

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

**Informe de Servicio Social “Condiciones Laborales
del Personal de Aviación, octubre 2023 - octubre 2024”.**

TRABAJO RECEPCIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PRÓMOCIÓN DE LA SALUD

PRESENTA

HÉCTOR YAÑEZ MORENO

DIRECTORA

MTRA. CLAUDIA ALICIA LÓPEZ ORTIZ

Ciudad de México , octubre 2025.

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS[©]

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres, Pedro Yañez y María del Carmen Moreno, a quienes amo profundamente y nunca quitaron el dedo del renglón para que yo terminara cada uno de mis proyectos, por ser mi mayor apoyo especialmente en los últimos años, por haberme forjado como la persona que soy. Me formaron con reglas y muchas libertades, pero siempre me motivaron a tener cosas y ser alguien en la vida. Ellos que siempre serán el mayor ejemplo de vida que he tenido y por no dejar que me fuera en malos pasos.

A mi familia nuclear Mónica y Emilia que llegaron a ser una pieza fundamental para terminar aquellos proyectos que estaban inconclusos, las amo con todo mi corazón.

Mis hermanos que siempre estuvieron en las buenas y en las malas con sus consejos y tiempo, logre estar consiente de tomar decisiones importantes. Dey, gracias por estar desde el inicio de este proceso, tu mano y apoyo son el reflejo para que pudiera alcanzar mi meta académica.

Gracias a usted, Mtra. Claudia Alicia López Ortiz por ser la directora de mi trabajo recepcional, superé aquellos obstáculos que creía imposibles y llegar a tener una satisfacción plena. Estaré siempre agradecido por su compromiso y dedicarme tiempo de su valiosa vida en mi educación. Quiero expresar mi más sincero agradecimiento por su paciencia, guía y apoyo en mi trabajo recepcional. Siempre estuvo dispuesta a escucharme a cada duda que tenía, brindándome sus consejos y compartiendo sus experiencias conmigo.

A mis lectoras, Dra. Erika Melina Araiza Díaz, Dra. Roselia Arminda Rosales Flores, Dra. Concepción Tapia Cortina, fueron ustedes las responsables de realizar aportes importantes que son reflejados en la culminación de mi trabajo recepcional, así mismo les agradezco con todo mi ser.

A la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, gracias por la gratuidad y el acceso a la educación, encuentro gratitud y reconocimiento como ser humano y profesionista. Por el apoyo en el empastado de mi trabajo recepcional.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
JUSTIFICACIÓN	7
Objetivos del trabajo recepcional	13
Objetivo general	13
Objetivos particulares:.....	13
OBJETIVO GENERAL DEL PROYECTO.....	14
ACTIVIDADES REALIZADAS	16
RESULTADOS.....	18
Vinculación de la Licenciatura con el Servicio social	18
Aprendizaje profesional.....	30
Valoración de los resultados	34
Valoración crítica de los alcances del servicio social	40
Valoración crítica de las limitaciones del servicio social	45
RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS.....	49
CONCLUSIÓN	52
FUENTES CONSULTADAS	55
ANEXO	57

INTRODUCCIÓN

La Licenciatura en Promoción de la Salud (LPS) de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México (UACM), pretende formar profesionales en promoción y educación para la salud con una perspectiva interdisciplinaria, que sean capaces de identificar, diseñar y desarrollar modelos que los hagan participar en las acciones del sector salud, social y educativo dirigidos a mejorar la calidad de vida de la población en general; a través de acciones que lleven a elevar el nivel de conocimientos, habilidades, estructura de valores y conductas en relación con la salud a nivel individual, familiar, grupal, comunitario y de la sociedad en general. (UACM, 2020)

En el área de servicio social y prácticas profesionales de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México (UACM), el pasante va a tener la oportunidad de elegir entre varios programas internos y externos que se ofertan con el fin de concluir con dicho requisito para su pronta titulación, colaborando con las habilidades aprendidas durante su formación académica como son, para el caso de promoción a la salud.

1. Promover la participación e integración en cada una de las acciones a realizar a todos y cada uno de los individuos, grupos, instituciones y comunidad en general con quienes se realicen acciones concretas o generales para llevar a cabo las tareas relacionadas con la promoción y educación para la salud.
2. Analizará el contexto individual, familiar, socioeconómico y cultural y sus efectos sobre la salud integral de las personas, grupos y comunidades.
3. Diseñará y desarrollará modelos de intervención para la prevención, atención, resolución o rehabilitación de problemas específicos que afecten a la salud integral de los miembros de la comunidad.

4. Participará en el fortalecimiento de la promoción de la salud comunitaria con la creación de ambientes saludables y contribuirá a reorientar los servicios de salud hacia la equidad, la calidad y la prevención.¹

El presente informe detalla mi experiencia como prestador del servicio en el programa interno de mi Universidad que se ofrece en el plantel San Lorenzo Tezonco, denominado "Condiciones laborales en personal de aviación sobrecargos". En el cual puse en marcha los conocimientos que fueron adquiridos en mí paso universitario, con el sustento teórico-práctico.

Este informe muestra la serie de actividades realizadas durante mi servicio social que sirvieron para conocer los riesgos de salud que enfrentan los y las sobrecargos con afiliación al sindicato de trabajadores de la aviación y sobrecargos de Aeroméxico (ASSA). Para ello, se presenta justificación, objetivos del proyecto, actividades realizadas, resultados, conclusión.

Para todos estos puntos a mencionar se inició con una investigación sobre el Estado del Arte de las condiciones laborales y riesgos del personal de salud de Latinoamérica en el periodo de la COVID-19, con el propósito de familiarizarnos con las problemáticas de los trabajadores, en términos teóricos, metodológicos y propuestas de acciones de promoción y educación para la salud. Posteriormente, hice el correspondiente estado del arte para este proyecto sobre condiciones laborales y de salud de sobrecargos, que fue el principio del programa.

Posteriormente, de acuerdo con el programa de servicio social, asistí a los talleres de capacitación para hacer investigación en Antropometría, toma de muestras sanguíneas, higiene y seguridad y base de datos que fueron utilizadas en las actividades realizadas.

¹ https://www.uacm.edu.mx/Oferta_academica/CCyH/Licenciaturas/PS

Con fecha de inicio de 6 de octubre 2023 al 30 de octubre 2024, se realizaron 960 horas de servicio en un horario de lunes a viernes de 9:00 a 13:00 horas en un periodo de 12 meses.

JUSTIFICACIÓN

Un reto importante para los y las estudiantes en la licenciatura en Promoción de la Salud para una formación profesional es sintetizar los saberes y habilidades adquiridos dentro de su trayectoria formativa en estudios concretos de la realidad, que les permita entenderla, identificar las problemáticas, analizarlas e idear posibilidades de intervención en busca de solución.

Después de prepararse académicamente los y las estudiantes de licenciatura llegan a la etapa fundamental en que deben de poner en práctica sus conocimientos en el programa de servicio social escogido y asumir actividades a nivel personal, esta opción ayuda al desempeño y permite consolidar la formación profesional proporcionando al estudiante un espacio de adquisición y aplicación de conocimientos y saberes; además, favorece el desarrollo de valores y facilita la inserción en el ejercicio profesional (UNAM,2016).

El presente informe de servicio social es el realizado en el programa denominado “Condiciones laborales del personal de aviación”, el cual tiene como propósito conocer la práctica laboral de los y las trabajadores de sobrecargos agremiados/as al sindicato de aviación (ASSA), con el fin que los pasantes de la licenciatura en promoción de la salud pongan en práctica los conocimientos adquiridos en la licenciatura en las diferentes actividades a realizarse.

En la Carta de Ottawa, se hace mención que la promoción de la salud constituye un proceso político y social global que abarca acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos y de las comunidades y, aún más importante, acciones dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de favorecer su impacto positivo en la salud individual y colectiva. (Carta de Ottawa,1986).

La promoción de la salud como campo de conocimientos y práctica en salud juega un rol profesional fundamental para concientizar a la población en general para que asuman responsabilidad de su salud y puedan adoptar nuevos estilos de vida o

enfrentar los retos para tener un cuidado en su crecimiento y desarrollo, y también reconociendo los determinantes sociales para que puedan participar activamente en los cambios sociales pertinentes.

Así la investigación en el área de la promoción de la salud va orientada a que las personas puedan descubrir y reflexionar sobre los riesgos y condiciones a las que se enfrentan y procurar obtener beneficios individuales y colectivos propios que les ayuden a tener una vida saludable.

El promotor/a de la salud, se está incorporando hoy en día con un poco de mayor frecuencia para obtener resultados que devienen de la de la investigación, que permiten reconocer aquellos determinantes sociales que impactan a los sujetos e incrementar el control individual, poblacional y colectivo de su salud dándoles herramientas para mejorarla y así favorecerla.

En este sentido y para este programa, se debe tener en cuenta que la aviación es considerada uno de los medios de transporte más seguros, pero también es una de las industrias más demandantes para su personal. Los trabajadores de tránsito aéreo se encuentran expuestos a distintos elementos que pueden llegar a perjudicar su salud y la seguridad en las operaciones aéreas. (Martínez, S. Méndez, M.,2022:1)

“Pensar el Proceso Salud Enfermedad Atención (PSEA) como Proceso Socio Histórico (PSH) implica reconocerlo como expresión de los procesos sociales que subordinan a los procesos biopsíquicos, es decir, se reconoce la determinación social del PSEA. Reconocer la determinación social del PSEA implica que se deben estudiar las representaciones/prácticas sociales que expresan hechos históricos que atañen a los colectivos humanos. Para el estudio de la determinación social del PSEA se han generado diferentes marcos teórico-metodológicos en el abordaje de los ámbitos económico, político e ideológico/cultural.” (Rosales, R. y López, C., 2021:11).

Desde la perspectiva socio-histórica la salud de las y los trabajadores involucra aspectos complejos ya que está articulada a los procesos de globalización, flexibilización, reformas del sistema de salud y de trabajo, entre otros aspectos. Estas tendencias afectan el entorno laboral, el proceso salud-enfermedad del colectivo en general y en este caso las formas de organización laboral y enfermar de las y los trabajadores (Muñoz, A., 2020).

En este sentido, el análisis de las condiciones de trabajo del sobrecargo es técnicamente complejo y en general poco considerado en las políticas laborales.

En esta propuesta de servicio social, se contemplaron diferentes actividades que son importantes para comprender una de las vertientes del campo de conocimiento de la promoción de la salud referido a las condiciones laborales desde un enfoque sociohistórico y su impacto en las condiciones de salud de las y los trabajadores, en particular del personal del sindicato de aviación de Aeroméxico (ASSA), que están en riesgo durante sus jornadas laborales. Para su estudio el proyecto de investigación permitió tener datos duros que vinculan las condiciones laborales y las de salud.

