

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

**Mi experiencia como Promotora de la Salud
en el Sistema de Salud Pública de la Ciudad de México
en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa**

MEMORIA DE EXPERIENCIA PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

P R E S E N T A

MARÍA ABIGAIL SÁNCHEZ DE LA CRUZ

DIRECTOR

MTRO. JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ SILVA

Ciudad de México, junio de 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

Hace poco más de cinco años que mi vida cambió por completo, quizás si hubiese sabido a todas las carencias que me enfrentaría y los problemas que me acogerían, jamás lo hubiera intentado. No obstante, con el paso del tiempo se aprende que la felicidad es gratis y fiel compañera de todos los días. Deseo agradecer profundamente a la casualidad que la vida me otorgó al haberme puesto en un hogar maravilloso al nacer, y agradecer profundamente a la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, no solo por permitirme pertenecer a ella y culminar mis estudios profesionales, si no por brindarme un hogar y darle un sentido a mi formación académica.

A mi director por sus sabios consejos, quien ha venido guiando desde hace unos meses mi formación no solamente académica, sino como persona, sin lugar a duda me han dado lugar a ver en la naturaleza esa combinación de complejidad y sencillez, que a la vez se presenta de gran aprendizaje que resultó para mí la realización de este trabajo, que en ocasiones no encontraba la llave mágica que abre las puertas hacia el camino de las soluciones. Quiero enfatizar mi agradecimiento por tener la paciencia ante mis dudas, y por escuchar atentamente los problemas que a lo largo surgieron en la elaboración de este trabajo, gracias por sus enseñanzas, ideas y conocimientos compartidos.

A mis sinodales, gracias por darme la oportunidad y por el tiempo que me han dedicado a leer este trabajo, por su guía y apoyo he llegado a realizar uno de mis anhelos más grandes de mi vida, fruto del inmenso apoyo, amor y confianza que en mi se depositó y con los cuales he logrado terminar mis estudios profesionales, que constituyen el legado más grande que pudiera recibir y por lo cual les viviré eternamente agradecida, con cariño y respeto.

Sabiendo que no existirá una forma de agradecer una vida de sacrificio y esfuerzo, quiero que sientan que el objetivo logrado también es suyo, y que la fuerza que me ayudo a conseguirlo fue su apoyo. Sin lugar a duda este trabajo no pudo haberse realizado sin la formación que recibí durante cuatro años, gracias a todos los maestros que contribuyeron realmente en mi formación, que compartieron conmigo sus conocimientos a lo largo de mi educación.

DEDICATORIA

A mi madre quién me crio, educo y me enseño lo bonito de la vida, gracias por mostrarme el camino correcto y guiarme a él, por darme todo sin pedir nada, por ser la amiga y compañera que me ha ayudado a creer, gracias por estar siempre conmigo en todo momento y por la paciencia que ha tenido para enseñarme, por el amor que me ha dado, por sus cuidados en el tiempo que hemos vivido juntas, por los regaños que me merecía y que no entendía, gracias mamá por estar al pendiente durante toda esta etapa y por estar siempre en los momentos importantes de mi vida, por ser el ejemplo y mi pilar para salir adelante, por los consejos que han sido de gran ayuda para mi vida y crecimiento. Este trabajo es el resultado de lo que me has enseñado en la vida, entregada a tu trabajo y una gran mamá, pero más que todo, una gran persona que siempre ha podido salir adelante y ser triunfadora, es por ello que hoy te dedico esto, gracias por confiar en mí y darme la oportunidad de culminar esta etapa de mi vida, porque gracias a tu apoyo y todo he llegado a realizar la más grande de mis metas. La cual constituye la herencia más valiosa que pudiera recibir.

A mis hermanos José y Jesús, gracias por enseñarme que la vida es más divertida cuando hay compañía, por ser mis hermanos y por ser mi mayor fuente de apoyo en esta travesía, valoro mucho las lecciones de vida que me han impartido y por el cariño que siempre me han brindado, por su apoyo incondicional, que con su amor me han enseñado a salir adelante, su constante aliento y su presencia inquebrantable han sido un pilar fundamental en mi camino, gracias por su paciencia, gracias por preocuparse por su hermana menor, gracias por compartir sus vidas conmigo, pero sobre todo, gracias por estar en otro momento tan importante en mi vida. Mi gratitud hacia ustedes es imposible de expresar completamente.

A mis amigos, por pasar a mi lado los momentos de mi vida universitaria, apoyándome en mi formación como persona, gracias por darme una luz de pensamiento y enseñarme a no cometer los mismos errores y a corregir el camino, han dejado en mí una huella y conocimientos; estar siempre en las buenas y en las malas, seguir un camino que lleve al éxito, agradezco el gran apoyo a mi amigo Javier Ibáñez Villanueva jamás te olvidare QEDP.

He llegado al final de este camino, y en mí han quedado marcadas huellas profundas de este recorrido, a cada uno de ustedes les dedico este logro de mi vida.

INDICE

1.- INTRODUCCIÓN	1
2.- JUSTIFICACIÓN	2
2.1.- DESCRIPCIÓN DEL DESEMPEÑO PROFESIONAL	3
2.1.1.- PANDEMIA POR COVID 19	3
2.1.2.- PROMOCIÓN DE LA SALUD	19
2.1.3.- PROGRAMA SALUD EN TU VIDA.....	20
2.1.4.- RED DE PROMOTORAS VOLUNTARIAS DE SALUD EN IZTAPALAPA (RPVSI)	29
2.2.- CARTAS DESCRIPTIVAS DEL PROGRAMA DE ACCIÓN ESENCIAL EN SALUD (PAES).....	33
2.3.- PROPUESTA DE CARTA DESCRIPTIVA CORRECTA.....	76
3.- CONCLUSIONES	85
4.- RECOMENDACIONES.....	86
4.1.- PARA EL PROGRAMA DE RPVSI	86
4.2.- PARA ENFERMERÍA	86
4.3.- PARA LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD	86
5.- REFERENCIAS.....	88

1.- INTRODUCCIÓN

Redactar cada una de las experiencias adquiridas, a lo largo de poco más de 4 años durante mi trayectoria laboral como Promotora de Salud en los Servicios de Salud Pública de la Ciudad de México, no ha sido una tarea fácil, tomando en cuenta que un día tiene una duración de 24 horas y en el mismo se participa en miles de interacciones, algunas incluso de manera inconsciente, por tal motivo sería imposible cuantificar con exactitud cada una de estas experiencias.

No obstante, en este documento quedaron plasmadas aquellas experiencias que considero resultan más relevantes para sentar las bases de la imagen y el quehacer de los promotores y promotoras de la salud en el ámbito de la Salud Pública, debido a que aún es un campo del saber en construcción, y por tanto sus conceptos y métodos también lo están, sin duda este tipo de trabajos recepcionales contribuirán en gran medida a tales fines.

De manera concisa, en este escrito están plasmadas mis experiencias como promotora de salud al interior de la Central de Abasto (CEDA), durante la mayor parte de la pandemia por COVID 19, durante las jornadas de vacunación contra el virus SARS-COV2, en Centro de Salud dentro de distintas áreas y particularmente dentro del área de Promoción de la Salud, participando en varios programas tales como: Cáncer de la Mujer, Cáncer del Hombre, Cáncer Infantil, Salud Sexual y Reproductiva, Círculos Maternos, Enfermedades Cardio metabólicas, Salud en tu Vida y por supuesto, Red de Promotoras Voluntarias de Salud en Iztapalapa.

Desde la prevención, educación y atención con fines puramente cuantitativos como medida de eficacia y eficiencia, hasta el trabajo comunitario con fines de reconocimiento, interpretación y transformación de la realidad, cada una de las experiencias plasmadas en este documento fueron de gran valor para mi formación laboral y profesional como promotora de salud.

2.- JUSTIFICACIÓN

La selección de cada una de las experiencias que resulten relevantes para la formulación de este documento, y las cuales han sido adquiridas a través de mi desempeño laboral como promotora de salud, en distintas áreas al interior y exterior de unidades de salud del primer nivel de atención, particularmente en los Servicios de Salud Pública de la Ciudad de México.

