROYECTO “ÁNGELO” EN LA UNIDAD LERMA	Se realizaron actividades como: toma de signos vitales, medidas antropométricas y examen médico dirigido a alumnos de secundaria en el Municipio de Lerma.	8-15 HRS
03.11.22	JUNTA A TRAVES DE MEET CON EL DR. PABLO OLIVA	Se llevó a cabo una junta para las propuestas de análisis de datos de la encuesta y acerca de la participación de Monitores en SECTEI PILARES.	
09.11.22	JUNTA EN IINMEGEN CON EL DR. PABLO OLIVA	Se llevó a cabo una junta de manera presencial para revisión de proyecto de investigación.	
14.11.22	APOYO EN INMEGEN PARA EXAMENES MEDICOS	Se apoyó en la realización de exámenes médicos a los trabajadores sindicales en el Instituto.	9-14 HRS
15.11.22	JUNTA EN LAS OFICINAS CENTRALES DE SECTEI	Se llevó a cabo una junta en las oficinas para la coordinación de actividades en PILARES.	

17.10.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL.	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
30.11.22	JUNTA EN GOOGLE MEET CON EL DR. PABLO OLIVA	Se realizó una junta para la organización del trabajo en PILARES.	
01.12.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
05.12.22	PRESENTACIÓN EN PILARES TULYEHUALCO	Primer día en PILARES.	10-15 HRS
06.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Se realizó la presentación y organización de trabajo.	10-15 HRS
08.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
12.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
14.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
15.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Se realizó la primera feria de la salud “Enfermedades crónico-degenerativas y salud bucal” se dieron pláticas informativas, toma de signos vitales, toma de glucosa y valoración dental dirigido a la comunidad de Tulyehualco.	10-15 HRS
16.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
19.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS

20.12.22	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
21.12.22	FILTRO RECTORÍA GENERAL.	Aplicación de gel (puerta 3)	8 – 14 HRS
22.12.22	CEREMONIA DE ENTREGA DE CONSTANCIAS EN RECTORÍA GENERAL	Se realizó una ceremonia en compañía con el Rector General José Antonio De los Reyes Heredia para la entrega de constancias por la participación en el Proyecto Monitores en Salud.	
10.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
11.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
13.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Segunda feria de la salud en Pilares Tulyehualco “Alimentación Saludable” se realizaron pláticas informativas acerca de la alimentación saludable, se tomaron signos vitales, medidas antropométricas y toma de glucosa capilar dirigido a la población de Tulyehualco.	10-15 HRS
16.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Organización y realización de material didáctico para las pláticas.	10-15 HRS
17.01.23	JUNTA CON PABLO EN INMEGEN	Junta informativa acerca del reporte final y fechas establecidas para su entrega.	12 HRS

18.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Tercera feria de la salud "Métodos anticonceptivos" se tomaron signos vitales, medidas antropométricas y se regalaron preservativos masculinos a la población de Tulyehualco.	10-15 HRS
23.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Entrega del reporte final de las actividades.	10-15 HRS
25.01.23	PILARES TULYEHUALCO	Agradecimiento y despedida del equipo pilares.	10-15 HRS

## Capítulo VI

### **Voluntariado de Monitores en Salud en el programa Puntos de innovación, libertad, arte, educación y saberes (PILARES) de la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación (SECTEI)**

#### **Plan de trabajo**

##### Introducción

La Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación de la Ciudad de México a través de su programa Puntos de innovación, libertad, arte, educación y saberes (PILARES), con el fin de promover la prevención de enfermedades crónicas no trasmisibles 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 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:

- Programa de Sesión
- Lista de asistentes (con evidencia fotográfica)
- 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

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

#### Temas de Salud bucal

- Diabetes y periodontitis
- La importancia de la rehabilitación bucal
- Medicamentos que afectan mi salud bucal
- Las dietas cariogénicas en niños y adolescentes
- La ansiedad y su impacto en la salud bucal
- El flúor y donde encontrarlo
- Manifestaciones bucales en pacientes fumadores.
- Mitos: embarazo y salud bucal

#### Horario y actividades.

El horario de actividades fue de 3 días a la semana de asistencia presenciales en el Centro PILARES de 10:00 a 15:00 horas durante los meses de 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.

## Actividades del centro PILARES Santiago Tulyehualco

### Semana 1

Lunes 5.12.22	Martes 6.12.22	Miércoles 7.12.22	Jueves 8.12.22	Viernes 9.12.22
Presentación con el equipo de PILARES, introducción a los nuevos planes de trabajo.	Organización y planificación de los temas y actividades.		Organización y planificación de los temas y actividades.	