Para el abordaje de las condiciones laborales se debe explorar el dominio de la actividad, los riesgos y exigencias de los trabajadores, y considerando que en muchas ocasiones el trabajo se convierte en un proceso enajenante donde los empleados no tienen el dominio de su actividad y tienen consecuencias fisiológicas y psíquicas generadas por los objetos, los medios, la organización laboral y el proceso de trabajo; también hay que considerar lo que les es negado (Margulis, M., 1980:13).

Para analizar las condiciones laborales, el estudio se inscribe en el campo de conocimiento de la salud de los trabajadores (Noriega, M., Villegas, J., 1989) que toma en consideración las categorías de riesgos y exigencias como variables para estudiar el proceso del trabajo. “Los riesgos aluden, por un lado, a aquellos elementos físicos o mecánicos presentes en el ambiente laboral y por el otro, a la probabilidad de ser lesionado, afectado o dañado por uno de esos agentes”.

(Rosales, R., y López, C., 2021:14 -15). Para los y las sobrecargos de vuelo es esencial gozar de buena salud para la operatividad de la aerolínea, ya que su trabajo consiste en garantizar la seguridad de cada uno de los pasajeros y brindar un servicio.

Desde otras perspectivas, la sobrecarga de trabajo una serie de tareas y de responsabilidades que rebasa lo que un empleado/a puede manejar adecuadamente dentro de un horario laboral- es una responsabilidad individual, mientras que desde la perspectiva sociohistórica se busca realizar cambios estructurales de las actividades que eviten al menos algunos de esos riesgos.

Según cifras de la Organización Mundial de la Salud - OMS (2010), cada año surgen 160 millones de nuevos casos de enfermedades en todo el mundo, relacionadas con el trabajo. En la Jornada de Salud platicando con las y los trabajadores la mayoría de ellos presentaban dolor de espalda y cansancio derivado de la rotación de personal y la sobrecarga de trabajo. Estas condiciones de trabajo, como se ve en su sintomatología, son riesgos laborales. Las consecuencias de la sobrecarga de trabajo pueden llegar a ser un problema grave para la salud física y mental del trabajador.

Como exigencias se entienden las necesidades específicas que impone el proceso laboral a las y los trabajadores como consecuencia de las actividades que desarrollan, de las 15 formas de organización y división del trabajo en un centro laboral, se encuentran: el trabajo dinámico, rotación de turnos, largas jornadas laborales, monotonía, el ritmo intenso, el trabajo nocturno, entre otros (Noriega, M., Villegas, J., 1989).

Es decir, aunque riesgos y exigencias parecen sinónimos son conceptos relacionados, pero con diferencias importantes.

“Para describir los riesgos de cada actividad laboral se debe realizar una observación directa y verifica estos elementos, después relacionar de acuerdo con la lógica fisiológica y anatómica del cuerpo humano y de lo que

refieren los trabajadores con problemas de enfermedad.
(Rosales, R. y López, C.,2021:15).

Tomando como eje estos conceptos-riesgos y exigencias-, la promoción de la salud crítica, ayuda a entender y dar propuestas de atención a estos problemas desde un enfoque teórico-práctico y de forma integral, analizando los factores sociales, económicos que afectan en la salud individual y colectiva, buscando herramientas para mejorar la calidad de vida en el entorno donde se desarrollan.

El programa denominado “Condiciones laborales del personal de aviación y de salud.”, surge por un convenio firmado entre los y las representantes del sindicato de trabajadores de sobrecargos (ASSA) y mi Universidad, ante los estragos en la salud que las condiciones actuales han causado en la vida de las y los trabajadores, en este caso en particular, de los y las sobrecargos, apoyándonos en la investigación de este grupo para reconocer sus problemáticas y priorizando la salud colectiva de su personal ante cualquier riesgo y exigencia que puedan enfrentar en sus labores, y a su vez cada participante se apropie de sus propios resultados y puedan actuar sobre los riesgos y exigencias que intervienen en la salud individual.

La metodología de estudio planteada en el programa de SS y la investigación responde a la perspectiva teórica, desde la que:

“Para el estudio de las condiciones laborales y del PSE se han retomado las metodologías desarrolladas en el campo de la salud de los trabajadores. Los instrumentos mayormente utilizados son las encuestas y cuestionarios. Hay encuestas muy estandarizadas que permiten darle a los estudios validez externa.”. (Rosales, R. y López, C.,2021:17).

Desde esta metodología se busca favorecer al colectivo del sindicato de trabajadores de Aeroméxico, a través de una investigación que relacione sus condiciones laborales con su salud y que con ayuda de los pasantes en Promoción de la Salud adquieran los conocimientos necesarios para que sean capaces de

enfrentar intervenciones a futuro de forma segura, pero sobre todo ofrecerles herramientas de Promoción de la salud para que logren desenvolverse en un ambiente en el cual estén lo más seguros posible realizando sus actividades laborales disminuyendo el miedo al riesgo de enfermarse.

Para medir la exposición a los riesgos y exigencias laborales se utilizaron encuestas alojadas en Google forms, las cuales se diseñaron tomando en instrumentos similares utilizados en otros estudios. Además, como parte de las actividades se realizó una jornada de salud en la que se tomaron pruebas de sangre periférica y medición de medidas antropométricas.

El proyecto incluye obtener las percepciones y representaciones sociales la organización de las experiencias vividas por los sujetos, de ahí que se utilice también metodología cualitativa:

Dentro de la metodología de corte cualitativo, los instrumentos para recolección de información más usados son las entrevistas: estructuradas, semiestructuradas, en profundidad y grupos focales, éstas permiten un acercamiento a la subjetividad y a los contextos objetivos, identificando las formas de significación, percepción o representación social que tienen los colectivos de sus condiciones, ya sean laborales o de vida. (Rosales, R. y López, C.,2021:17).

La combinación del resultado de los distintos instrumentos busca detectar las necesidades y los riesgos y exigencias que enfrenta la población estudiada con el fin de orientar y realizar actividades que promuevan el mejoramiento en las condiciones laborales y, por tanto, de salud.

Como estudiante asumí el servicio social como una oportunidad de aprender y crecer como persona y con el fin de vincularme de forma estrecha con la sociedad. Ello me permitió involucrarme de forma más directa en actividades relacionadas con el análisis, desde la perspectiva crítica, de los problemas de salud desde un

colectivo concreto y fundamentando propuestas de acciones desde la promoción de la salud que disminuyan los daños, consolidando una parte de mi formación académica, aprendiendo valores de ética y profesionalismo que fortalecen mi futuro laboral.

Objetivos del trabajo recepcional

Objetivo general:

Reflexionar el vínculo entre mi formación académica en promoción de la salud y las experiencias realizadas en el servicio social.

Objetivos particulares:

- Describir las actividades realizadas en el servicio social.
- Identificar los conocimientos, habilidades y actitudes que conforman el perfil de egreso de la trayectoria académica como promotor de la salud puestas en práctica en las actividades durante el servicio social.
- Relacionar las actividades realizadas en el servicio social con los contenidos aprendidos en las diversas materias.
- Valoración crítica de los alcances y limitaciones del servicio social respecto a sus objetivos y al aporte en la profesionalización de los prestadores.

OBJETIVO GENERAL DEL PROYECTO

Estudiar las condiciones laborales y de salud del personal de aviación- sobrecargos para diseñar propuestas de promoción de la salud.

Para alcanzar tanto el objetivo del proyecto de investigación como del programa de servicio social, se consideraron las siguientes características para su realización:

- Aplicar y reforzar los conocimientos adquiridos en la licenciatura de Promoción de la Salud desarrollando estrategias que permitan hacer del servicio social una actividad que contribuya a la formación como estudiante.
- Acudir al espacio designado por las responsables del programa para realizar el trabajo documental y el análisis de la información, si bien una flexibilidad del servicio social consistía en que si de forma personal el prestador/a contaba con equipo de cómputo, material de oficina, impresora, conexión a Internet, estas actividades podían hacerse desde casa, siempre y cuando se cumpliera con fecha de entrega pactada y en concordancia con el trabajo del resto de las y los prestadores de la licenciatura. En mi caso decidí realizarlas en casa para facilitar la combinación de mis actividades personales con las del servicio social.
- Desarrollar modelos de trabajo multidisciplinarios en los cuales se pueda familiarizar con situaciones de colaboración tanto profesional como social y poder aportar ideas a estos modelos, en este sentido se trabajó de forma coordinada con los y las estudiantes de la licenciatura de Nutrición y Salud, coordinados por la Dra. Guadalupe De Dios y con los estudiantes coordinados por la Dra. Ma. Elena Durán.
- Realizar actividades que promuevan el mejoramiento en los riesgos de las condiciones laborales, a través del sindicato de trabajadores de sobrecargos de Aeroméxico (ASSA) y con las Instituciones que compartan los propósitos para la investigación.

- Crear lenguajes claros y específicos con respecto a los riesgos de salud del personal y la percepción que se tiene sobre el tema, desarrollando sensibilidad para mejorar en lo posible sus condiciones laborales.

ACTIVIDADES REALIZADAS

Me incorpore en mi servicio social en octubre del año 2023, a las actividades que a continuación se enumeran y sobre las cuales en los apartados posteriores vincularé con los aprendizajes desarrollados en mi trayectoria en concordancia con el perfil de egreso de la licenciatura de Promoción de la salud en la UACM (ver tabla 1).

1. Sesiones virtuales y presenciales con los responsables del servicio social, Mtra. Claudia López Ortiz y la Dra. Roselia Arminda Rosales Flores
2. Participar en el taller para la realización del estado del arte para conformar el protocolo de investigación “Condiciones laborales y de salud del personal de aviación”.
3. Realizar el estado del arte sobre Burnout y otros problemas de salud mental de trabajadores.
4. Transcripción de entrevistas a profundidad.
5. Participar en la elaboración, diseño de base de datos y análisis estadístico, sobre las condiciones de salud del personal afiliado al sindicato de sobrecargos de Aeroméxico.
6. Organización de la base de datos de asistentes al foro.
7. Capacitación del manejo de jeringas para la posible ayuda en toma de muestras sanguíneas de los y las sobrecargos.
8. Higiene y seguridad, sobre la limpieza de los aparatos de antropometría que se utilizarían.
9. Capacitación en CETECNA, (Antropometría), de 11:00 am hasta el término de la información, los días 24 de abril, 22 de mayo, 19 de junio, esta capacitación me permitió realizar las medidas en talla, estatura, peso, niveles cardiacos del participante en programa.
10. Realización de cuestionarios, para conocer las actividades previas a su diagnóstico clínico.