Lo anterior, con la finalidad de mostrar la realidad a la que nos enfrentamos las y los promotores de salud al momento de egresar de la licenciatura, debido a que los conocimientos que adquirimos en el aula, de cierta manera no empatan al momento de nuestro desempeño profesional, y más cuando laboras en una institución que le otorga mayor relevancia a la prevención y atención de las enfermedades, por ende a la cantidad de atenciones que puede brindar a la población o como decimos en el medio a la productividad.

Mi experiencia laboral abarca del 1 de mayo del 2020 a la fecha, y como mencioné en líneas arriba han transcurrido más de 4 años, en los cuales he podido adquirir múltiples experiencias en mi paso por los Servicios de Salud Pública de la CDMX, particularmente en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa, durante mi estancia en la CEDA, Jornadas de Vacunación COVID, el C.S TIII Santa María Aztahuacán y el C, S TIII Chinampac de Juárez.

El margen de acción de los promotores de salud al interior de las instituciones de salud pública es limitado, por el modelo higiénico preventivista sobre el cual siguen basando sus acciones.

El actuar de los y las promotoras de salud al interior de los Servicios de Salud Pública de la CDMX, se ve limitado debido a que las acciones siguen basándose en un modelo preventivista y asistencialista de la salud.

Finalmente, considero necesario precisar que la elaboración de esta memoria de experiencia laboral tiene la finalidad de concluir mi titulación, debido a que es un trabajo recepcional para recibir el título de Licenciada en Promoción de la Salud, además de que me permite exponer la vinculación existente entre mi formación académica y mi experiencia profesional, así como dejar un precedente para las nuevas generaciones de Promotores de Salud.

2.1.- DESCRIPCIÓN DEL DESEMPEÑO PROFESIONAL

2.1.1.- PANDEMIA POR COVID 19

En el año 2020 fue declarada la pandemia por COVID 19 en nuestro país, el Gobierno de la CDMX en coordinación con la Secretaría de Salud y a través de los Servicios de Salud Pública de la CDMX, lanzó una convocatoria para la contratación de promotores de la salud con la finalidad de implementar un Operativo de Vigilancia Epidemiológica al interior de la Central de Abasto (CEDA), la cual se encuentra dentro del área de responsabilidad de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa. Lo anterior, debido a la alta transmisibilidad del virus, la cantidad tan grande de personas que se concentraban en esa área, la poca información con la que se contaba para mejorar las condiciones de salud, y que se debía socializar la información que se iba generando sobre las medidas de promoción de salud y prevención del COVID 19, para disminuir su expansión.

Comencé a laborar en dicho programa a partir del 1 de mayo del 2020, desarrollando actividades principalmente preventivas, tales como: la toma de temperatura y entrega de gel antibacterial, además de vigilar que se mantuviera la sana distancia entre las personas que acudían normalmente a laborar o consumir a dichos establecimientos, todo lo anterior como medidas que pudieran coadyuvar a cortar la transmisión del virus SARS- COV2.

Imagen 1 y 2

Trabajo de Promoción en la CEDA



Nota: En las imágenes se muestra como personal de Promoción de la Salud proporciona gel desinfectante a las personas dentro de la Central de Abastos de la CDMX, además de brindarles información básica de prevención del COVID-19. Fototeca personal, 2020.

Aunado a lo anterior, participé en la detección de posibles casos mediante una aplicación llamada “Mensajería CDMX”, la cual recolectaba indicadores acordes a la definición operacional de caso sospechoso, y en caso de que alguna persona obtuviera un alto puntaje, se les canalizaba a las carpas de pruebas y atención médica que se encontraban instaladas en el C5 (Centro de Comando, Control, Cómputo, Comunicaciones y Contacto Ciudadano de la Ciudad de México), a espaldas del Fideicomiso de la Central de Abasto.

Imagen 3

Canalización de pacientes sospechosos



Nota: En la imagen se muestra como el personal con casos sospechosos de CEDA llegaba a las carpas, también se les informaba sobre el procedimiento que se realizaba. Fototeca personal, 2020.

Otra actividad importante que realicé durante dicho operativo, fue aplicar encuestas de local en local en las nave y pasillos que le fueron asignados a mi equipo de trabajo, con la finalidad de elaborar un diagnóstico situacional respecto a indicadores socioeconómicos, sociodemográficos, socioculturales y por supuesto, epidemiológicos. Lo anterior, con la finalidad de orientar nuestras acciones de la mejor manera posible.

Por otro lado, también pude desempeñar algunas acciones de educación para la salud, tales como la elaboración de carteles e impartición de pláticas relacionadas con la higiene correcta de nuestras manos, así como el hábito de mantener la sana distancia al momento de elaborar o consumir en el inmueble en el que nos encontrábamos, uso de cubrebocas, además de otros

temas prioritarios de salud pública, como enfermedades crónicas no transmisibles e infecciones de transmisión sexual, entre otras.

Imagen 4 y 5

Difusión de carteles de medidas de prevención en la CEDA



Nota: En las imágenes se muestra como personal de Promoción de la Salud coloca carteles de prevención básica del COVID-19 dentro de la Central de Abastos de la CDMX. Fototeca personal, 2020.

Lo anterior me sirvió para llevar a la práctica los conocimientos adquiridos en el aula, debido a que es muy diferente al momento de llevar la teoría a la práctica, y más aun tratándose del contexto socioeconómico de nuestro país, en donde gran parte de nuestra población se encuentra en estado de vulnerabilidad en relación a los ejes de desigualdad, como son el grupo etario, sexo, género, clase social y grupo étnico.

La Promoción de la Salud “Consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe de ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente” (Carta de Ottawa, 1986, párr. 2).

Nuestra labor como promotores, principalmente es la de sensibilizar a la población respecto al hecho de que la salud es un derecho, pero también es responsabilidad de cada persona el participar de manera activa en los procesos de prevención, atención, educación y Promoción de la Salud. Por tal motivo, toda acción que implique el fomento de una actitud de autocuidado en la población, es propia de nuestro quehacer. Sin perder de vista que la esencia de

la Promoción de la Salud es la participación comunitaria, es decir que en este tipo de ámbitos las personas tengan la capacidad de trascender su papel de paciente, hacia una participación más activa y consciente, que las personas se reconozcan con capacidades y trabajen por desarrollarlas con la finalidad de elevar su nivel de salud.

Particularmente en el caso del COVID 19, la recomendación que se dio a la población en general fue la de confinarse en casa y evitar cualquier evento de concentración masiva de personas, de hecho en muchos de los casos las empresas optaron por permitir que sus trabajadores ejercieran sus labores a distancia, y los estudiantes estuvieron tomando clases en línea desde el sistema de educación básica, hasta estudiantes universitarios, sin duda dicha situación de confinamiento tendría repercusiones a nivel psicológico en la población.

Debido a lo anterior, también elaborábamos materiales informativos sobre cómo combatir el estrés provocado por el confinamiento, así como actividades que se podían realizar en familia para evitar estos estragos. No cabe duda que la labor en este tipo de situaciones es titánica, pero que también implicaba una gran oportunidad para dar a conocer el perfil y el quehacer de las y los promotores de salud.

Solo lugares que cubrían necesidades básicas como centros de comercio de alimentos, y unidades de atención a la salud en sus tres niveles permanecieron abiertos, tal es el caso de la central de abasto y de ahí la necesidad de nuestras acciones en dicho programa.

Otro tema importante, es el relacionado con la buena alimentación y el COVID 19, debido a que como recomendación general se debían consumir fuentes ricas en vitamina C, D, E u hierro, las cuales pueden contribuir al reforzamiento de nuestro sistema inmune, oxigenación de nuestros tejidos y lubricación de nuestras mucosas, además de recomendar consumir abundantes líquidos, debido al hecho de que un cuerpo hidratado responde mucho mejor ante cualquier tratamiento.