### Semana 2

Lunes 12.12.22	Martes 13.12.22	Miércoles 14.12.22	Jueves 15.12.22	Viernes 16.12.22
Planificación de la primera feria de la salud, búsqueda de información, preparación de material didáctico para la sesión.	Difusión a través de redes sociales	Difusión a través de redes sociales	Primera feria de la salud "Enfermedades crónico-degenerativas y salud bucal"	

### Actividades:

- Planeación de los temas.
- Organización de los temas.
- Realización del material didáctico.
- Difusión a través de redes sociales y presencial en centro PILARES.
- Platicas informativas.
- Toma de glucosa capilar.
- Toma de presión arterial.
- Valoración dental.
- Recomendaciones a la comunidad respecto a su estado de salud.

## Plan de sesión

Plan de Sesión	
<b>Nombre del Evento:</b> “Enfermedades crónico-degenerativas y salud bucal”	<b>Fecha:</b> Jueves 15 de diciembre de 2022
<b>Nombre del instructor:</b> Itzel Daniela Medina Hernández Martha patricia Villarreal padilla	<b>Duración total:</b> 2 horas
<b>Perfil de los participantes:</b> Licenciadas en enfermería	<b>Número de participantes:</b> 67
<b>Sede:</b> Pilares Santiago Tulyehualco	
<b>Objetivo General:</b> Brindar información acerca de las diferentes enfermedades crónico-degenerativas y la salud bucal, a la comunidad con la finalidad de prevenirlas a través de las recomendaciones como alimentación saludable, la actividad física y la importancia de los buenos hábitos.  Realizar pruebas de glucosa capilar, toma de tensión arterial y valoración dental para que la persona conozca sus niveles que manejan y el control que deben llevar para un estilo de vida saludable.	

Tema	Subtema	Objetivo	Material	Técnica	Instructor	Participantes	Evaluación	Tiempo	
								Parcial	Acum.
Enfermedades crónico-degenerativas  Causas Consecuencias Prevención y tratamiento	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	Dar una introducción al tema y sus generalidades	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	Escuchan el Objetivo General	•Ninguna	5 Min	15 Min.
	Causas principales de las Enfermedades crónico-degenerativas	Dar a conocer las principales causas de las enfermedades	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	Escucha activamente el Subtema	•Ninguna	5 Min.	20 Min
	Consecuencias de las enfermedades crónico-degenerativas	Dar a conocer las principales causas de las consecuencias de las enfermedades	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	Escucha activamente el Subtema	• Ninguna	5 Min.	25 Min
	Prevención de las enfermedades crónico-degenerativas	Dar a conocer las diferentes formas de prevenir las enfermedades	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	•Escucha activamente el Subtema	•Ninguna	3 Min.	28 Min

Material didáctico



Te invita a su:

## FERIA DE LA SALUD

Pláticas Informativas Sobre:

Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM-2)

Toma de Glucosa

Salud Mental

Valoración de la Salud Bucal



**JUEVES 15  
DE  
DICIEMBRE  
12:00 A  
14:00 HRS**



Enfermedad crónica degenerativa caracterizada por el incremento de la glucosa en sangre (hiperglucemia), debido a una baja secreción de insulina o resistencia a esta.



## Signos y síntomas

El diagnóstico se realiza a través de la medición de glucosa en sangre



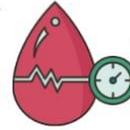
NIVELES DE GLUCOSA					
AYUNAS (sin consumo de alimentos)		POSPRANDIAL (dos horas después de comer)		POSPRANDIAL (dos horas después de comer)	
70 a 100 mg/dl	Menos de 140 mg/dl	100 a 125 mg/dl	140 a 199 mg/dl	Más de 126 mg/dl	Más de 200 mg/dl
Sin Diabetes		Pre Diabetes		Diabetes	

## Prevención

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 (consultar 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.

Lista de participantes

LISTADO DE ASISTENCIA

TEMA DE LA PROMOCIÓN:	Feria de la Salud Enfermedades crónico-degenerativas y salud bucal	FECHA:	15 diciembre 2022
SEDE:	Pilares Santiago Tulyehualco	TOTAL DE HORAS:	-
PONENTES:	Itzel Daniela Medina H. y M. Patricia Villarreal Padilla	HORARIO:	12pm a 2pm
INSTITUCIÓN QUE IMPARTE:	Monitores en Salud UAM y PILARES TULYEHUALCO		

NO.	NOMBRE	CLUB DE VIDA SALUDABLE	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA	
1	Blanca Estela Castillo.	Pilares Tulyehualco	5529982599	Becco	382
2	Jose Angel Alvarez.	" "	5558412005		100*
3	Veronica Lopez.	" "	5584929417	Veronica Lopez	128*
4	Hilda Romero Martinez	" "	5584929417	Hilda Romero	411*
5	Alejandro Sanchez Cruz.	" "	5562966097	Alejandro Sanchez Cruz	121*
6	Nónica Nájera	" "	5563085620		116*
7	Alejandro Torres.	" "	5560839236	Alejandro Torres	104*