- 11.** Toma de datos antropométricos, para conocer talla, peso, toma de presión arterial, de los participantes en la jornada de salud.
- 12.** Capacitación de Anatomía humana.
- 13.** Registro de datos de medidas antropométricas de cada uno de los y las participantes de la tripulación de vuelo en la Jornada de Salud llevada a cabo en las oficinas de ASSA en la CDMX.
- 14.** Se realizó una búsqueda de artículos académicos y científicos sobre las condiciones laborales del personal de salud en América Latina durante la pandemia del COVID-19, para la construcción de un Estado del Arte.
- 15.** Recolectar muestras de bioquímica sanguínea, biometría hemática, y antropometría.
- 16.** Sistematizar información sobre la jornada de salud
- 17.** Diseño y aplicación de encuestas que abordan análisis de proyecto de condiciones laborales del personal de aviación.
- 18.** Diseño y formulación de propuestas de promoción de la salud para problemas de síndrome metabólico, trastornos mentales y de sueño.

RESULTADOS

Vinculación de la Licenciatura con el Servicio social

Los resultados que a continuación, se presentan tienen el objetivo de dar cuenta de las actividades llevadas a cabo durante mi servicio social, lo que permite descubrir situaciones importantes para mi formación. La primera es que las actividades permitieron acentuar el quehacer como promotor de la salud, al interesarse en las actividades ocupacionales del colectivo del agremiado, para valorar sus condiciones laborales y de salud, en relación a las actividades diarias.

La segunda es la experiencia de poder participar en investigaciones de impacto social, pero además aprender de maestras que tienen la experiencia de guiar a la comunidad estudiantil en procesos de enseñanza y aprendizaje para la inserción al mercado laboral.

Para la realización de este apartado se presenta inicialmente un cuadro (ver tabla 1) que permite visualizar cómo cada actividad realizada en el servicio social se apega al marco teórico metodológico de la perspectiva socio histórica de la Promoción de la salud y a su vez con algún(os) aspectos del perfil de egreso de la licenciatura en cuanto a conocimientos, habilidades y actitudes retomado del portal de la UACM²

² https://www.uacm.edu.mx/Oferta_academica/CCyH/Licenciaturas/PS

Tabla 1. Vinculación del servicio social con el marco teórico metodológico y el perfil de la Licenciatura.

Actividad	Aprendizajes teórico-metodológicos puestos en práctica	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Sesiones virtuales con las encargadas del programa.	Ubicación del marco teórico de la perspectiva socio histórica como la guía de las actividades.	Teorías socioeconómicas para la comprensión de la realidad social Factores condicionantes y de riesgo para la salud integral de la comunidad en general.	Manejo de tecnología para tener participación y dialogo para el inicio del servicio social.	Mantendrá una actitud de servicio.
Taller para la realización del estado del arte sobre “Condiciones laborales y de salud del personal de aviación”.	Reconocer los pasos para la revisión documental que dará cuenta del conocimiento previo desde el marco teórico.	Teorías socioeconómicas para la comprensión de la realidad social.	Analizará el contexto individual y colectivo y sus efectos sobre la salud individual y colectiva.	Pensamiento crítico y autocrítico.
Realizar el estado del arte sobre Burnout y otros problemas de salud mental de trabajadores.	Manejo de herramientas de digitales, para identificar textos científicos que dieran a conocer el conocimiento previo sobre riesgos y enfermedades.	Teorías epistemológicas y socioeconómicas para la comprensión de la realidad social Metodologías de la investigación social y de salud pública.		

Actividad	Aprendizajes teórico-metodológicos puestos en práctica	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Transcripción de entrevistas a profundidad.	Las preguntas y respuestas me ayudaron a saber más sobre el marco teórico, y con la recolección de datos sobre la metodología del marco teórico socio histórico.	Conceptos básicos de ética y confidencialidad .	Analizará el contexto individual y colectivo y sus efectos sobre la salud individual y colectiva.	Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo.
Participar en la elaboración, diseño de base de datos y análisis estadístico, sobre las condiciones de salud del personal afiliado al sindicato de sobrecargos de Aeroméxico.	Ayudó a poner en práctica el marco metodológico de corte cuantitativo. Así mismo como a poner en marcha la serie de actividades para la jornada de salud.		Diseñará y desarrollará modelos de intervención para la prevención, atención, resolución o rehabilitación de problemas específicos que afecten a la salud integral de los miembros de la comunidad.	
Organización de la base de datos de asistentes al foro.	Manejo de herramientas tecnológicas como Excel, Word, para la organización de información de los participantes.			Mantendrá una actitud de servicio Mostrará aceptación y colaboración en grupos de trabajo con sectores interinstitucionales e interdisciplinarios.

Actividad	Aprendizajes teórico- metodológicos puestos en práctica	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Capacitación del manejo de jeringas para la posible ayuda en toma de muestras sanguíneas de los y las sobrecargos.	Reconocer las aportaciones y con los datos que se obtienen desde otras perspectivas como elementos que se vinculan con las condiciones sociales.	Conocimientos sobre temas de salud, higiene y educación para la salud, para fomentar.	Promoverá la participación e integración en cada una de las acciones a realizar a todos y cada uno de los individuos, grupos, instituciones y comunidad en general con quienes se realicen acciones concretas o generales para llevar a cabo las tareas relacionadas con la promoción y educación para la salud.	Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo. Mostrará aceptación y colaboración en grupos de trabajo con sectores interinstitucional e interdisciplinario s.
Capacitación sobre Higiene y seguridad, en la limpieza de los aparatos de antropometría que se utilizarían.	Reconocer las formas de trabajo y practicas desde otras perspectivas en salud.			Fortalecimiento de la promoción de la salud comunitaria la prevención de riesgos de salud a la población en general, facilitando las herramientas y cuidados necesarios al realizar actividades de promoción de la salud.

Actividad	Aprendizajes teórico-metodológicos puestos en práctica	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Capacitación en CETECNA, (Antropometría)	Permitió la exploración física del colectivo y conocer su situación nutricional en que se encuentran, identificando las relaciones con los riesgos y exigencias.		Analizará el contexto individual, familiar, socioeconómico y cultural y sus efectos sobre la salud integral de las personas, grupos y comunidades.	Fortalecimiento de la promoción de la salud comunitaria la prevención de riesgos de salud a la población en general, facilitando las herramientas y cuidados necesarios al realizar actividades de promoción de la salud.
Realización de cuestionarios, para conocer las actividades previas a su diagnóstico clínico.	Realizar un diagnóstico al colectivo con información cuantitativa y cualitativa sobre sus antecedentes de salud y riesgos que enfrentan en sus actividades laborales y por sus estilos de vida, así como otros datos que ayudaron a identificar las necesidades de cada individuo.		Analizará el contexto individual, familiar, socioeconómico y cultural y sus efectos sobre la salud integral de las personas, grupos y comunidades.	Será autocrítico y abierto a la crítica. Contará con una formación humanística. Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo.

Actividad	Aprendizajes teórico-metodológicos puestos en práctica	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Toma de datos antropométrico, para conocer talla, peso, toma de presión arterial, de los participantes en la jornada de salud.	Se ubicó la información sobre el tamaño, forma y composición del cuerpo, para obtener datos precisos y estadísticos sobre las dimensiones del cuerpo y características del colectivo a investigar para incorporarlo en su diagnóstico.	Conocimientos básicos de las materias de Cuerpo Humano I, II, Nutrición, Química.		Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo.
Capacitación de Anatomía humana.	Se analizaron las lecturas de textos, artículos científicos y trabajos sobre las diferentes partes del cuerpo humano.			
Registro de datos antropométricos de los participantes en la Jornada de Salud con el personal del sindicato de trabajadores de Aeroméxico.	Comprender la importancia de los datos antropométricos para el estudio de las condiciones de salud del colectivo, para reducir los riesgos de salud a partir de la explicación de su contexto laboral.			Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo.

Actividad	Aprendizajes teórico-metodológicos puestos en práctica	Conocimientos	Habilidades	Actitudes
Estado del arte sobre las condiciones laborales del personal de salud en América Latina durante la pandemia del COVID-19.	Ayudó a la recopilación de información y antecedentes previos sobre las condiciones laborales de salud en lo que fue la COVID-19, para incorporarse al marco teórico socio histórico.	Metodologías de la investigación social, educativa y de salud pública.	Analizará el contexto individual, familiar, socioeconómico y cultural y sus efectos sobre la salud integral de las personas, grupos y comunidades.	
Recolectar muestras de bioquímica sanguínea, biometría hemática, y antropometría.	Reconocer la importancia de estos datos al vincularlos con los riesgos y exigencias.	Materias básicas para el conocimiento del ser humano: Química, anatomía, fisiología.	Promoverá la participación e integración en cada una de las acciones a realizar para cada uno de los individuos, grupos, instituciones con quienes se realicen acciones concretas de PS.	Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo.
Sistematizar información sobre la jornada de salud.	Ubicar la explicación e interpretación de los resultados de las actividades de la jornada de salud organizar y clasificar datos importantes para la elaboración de la metodología.	Diagnóstico, políticas, planeación, sobre necesidades y problemas que inciden en la salud integral de	Analizará el contexto individual, familiar, socioeconómico y cultural y sus efectos sobre la salud integral de las personas,	Tendrá responsabilidad para aplicar sus conocimientos y habilidades en materia de salud integral en lo individual o colectivo.

		individuos y grupos como espacio de integración profesional.	grupos y comunidades.	
Diseño y aplicación de encuestas que abordan análisis de proyecto de condiciones laborales del personal de aviación.	Revisión de los conceptos principales de salud como riesgos y exigencias en las condiciones laborales, para tenerlo en cuenta como referencia, el análisis de los datos del programa de investigación.	Factores condicionantes y de riesgo para la salud integral del individuo y de la comunidad en general Metodologías de investigación social, educativa y de salud pública.	Diseñará y desarrollará modelos de intervención para la prevención, atención, resolución o rehabilitación de problemas específicos que afecten a la salud integral de los miembros de la comunidad.	Mostrará aceptación y colaboración en grupos de trabajo con sectores interinstitucionales e interdisciplinarios Fomentará los valores que conforman y distinguen al ser humano.
Diseño y formulación de propuestas de promoción de la salud para problemas de síndrome metabólico, trastornos mentales y de sueño.	Reconocer de los problemas de salud del colectivo, mediante el análisis de resultados para propuestas acciones de PS que ayuden a su autocuidado.	Aplicar conocimientos previos de la materia en Promoción de la salud I, II, así como estrategias para fomentar las prácticas que involucren la mejoría en su salud.		

Elaboración propia a partir de la información extraída del perfil de egreso de la Licenciatura en Promoción de la Salud de la página web de la UACM.