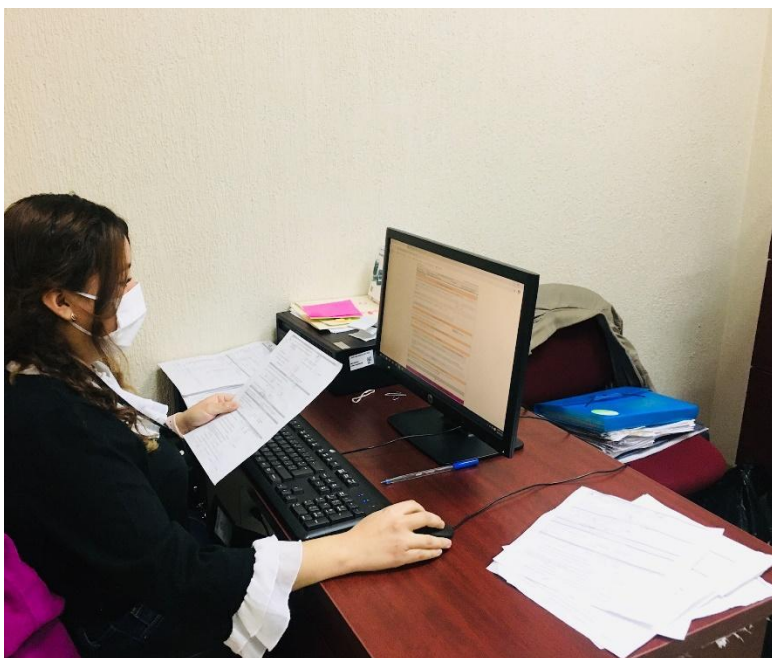
En relación a la atención a la salud durante la pandemia, los servicios principalmente se destinaron a aquellas personas que tuvieran alguna complicación respiratoria y cuya vida estuviera en riesgo, y muchos de los servicios de medicina interna y ambulatoria fueron suspendidos, lo cual era entendible ante el aumento exponencial de casos y de muertes, también se instaló el Centro de Atención City Banamex, donde incluso fungió como albergue

y contaban con camas, ventiladores, medicamentos, alimentos y demás insumos necesarios, además de que personal de enfermería y medicina fue contratado para dicho establecimiento.

Otras actividades que realicé como Promotora de Salud dentro de los Servicios de Salud Pública de la Ciudad de México, particularmente en la demarcación de la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa, y de manera posterior a las actividades realizadas en la Central de Abasto, fue el apoyo en el área de epidemiología del Centro de Salud TIII Santa María Aztahuacán donde realicé la captura de datos de las pruebas COVID-19 que se realizaban día a día en dicho inmueble. También realizaba la concentración de dicha información debido a que de manera diaria elaboraba un reporte de los pacientes que acudían a la unidad médica para realizarse las pruebas, así como la cantidad de pruebas realizadas y de estas la cantidad de pruebas rápidas o PCR y la cantidad de resultados negativos y positivos.

Imagen 6

Captura de pruebas COVID-19



Nota: En la imagen se muestra como personal de Promoción de la Salud realiza la captura de datos de las pruebas COVID-19. Fototeca personal, 2020.

Dichas pruebas se realizaban a personas que cumplieran con determinados signos y síntomas acorde a la definición operacional de caso sospechoso, y en casos particulares a personas a las que quienes se las solicitaban en su centro de trabajo o para viajar al interior y exterior de

la República, e incluso empezaron a solicitar pruebas COVID-19 como requisito para contratación en algunos empleos.

Desde mi punto de vista este tipo de medidas pudieron haber incurrido en discriminación, debido a que aún una buena parte de la población desconoce los servicios públicos a los que puede acceder, y la capacidad económica de la misma en ocasiones no le permite acceder a servicios de carácter privado, y esto representaría una barrera principalmente al momento de aplicar para un empleo.

Cabe mencionar que es entendible que se haya planteado como una medida para cortar la cadena de transmisión del virus, no obstante, la pandemia ya era una situación que menoscababa las condiciones de vida de la población, y de manera simultánea enfrentar el duro golpe del desempleo y no poder acceder a los satisfactores mínimos necesarios, mermaba la salud de la población aún más.

Ante tal demanda, la escasez de pruebas era algo predecible, y por tal motivo otros servicios de salud fueron habilitados para la realización de las mismas, tales como El Instituto Mexicano del Seguro Social, el Instituto de Seguridad y Servicios de los Trabajadores del Estado, así como el hecho de que laboratorios particulares comenzaron a ofertar tal servicio.

Durante toda la pandemia fue evidente el gran compromiso y trabajo por parte del personal e instituciones de salud y particularmente la vigilancia epidemiológica era fundamental para el control de tal situación. Cabe mencionar que a diario se informaba a nivel nacional respecto a las cifras de la pandemia por parte de la Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud.

Imagen 7

Conferencia de prensa vespertina



Nota: En la imagen se muestra la Conferencia de prensa por el Dr. Hugo López Gattel Ramírez, donde además proporciona información de los casos y seguimiento del COVID-19. El occidental, 2020.

El siguiente reto consistía propiamente en la atención a las personas contagiadas “En ese momento lo más importante era proteger a los adultos mayores, que son la población más susceptible a complicaciones por la enfermedad y presentar los casos más graves; lo que tenemos que hacer como población es seguir medidas de higiene y aislamiento social: evitar los saludos de mano, beso y abrazo; lavado de manos lo más frecuente posible con agua y jabón o alcohol gel desinfectante, y no visitarlos si creemos tener síntomas respiratorios o pudimos haber estado en contacto con una persona enferma por COVID-19” (Pérez, 2020, párr. 4).

Lo anterior tiene base en el hecho de que las enfermedades crónicas resultan ser multi orgánicas, y generan un desgaste global del organismo, y más aún si hay presencia de síndrome metabólico, debido a que el sistema inmune se ve mermado y pone en estado de vulnerabilidad a este tipo de personas, por ende, se debía tener especial cuidado en relación al hecho de que pudieran infectarse.

La reconversión Hospitalaria COVID-19 “Considera la capacidad instalada y ampliada de cada unidad, con el objetivo de atender oportunamente la demanda en cada región del país al tiempo que promueven modelos de prevención de infecciones y bioseguridad que limitan el

riesgo de transmisión para la población y los trabajadores de salud” (Secretaría de salud, 2020, p.7).

“La participación articulada de los gobiernos, las entidades federativas y las instituciones del Sistema Nacional de Salud, ocupa especial relevancia para garantizar el acceso, la continuidad de la atención y la efectividad clínica a la población dentro del territorio nacional” (Secretaría de Salud, 2020, p. 7).

Valdría la pena hacer la precisión respecto a que las pruebas que se realizaban eran de dos tipos, PCR y Rápida, la prueba PCR consiste en detectar el ARN del virus SARS- COV2, ambas muestras se obtenían de manera nasofaríngea mediante un hisopo, solo que en el caso del PCR la entrega del resultado tardaba alrededor de 3 días hábiles y la prueba rápida demoraba alrededor de 15 minutos en procesar y obtener los resultados, que eran positivo, negativo o nulo.

A los pacientes que obtenían un resultado positivo, se les recomendaba someterse a aislamiento de 15 días sin tener contacto con sus familiares u otras personas, uso de desinfectante antes y después de tomar algún objeto, desinfectar todos los alimentos, usar caretas, cubre bocas y tener un espacio exclusivo para la persona infectada, se le daba tratamiento y seguimiento médico mediante visitas domiciliarias o vía telefónica, todas las acciones anteriores con la finalidad de cortar la cadena de transmisión del virus.

La mayoría de estas pruebas fueron realizadas por médicos en un primer momento, y ante la escasez de los mismos se capacitó a personal de laboratorio, enfermería y promotores de salud contratados mediante el programa de CEDA, para la toma de dichas muestras, sin embargo, ante la demanda creciente de pruebas, la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa implementó la estrategia de creación de quioscos de pruebas COVID, donde además de tales pruebas se ofrecía atención médica.

Imagen 8

Realización de las Pruebas COVID-19



Nota: En la siguiente imagen se muestra como personal de la Secretaría de Salud realiza pruebas COVID-19 y da seguimiento. Corazón de la capital, 2021.