9	Maria Teresa Ruiz	Pilares Tulyehualco	5521612194	167*	Maria Teresa Ruiz
10	Norma Ayala	" "		106	Norma Ayala
11	Elvia Gilbon	" "	5571991278		114*
12	Cristian Guimeros	" "	5521614257		110*
13	Margarita Salinas	" "	5521614561	Margarita Salinas	119*
14	Claudia Padueco	" "	5633713025	Claudia P.	95
15	Ricardo Naciás	" "	5566994057		84*
16	Rafael Rouse.	" "	5529982599	Becco	119*
17	Alberto Selgado.	" "	5588196904		167*
18	Reyna Chavez.	" "	25942204	Reyna Chavez	104*
19	Camelo Flores Rodriguez	" "	25942204		96*

20	Antonia Hernández	Pilares Toluquehalco		<i>Antonia Hernández</i>	95*
21	Enriqueta Hernández	" "	5515474155	<i>Enriqueta Hernández</i>	183*
22	Irene Flores	" "	5521613538	<i>Irene Flores</i>	109
23	Abilene Casmira	" "	5538833895	<i>Abilene Casmira</i>	95*
24	Erika Méndez	" "	5515229799	<i>Erika Méndez</i>	106*
25	Yolanda Bello	" "	5558434505	<i>Yolanda Bello</i>	131*
26	Arcadio Vázquez	" "	5558434505	<i>Arcadio Vázquez</i>	191*
27	Ángel de Jesús Niño	" "	5525082926	<i>Ángel de Jesús Niño</i>	143*
28	Liliana Saldaña Jiménez	" "			
29	Santitaga Gutierrez Torres	" "	/	<i>Santitaga Gutierrez Torres</i>	14*
30	Liliana Saldaño Jiménez	" "	5536983677	<i>Liliana Saldaño Jiménez</i>	110*

NO.	NOMBRE	CLUB DE VIDA SALUDABLE	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA	
31	Martha Saldaña Jiménez	Pilares Toluquehalco	21611960	<i>Martha Saldaña Jiménez</i>	96*
32	Abel Medina Morales	" "	9554760529	<i>Abel Medina Morales</i>	148*
33	María del Carmen Gama Jalgado	" "	5511904855	<i>María del Carmen Gama Jalgado</i>	93*
34	Santiago López Hernández	" "	-	<i>Santiago López Hernández</i>	108*
35	Concepción Díaz Medina	" "	-	<i>Concepción Díaz Medina</i>	148*
36	Jaime Jardines Carlos	" "	21612506	<i>Jaime Jardines Carlos</i>	108*
37	Margarita Jarez	" "	5515470325	<i>Margarita Jarez</i>	116*
38	Rosa Quintana Marchal	" "	5630993814	<i>Rosa Quintana Marchal</i>	140*

39	Francisca Sánchez	Pilares Toluquehalco	5521610226	<i>Francisca Sánchez</i>	20*
40	Maria Telix Velasco	" "	58436903	<i>Maria Telix Velasco</i>	146*
41	Mayra Jiménez Molina	" "	5522908352	<i>Mayra Jiménez Molina</i>	87*
42	Flavia Nortes Rojas	" "	21612738	<i>Flavia Nortes Rojas</i>	109*
43	Patricia Ojeda	" "	5551734279	<i>Patricia Ojeda</i>	
44	Lucrecia Graña	" "	5585747224	<i>Lucrecia Graña</i>	116*
45	Corba de Lucio Barcos	" "	5525108695	<i>Corba de Lucio Barcos</i>	107*
46	María Margarita Roldán López	" "	5583861652	<i>María Margarita Roldán López</i>	108*
47	Araceli Díaz	" "	55-722608-93	<i>Araceli Díaz</i>	225*
48	Graciela Reynoso Díaz	" "	5574848905	<i>Graciela Reynoso Díaz</i>	104*
49	Irma Saldaña Medina	" "	11438856	<i>Irma Saldaña Medina</i>	168*
50	Eva Zarate García		5534521681	<i>Eva Zarate García</i>	201*
51	Irma Méndez Díaz		5566258258	<i>Irma Méndez Díaz</i>	236*
52	Pedro Acosta		5572080021	<i>Pedro Acosta</i>	244*
53	María Elena Martínez Xespa		5516564374	<i>María Elena Martínez Xespa</i>	117*