La perspectiva crítica, en la que se basa el programa de servicio social, se fundamenta en la “salud colectiva también es entendida como una corriente del pensamiento, movimiento social o práctica teórica, que tiene por objeto analizar las necesidades sociales de salud de los grupos sociales y no apenas los problemas de salud, que se limitan a riesgos, agravios, enfermedades y muerte” (Bertolozzi & De la Torre Ugarte, 2012, p. 28).

Sobre cada una de las actividades en las que participé, se debe hacer énfasis en la importancia que han tenido para mi formación profesional, como son aprender a plantear y delimitar algunos de los problemas como la poca práctica de campo durante mi formación para construir confianza en mí y dialogar con los colectivos o buscar soluciones al no contar con los recursos materiales y humanos planeados o conocimientos previos necesarios a los que se puede enfrentar el promotor de la salud. Además de investigar primero lo que se necesita trabajar, teniendo en cuenta la congruencia con la propuesta teórica-metodológica y ajustarse a las diferentes actividades a realizar desde la búsqueda de artículos científicos y la sistematización de información que es el eje el proyecto.

Por otra parte, para los y las estudiantes que se encuentran en proceso de formación profesional, un reto importante es sintetizar saberes y habilidades aplicándolas en las diferentes actividades asignadas con responsabilidad y ética y con disposición para el trabajo en equipo y con dominio de herramientas necesarias para el trabajo adquiridos en su trayectoria formativa. El estudio concreto de la realidad le permite al promotor de la salud entenderla e identificar problemas específicos que afecten a la salud integral de una comunidad.

En este sentido, las actividades que realicé en torno al servicio social me ayudaron a comprender cómo se hacen estudios que tienen que ver con riesgos y exigencias y en salud,–reconociendo las diferentes condiciones de trabajo y de vida de cada colectivo. Ello me ayudó desde diferentes enfoques, tanto en lo académico desarrollando mi formación cultural y social, para conocer más de cerca al colectivo, esto con el fin de comprender más mi participación en el programa, así como las diferentes formas en que se aplican los conceptos de salud y enfermedad.

Además, se contemplan diferentes actividades que son importantes para comprender el campo de conocimiento de mi formación como Promotor de la Salud y las prácticas de salud que debo aplicar en futuros proyectos de investigación. En este caso, el estudio del personal agremiado al sindicato de sobrecargos, me permitió tener información basada en evidencia, considerando las relaciones entre

las personas en el trabajo y cómo estas relaciones impactan sus vidas y salud, con base en la construcción de la metodología del marco teórico socio histórico.

La investigación me permitió adquirir los conocimientos de cada una de las áreas de salud a trabajar, tanto biológicas como sociales, individuales y colectivas, como conocer los antecedentes de salud de cada uno de los participantes y el objetivo general era participar en la elaboración del diseño de base de datos y análisis estadístico, sobre las condiciones de salud del agremiado al sindicato a su vez saber necesidades que deben de atenderse y que métodos de intervención son más adecuados para utilizarse desde perspectiva socio histórica, en las diferentes condiciones de trabajo y de vida de individual y colectivo.

Con base a lo anterior, parece evidente reconocer las causas complejas y la similitud, que a menudo ciertos aspectos causan un deterioro en la salud en el colectivo. Es aquí donde la promoción de la salud, apoya a reconocer ciertos problemas de salud desde un enfoque teórico-práctico, que plantea que los colectivos a estudiar se apropien de la información que requieran para que puedan actuar sobre los factores que intervienen en la salud. Con ayuda del estado del arte sobre Burnout y otros problemas de salud mental de trabajadores se pudieron identificar conceptos importantes de salud en lo que tiene que ver con exigencias, riesgos y sobre la carga de trabajo.

Así mismo, el servicio social como cada una de las actividades en las que participé me ayudaron a tener el acercamiento con la sociedad y los compañeros pasantes en busca del mismo desarrollo profesional. Es parte fundamental para un promotor de la salud la atención de los diferentes problemas de salud y sus determinantes sociales de salud para ver las circunstancias en las que las personas viven, que con su ayuda de la actividad que se enfocó en la realización de cuestionarios, para conocer las actividades previas a su diagnóstico clínico del colectivo, me ayudó a entender como las relaciones laborales impactan la vida de las personas y fortalecer cada uno de los conocimientos adquiridos en mi formación profesional que fueron de suma relevancia para entender que un ambiente deficiente puede tener efectos negativos en la salud física y mental del colectivo.

Existen algunos estudios e investigaciones sobre riesgos y exigencias en el trabajo que dan evidencia de las necesidades que existen entre la población y sus grupos, que requieren ser estudiados a mayor profundidad para conocer más sobre los entornos positivos y saludables para mejorar la calidad de vida y el rendimiento de la actividad laboral, esto se vio a la hora de sistematizar información sobre las condiciones laborales y de salud del programa, siguiendo a la Carta de Bangkok:

“Brinda una nueva orientación para la promoción de la salud preconizando políticas coherentes, inversiones y alianzas entre los gobiernos, las organizaciones internacionales, la sociedad civil y el sector privado, a fin de asumir que la promoción de la salud se incluya en la agenda de desarrollo mundial, que sea una responsabilidad básica de todos los gobiernos, que forme parte de las buenas prácticas institucionales, y que sea un foco de iniciativas de la comunidad y de la sociedad civil”. (Bangkok, Tailandia, 2005).

Por ello, el acercamiento a las necesidades del colectivo y las áreas de oportunidad vistas en el programa de condiciones laborales, me permitieron a la hora de transcribir las entrevistas, entender que, a lo largo de la historia del sindicato, la salud se va viendo afectada por las condiciones de trabajo, por tanto, que los procesos sociales han determinado la salud y la enfermedad sobre los individuos.

Un promotor de la salud puede identificar cada uno de estos determinantes y proporcionar las herramientas necesarias para que los colectivos puedan actuar sobre aquellos factores que puedan estar afectando su salud y estar listos para atender los diferentes sus riesgos, intentando cambiar algunas de las condiciones laborales.

Siendo así que mi servicio social como las diferentes actividades expresadas en mi informe para este trabajo recepcional, me ayudaron a entender que un promotor de la salud debe tener una preparación adecuada en aspectos tales como: contar con las nociones teóricas y metodológicas fundamentales que explican los fenómenos en salud, realizar diagnósticos comunitarios para proponer y diseñar las distintas

intervenciones que promuevan la salud, actitudes que favorezcan el trabajo comunitario, entre otras que le permitan estar listo para ejercer la profesión, para transmitir lo aprendido a aquellos que tienen necesidad de una mejoría en su calidad de vida y bienestar.

Según se estipula en la UACM el programa académico de la Licenciatura en Promoción de la Salud junto con el servicio social, ayudan a los y las estudiantes a aplicar aquellos conocimientos y habilidades que van adquiriendo durante su Licenciatura contribuyendo a su formación.

Beneficios a la Formación.

1. Permite incorporarse al ambiente que se presente al momento de realizar las actividades.
2. Permite ampliar la experiencia que tuvo en su paso de formación universitaria y adquirir los conocimientos que le serán de utilidad como promotor de la salud.
3. Permite reconocer errores, y fortalecer los conocimientos y actitudes para aplicarlos en su paso como promotor de la salud.
4. Favorece el desarrollo de valores para introducirlos en su formación.
5. Construye relaciones positivas con la sociedad en la que se involucra.
6. Permite tener conciencia de la importancia que tiene su carrera y aplicar adecuadamente sus conocimientos con la sociedad, (UACM,2020).

En mi caso me ayudó en lo siguiente:

1. Poner en práctica lo aprendido durante mi formación académica.
2. Involucrar a los pasantes en situaciones reales sobre la salud de los grupos.
3. Me brindó la oportunidad de desarrollar mayor confianza en las habilidades profesionales que me permitirán utilizarlas a futuro.
4. Tener una capacitación profesional antes y después de cada actividad y contribuir a la formación integral con los saberes aprendidos.
5. Desarrollar actitudes de empatía y servicio para colaborar con la sociedad y el colectivo a tratar. Permitiendo contribuir con aportación de ideas,

conocimientos y habilidades para entender los problemas sociales para la mejora en salud del colectivo.

6. Desarrollar propuestas para cada problema o necesidades que se presenten en las diferentes actividades a realizar.

Lo expresado a lo largo de este apartado, da cuenta de que el programa en el que realice mi servicio social cumple con objetivos que, de forma general, están expuestos en la pestaña de la oferta de programas internos y externos de servicio social.

Aprendizaje profesional

En la Universidad Autónoma de la Ciudad de México (UACM), el aprendizaje en Promoción de la Salud se enfoca en formar profesionales interdisciplinarios que puedan identificar, diseñar y desarrollar modelos de intervención para mejorar la salud y calidad de vida de la población (UACM,2020).

Se reconoce como un lugar donde el estudiantado puede desarrollar aptitudes y convivir con profesores y el resto de la comunidad estudiantil, poniendo en práctica aquellas habilidades, actitudes y conocimientos logrados durante la formación académica. Esto me indujo a poner en práctica competencias específicas adquiridas durante mi formación, como apoyo en el desarrollo de cada actividad durante el servicio social. De este modo, con el paso del tiempo, me quedaba más claro que la perspectiva socio histórica del campo del conocimiento de la PS, reconoce que la salud y la enfermedad están determinadas por las condiciones sociales e históricas, que impactan en la calidad de vida individual y colectiva. Esto implica que las prácticas culturales, las condiciones de vida y las políticas sociales influyen a favor o en contra de la salud de las personas.

Cada actividad descrita en los apartados anteriores, contribuyó al diagnóstico social sobre las condiciones laborales y clínico sobre el estado de salud del colectivo en estudio, que conforma la parte inicial señalada en el protocolo de investigación del

convenio establecido entre la UACM y ASSA, relacionándose directamente con la promoción de la salud y sus propuestas de intervención, contribuyendo en mi aprendizaje sobre la importancia de promover desarrollo de nuevas investigaciones para que dichas intervenciones consideren las características específicas de cada colectivo.

El aprendizaje mutuo, entre los y las estudiantes y las encargadas del programa, permite apoyar en la formación de los y las pasantes en promoción de la salud, respecto por ejemplo, a las habilidades para investigar, formas contextualizadas de informar al colectivo sobre su participación y en las diferentes actividades y con el equipo formado con los prestadores para la organización de estas, lo que resultó en una ventaja para poner en práctica los aprendizajes de cada una de las capacitaciones como el uso de herramientas para el análisis estadístico, la búsqueda de información, el instrumental para la toma de medidas antropométricas y toma de muestras sanguíneas, en mi caso, esta última se me dificultaba por lo que decidimos como equipo que no participara en ella, apoyando en otras tareas lo cual me da autoconocimiento de ámbito profesional y en lo personal me ayudan a consolidarme como promotor de la salud, atendiendo las habilidades que me falta por desarrollar.