Sin duda el COVID-19 fue un problema de Salud Pública que impactó de manera muy significativa en la vida cotidiana de nuestra población, desde nuestras prácticas de higiene, hasta nuestras rutinas de trabajo, estudio y convivencia social, además de que es un llamado para realizar acciones como; vigilancia activa, detección temprana, aislamiento, manejo de los casos, seguimiento de contactos y prevención de la propagación del COVID-19 e incluso de cualquier enfermedad, sea esta infecciosa o no y pueda comprometer la integridad de la población.

A modo de reflexión, todos aprendimos de este acontecimiento histórico y es un deber de las y los promotores de salud generar nuevo conocimiento científico que pueda coadyuvar a las estrategias de prevención que puedan implementarse para cada enfermedad existente o emergente, para minimizar el impacto de las mismas, mediante la Promoción de la Salud fortalecer los sistemas y servicios de salud a través de las nuevas políticas públicas, así como; favorecer la creación de entornos favorables para la salud en las distintas esferas sociales del ser humano: espacio familiar, escuelas, centros de recreación pública, transporte público, centros de trabajo, principalmente orientando a la población con información científica y verídica, promoviendo la participación y el empoderamiento de las personas y sus comunidades.

El Gobierno de México recibió “El primer embarque de vacunas contra el virus SARS-CoV-2 de la farmacéutica PfizerBioNTech, que se aplicó a profesionales de la salud de todo el país que participaron en la estrategia de vacunación, así como a quienes trabajan en ambulancias, en entrada de urgencias, toma de muestras, profesionales de la medicina y la enfermería que atienden casos, entre otros” (Dirección General de Comunicación Social, 2020, p.1).

Una vez obtenidas las vacunas, en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa se instalaron sedes de vacunación en distintos puntos, tales como: CECYT 7, Telecomunicaciones, el Vergel, FES Zaragoza, Santa Cruz Meyehualco y UAM Iztapalapa, en las mismas los promotores de salud fungíamos como registradores, participando en la organización y acceso de las personas a las sedes, o como personal de apoyo en las áreas de observación.

El protocolo fue dar prioridad a personas de edad avanzada, en este caso de 60 y más, personas con alguna discapacidad o enfermedad crónica, además de que de manera previa se inmunizó al personal de salud de primera línea. Lo anterior con la finalidad de brindar protección a los mismos, y contar con la mayor cantidad de profesionales posibles para la atención de la población.

De manera general la vacunación se realizó por Alcaldías, grupos de edades y apellido paterno por abecedario en cada una de las etapas, después se continuó con los grupos de 50 a 59 años, 40 a 49 años, 30 a 39 años, 20 a 29 años, finalizando con el grupo de 18 años en adelante. Esta estrategia se realizó junto con otras instituciones gubernamentales como la marina, el ejército, la Secretaría de Bienestar e Inclusión Social (SIBISO), para la organización de cada sede de vacunación; conforme el tiempo pasó, se atendió a los menores de edad con la previa autorización de sus padres o tutores, y en consecuencia el comprobante de vacunación se volvió un requisito para inscripciones en escuelas, empleos y viajes al extranjero.

Imagen 9 y 10

Sede de vacunación



Nota: En las imágenes se muestra la población que acudía a las sedes de vacunación, igualmente se informaba del esquema de vacunación del COVID-19. Fototeca personal, 2021.

En las sedes de vacunación COVID-19 también impartimos pláticas de alimentación saludable y actividad física, sana distancia, autocuidado, lavado de manos, la importancia del uso frecuente y correcto del cubrebocas, caretas, desinfección de objetos, alimentos, entre otras. Sobre todo, el esquema de vacunación COVID-19 como lo señaló la Secretaría de Salud en su momento.

Con base en lo anterior puedo decir que, si bien nuestra formación es interdisciplinaria, al momento de laborar en espacios clínicos hay muchas cosas que desconocemos, tal como son los esquemas de vacunación y otras herramientas de práctica clínica que fui aprendiendo y la interacción con otros profesionales de la salud.

Tomando en cuenta la siguiente cita “La promoción y protección de la salud del pueblo es indispensable para un desarrollo económico y social sostenido que contribuye a mejorar la calidad de vida. El pueblo tiene el derecho de participar individual y colectivamente en la planificación y aplicación de atención de salud” (Declaración de Alma-Ata, 1978, p.1).

Lo que puedo agregar es que es indispensable que se fomente la participación activa de la población en relación a la toma de decisiones relacionadas con su salud y esto dará origen a una conciencia colectiva articulada con las nuevas políticas en salud y para ocasiones futuras habrá una respuesta más efectiva por parte de la sociedad, debido a que este tipo de eventos favorece la creación de resiliencia en las personas y sus comunidades. También, es

conveniente mencionar que, a mayor participación y desarrollo de acciones comunitarias, más se logra el propósito de la Promoción de la Salud.

Finalmente, es así como se implementó el Operativo de Vigilancia Epidemiológica en la CEDA y demás acciones posteriores, con la finalidad de controlar aquella pandemia que a muchos de nosotros arrancó familiares, amigos, colegas, entre otros, conocida como pandemia por COVID-19. Y sin duda este evento resultó un momento histórico sin precedentes para el ejercicio de la Promoción de la Salud en México.

A título personal puedo expresar que en un primer momento cuando surgió la alerta epidemiológica por COVID 19, pude observar que en nuestro país no se tomaban las cosas tan en serio, principalmente por parte de nuestra población en comparación con otros países, incluso de manera directa muchas personas nos referían que todo era un invento del gobierno a modo de caja china para ocultar algún asunto importante a la población, a modo de un método de manipulación masiva.

No omito mencionar que esa estrategia del anterior gobierno se había implementado en varias ocasiones, una de ellas fue la influenza. Sin embargo, en esta ocasión fuimos testigos de que en verdad había gente que enfermaba por el virus, ya sea por las personas a las que les llegábamos a brindar algún tipo de atención o por personas cercanas a nosotros. Sin duda el neoliberalismo es capaz de las más atroces acciones, y no podemos afirmar o negar que el virus haya sido creado y propagado de manera intencional, pero ese análisis trasciende los fines de este trabajo recepcional.

No obstante, desde la Promoción de la Salud puedo argumentar que necesitamos un proceso intenso de reeducación sanitaria, debido a que pese a que el ser humano descubrió hace siglos que el simple lavado de manos puede salvar muchas vidas, pareciera que lo hubiésemos olvidado, ya que, pese a que estoy consciente de que a veces el ritmo de vida hace difícil el lavado de manos en cualquier lugar y momento, en ocasiones la población lo omite aun cuando les es posible realizarlo.

También puedo externar que pese a las tragedias y riesgo que implicó la pandemia fue una experiencia muy grande en mi desempeño laboral como promotora de salud, debido a que,

aunque fue mi primera experiencia dentro de una institución de salud, aprendí una gran cantidad de cosas debido a cada una de las áreas en las que participé.

El COVID-19 nos tomó por sorpresa, y como sociedad no estábamos preparados para enfrentar una situación de esta magnitud, no obstante, como cualquier sistema complejo tuvo la capacidad de fluctuar entre el orden y el caos.

Un elemento importante a rescatar es la importancia de nuestro quehacer como promotores de salud, en relación al proceso de reeducación sanitaria y sensibilización respecto a la responsabilidad de los individuos para con su salud y su comunidad, a modo de un ejercicio de empoderamiento donde las personas tengan la capacidad de reconocer su realidad, sus capacidades y sus recursos para llevar su vida y su salud hacia un futuro más viable, y en cierta medida dejemos de culpar al gobierno por malas decisiones a nivel individual en relación a sus estilos de vida, no obstante espero no se mal entienda que he perdido de vista la reproducción social de las desigualdades en salud.

Lo cual ayude a establecer una relación de cooperación entre las comunidades y el Estado con la finalidad de fomentar el desarrollo de las mismas, y por ende elevar el nivel de salud de la población lo más posible, claro está con la gestión previa de los prerequisites necesarios para que esto tenga lugar y contribuya a crear un contexto social donde reinen la equidad, la igualdad, la paz y la justicia social.