54	Antonia Gonzales P.	"	"	5513749256	108*
55	Gloria Diaz M.	"	"	-	amb/151*
56	Alina Avila Vazquez	"	"	5529393397	103*
57	Guadalupe Carre.	"	"	5527515318	101*
58	Delfina Sebastian.	"	"	5529281711	126*
59	Bertina Sanchez	"	"	5562550316	102*
60	Nancy Bazaín Gutierrez	"	"	5539413644	Nancy Bazaín
61	Yolanda Olym González	"	"	5537428533	95/86*
62	Tanya Sandoval Jiménez	"	"	5517022275	97
63	Vladimir Mendoza Soriano	"	"	551277472	98
64	Saúl Osorio Emeterio	"	"	5535179016	92/95*
65	Valeri Edith Flores.	"	"	5611668705	108*
66	Alma Itzel Pavón	"	"	5519500237	Valeri
67	Inés Gabriela Valdivieso	"	"	5516421254	130*

### Semana 3

Lunes 19.12.22	Martes 20.12.22	Miércoles 21.12.22	Jueves 22.12.22	Viernes 23.12.22
Planificación de la segunda feria de la salud, búsqueda de información,	Preparación de material didáctico para la sesión.	Difusión a través de redes sociales	Difusión a través de redes sociales	Difusión a través de redes sociales

#### Actividades:

- Planeación de los temas.
- Organización de los temas.
- Realización del material didáctico.
- Difusión a través de redes sociales y presencial en centro PILARES.

### Semana 4

Lunes 09.01.23	Martes 10.01.23	Miércoles 11.01.23	Jueves 12.01.23	Viernes 13.01.23
	Preparación de material didáctico para la sesión.	Difusión a través de redes sociales	Difusión a través de redes sociales	Segunda feria de la salud "Alimentación saludable"

Actividades:

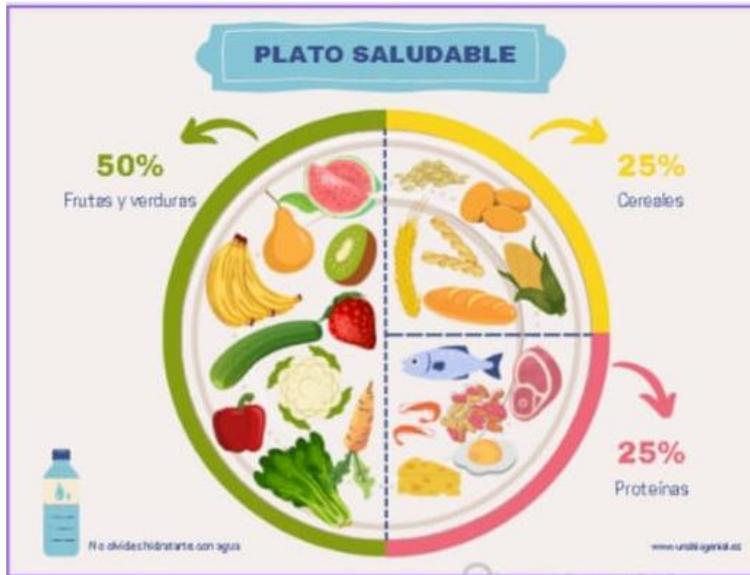
- Planeación de los temas.
- Organización de los temas.
- Realización del material didáctico.
- Difusión a través de redes sociales y presencial en centro PILARES.
- Platicas informativas.
- Toma de glucosa capilar.
- Toma de presión arterial.
- Toma de medidas antropométricas.
- Cálculo del IMC de las personas de la comunidad.
- Recomendaciones a la comunidad respecto a su estado de salud.

## Plan de sesión

Tema	Subtema	Objetivo	Material	Técnica	Instructor	Participantes	Evaluación	Tiempo	
								Parcial	Acum.
Alimentación saludable Plato del buen comer. Jarra del buen beber.	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
	Alimentación saludable	Explicar a la comunidad la importancia de una buena alimentación para evitar enfermedades y complicaciones	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	•Escuchan el Objetivo General	•Ninguna	5 Min	15 Min.
	Plato del buen comer.	Explicar a la comunidad la importancia del plato del buen comer	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	•Escucha activamente el Subtema	•Ninguna	5 Min.	20 Min
	Jarra del buen beber	Explicar a la comunidad la importancia de la jarra del buen beber	Infografías y carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	•Escucha activamente el Subtema	• Ninguna	5 Min.	25 Min

Plan de Sesión	
<b>Nombre del Evento:</b> "Alimentación saludable"	<b>Fecha:</b> 13 de enero de 2023
<b>Nombre del instructor:</b> Itzel Daniela Medina Hernández Martha Patricia Villarreal Padilla	<b>Duración total:</b> 2 horas
<b>Perfil de los participantes:</b> Licenciadas en enfermería	<b>Número de participantes:</b> 23
<b>Sede:</b> Pilares Santiago Tulyehualco	
<b>Objetivo General:</b> Promover el consumo de una alimentación adecuada y completa con los diversos nutrimentos que necesita el cuerpo, para evitar enfermedades crónicas como la diabetes mellitus e hipertensión arterial entre otras. Tomar peso y talla a la población que acuda para calcular su Índice de Masa Corporal e identificar las categorías en las que se encuentran para evitar problemas de salud. Tomar pruebas de glucosa y toma de tensión arterial.	