En general, el equipo de prestadores con quienes lleve a cabo el servicio social, considero que pusimos en marcha diferentes actividades a través las cuales los y las sobrecargos participantes pudieron conocer algunos parámetros sobre su estado de salud actual y acciones en las cuales los y las pasantes en promoción de la salud trabajamos en conjunto, con la finalidad de enfocar intervenciones de educación y PS considerando las características individuales pero también aquellas comunes dadas por las exigencias laborales ya que se entiende que las personas, en este caso las y los sobrecargos pueden tomar control sobre su salud a través del autocuidado adaptado a su entorno laboral para facilitar el realizarlas y contribuir en mejorar su salud, esto es, acciones que son posibles considerando sus condiciones laborales.

Como pasante en promoción de la salud, alcance mejorar mi participación en el trabajo en equipo, así como la capacidad de comunicarme eficazmente con el colectivo en temas de salud, además pude transmitir mensajes de salud de forma asertiva y fomentar la participación de aquellos que desconocían de las actividades a realizar.

Cada una de las actividades, así como cada uno de los participantes que estuvieron en el programa del servicio social, me brindaron una grata experiencia y aprendizaje de sus comprensiones en lo teórico-práctico, que no solo era aprender y comprender sobre las características dinámicas del concepto de salud y enfermedad si no también cómo en práctica se establecen conexiones entre lo biológico y lo social, así como en la participación colaborativa de las actividades en las que me fueron asignadas por parte de las y los encargados del programa.

Estoy a un paso de terminar mi licenciatura y sin duda, cada actividad en mi servicio social, la vi como herramienta para ser competente y tener buen manejo en la toma de mis próximas decisiones personales y profesionales.

Debo mencionar también la satisfacción que tengo por los comentarios positivos y negativos sobre mi desempeño en cada una de las actividades realizadas durante el programa, específicamente, sobre los resultados y la efectividad de las intervenciones en promoción de la salud, gracias a esos comentarios, se me expresó agradecimiento por el apoyo y labor que hubo de mi parte, tanto por las encargadas del programa como de quienes participaron del colectivo del sindicato, señalando la disposición de mi persona a la hora de asignarme algunas actividades. Al final mis compañeros y compañeras de la licenciatura en promoción de la salud tuvieron una buena impresión de ser bienvenidos para futuros proyectos por parte del colectivo del sindicato de sobrecargos, lo que me abre una oportunidad y enseñanza al concluir mi formación académica.

El propósito de obtener los resultados positivos en el programa, se debió al aprendizaje, conocimientos y habilidades como la organización y planificación, trabajo en equipo, escucha activa, comunicación, por mencionar algunas

habilidades adquiridas, que son en conjunto aspectos de los cuales se hace hincapié en el perfil de egreso en la licenciatura de Promoción de la Salud.

Considero que en todo momento trabajé con seriedad y profesionalismo, con el fin de alcanzar los resultados propuestos por los académicos y académicas encargadas del servicio social, quienes tenían actividades planeadas en el programa, que se discutió para crear el impacto en el servicio social con el colectivo y el aprendizaje que tuvimos como pasantes.

La tarea como promotor de la salud, es facilitar el diálogo con los individuos para que logren aplicar las herramientas que estén disponibles para tener una vida más sostenible. Sin embargo, lograr ese objetivo en el servicio social no fue sencillo, porque hay que tener claro que un promotor de la salud busca de mejorar la salud y el bienestar de las personas, a través de educación sobre temas de salud que incluyen la prevención de enfermedades y en su caso poder crear entornos más saludables que se adapten a sus actividades laborales.

El hecho de hacer el servicio social en un programa interno de la Universidad, me deja satisfecho, brindándome la oportunidad de experimentar en diferentes formas la promoción de la salud, tanto de forma teórica como práctica.

Por supuesto valoré mucho la oportunidad que el servicio social me dio para acomodarme en mis actividades personales y de poder conocer personas que, a futuro, pueden ser importantes en mi desarrollo profesional como promotor de la salud, dejando claro que el tiempo que presté en el servicio social, fue bueno para mí.

Puedo reconocer que aproveché el conocimiento adquirido de materias en cada oportunidad que se me presentaba con las actividades, con el fin de tener superación propia y deseos de una superación profesional, y que las contribuciones que alcancé en el programa; sé que les servirán a los compañeros y compañeras que se inscriban en un futuro para realizar su servicio social.

Aunque todas las materias impartidas en la carrera nutrieron mi formación creo que algunas ayudaron a tener esos alcances son:

- Introducción a la Promoción de la Salud
- Salud Publica III
- Metodología de la Investigación
- Promoción de la Salud I, II
- Bioestadística
- Nutrición, Cuerpo Humano I, II
- Salud comunitaria III

En estas materias encontré las habilidades de planificación, comunicación, educación para la salud y trabajo en equipo, así como los conocimientos para la construcción de mi marco teórico. Con el fin de reflexionar sobre la realidad e identificar las necesidades tanto individuales y colectivas.

Valoración de los resultados

El servicio social y los trabajos recepcionales permiten unir lo que se ve de forma fragmentada en las materias, cada materia durante mi aprendizaje profesional me orientó para promover propuestas en las diferentes actividades realizadas, lo que, a su vez, me permitió contar con las herramientas necesarias para poder aplicar los conocimientos al momento de interpretar, comprender y acceder a la interacción con mi entorno social.

Como resultado de esta experiencia, involucré aprendizajes de materias que me ayudaron a interpretar y comprender más el marco teórico y la interacción de los contenidos entre ellas, tales como la Bioestadística, Promoción de la Salud II, Metodología de la Investigación, Salud Publica III, por mencionar algunas, que tanto el contenido teórico como la aplicación en la práctica, me apoyaron a realizar tanto las actividades de búsqueda de información como para actuar como enlace entre el colectivo y estar comprometido en el dialogo y la participación.

A continuación, explicaré algunas de las aportaciones que obtuve de cada una de las materias mencionadas para poder realizar las actividades que me fueron asignadas.

En las diferentes actividades que tenían que ver con la construcción del estado del arte, la sistematización de las preguntas del cuestionario en google forms para el análisis del entorno social y la salud de los y las participantes, requería contar las bases para comprender más sobre la perspectiva socio histórica. Se fueron revisando los diferentes temas en la materia de **Salud Pública III**, sobre condiciones sociales, epidemiología crítica, temas que tenían que ver con condiciones de vida y laborales en espacios de vínculos sociales.

Lo anterior, tiene sentido porque la materia tiene un propósito:

- Que los y las estudiantes comprendan los conceptos de Reproducción Social, Respuesta Social Organizada y Proceso de Salud Enfermedad, los cuales sirven de marco teórico a la Epidemiología Crítica, para que investiguen o indaguen sistemáticamente sobre los factores que influyen en los problemas de enfermedad identificados, el proceso socio-histórico detrás de éstos y las representaciones, valores y significados que los diferentes sujetos afectados tienen sobre los problemas de salud y enfermedad identificados.³

Los conocimientos y habilidades desarrollados en **Metodología de la Investigación** sobre la importancia de la fundamentación y búsqueda de información documental relacionados con el tema me sirvieron para poder realizar el estado del arte que conformó parte del protocolo de investigación “Condiciones laborales y de salud del personal de aviación”, es un ejemplo de consolidación en mi formación como promotor de salud, ya que la materia tiene como propósito:

- Que esté preparado no sólo para recibir las primicias de la ciencia, sino fundamentalmente para hacerla, el propósito principal de profundizar y extender el conocimiento en una rama de la ciencia, sino insertar al

³ https://www.uacm.edu.mx/Portals/0/OfertaAcademica/CCyH/Programas/CS/PS/6/Salud_Publica-III.pdf

estudiante en los métodos de trabajo y de investigación científica, familiarizarlo con ellos, no exponiendo su teoría, sino por la práctica de los ejercicios que inciten a la colaboración y al trabajo en equipo.⁴

Lo revisado en este curso en unión con los contenidos de Salud Pública III me sirvieron como herramienta para tener conocimientos más cercanos a este tipo de investigaciones y entender con más claridad los determinantes sociales de la salud. Identificando en el equipo de prestadores y prestadoras, aquellos factores sociales, económicos y ambientales que afecten la salud tanto para el grupo de trabajadores de la salud como del de sobrecargos. Cada artículo científico recuperado me ayudó a comprender las necesidades y capacidades que tenía el colectivo en cuestión en su actividad laboral diaria.

Además, aprendí en este curso de metodología de la investigación, que para el análisis y la interpretación de los resultados es fundamental basarse en criterios de desempeño establecidos y compararlos con los resultados obtenidos.

Otro momento clave fue el hecho de realizar la actividad en donde había que sintetizar la información sobre los resultados del programa y definir acciones de PS, que me permitió reflexionar sobre lo revisado en las materias de **Promoción de la salud I y II**, puesto que en clases tuvimos una actividad final sobre “La simulación de intervención de un colectivo”, que trataba de poner en práctica el diseño e intervención de propuestas en promoción de la salud. Eso me ayudó a pensar en formas de involucrar al agremiado en el proceso de investigación y reflexión sobre la toma de decisiones para que puedan mejorar su entorno laboral, identificando cada elemento deterior antes de la salud de manera individual y colectiva.

De hecho, esta materia tiene como propósito:

- Profundizar en los conceptos, principios y estrategias de la promoción de la salud, incluyendo la educación para la salud, la promoción de estilos de vida saludables y la creación de entornos saludables.

4

https://www.uacm.edu.mx/Portals/0/OfertaAcademica/CCyH/Programas/CB/PS/3/Intro_metodologia_Invest.pdf

- Los y las estudiantes aplicarán los conocimientos teóricos y metodológicos básicos, así como las habilidades necesarias para la construcción de aprendizajes a partir de su práctica con la finalidad de contribuir al proceso de su formación profesional permanente.⁵

En este caso, en las actividades antes descritas en cuestionarios y las propuestas en promoción de la salud, la materia me ayudó a sintetizar la información para organizar y sistematizar los resultados de las respuestas del formulario sobre sus problemas de salud, condiciones laborales, así como sus prácticas cotidianas en salud.

Como participé del programa me vi involucrado directamente como facilitador al ejercicio profesional en el que me estoy formando, identificando y atendiendo las necesidades de salud que tenían que ver con los riesgos y exigencias de los trabajadores, contribuyendo como promotor de la salud al bienestar del colectivo fomentando la salud y la prevención de enfermedades, estilos de vida y entornos laborales saludables.