Después de participar en el programa, me reubicaron en el Centro de Salud TIII Santa María Aztahuacán donde empecé apoyar al área de Enfermería, aplicando herramientas de epidemiología obtenidas durante mi trayectoria académica, en el mapeo digital del área de responsabilidad propia de la unidad misma, se estructura en una unidad geográfica denominada AGEB (Área Geo Estadística Básica) y las actividades que desarrollé fueron:

Elaboración y actualización de croquis: Lo anterior con la finalidad de tener herramientas actualizadas para el desarrollo de muchas funciones de Enfermería, tales como los censos e inmunización o la implementación de un cerco sanitario en caso de ser necesario.

Barridos casa por casa: Con base en el censo realizado previamente, para aplicar vacunas y entrega de albendazol a la población.

Imagen 11
Entrega de albendazol



Nota: En la siguiente imagen se muestra como personal de Promoción de la Salud proporciona albendazol a la población, además de proporcionarles información básica de su uso. Fototeca personal, 2020.

Vacunación felina y canina: Tiene la finalidad de evitar que las mascotas se conviertan en un vector de transmisión del virus de la rabia, cabe mencionar que la población de mascotas en Iztapalapa es muy densa.

Imagen 12 y 13
Vacunación Canina y Felina.



Nota: En las imágenes se muestra como personal de Promoción de la Salud realiza vacunación canina y felina, al mismo tiempo de proporcionarles información básica a los dueños de las mascotas. Fototeca personal, 2021.

Censos y actualización de esquemas de vacunación: El objetivo de este tipo de acciones es la de tener una base actualizada del estado de la población que vive dentro del área de responsabilidad de cada centro de salud y en caso de que les falte alguna vacuna y haya en existencia se le aplique.

Si bien, estas acciones se relacionan con la Promoción de la Salud, fue necesaria una capacitación previa para cada una de dichas actividades, debido a que durante nuestra formación académica no abordamos ciertos conceptos a otras áreas de salud, como en este caso de enfermería.

“La importancia de la Promoción de la Salud no como disciplina de la salud si no como práctica, difundir información sanitaria a través de un primer programa, que incluye el diseño, la programación de lecturas públicas, emisión de boletines semanales y la distribución de reportes anuales” (Marmolejo, 2022, p.19).

Con base en lo anterior puedo decir que el campo disciplinario de la Promoción de la Salud aún está en construcción, no obstante, hay muchas prácticas que le atañen, tales como aquellas relacionadas con la prevención y la educación en salud, las cuales son herramientas sumamente importantes, sobre todo en el primer nivel de atención, las distintas visiones de salud que manejamos, así como los modelos teóricos del proceso salud- enfermedad, marcan las pautas para nuestro desempeño profesional.

Por supuesto, sin perder de vista las líneas de acción que han sido plasmadas en la Carta de Ottawa, no obstante, al desempeñar nuestra labor particularmente en instituciones de salud, los ejes sobre los cuales podemos dirigir nuestro actuar se tornan un tanto rígidos, sin embargo, considero que pequeñas acciones pueden generar grandes cambios, y con el paso del tiempo se definirán de manera más específica la imagen y el quehacer del promotor de la salud.

Por otro lado, las funciones de los sistemas de salud van dirigidas a cubrir ciertas áreas en específico, esto se logra a partir de seguir una serie de estrategias que hacen posible su

efectividad y utilidad para un mejor desempeño, esas estrategias el Promotor las va diseñando y aplicando conforme se enfrenta a situaciones específicas de salud-enfermedad, "Los indicadores de salud son medidas que cuantifican y permiten evaluar dimensiones del estado de salud de la población. Representan medidas de resumen que capturan información relevante sobre distintos atributos y dimensiones del estado de salud y del desempeño del sistema de salud" (Valenzuela, 2005, p.5).

Lo anterior describe el quehacer del promotor de salud en relación a indicadores de salud, y con base en ello tiene la capacidad de elaborar un diagnóstico de salud haciendo mano de otras técnicas e instrumentos que le ayuden a comprender de manera compleja la realidad de un grupo de personas, y quizá con base en ello contribuir a orientar las nuevas políticas en salud, todo esto y lo descrito líneas arriba, es con la intención de brindar una breve muestra de nuestro quehacer como promotores de salud.

La importancia del Promotor de la Salud en los Servicios de Salud Pública de la CDMX es mucha, ya que una de nuestras funciones principales es la de trabajar con las personas y sus comunidades, en relación a sus capacidades y capitales, los cuales les permitan a estos tomar las riendas de su vida y orientarla hacia futuros viables, el promotor crea las estrategias necesarias para el bienestar del individuo y comunidad.

Ahora bien, dentro de las acciones que pude realizar en conjunto con personal de enfermería, me gustaría externar que pude aplicar conocimientos que adquirí al momento de realizar mi diagnóstico comunitario, tales como la elaboración de croquis y el análisis de datos obtenidos mediante investigación en campo.

También adquirí conocimientos respecto a los esquemas de vacunación y el manejo y conservación adecuada de los biológicos, así como el manejo correcto de residuos que se producen con dicha práctica. También la elaboración de censos y en conjunto con la epidemióloga la implementación de cercos sanitarios, por ejemplo, ante la aparición de algunos casos de sarampión. En los mismos la función que tenía como promotora de salud era acompañar a las brigadas de enfermería y revisar las cartillas para saber si alguien necesitaba actualizar su esquema de vacunación.

2.1.2.- PROMOCIÓN DE LA SALUD

Una vez ya explicadas algunas acciones que realicé como promotora de la salud, cabe mencionar que la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa cuenta con una estrategia denominada Red de Promotoras Voluntarias de Salud en Iztapalapa (RPVSI), esta consta de un Coordinador Jurisdiccional y en cada unidad de salud de Iztapalapa hay un Coordinador o Coordinadora de Promoción de la Salud. A su vez, éste o ésta cuenta con promotores de apoyo que colaboran en conjunto con estos en múltiples funciones.

Imagen 14

Red de Promotoras Voluntarias de Salud en Iztapalapa (RPVSI)



Nota: En la imagen se muestra el personal de la Red de Promotoras Voluntarias de Salud en Iztapalapa. Fototeca personal, 2023.

2.1.3.- PROGRAMA SALUD EN TU VIDA

A partir del año 2021 fue creado el Programa Salud en tu Vida con coordinación entre la Secretaría de Salud y el Gobierno de la CDMX, a través de los Servicios de Salud Pública de la Ciudad de México, y como muchas otras actividades, la implementación de éste fue designada al equipo de Promoción de la Salud de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa y por indicación del Director Jurisdiccional, se instaló un módulo de Salud en tu Vida en cada Centro de Salud TII y TIII e incluso en alguno que otro TI.

La doctora, Sheinbaum (2021) “Presentó el Programa Salud en tu Vida que pondrá a disposición de la población de una serie de medidas y herramientas para la prevención y tratamiento de enfermedades como diabetes, hipertensión, sobrepeso y obesidad” (párr. 2).

En otras palabras, se crea esta estrategia para garantizar a la comunidad las condiciones necesarias para mejorar su estado de salud, y que mejor con este tipo de programas que se realizan.

El objetivo del programa es la detección oportuna y control de Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT), como son diabetes, hipertensión, sobrepeso, obesidad y dislipidemias, mediante la aplicación de tomas de glucosa capilar, presión arterial, somatometría y perfil de lípidos, con la aplicación previa de un cuestionario para enfermedades cardio metabólicas. Lo anterior con la intención de reducir el riesgo al que se veían expuestas las personas que pudieran padecer una ECNT ante el COVID 19.

Particularmente en el C.S TIII Chinampac de Juárez es donde se brindó atención a las personas que lo requerían en relación a la detección oportuna de ECNT o alguna toma de control para constatar que sus metas se encuentran en niveles adecuados, entendiendo como metas de control adecuadas a un nivel de glucosa en ayuno menor a 130 mg/dl, una presión arterial de 130/80 mm/hg y niveles de triglicéridos por debajo de 150 mg/dl y colesterol por debajo de 200 mg/dl.

Imagen 15 y 16

Detección oportuna de Enfermedades Crónicas No Transmisibles



Nota: En las imágenes se muestra como personal de Promoción de la Salud realiza detecciones oportunas de Enfermedades Crónicas No Transmisibles, además de proporcionarles información básica de medidas de prevención de estas. Fototeca personal, 2024.