Material didáctico



**PILARES**

Te invita a su: **Santiago Tulyehualco**  
**FERIA DE LA SALUD**

Pláticas informativas sobre:  
Alimentación Saludable  
Toma de Presión Arterial  
Saturación de Oxígeno  
Peso  
Índice de masa corporal (IMC)  
Actividad física

VIERNES 13 DE ENERO  
12:00 A 14:00 HRS

#SOY PILARES

# Lista de participantes

## LISTADO DE ASISTENCIA

TEMA DE LA PROMOCIÓN:	Feria de la Salud "Alimentación Saludable"	FECHA:	13- enero 2023
SEDE:	Pilares Santiago Tultehuacalco	TOTAL DE HORAS:	-
PONENTES:	Martha Patricia Villarreal P. y Izel Daniela Medina H.	HORARIO:	12 a 2 pm
INSTITUCIÓN QUE IMPARTE:	Monitores en Salud, UAM-X y Pilares Santiago Tultehuacalco		

NO.	NOMBRE	CLUB DE VIDA SALUDABLE	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA	
1	Rosalba Martha Hernández	Pilares Tultehuacalco	5518235008	Rosalba Martha	90.
2	Gisela Alicia Balcuena	" "	5560942415	<i>[Signature]</i>	106
3	Elvira Gilbén Hernández	" "	5571991278	<i>[Signature]</i>	98
4	Imperia Soerz Aquino	" "	5534045554	<i>[Signature]</i>	110
5	Lourdes Sicilia Arzamendo	" "	5505441360	<i>[Signature]</i>	104
6	Martha Araceli Santemaria M	" "	5576862131	<i>[Signature]</i>	1100
7	Eva Barrojan Canada	" "	5532726280	<i>[Signature]</i>	97

8 Aido Hdz Jimenez	Pilares Tultehuacalco	5544557103	<i>[Signature]</i>	112 81
9 Sara Reyes Bautista	" "	5537552430	<i>[Signature]</i>	
10 Alfonso Teutle Oatis	" "	559241907077	<i>[Signature]</i>	119
11 Olivia Cabelló Vazquez	" "	5521611421	<i>[Signature]</i>	169
12 Margarita Bautista J	" "	5517904971	<i>[Signature]</i>	273
13 Xharrisal Santamaria Sanchez	" "	5521610975	<i>[Signature]</i>	109
14 Emma Pacheco Rodriguez	" "	5529149792	<i>[Signature]</i>	130
15 Luis Raymundo guerra ardian	" "	5530681448	<i>[Signature]</i>	102
16 Zoila Aguilar	" "	21615944	<i>[Signature]</i>	35
17 Ma Dolores Sifra	" "	25263035	<i>[Signature]</i>	100
18 Rosalinda Garcia Castillo	" "	3318709820	<i>[Signature]</i>	101
19 Estela Vazquez Montes	" "	15-47-4225	<i>[Signature]</i>	100
20 Silvia Garcia B	" "	76634848	<i>[Signature]</i>	114
21 Javier Osvaldo de la Cruz Lopez	" "	76634848	<i>[Signature]</i>	114
22 Martina J.L.	" "			

### Semana 4

Lunes 16.01.23	Martes 17.01.23	Miércoles 18.01.23	Jueves 19.01.23	Viernes 20.01.23
Preparación y organización de los temas para la siguiente feria de salud.	Preparación de material didáctico para la sesión y difusión a través de redes sociales	Tercera feria de la salud "Métodos de planificación familiar"		

Actividades:

- Planeación de los temas.
- Organización de los temas.
- Realización del material didáctico.
- Difusión a través de redes sociales y presencial en centro PILARES.
- Platicas informativas.
- Toma de presión arterial.
- Toma de medidas antropométricas.
- Proporcionar a la comunidad preservativos masculinos.
- Recomendaciones a la comunidad respecto a su estado de salud.