Es importante mencionar que de acuerdo a lo planeado para cada actividad en el servicio social, ante las dudas que se nos iban presentando, se nos orientó en consultar las aportaciones de los trabajos de investigaciones realizadas con anterioridad, que nos permitieron ampliar las perspectivas de intervención, teniendo además asesorías referidas entender los riesgos y exigencias a las que se enfrenta el agremiado del sindicato de sobrecargos, por ende esta metodología de trabajo nos permitió pensar de manera reflexiva cómo se realizar las actividades, el paso a paso para cumplir con los objetivos de cada actividad solicitada.

Por supuesto que no únicamente el pasante en promoción de la salud puede contribuir en dichas actividades y en estudiar las necesidades que se presenten del colectivo a tratar, es por ello que se solicitó la colaboración del equipo de los pasantes de Nutrición, contribuyendo ambas formaciones para tener un eficaz trabajo con dos puntos importantes como son:

⁵ https://www.uacm.edu.mx/Portals/0/OfertaAcademica/CCyH/Programas/CS/PS/8/Promocion_salud-II.pdf

1. Se incluyeron diferentes estrategias y técnicas realizando capacitaciones para ayudarnos a realizar las actividades de forma segura.
2. Un enfoque interdisciplinar estructurado con cada participante del colectivo para abordar los problemas y desafíos para su bienestar general.

Una vez cerrada la encuesta diagnóstica se organizó el diseño de la base de datos y análisis estadístico, sobre las condiciones laborales y de salud del personal agremiado al sindicato de sobrecargos participantes, tarea en la que me pude apoyar con la materia de **Bioestadística**, que al cursarla vi puntos importantes que fueron útiles para esta actividad y sistematizando cada resultado obtenido de la información del colectivo, permitiéndome identificar necesidades y facilitar el ordenamiento de cada resultado para documentar la evidencia científica.

Ya que el propósito de esta materia es:

- Aplicar correctamente los métodos de la estadística para la ejecución de la investigación de los procesos relacionados con la salud del colectivo.
- Interpretar correctamente los resultados estadísticos obtenidos de la investigación de los procesos que inciden en la salud del colectivo.⁶

Por otra parte, aprendí que una base de datos es una herramienta de suma importancia para el promotor de la salud, permitiendo tener los resultados más ordenados y trabajar de manera más efectiva en equipo y facilitar la comunicación con las y los encargados del programa, haciendo ver que como futuro promotor de la salud debo utilizar con mayor frecuencia las herramientas y conocimientos que la universidad me brindó para obtener los resultados deseados al momento de utilizar una metodología de investigación y al facilitar soluciones innovadoras en situaciones reales.

Sin dejar a un lado el curso de **Patología I**, del cual consideró que no logré un buen conocimiento, ya que la cursé en tiempos de pandemia, lo cual no permitió ver a profundidad conceptos importantes sobre salud y enfermedad, recuerdo que en algunas clases se abordaban las enfermedades, enfocándose en las causas que

⁶ <https://www.uacm.edu.mx/Portals/0/OfertaAcademica/CCyH/Programas/CB/PS/3/Bioestadistica.pdf>

las producen en cada persona y los cambios que sufre el cuerpo estructuralmente, manifestándose en signos y síntomas. Siendo así fundamental para entender diferentes patologías que presentaba el colectivo referente signos de alerta, principalmente de sueño y cansancio que tenía que ver con los diferentes cambios de horario que su actividad laboral exige, proporcionando información esencial completar algunas actividades que tenían que ver con el llenado de sus resultados de cada participante, con ello lo fundamental de esta materia que es “incorporar conocimientos teóricos y metodológicos que le permitan al estudiante desarrollar habilidades para la detección de necesidades y promover la mejora de la calidad de vida de los sujetos y sus comunidades, a través del diseño de programas de promoción de la salud”.

Ya que la materia que tiene un propósito:

Conceptualizar el fenómeno de la salud a partir del estudio y comprensión de la calidad de vida y el bienestar, propio de las sociedades, conocerá los elementos estructurales del comportamiento humano implicados en el proceso salud enfermedad y desarrollará los pasos del método científico. Elaborará programas de promoción de la salud para la identificación de los factores de riesgo y la solución de problemas de salud específicos.

Por último, las enseñanzas de las encargadas del programa tuvieron impacto en mi formación académica, lo cual reconozco como resultado positivo, puesto que obtuve satisfacción, desarrollándome en el programa y por lo tanto entregó mi informe de servicio social, teniendo claro que cada materia me proporcionó herramientas y conocimientos que me ayudaron a realizar cada una de las actividades sin problema, logrando sentirme más seguro de mis aprendizajes y habilidades como promotor de la salud. Gracias a mi universidad y a las personas que me apoyaron por este logro.

Valoración crítica de los alcances del servicio social

Me incorporé en la parte inicial de la investigación sobre condiciones laborales y de salud del personal de aviación: sobrecargos, ya que la prestación de mi servicio social inició en el mes de octubre 2023, cuando se estaba definiendo el protocolo y mi participación concluyó hasta el análisis de la encuesta diagnóstica, para que posteriormente mis compañeros nuevos en el servicio social sigan con el proyecto a trabajar, sobre las encuesta larga y productos de propuestas de promoción de la salud.

Al iniciar mi servicio social no sabía bien la importancia de escoger entre un programa interno o externo acorde a mi licenciatura y qué alcances podía tener para mi formación profesional. Sin embargo, tuve la oportunidad de platicar previamente con la Mtra. Claudia López Ortiz, que era una de las responsables del programa interno y empecé a interesarme en la manera de ver mi servicio social como una oportunidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de la licenciatura. Entonces me puse metas, de las cuales muchas de ellas se pudieron cumplir como prestador de servicio social y otras no, como llegar a concretar las actividades relacionadas con la encuesta larga y afinar las propuestas de promoción de la salud por el hecho de haber finalizado mi prestación en el programa, antes de que se concluyera pues hubo algunos problemas que obligaron a recalendarizar el cronograma propuesto de forma inicial.

Cada una de las actividades en el servicio social me permitió aplicar diversos adquiridos en la licenciatura. Siendo una experiencia para crecer como futuro Promotor de la Salud, proporcionándome enseñanzas nuevas y una oportunidad de usar habilidades en busca de fortalecer mi formación académica.

Concretamente el servicio social me dio la oportunidad para que esas habilidades adquiridas pudieran ser puestas en marcha en la interacción con diversas personas. Estudiando la perspectiva sociohistórica más a detalle, en la que se explica a la salud no solo como no estar enfermos, ya que tiene un concepto más amplio de lo

que es estar sanos: tener bienestar. Ello se logra al tener un trabajo satisfactorio y con condiciones dignas con las que se pueda optar con mayor facilidad por estilos de vida saludables. En la perspectiva tradicional, sustentada en lo biológico, se piensa que se puede cambiar el estilo de vida fácilmente, y no tiene en cuenta que para tener la salud que se busca, es importante contar con la satisfacción de las necesidades básicas, que hacen que los individuos tengan bienestar y calidad de vida.

Fue evidente para mí, cómo lo social tiene un impacto en la salud física y mental, por la búsqueda de información que hice para la construcción del estado del arte de las y los trabajadores de salud en el periodo de la COVID-19, quienes eran expuestos a jornadas extensas, horarios seguidos y con descansos reducidos en condiciones adversas por la magnitud de la problemática y los recursos disponibles, sin tener en cuenta que su salud era impactada por una causa social, produciendo una mayor frecuencia de casos con burnout y estrés entre estos grupos de trabajadores.

Además de ir comprendiendo más cómo las condiciones laborales impactan en el proceso de salud-enfermedad de las personas, me fui familiarizándome con mi servicio social fácilmente, experimentando situaciones reales y entendiendo la vinculación con el marco teórico. Entendiendo los riesgos y exigencias de este colectivo, al saber cómo impactan en la salud física y mental de las personas que trabajan como sobrecargos, siendo una causa social que genera la salud y enfermedad, un ejemplo fueron los cambios en los descansos y recesos que se dieron por contrato motivados por las condiciones en pandemia generando fatiga o sea un padecimiento físico y mental, ya que lo que hacían cotidianamente se cambió, y no es que ellos lo eligieran si no que fue determinado por causas sociales, políticas y económicas. A partir de ello distinguí con mayor claridad que, mientras que la conocemos como perspectiva biológica de la PS asume que podemos optar por cambiar nuestros estilos de vida no saludables por los saludables tan solo por prescripción, un ejemplo sería, cuando los médicos te indican comer saludable y que por mandato ya lo tienes que hacer, sin pensar, si tendrás las posibilidades o

no, como son el acceso a alimentos adecuados, o a los tiempos disponibles, por mencionar algunos, dándolo por hecho que lo harás, mientras la perspectiva social reconoce que los sujetos tienen ciertos condicionantes que no les permiten hacer ese cambio y aunque lo pretendan no lo pueden hacer. Entendiendo que hay cosas determinadas sociohistóricamente y no siempre nuestra salud individual es nuestra total responsabilidad como lo marca la perspectiva biomédica, que siempre van a ver condiciones sociales y económicas que impidan para contar con un bienestar y un estilo de vida saludable.

El hecho de trabajar con un grupo de estudiantes que en la mayoría no se conocían es complejo, pero en esta ocasión en mi experiencia representó una fortaleza para el servicio social ya que se aprende del conocimiento de ellos y la experiencia como grupo al coincidir con los mismos beneficios, es posible que, con el paso del tiempo, pueda tener la oportunidad de difundir lo aprendido en mi servicio social, así como un sinfín de términos que desconozco y necesito aprender en esta experiencia que difícilmente olvidaré.

Las actividades realizadas durante el programa me ayudaron a tener más conocimientos de los que adquiriré en mi formación académica. La extracción de temas de salud para el estado del arte y la carga de la base de datos es de gran importancia para los promotores de salud, ya que en la actualidad es importante saber sobre condiciones laborales y problemas de salud que abarcan muchos temas de inseguridades y mitos que tienen que ver con los problemas que enfrentan las y los trabajadores en sus áreas de trabajo, que ponen en riesgo su salud y continuidad laboral y que tienen que ver con los entornos saludables y el bienestar de las personas y colectivos, incluyendo a la promoción de la salud que va de la mano con la prevención de enfermedades.

Como lo dije al principio, ponía en duda el significado que tendría para mí el servicio social, no conocía la importancia que tiene que ver con la manera de ver las cosas dentro y fuera de las aulas de clase, pues ya estando en el programa tuve en cuenta lo que dice la perspectiva de intervención social, que es un punto que tiene que ver con la licenciatura. “Se considera que la salud está influenciada por factores

sociales, económicos y ambientales, por lo que se busca promover cambios en el entorno que favorezcan la salud" (UACM,2020).