Con base en lo antes expuesto, considero que la experiencia que voy obteniendo en relación a temas tan relevantes de Salud Pública, contribuye de manera muy significativa en mi desempeño laboral y profesional como promotora de salud, además de ayudarme a comprender de manera más sólida la implementación de los niveles de prevención y en relación a los niveles de atención, la comunicación que debe haber entre estos mediante el sistema de referencia y contra referencia.

Cabe mencionar que las acciones citadas en los tres párrafos previos, poseen una visión preventivista, debido a que generalmente en relación a los servicios que se ofertan en las unidades de salud posee esta visión higiénica preventivista, y se le asocia a la Promoción de la Salud con estas y se tiene la idea equivocada que mediante este tipo de estrategias se contribuye a elevar el nivel de salud de la población.

En el área de Promoción de la Salud de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa, se trabaja con el objetivo de dar las herramientas necesarias a la población para alcanzar el mayor nivel de

salud posible, y aunado a esto concientizar a la población sobre el cuidado y prevención de la salud a nivel individual y colectivo.

Además de esto colaboramos en programas como son:

- **Cáncer de la Mujer:** Mediante la realización de exploraciones clínicas de mama y la programación de mastografías, en caso de las exploraciones son dirigidas a mujeres entre 25 y 39 años de edad o menores que puedan referir alguna molestia o cambio en sus mamas, y las mastografías para mujeres de 40 a 69 años de edad. Cabe mencionar que actualmente en Iztapalapa no se cuenta con mastógrafos funcionando y se les canaliza a unidades de otra jurisdicción o a jornadas de salud donde se cuenta con apoyo de medibus.
- **Cáncer Cervicouterino:** Mediante la programación de citas para estudios de Papanicolaou y PCR, el Papanicolaou está destinado a mujeres que han iniciado su vida sexual, hasta los 34 años de edad y mayores de 64 años, la PCR está dirigida a mujeres sin antecedente de histerectomía y que se encuentren en un rango de entre los 35 y 64 años de edad.
- **Cáncer Infantil:** Mediante la aplicación del cuestionario de riesgo a menores de 18 años y la aplicación de pruebas de hemoglobina total. En caso de que presenten síntomas de algún tipo de cáncer infantil y la prueba arroje un resultado por debajo de los 11g/dl se le canaliza a consulta para darle seguimiento.
- **Cáncer de Próstata:** Mediante la aplicación de un cuestionario de síntomas prostáticos y la aplicación de pruebas cualitativas de Antígeno Prostático Específico (PSA), en caso de obtener un resultado sospechoso, se le canaliza a consulta para que se le ordenen estudios confirmatorios tales como Antígeno Prostático Cuantitativo y ultrasonido pélvico. Esta acción está dirigida a hombres de 40 y más años.
- **Salud Sexual y Reproductiva:** Mediante la aplicación de pruebas para infecciones de transmisión sexual, tales como pruebas duales de VIH/Sífilis y Hepatitis C. En caso de obtener un resultado sospechoso se le canaliza a la persona a la Clínica Condesa para que se le dé seguimiento y tratamiento.

Lo anterior, igual se enmarca en acciones de Medicina Preventiva y Atención Médica en consultorios, lo que te remite al Modelo Médico Hegemónico (MMH), y poco en relación a Promoción de la Salud, ya que esta última consta de la atención de los determinantes sociales de la salud, así como el especial énfasis en la reproducción social de estos y como la concienciación de las personas con las que estemos trabajando.

La Atención Primaria en Salud consta de “Mejorar la equidad y el acceso en relación con los servicios de salud, el desempeño de la atención médica, la rendición de cuentas de los sistemas de salud y los resultados de salud. Aunque algunos de esos factores están directamente relacionados con el sistema de salud y el acceso a sus servicios, la protección social, los sistemas alimentarios, la educación y los factores ambientales” (OMS, 2023, p. 3).

Mi experiencia como Promotora de Salud en los Servicios de Salud Pública de la CDMX, y particularmente en la Unidad Médica Centro de Salud Chinampac de Juárez TIII, ha sido muy enriquecedora debido a que como pueden notar he desarrollado actividades muy diversas. Las cuales complementan mi formación como promotora de salud, ya que la licenciatura contiene más carácter social.

También contamos con un grupo de Activación física, aquí se realizan diferentes tipos de ejercicios para la comunidad que esté interesada en aumentar su grado de actividad física y la adopción del hábito del ejercicio, los movimientos que se realizan son de impacto leve a moderado con la finalidad de permitir la adaptación de cualquier persona a dichas actividades, y brindar la posibilidad de participar a aquellas personas que tengan alguna condición limitante.

Imagen 17

Activación Física



Nota: En las imágenes se muestra el grupo de activación física del Centro de Salud TIII Chinampac de Juárez, además de informar a la población sobre la importancia de ejercitarse. Fototeca personal, 2024.

Cabe mencionar que se realizó un convenio con la institución de INDEPORTE para promover la práctica del deporte en los usuarios de la unidad, y las clases son impartidas por un activador profesional dentro de la unidad médica y mes con mes se les brinda una valoración general de salud a los integrantes del grupo de activación física.

Es bien sabido que el realizar ejercicio es una forma de preservar una buena constitución física y estado de salud, aunado a buenas prácticas alimenticias puede contribuir a evitar muchas enfermedades. Además de que ayuda a reducir los niveles de estrés en el organismo y reducir la posibilidad o controlar el trastorno depresivo y de ansiedad.

Desde mi punto de vista los promotores de salud deben tener habilidades como: comunicación asertiva mediante un lenguaje adecuado y adaptado a la población que atiende, elaborar o gestionar material de apoyo como folletos, carteles y posters, conocer perfectamente el tema o la información que pretende transmitir en distintos grupos, la creación de talleres sobre diversos temas de salud y promover la participación y organización de la comunidad.

Lo anterior tiene base en los contenidos académicos que se nos brindan durante nuestra formación profesional, la mayoría proveniente de las visiones de salud histórico social y

empoderante emancipatoria, las cuales trascienden la esfera biológica e individual y fomentan la construcción de modelos de salud colectiva.

“Uno de los problemas más severos que enfrentan los gobiernos de las localidades urbanas es la falta de ejercicio de la población; si el individuo presenta falta de tiempo, motivación y considera inseguros los espacios públicos que lo rodean no los usará” (Secretaría de Desarrollo Social, 2010, p. 31).

Esta inactividad física ha provocado que hoy en día haya elevados índices de obesidad y sobrepeso con la consecuente disminución de años de vida saludable, y el incremento en la posibilidad de padecer enfermedades crónicas no transmisibles y varios tipos de cáncer.

Otra actividad en la que he participado, es en la organización e implementación de Jornadas de Salud y en la realización de detecciones en Ferias del Bienestar, en las mismas se realizan tamizajes para ECNT, cáncer en el hombre, en la mujer y cáncer infantil y en caso de obtener algún resultado alarmante, se le canaliza a su servicio de salud correspondiente para que tengan el respectivo seguimiento.

Imagen 18

Detección oportuna en Ferias de Salud



Nota: En la imagen se muestra como personal de Promoción de la Salud realiza detecciones oportunas en ferias de salud, informando la importancia del chequeo preventivo. Fototeca personal, 2024.

Por lo anterior, es necesario que los profesionales en el campo de la educación para la salud se incorporen a la implementación de este tipo de programas; o al diseño de programas que contribuyan a fomentar hábitos alimentarios saludables, y por ende crear estilos de vida sanos. Si bien las personas que están bien informadas tienen mayores herramientas para realizar elecciones saludables, las cuales favorezcan el mantenimiento de la buena salud, por ejemplo, al momento de elegir sus alimentos, el preferir los alimentos naturales a los procesados, lo cual reducirá de manera muy significativa la densidad energética y aumentará el valor nutrimental de consumo que se traducirá en la reducción de tejido adiposo y el mantenimiento de un peso adecuado.