Plan de sesión

Tema	Subtema	Objetivo	Material	Técnica	Instructor	Participantes	Evaluación	Tiempo	
								Parcial	Acum.
Métodos anticonceptivos Características Efectividad Uso correcto	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	Dar una introducción al tema y sus generalidades	Carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	Escuchan el Objetivo General	•Ninguna	5 Min	15 Min.
	Características principales de los diferentes métodos anticonceptivos.	Dar a conocer las principales características de los métodos anticonceptivos.	Carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	Escucha activamente el Subtema	•Ninguna	5 Min.	20 Min
	Efectividad de los métodos anticonceptivos	Dar a conocer la efectividad de cada uno de los métodos anticonceptivos.	Carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	Escucha activamente el Subtema	• Ninguna	5 Min.	25 Min
	Uso correcto de los métodos anticonceptivos.	Explicar de manera detallada el uso correcto de los métodos y las diferentes técnicas para colocarlos.	Carteles	•Expositiva	Explica de forma clara el tema	•Escucha activamente el Subtema	•Ninguna	3 Min.	28 Min

## Plan de Sesión

<b>Nombre del Evento:</b> "Métodos anticonceptivos"	<b>Fecha:</b> Miércoles 18 de enero de 2023
<b>Nombre del instructor:</b> Itzel Daniela Medina Hernández Martha patricia Villarreal padilla	<b>Duración total:</b> 2 horas
<b>Perfil de los participantes:</b> Licenciadas en enfermería	<b>Número de participantes:</b> 27
<b>Sede:</b> Pilares Santiago Tulyehualco	
<b>Objetivo General:</b> Brindar información acerca de los diferentes métodos anticonceptivos que existen tanto para mujeres como para hombres y sus características principales, con la finalidad de reducir la incidencia de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no planeados en la comunidad.  Dar a la comunidad preservativos masculinos e instruir su uso correcto.	

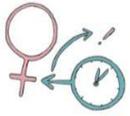
### Material didáctico



Te invita a su:

## FERIA DE LA SALUD

**Pláticas Informativas Sobre:**



**Métodos anticonceptivos**



**Valoración de:**

**Saturación de oxígeno**

**Peso e Índice de Masa Corporal**

**Presión arterial**



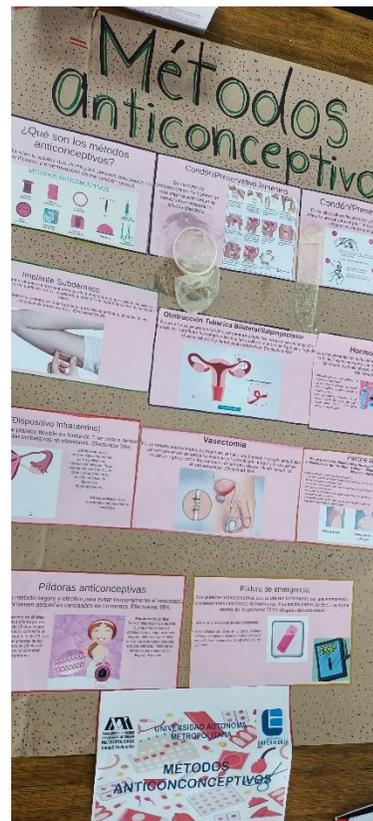






MIÉRCOLES  
18 DE ENERO  
12:00 A 14:00 HRS

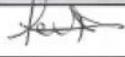
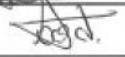




Lista de participantes

LISTADO DE ASISTENCIA

TEMA DE LA PROMOCIÓN:	Feria de la Salud "Métodos anticonceptivos"	FECHA:	18 enero 2023
SEDE:	PILARES Santiago Toluquehalco	TOTAL DE HORAS:	-
PONENTES:	Patricia Villarreal P. I. Daniela Medina H.	HORARIO:	12 - 2 pm
INSTITUCIÓN QUE IMPARTE:	Monitores en Salud y PILARES Santiago Toluquehalco		

NO.	NOMBRE	CLUB DE VIDA SALUDABLE	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
1	Maricela Roxas Reyna	Santiago Toluquehalco	marcyraxa0411@gmail.com	
2	Sofía Trejo Rosas	Pilares Toluquehalco	5522115245	
3	Elva Trujillo Morales	" "	55 80 896137	
4	Petra García	" "	5522028513	
5	PIAR CORTES B	" "	55 85421848	
6	Noemi Gpe Noyera	" "	5291683947	
7	Daniel Vázquez Claudio	" "	5631220360	