A continuación, expongo lo que pude alcanzar gracias a mi servicio social:

1. El programa me ayudó a reforzar los conocimientos que adquirí en las aulas de clase.
2. Las actividades que realice durante mi servicio social me permitieron desarrollar nuevos conocimientos, que en un futuro me ayudarán a mi formación profesional y personal.

En lo personal pude reforzar aspectos individuales como:

1. Administración de mi tiempo, me dieron habilidades para poder mezclar mis responsabilidades personales con mi servicio social.
2. Plan de carrera: logré profundizar elementos de la perspectiva sociohistórica
3. Experiencia profesional, acciones que puedo emplear a futuro en el campo laboral, teniendo en cuenta mis habilidades y cualidades.
4. Relaciones públicas e interpersonales, que me ayudaran a fomentar mi confianza y mi bienestar en el ámbito individual y laboral.

Es un placer lograr los objetivos planteados, que fue culminar mi servicio social con la experiencia para continuar con mi formación profesional.

De acuerdo a lo expuesto, cuando el pasante sale de su rutina diaria de las clases y trabajos diarios, tiene el alcance y la oportunidad de salir a poner en práctica lo aprendido gracias al servicio social y conectarse con el mundo exterior. Esto ayuda al convertirse en un profesional por un momento y permitiéndose vivir la experiencia de ayudar a la sociedad y entender los retos e inseguridades que existen fuera de las aulas, con el apoyo de las y los encargados académicos y del personal administrativo.

A continuación, se muestra una tabla sobre los alcances que tuve en cada una de las actividades descritas en la página principal de SIRASS, con el perfil académico para los pasantes en Promoción de la Salud.

Tabla 2. Comparativo entre actividades descritas del Servicio social para PS y el perfil de egreso de la licenciatura en Promoción de la salud

Actividades	Alcance
Investigación documental sobre la problemática.	Se cumplió en tiempo y forma, aportando aprendizaje en mi formación académica relacionándolo con mi marco teórico sobre Condiciones Laborales y de Salud, aportando datos importantes para la elaboración del trabajo recepcional.
Toma de datos antropométricos.	Se cumplió en tiempo y forma, aportando aprendizaje de mi formación académica, con definiciones y practicas referentes a la salud del cuerpo humano, que fueron aplicados en la Jornada de Salud.
Sistematización de datos obtenidos de instrumentos aplicados.	Se cumplió en tiempo y forma, aportando aprendizaje en mi formación académica documentando a detalle con datos la determinación social que plantea perspectiva sociohistórica.
Diseño de propuestas de Promoción de la Salud.	Se toma como una limitante ya que no se logró el objetivo en tiempo y forma, finalizando antes mi servicio social, quienes se encargarán de cumplir con este objetivo, serán los siguientes compañeros que se inscriban al programa.

Elaboración propia a partir de la información extraída de la página web de la UACM

En resumen, el cuadro muestra los alcances y las limitaciones que explicaré en el siguiente apartado.

Valoración crítica de las limitaciones del servicio social

Hablar de limitaciones del servicio social, luego de la descripción y el análisis de cada una de las actividades mencionadas en el cuadro anterior, en el que se muestra una limitación al no cumplir con uno de los objetivos del programa, ya que plantea hacer el diseño de la libreta sobre propuestas de Promoción de la Salud, en el cual no tuve oportunidad de participar no por falta de tiempo, si no que terminó el periodo de mi prestación de servicio en el programa, antes de que se pudiera realizar la actividad, sobre la cual solo se hicieron algunas propuestas considerando los resultados de la encuesta diagnóstica, siendo una limitante para mí, buscando alcanzar ese objetivo para añadirlo a mi experiencia profesional.

El inicio fue desorganizado, se fueron definiendo actividades extras y separando del tema importante que era condiciones laborales y de salud de las y los sobrecargos, manteniendo tiempos muertos a espera de autorizaciones por los representantes del sindicato, ya que atravesaron una serie inconvenientes como cambios del personal en el sindicato, en particular el de la titular de previsión social quien tuvo que renunciar al cargo por motivos de salud y que fungía como la principal contacto para el desarrollo de la investigación, además de las pausas por las negociaciones contractuales que afectó en la organización y estructura de las actividades como se habían planteado en el cronograma.

En la mayoría de los casos el servicio social depende de los recursos materiales y humanos para llevar a cabo cada programa, pero al momento que falta un recurso puede generar retrasos en las actividades y en su caso, conflictos dentro del equipo de trabajo. Si bien ello es una limitante para cumplir con el objetivo planeado para la o las actividades, también obliga a los y las pasantes a replantear las estrategias favoreciendo el aprendizaje para su resolución, lo cual enriquece la formación profesional.

Se sugiere también, que exista un seguimiento pleno por parte de la universidad a través del personal administrativo, que vean la importancia del servicio social, apoyando e impulsando la práctica y el esfuerzo de cada uno de nosotros.

Lo que no está exento de cuestionamiento es que no hay un seguimiento por parte del personal administrativo en servicio social. En los 12 meses que estuve en el programa ninguna autoridad administrativa nos contactó o se acercó a nosotros con el fin de saber cómo íbamos o cómo nos sentíamos cumpliendo nuestra prestación de acuerdo con los objetivos señalados para su inscripción como programa de la licenciatura y para uno como estudiante es importante saber el interés que hay de parte de las autoridades por conocer los avances que tienen sus futuros licenciados.

Limitaciones que hacen referente a una mala organización o conflictos son:

Transporte. La jornada de salud que fue una de las actividades en campo, se realizaron unos días en las instalaciones del sindicato (ASSA) ubicado en Colonia del Valle, y otros en sus instalaciones del aeropuerto, para ello fue necesario contar con apoyo de transporte, en principio para el traslado cuidadoso de las muestras y materiales, aunado al apoyo para los y las estudiantes y profesores, en ocasiones no se prestaron los servicios de transporte pactados por parte de la Universidad, ya sea porque no servía el transporte, que no había llegado a tiempo el chofer, que no existía permiso por parte de la universidad, que desconocían el tema, siendo que cada estudiante tendría que trasladarse por sus propios medios poniéndose en riesgo al trasladarse por su cuenta y con el tiempo medido para llegar a realizar la actividad a una hora muy temprana.

Asimismo, poniendo en riesgo el proyecto ya que en dos ocasiones se canceló el transporte universitario lo que implicó retrasos para llegar, -a tiempo a las oficinas de la Del Valle, además las salidas al terminar la jornada variaban impactando en la necesidad de algunos y algunas estudiantes en su retorno a las instalaciones del plantel, que les permitiría tomar clases o asesorías según el caso. Afectando la planeación en la conformación de los equipos de atención en estos días de la jornada en salud. Para resolver la situación las encargadas del programa hicieron uso de recursos propios para la reposición del gasto en los traslados de los y las

pasantes mientras se resolvía el problema del transporte, para ello se contó también con el apoyo del transporte privado del sindicato para los días en que la jornada se llevó a cabo en el aeropuerto, además de que ofrecieron alimentación dentro de sus instalaciones. Es fundamental generar mejores formas de coordinación entre las áreas de la universidad que favorezcan tanto el trabajo como la impresión de nuestra universidad.

Además, valdría la pena mencionar que la toma de muestras iniciaba temprano, lo que implicaba llegar con tiempo de antelación para montar los cubículos de trabajo, por lo que los retrasos por diferentes causas ajenas de los integrantes del equipo, tenían como consecuencia que se perdiera tiempo valioso para realizar actividades con los agremiados participantes.

Organización y Tiempo. El inicio desorganizado, donde todavía no había claridad de cuándo se cerraría el periodo de aplicación de la encuesta diagnóstica, ya que en la fecha pactada aún no se alcanzaba el número de respuestas para una muestra representativa y que afectaba iniciar actividades, por lo que las responsables del programa nos pusieron a realizar el estado de arte en salud mental del personal de salud, para aprovechar tiempos de espera. Ello ocasionó que en el cronograma del protocolo se fuera alargando, causándome por algún tiempo desinterés, teniendo en mente abandonar el programa.

Con lo referente a esas limitantes, en mi opinión pueden estar en riesgo los programas internos como externos, debido a la falta de empatía y acercamiento del personal administrativo, puesto que la convivencia de ambas partes es de mucha ayuda para buscar soluciones tempranas teniendo resultados positivos y mayor interés por parte del estudiantado a la hora de seleccionar cualquier programa.

Si pudiera cambiar ahorita algo teniendo en cuenta lo que viví, sería del trabajo colaborativo: aprovechar las destrezas y habilidades mostradas de cada participante, atención por parte del personal universitario, un ambiente lleno de comunicación y respeto, para facilitar la colaboración en equipo y un ambiente libre de malos comentarios hacia los demás.

Pero con defectos y virtudes, como prestador de servicio social, me quedo con que fue un recurso invaluable al que pude aspirar como promotor de la salud, y con ello la oportunidad de poner en práctica el alcance que tuve como estudiante, cuestionarme lo que en verdad aprendí, así como retener lo que me era útil y desechar lo que no. Además, que me gusto hacer promoción de la salud.

RECOMENDACIONES Y SUGERENCIAS

Por el tiempo que estuve en el servicio social, puedo tener en claro que fue una parte importante en mi formación académica, incluyendo mi desarrollo como futuro promotor de la salud, ya que cada actividad en la que apoyé, aportó nuevas experiencias y conocimientos que puedo aplicar en el ámbito laboral.

Si bien los programas que ofrece la Universidad son buenos, recomendaría hacer más difusión de los programas que existen internos y externos, en experiencia propia desconocía como ingresar o conocer más sobre ellos, dejando algunas recomendaciones y sugerencias a continuación derivadas de mi experiencia:

a) Administrativas:

- Al área encargada de los programas del servicio social, una mayor difusión de los puntos más fuertes que tenga cada uno de sus programas internos, para que los estudiantes puedan adoptar y quedarse dentro de la universidad con el fin de cumplir sus objetivos y tener los beneficios que la universidad le puede ofrecer al escoger una parte de ellos. Para que esto funcione sugiero que se hagan videos que promocionen los servicios sociales, como en la radio de la universidad, donde periódicamente podrían hacer divulgación de ellos y que de esta forma los y las estudiantes entiendan que el servicio social es una herramienta que les rinde frutos para su campo laboral y desarrollo profesional.
- Que las autoridades les hagan ver a las y los encargados del servicio social la importancia de la misión y los objetivos formativos que tienen en los diferentes programas que ofertan, tanto internos como externos, con el fin que los y las estudiantes conozcan perfectamente cada uno de los programas para tener una mejor toma de decisión y puedan desempeñarse y sentirse parte de la universidad.