Lo anterior puede ser tomado como una aportación a nivel personal, dado que mi experiencia laboral me ha permitido realizar el análisis necesario de fuentes primarias con las que interactúo, tales como los usuarios que acuden al centro de salud e incluso las personas con las que interactúo en visitas a campo.

Por otro lado, el C.S Chinampac de Juárez TIII a través del personal de Promoción de la Salud, implementa el programa de madrinas obstétricas donde se les da el seguimiento a las pacientes que se encuentran embarazadas para que lleven de manera correcta su control prenatal, así como la elaboración adecuada de su plan de riesgo y al interior del centro de salud cuentan con servicio médico, dental, psicológico, inmunización, y de detección oportuna de infecciones de transmisión sexual, para contribuir a la detección oportuna principalmente de VIH y así actuar contra la transmisión vertical del mismo.

Dicha estrategia se aborda mediante un modelo eco sistémico y donde la madre/bebé sean los protagonistas y los niveles correspondientes al mes, sexo y macro sistema sean todos aquellos actores que actúen como red de apoyo para los mismos. De ahí la necesidad de la inclusión de una madrina o padrino obstétrico, que no es más que una persona de la comunidad que se dedique a estar al pendiente de si la mujer embarazada está cubriendo todos los elementos importantes durante el periodo gestacional, parto y puerperio.

La calidad de vida “Es la percepción que tiene una persona respecto a su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones es un concepto de amplio que alcance, de manera compleja por la salud física de la persona, su estado fisiológico nivel de independencia,

relaciones sociales y su entorno” (Botero & Pico, 2007, p. 11). Así como la red de apoyo que deben de tener las pacientes gestantes, esta red de apoyo es la persona que estará al pendiente del estado de salud de la paciente junto a los trabajadores de la salud.

Puedo agregar que otra actividad que realicé, es la de impartir pláticas sobre temas prioritarios de salud pública con base en los principales indicadores de morbi-mortalidad de Iztapalapa, fomentando en todo momento la participación activa de la comunidad, y resolviendo aquellas dudas que se puedan presentar.

Imagen 19, 20, 21 y 22.

Platicas de salud



Nota: En las imágenes se muestra como personal de Promoción de la Salud realiza platicas de salud a la comunidad, también, así como proporcionar información de los servicios de salud. Fototeca personal, 2024.

La educación para la salud como disciplina surge ante la necesidad de proporcionar a las personas los medios necesarios para mejorar la salud, a través de la modificación de conductas de riesgo. Y es “La encargada de orientar y organizar procesos educativos con el

propósito de influir positivamente en conocimientos, prácticas y costumbres de individuos y comunidades en relación con su salud, es un área que ha tenido un crecimiento reciente en el medio, posicionándose como una de las principales estrategias de promoción. Así mismo se ha reportado de forma consistente en la literatura una fuerte asociación entre bajos niveles educativos y peores desenlaces en salud, un nivel bajo de educación en salud puede representar una serie de dificultades en el mantenimiento de la salud, entre las que se destacan: Barreras sociales para el acceso a servicios de salud, problemas en el uso correcto de medicamentos, acceso deficiente a información en salud, dificultades en el control de enfermedades crónicas” (Hernández et al, 2020, p. 491).

Por lo anterior, la educación para la salud como estrategia en las escuelas contribuye a fomentar hábitos alimentarios saludables que contrarresten la prevalencia de obesidad a través de la promoción de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables en los escolares, que inculquen en los niños actitudes, conocimientos y hábitos saludables que favorezcan su crecimiento y desarrollo, el fomento de su salud y la prevención de las enfermedades evitables de su edad.

2.1.4.- RED DE PROMOTORAS VOLUNTARIAS DE SALUD EN IZTAPALAPA (RPVSI)

Ahora bien, por otro lado, la Promoción de la Salud tiene mucha relación con la educación popular, ya que ambas prácticas no obtienen como tal conocimiento estático, ya que este se va modificando o adecuando, dependiendo de las necesidades que se presentan en la comunidad, buscan aportar a la sociedad y les permite concretar las inquietudes sociales y políticas que pueden presentarse en todo grupo humano.

La educación popular como menciona Núñez (2005) “Consiste en la aplicación de determinadas técnicas o herramientas didácticas que hacen más ameno y eficiente el proceso de enseñanza-aprendizaje” (p. 7). Uno de los retos de la Promoción de la Salud es llevar la información correcta a los individuos, y que ellos puedan tomar las mejores decisiones para su propia salud y las de sus familiares.

De igual forma y desde otro concepto la “educación popular es un proceso de aprendizaje durante el cual el pueblo o algún sector del mismo. Construye su conciencia de una situación social de opresión y fortalece sus habilidades. Particularmente a nivel organizativo, para superarla” (Coppens & Van, 2005, p.53).

La RPVSI es una estrategia de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa que tiene como objetivo fomentar una actitud de autocuidado entre los habitantes de la Alcaldía Iztapalapa. Su misión es la de capacitar de manera constante a grupos de promotoras voluntarias de cada unidad de salud. Y su visión consiste en el hecho de que este modelo comunitario puede ser replicado, no sólo en cada Alcaldía de la CDMX sino en el país entero.

Los grupos están conformados principalmente por personas pertenecientes a las comunidades aledañas a cada centro de salud, son de edades, ocupaciones y niveles educativos diversos, debido a que la intención es capacitar a la mayor población de Iztapalapa lo cual resulta una enorme labor, pero confiamos en que en un futuro podremos lograrlo. Aunado a lo anterior, existen personas que habitan en el Estado de México y acuden a nuestros grupos, debido a que existen centros de salud que se encuentran en colindancia con dicho Estado.

El curso consta de 43 temas prioritarios de salud pública, los cuales están descritos en las cartas descriptivas que se anexan. En el Centro de Salud Chinampac de Juárez TIII se imparte en el auditorio de la unidad médica, 1 día por semana con 2 horas duración por 1 año y al

finalizar se les entrega una constancia de participación por parte de los Servicios de Salud Pública de la CDMX.

Dicha constancia se les entrega de manera simbólica por su participación, debido a que idealizar cualquier práctica relacionada con la salud es un caso serio, y en un año no cuentan con las herramientas suficientes para brindar algún tipo de atención, además de que como se explicó líneas arriba, el principal objetivo de la Red de Promotoras Voluntarias es la de fomentar una actitud de autocuidado entre los habitantes de Iztapalapa.

También sería ilógico que nosotros tuviésemos que estudiar 4 años para ser promotores y promotoras de salud y que a personas de la comunidad que solo tomaron un curso de un año se les reconozca como tales. Cabe aclarar que lo anterior no lo expreso con intención de jerarquizar o discriminar a persona alguna, no obstante, debemos establecer y colocar la imagen del promotor y promotora de salud como lo que es: un profesional de la salud pública.

La educación para la salud “tiene como objetivo, transmitir conocimientos que motiven y potencien el saber y el saber hacer, así como el desarrollo de conductas encaminadas a la conservación de la salud del individuo, la familia y la comunidad, para lograr estilos de vida saludables. Debe ocuparse de que las personas conozcan, analicen las causas sociales, económicas y ambientales, que influyen negativamente en la salud; de desarrollar habilidades que lleven a una situación en la que las personas: deseen vivir sanas, sepan cómo alcanzar la salud, hagan lo que sea, individual y colectivamente, para mantener la salud, y busquen ayuda cuando lo necesiten” (Díaz et al, 2012, p. 303).

Actualmente la Promoción de la Salud aún es un campo del saber en construcción, no obstante como proceso es una herramienta muy importante para atender los determinantes de la salud, y hacer un análisis de la reproducción social de los mismos y con base en ello generar propuestas de desarrollo comunitario, haciendo uso de recursos preexistentes en la comunidad o mediante la gestión y organización comunitaria, donde el o la licenciada en Promoción de la Salud debe actuar como acompañante, debido a que los procesos de desarrollo comunitarios son en esencia autogestivos.

Imagen 23

RPVSI Chinampac de Juárez generación XI



Nota: En la imagen se muestra el grupo de Promotores voluntarios de salud de Chinampac de Juárez generación XI. Fototeca personal, 2024.