NOMBRE	Hilares Tulyehualco	Celulas / tel	firmas
8 Yolanda Catenasca Villacera	" "	5517497454	
9 Elizabeth Mora Vargas	" "	5534821804	Elizabeth MU
10 Maria Vazquez Cortes	" "	5521-61-23-12	Mariel U.C.
11 Patricia Escobar Valencia	" "	55-61-15-01-05	
12 Alicia Chavez M.	" "	—	
13 Carmelo Flores Rodriguez	" "	—	
14 Poulett Torres Caceres	" "	5529777259	
19 Elizabeth Rivera Mantel	" "	5521613218	
16 Anne Flor Calvia	" "	21-61-35-38	
17 Erika Autz	" "	5517284800	Erickee
18 Victor Martinez	" "	287181072	
19 Magdalena Torres Aragon	" "	—	
20 Alexia Hernandez Rosas	" "	5630496997	
21 Diana Patricia Samoungo Gomez	" "	5527696643	
22 Dulce Amamony Hernandez Mantel	" "	5573495283	
23 Nordia Anayeli Frias Urdarquez	" "	5613283930	
24 Evelyn Alvarez Rosales	" "	5639007438	
25 Christopher Adonal Calderón López	" "	5515474337	
26 Carlos Calderon	" "		
27 Celia Cruz Cruz	" "		

**Semana 5**

Lunes 23.01.23	Martes 24.01.23	Miércoles 25.01.23	Jueves 26.01.23	Viernes 27.01.23
Entrega de reporte final	Agradecimiento y despedida			

**Resultados**

Durante la participación en el Centro PILARES Santiago Tulyehualco se lograron realizar tres ferias de la salud donde se abordaron temas enfocados en las necesidades de la comunidad, de esta manera se logró la promoción y prevención de enfermedades de manera exitosa y con un gran impacto en la comunidad. La comunidad se mostró interesada y participativa en cada una de las sesiones facilitando un dialogo abierto a preguntas y respuestas enfocadas en el estado de salud de las personas y las diferentes recomendaciones emitidas por parte de los Monitores en Salud voluntarios y por parte del equipo del centro PILARES.

### **Limitaciones y Recomendaciones**

Durante la estancia no se logró la apertura de un “Club de vida saludable” por cuestiones de tiempo relacionado con las fechas que inició el voluntariado de Monitores en Salud y la finalización del ciclo en el centro PILARES.

Se recomienda la integración de nuevas estrategias de comunicación, planeación y organización para la apertura de un “Club de vida saludable” donde se destaque la participación de los docentes y personal del centro PILARES, ejerciendo actividades de promoción de la salud y prevención de enfermedades, así como mayor difusión a través de redes sociales y de manera personal en el centro PILARES para que se genere un mayor impacto de beneficio en la comunidad.

## Capítulo VII

### Análisis de la información

Cada una de las actividades realizadas durante el servicio social en el proyecto contribuyeron al cumplimiento del objetivo principal, se realizaron en coordinación con las Unidades Académicas y se atendieron las necesidades específicas de cada una, fomentando principalmente las actividades de promoción de la salud prevención de enfermedades, así como evitar la propagación del virus causante de COVID-19.

De las actividades generales que se realizaron se destacan las siguientes:

Monitorear las actividades de los filtros de entrada en cada Unidad Académica, vinculadas con el COVID-19: Se realizó durante todos los días una vigilancia en el ingreso del personal a las unidades para identificar casos sospechosos de COVID-19, fomentar el uso de las medidas sanitarias como el uso correcto del cubrebocas, sana distancia y aplicación de gel con la finalidad de disminuir el contagio y propagación del virus dentro de la unidad. Se realizó de manera exitosa en coordinación con el personal de cada unidad.

Realizar en cada Unidad la aplicación del cuestionario de tamizaje, toma de muestras sanguíneas, consejería en temas de salud y promover que los insumos de sanitización personal dentro de las unidades (gel, jabón y agua) estén disponibles para su uso: Se realizó en cada unidad académica la organización para la aplicación de las encuestas y toma de muestras para el presente proyecto, se brindó asesoría y consejería en temas relacionados con su estado de salud. Se realizó sin ninguna dificultad, la respuesta de los participantes fue favorable y mostrando una actitud cooperadora.

Apoyo en cada Unidad Académica en actividades de promoción y prevención en salud: Durante la estancia en el servicio social se realizaron diferentes actividades enfocadas en la promoción de salud a través de ferias de la salud y campañas de detección de enfermedades cada una en coordinación con los responsables del servicio médico de cada unidad, se realizaron sin inconveniente y con una respuesta favorable por parte de los participantes.

Apoyo en el programa PILARES de SECTEI: Se realizó un voluntariado en el programa PILARES, realizando actividades de promoción en salud y prevención de enfermedades. Se realizó de manera exitosa sin ningún inconveniente.