- Que se monitoree el alcance y aportación que deja cada servicio social, para que el estudiante tenga una mejor percepción acerca de los programas y cambie su manera de ver el servicio como obligación y que conozca que le aporta a su formación.

b) Al programa en que estuve inscrito

- Que, al inicio de cada programa de servicio social interno, defina debidamente los recursos que se tienen para dicho programa, para alcanzar los objetivos y disminuir la pérdida de tiempo en cada actividad de campo, prestar más atención en cada resultado que se obtiene con el fin de apoyar a cada participante en lo que se necesite.
- Dar mayor seguimiento a las y los servidores (estudiantes) aprovechando las cualidades personales con el fin de repartir tareas y/o actividades dependiendo las habilidades de cada uno, adaptándolas a las necesidades del programa y procurando el aprendizaje entre pares.
- Considerar actividades adicionales por los posibles retrasos en el cronograma que pueda generarse.

En función de lo anterior se realizan las siguientes sugerencias de coordinación entre el área administrativa y los y las responsables del programa:

- Estar en comunicación para que haya una evaluación y seguimiento de los pasantes de cada uno de los programas y así poder darse cuenta si cumplen con las expectativas y estén funcionando adecuadamente y de esta manera hacer que los programas sean más interesantes y satisfactorios para los y las estudiantes.
- Tener ambas instancias más interacción entre ellas y con los y las estudiantes, también se recomienda que haya un reconocimiento por parte de las autoridades haciéndonos ver si hubo un buen desempeño para

motivar a las y los nuevos estudiantes que buscan integrarse a los programas.

- Programar juntas recurrentes mientras dure cada programa, con el fin de atender cualquier problema que surja y lo analicen para tener acuerdos mutuos y puedan exponerse con autoridades, obteniendo un apoyo en conjunto para lograr lo que se busque.
- Que los recursos materiales de apoyo que son pactados sean lo suficientes para tener un mejor desempeño.
- Actualmente en los correos institucionales se está difundiendo la realización de una feria de presentación de los diversos programas de servicios social, es una actividad que va en el sentido de lo sugerido por lo que espero que se realicen de forma continua.

Sabemos que la universidad procura que los y las estudiantes vean al servicio social como una herramienta para su crecimiento profesional y no como una obligación, espero que de llevarse a cabo estas sugerencias y recomendaciones que expongo puedan ser de utilidad para los próximos estudiantes que opten por los programas internos que ofrece la universidad y tengan esa importancia e interés que falta por adoptar, y que, de esta manera, tengan mayores posibilidades en su desarrollo profesional.

CONCLUSIONES

En mi experiencia, una ventaja del servicio social, al ser un programa interno, es que da mayor garantía de aportar a la formación profesional prevista en el plan de estudio, ya que las encargadas del programa son docentes en Promoción de la Salud, que tienen mayor claridad de perfil de egreso a diferencia de algunos de los programas externos que pude investigar, que no cuentan con esa comprensión, por lo que las actividades que proponen no ponen en práctica lo aprendido en la licenciatura, si bien es una oportunidad de aprender cosas nuevas.

Realizar mi servicio social en el programa sobre “Condiciones Laborales y de Salud del personal de Aviación”, me enseñó a valorar aquellos conocimientos que durante mi formación académica no los vi como importantes, ejemplo: algunas clases sobre la perspectiva socio histórica que se ve en Salud Publica III, porque de esto se trató mi informe de servicio social, el marco teórico, que utilice fue esencial para el estudio de los casos de salud y enfermedad. Ya que me permitió conocer más sobre cómo las condiciones que involucran el trabajo de las personas suelen impactar en su física y mental.

El utilizar los diferentes conocimientos en cada una de las actividades a las que puede apoyar, fueron de gran ayuda, desde la creación de la base de datos y las propuestas de promoción de la salud, tienen que ver con algún tipo de satisfacción propia por el haber aportado un poco, en este caso al agremiado y a las y los encargados del programa, con base a los resultados que observé, infiero, que todos fueron recompensados con la eficiencia, que dejó el servicio social cumpliendo con los propósitos marcados desde el principio.

También espero que este trabajo, sirva como conocimiento para estudiantes que estén en busca de un programa que les brinde la confianza y tenga todo lo necesario para que cumplan sus expectativas a corto y largo plazo.

Ha sido una parte de una experiencia muy agradable en mi proceso de mi formación académica, resultado del conocimiento adquirido de acuerdo con el plan de estudios

que otorga la Universidad, me ha dejado un gran aprendizaje, teniendo valores que resaltan como la responsabilidad, respeto y la participación, que sin duda el compromiso es un valor muy resaltado por parte de la universidad y del servicio social que ha dado lugar a mi crecimiento y desarrollo como futuro Promotor de la Salud

Por lo anterior, en cada una de las actividades del programa, pude poner en práctica mi formación académica, reconociendo también que fue útil para el agremiado ya que la presencia de promotores y promotoras de la salud sensibilizo sobre la importancia de los datos científicos a través de la investigación, que les permite demostrar a la empresa los daños a la salud física y mental que están padeciendo en su vinculación con las condiciones laborales, por lo que el margen de negociación se amplía y justifica para los nuevos contratos que mejoren algunas de las exigencias o protejan sobre los riesgos de salud que se presentan día a día en sus actividades laborales.

Por otro lado, los participantes pueden aumentar sus capacidades para desempeñarse de forma más segura laboralmente, así como reflexionar y adoptar responsabilidades propias al momento de realizar sus actividades y sensibilizar cada participación en sus asambleas sindicales para mejorar las condiciones colectivas. Por eso es muy gratificante por haber puesto un poco de mis conocimientos para dar al agremiado los medios para mejorar su salud y dejar una buena impresión de mi persona y de mi Institución y cada uno de mis profesores.

Al final de todo esto considero cumplido mis objetivos en el servicio social, ya que, si logré la mayor parte de las actividades propuestas por las encargadas del programa, así como también implementé varios de los conocimientos adquiridos durante mi formación académica. Gracias a este programa pude experimentar que la mayoría de conocimientos y habilidades que tiene el plan de estudios de la licenciatura en promoción de la salud, si fueron importantes para el manejo adecuado en campo durante la jornada de salud y las actividades a realizarse.

Por último, me gustaría hablar de los resultados emocionales. El servicio social me permitió conocer compañeros de otras licenciaturas, cuyos intereses eran en

particular los mismos a cumplir. A pesar de muchas diferencias personales y de aspiraciones que había se pudo trabajar en conjunto, en mi persona pude observar algunos resultados importantes como son:

- Aprendí a convivir con investigadoras e investigadores de la Universidad plantel Tezonco adquiriendo conocimientos, aprendizajes, habilidades nuevas, que me fueron y serán útiles para el mundo laboral y mi reporte de servicio social.
- Entendí la importancia en el trabajo en equipo, ya que es de mucha ayuda las diferentes ideas que aportemos cada uno para sacar a flote las actividades asignadas, así se puede formar una idea más clara sobre cómo se deben de hacer las cosas y experimentar el intercambiando experiencias y ayuda entre pares.
- Puse en práctica conocimientos y herramientas que se me fueron proporcionadas durante mi formación académica, teniendo claro que el aprendizaje se puede compartir y utilizar de manera adecuada, en cualquier situación que se presente en mi profesión.

FUENTES CONSULTADAS

Bertolozzi, M. R., & De la Torre Ugarte, M. C. (2012). Salud colectiva: fundamentos conceptuales. *Salud Areandina*, 1(1), 24–36.

Cardeña, R. S. (2018, 10 de noviembre). Vista de ¿Formación integral en la universidad? La voz de los estudiantes de una universidad privada de Mérida | CPU-e, Revista de Investigación Educativa. CPU-e, Revista de Investigación Educativa. Recuperado el 1 de abril de 2025 de, <https://cpue.uv.mx/index.php/cpue/article/view/2601/html>

Gobierno de México. (2015, 17 de agosto). Promoción de la Salud. Recuperado el 4 de marzo del 2020 de, <https://www.gob.mx/salud/articulos/promocion-de-la-salud-9799>

Guzmán, L (2020). Promoción de la Salud Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Recuperado el 7 de marzo del 2020 de, https://uacm.edu.mx/Oferta_academica/CCyH/Licenciaturas/PS

Instituto de Salud Pública y Gestión Sanitaria, Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. (s.f.). recuperado el 7 de marzo del 2020 de, – ISG. <https://isg.org.ar/wp-content/uploads/2011/08/Carta-Ottawa.pdf>

Méndez, M. A., & Martínez, S. (2022, 1 de junio). Exigencias laborales y daños a la salud del personal de tránsito aéreo. *Integración Salud-Seguridad*. Recuperado el 7 de marzo del 2020 de, <https://www.redalyc.org/journal/6735/673573283001/html/>

Muñoz, A. I. (2010, septiembre). Promoción de la salud en los lugares de trabajo: teoría y realidad. *SciELO España - Scientific Electronic Library* Recuperado el 1 de abril 2025 de, Online. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2010000300004

Noriega, J., Carvajal, C., Grubits, S. (2009). La Psicología Social y el concepto de cultura. *Psicología y Sociedad* 21(1), 100-107.

Noriega, M., Villegas, J. (1989). *El trabajo sus riesgos y exigencias*. México, situam.
<http://www.scielo.br/pdf/psoc/v21n1/12.pdf>

OMS. (2010). *Entornos Laborales Saludables*. IRIS Home. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/44466/9789243500249_spa.pdf

Rosales, R & López, C (2021). Recuperado del 1 de abril de 20205 de, Marco teórico metodológico en Condiciones Laborales y de Salud: Estudio de Caso, UACM. *CondicionesLaborales.pdf*

UACM. (2020). *Promoción de la Salud*. Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Recuperado el 22 de abril del 2025 de, https://www.uacm.edu.mx/Oferta_academica/CCyH/Licenciaturas/PS

UACM-SIRASS (2023) *Condiciones laborales de personal de aviación*. SiRASS. SiRASS | Sistema de Registro y Administración de Servicio Social. Recuperado el 03 de junio del 2025 de, <https://serviciosocial.uacm.edu.mx/cprogramas/15361>

UNAM. (2016, 16 de febrero). *ABC del servicio social de Escuela Nacional de Trabajo Social - UNAM*. Recuperado el 7 de marzo del 2025 de, <https://www.siients.unam.mx/serviciosocial/inicio.php?clave=ABCSS>

ANEXO

En este apartado se integran imágenes que muestran actividades realizadas en la Jornada de Salud en las instalaciones de ASSA México, que fue sede en las oficinas de Patricio Sanz 751, del Valle Centro, Benito Juárez, Ciudad de México, CDMX, en las cuales realice parte de mi servicio social.