## **Capítulo VIII**

### **Conclusiones**

Las actividades realizadas durante el servicio social se realizaron de manera exitosa y permitieron adquirir nuevos conocimientos, destrezas, habilidades, desarrollo de nuevas aptitudes y actitudes que en conjunto con los conocimientos teóricos adquiridos durante las clases permitieron una preparación para la vida profesional de los pasantes.

Se cumplieron cada uno de los objetivos y cada una de las actividades que se realizaron contribuyeron a la prevención de la propagación del virus que ocasiona COVID-19. De igual manera se realizaron actividades específicas que favorecieron a cada unidad académica.

## Capítulo IX

### Referencias bibliográficas

CONACYT. (2023). *COVID-19 Tablero México*. Recuperado de <https://datos.covid-19.conacyt.mx/>

Instituto Nacional de Salud Pública. (2022). *Glosario epidemiológico*. Recuperado de <https://www.insp.mx/nuevo-coronavirus-2019/glosario-epidemiologico.html>

Secretaría de Salud. (2020). *Consejo de Salubridad General declara emergencia sanitaria nacional a epidemia por coronavirus COVID-19*. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/prensa/consejo-de-salubridad-general-declara-emergencia-sanitaria-nacional-a-epidemia-por-coronavirus-covid-19-239301>

Secretaría de Salud. (2021). *Informe integral de COVID-19 en México noviembre 2021*. Recuperado de <https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2021/11/2021.11.23-Informe-Integrado-COVID-MX.pdf>

ONU, MÉXICO. (2022). *La OMS mantiene el COVID-19 como emergencia internacional*. Recuperado de <https://coronavirus.onu.org.mx/la-oms-mantiene-el-covid-19-como-emergencia-internacional>

## Capítulo X

### Anexos

#### Anexo 1: Constancia del curso “Regreso a las actividades en la UAM”

La Universidad Autónoma Metropolitana,  
otorga la presente constancia a:



**Itzel Daniela Medina Hernández**

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 26 de enero de 2022.



  
Dr. Francisco Javier Soria López  
Rector de la Unidad Xochimilco

  
Dra. María Elena Contreras Garfías  
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:  
RG0000282

## Anexo 2: 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

### Itzel Daniela Medina Hernández

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**.

CBS

TiE  
Tecnología e  
Innovación  
Educativa

Ciudad de México, a 24 de enero de 2022.

Dr. Fernando De León González  
Rector de la Unidad Xochimilco

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

Dr. Pablo Francisco Oliva Sánchez  
Coordinador de proyecto



Folio:  
CDV0005708

## Anexo 3: Constancia del curso “Encuesta de salud: Evidencia para la toma de decisión”



Casa abierta al tiempo

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA**  
Unidad Xochimilco

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

otorga la presente

# CONSTANCIA

a: **Itzel Daniela Medina Hernández**

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.



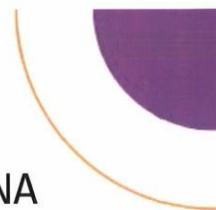
Programa de  
Educación Continua  
C.B.S.

  
**Dr. Pablo Francisco Oliva Sánchez**  
Responsable del Curso

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



**Anexo 4: Constancia de participación en el Proyecto Monitores en Salud  
retorno UAM ante la contingencia COVID-19**



**LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA  
OTORGA LA PRESENTE  
constancia a**

**Itzel Daniela Medina Hernández**



por haber participado en el proyecto:  
**MONITORES EN SALUD RETORNO UAM  
ANTE LA CONTINGENCIA COVID 19**



Periodo de 31 de enero de 2022 al 1 de febrero de 2023

Casa abierta al tiempo

  
**DR. JOSÉ ANTONIO DE LOS REYES HEREDIA**  
Rector General

  
**DRA. NORMA RONDERO LÓPEZ**  
Secretaria General



**Anexo 5: Acuse de entrega de material completo (no adeudo)**

**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
Prosphyg: 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 <b>FALTA 1 TRIPIE!</b>
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 Fco OLIVA SANCHEZ

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 0141-805 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

Deubrey

- CERMA - 163
- RECTAIA - 270
- VACUNACION - 101

RECIMI PRUEBAS  
2022-09-02

*[Handwritten signature]*

PARUFCO OCUIN

## Capítulo XI

### Evidencia fotográfica

#### Campaña de vacunación CENCIS – Marina



#### Aplicación de Encuesta Seropidemiológica y de Salud



## Actividades en Rectoría General



## Proyecto "Angelo" en UAM Lerma



## Entrega de constancias de participación en el Proyecto



## Primera feria de la salud Centro PILARES Tulyehualco



Segunda feria de la salud Centro PILARES Tulyehualco



Tercera feria de la salud Centro PILARES Tulyehualco