El programa está abierto a todas las personas de la comunidad, sin importar su sexo, edad y grado académico, solo de preferencia que habite alguna de las AGEB que se encuentran dentro del área de responsabilidad del centro de salud. En su mayoría las personas que conforman los grupos son mujeres, lo anterior quizá se deba a que a nivel social se sigue relacionando a la mujer con el rol de cuidadora.

Otra causa podría ser el hecho de que también por conductas sociales los hombres tienden menos a atender su salud e involucrarse en cuestiones del cuidado de la misma, quizá porque a nivel inconsciente los hombres lo relacionan con debilidad y esto atente contra su masculinidad.

Y finalmente se podría deber a los roles en torno al género, en relación a que en algunos casos las mujeres siguen siendo amas de casa, y los hombres son proveedores del hogar y esto les impide tener tiempo libre para involucrarse en este tipo de actividades comunitarias.

En el programa de la RPVSI el curso está estructurado en 12 módulos, a continuación, se presentan las Cartas Descriptivas con el contenido del curso, estas mismas se utilizan para las sesiones de capacitación y formación de las Promotoras Voluntarias.

Se ingresan todas las cartas descriptivas tomadas del Programa de acción esencial en salud (PAES): Red de promotoras voluntarias de salud en iztapalapa que se utilizan para dar los cursos a los Promotores Voluntarios de Salud, se transcriben estas tal como son sin ninguna modificación y se ingresa un comentario crítico después de cada una, por los errores que presentan y una mala elaboración de las mismas.

2.2.- CARTAS DESCRIPTIVAS DEL PROGRAMA DE ACCIÓN ESENCIAL EN SALUD (PAES)

MÓDULO 1 INTRODUCCIÓN AL CURSO

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignad a por la coordina dora en curso	Dar a conocer cuáles son los objetivos y las metas del curso de la red de promotoras voluntarias	Conocer como está conformado el programa, el contenido de los módulos y las actividades a realizar durante el curso.	Exponer a la comunidad los temas que se llevaran a cabo en cada modulo Realizar prácticas cuando así lo requiera la actividad	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignad a por la coordina dora en curso	
Evaluación formativa								

En este primer módulo, se hace la apertura del curso con los promotores voluntarios de salud de la comunidad aledaña al centro de salud, y se observa lo dicho anteriormente, uno de los errores que presentan estas cartas descriptivas es la redacción de las tablas y faltas de ortografía en los acentos, y la mala elaboración del formato de una carta descriptiva para los cursos que se realizan, no basta con informar a las participantes de cosas que ya conocen por experiencia y no se les informe de lo que deben de ir haciendo en cada etapa.

Es muy teórico y sin proponer actividades que desarrollen las participantes en sus hogares y comunidades, entre otras. También es necesario dar a conocer cuáles son los objetivos y las metas del curso de tal manera que a quien vaya dirigido comprenda cuál es su fin específico.

Imagen 24

Grupo de Promotores voluntarios de Salud Iztapalapa



Nota: En la imagen se muestra la apertura del grupo de Promotores Voluntarios de Salud del Centro de Salud Chinampac de Juárez TIII, además de proporcionarles información básica del curso y temas de salud. Fototeca personal, 2024.

Por otro lado, es necesario dar a conocer cómo está conformado el programa de los módulos, ya que estos llevan una secuencia, y las actividades señaladas se deben de realizar como tal, conforme a lo establecido. Por lo mismo, es necesario comprender bien de qué trata cada

módulo y los temas que éste abarcará durante el curso. También es necesario que la sociedad conozca los temas en el módulo, así como las prácticas a desarrollar cuando un tema del módulo lo requiera. No siempre basta con la parte teórica.

También es necesaria una exposición, como demostración grupal, para medir qué tanto dominio se tiene sobre los programas del módulo. Tendrán un coordinador de la salud asignado que dispone el mismo centro de salud, este debe ser competente para dirigir a los miembros de la exposición a un buen trabajo y entendible. Para la presentación del proyecto se contará con una sala, sillas, una computadora y un proyector.

Una sugerencia que quizá podría agregar, es que el modelo y la forma de implementarlo se basará en la educación popular y más que manejar un modelo bancario, se procure construir, en la medida de lo posible, el conocimiento de manera colectiva, partiendo de la realidad de las personas, haciendo una crítica a la misma y ejerciendo una especie de autoevaluación de su situación actual y de salud.

“La escuela es la vida cotidiana de los grupos y sectores populares, la esencia de la educación popular como sistema metodológico es la concepción dialéctica del aprendizaje, se trata de un principio epistemológico fundamental” (Freire, 2005, p. 55). De este modo, la educación popular se basa en la exposición de experiencias de un problema, la reflexión crítica sobre las mismas y la búsqueda o soluciones de estas.

Es decir, concientizar a las personas respecto a los determinantes sociales de la salud y a la reproducción social de las desigualdades en salud, así como las brechas existentes en relación al acceso y la calidad de los servicios que se brindan en nuestras unidades de salud.

También, es necesario que en esta introducción al curso se explique de manera clara y precisa la forma en que se desarrolló la Promoción de la Salud, sus antecedentes y su construcción como proceso, práctica y en un primer momento como política gubernamental, así como los instrumentos jurídicos que le dan sustento, por ejemplo, las conferencias internacionales, los tratados, entre otras.

Lo anterior tiene la finalidad de facilitar en la mayor medida posible la comprensión de la esencia de la Promoción de la Salud, separarla de la prevención y educación para la salud,

debido a que, si bien están interrelacionadas, en ningún momento figuran como sinónimos, ni en la teoría ni en la práctica.

Lo que se espera al terminar el curso es que las personas participantes en el mismo, compartan la información recibida a manera de red con las personas más inmediatas a estas, es decir, con sus amigos, vecinos y familia, además de saber realizar prácticas básicas de detección como es la toma de signos vitales y prácticas básicas de primeros auxilios en el hogar. Finalmente, lo que se espera es que conozcan los principales temas de salud pública y qué medidas preventivas existen para mantener la salud.

MÓDULO 2: PROMOCIÓN A LA SALUD Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Conocer la diferencia de la promoción a la salud y la educación para la salud, así como su función y aplicación	Objetivo: Exponer conceptos y campos de la promoción de la salud.	Promoción a la salud Educación para la salud	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignada por la coordinadora en curso	NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. En promoción de la salud y educación para la salud en materia alimentaria.
	de estas fomentando estilos de vida saludables	Objetivo: Conocer la importancia de llevar a cabo estilos de vida saludables	<u>Tema: Estilos de vida saludables</u> *¿Qué son? *Importancia de llevar a cabo estilos de vida saludables.					Guía Práctica de estilos de vida saludables.
Evaluación formativa								

Imagen 25

Promoción a la salud



Nota: En la imagen se muestra como personal de Promoción de la Salud capacita a los Promotores de Salud, así mismo facilitar información de promoción de la salud y educación. Fototeca personal, 2024.

Para este segundo módulo los objetivos serán conocer cuál es la diferencia entre la Promoción de la Salud y la educación para la salud, así como la función y su aplicación. En el primer caso se busca una estrategia para mejorar la salud y el bienestar, así como la reducción de las inequidades de acceso a la misma y buscar que las personas participen en actividades diarias, en donde los factores económicos y sociales de cualquier grupo puedan tener acceso a la salud sin verse limitados.

No basta con tener una estrategia que no beneficie a toda la educación para la salud se enfoca en la modificación de conductas en torno a la salud y evitar que las personas se inclinen hacia el extremo de la enfermedad, tener hábitos saludables “Se comprende que la salud no es el fin, sino que es el medio por el cual las sociedades pueden acceder a mejores condiciones de vida, se comprende también que es una acción indispensable por realizar, Esta técnica debe acompañarse de talleres o actividades grupales que haga a los estudiantes confrontarse con lo aprendido y así realizar un proceso de práctica que afiance los conocimientos” (Hernández et al, 2020, p. 492).

Por lo mismo, es importante llevar una alimentación sana y balanceada para prevenir dichas enfermedades crónicas, o para controlarlas en caso de que ya se padezcan, ya que la

hipertensión y la diabetes cuentan con predisposiciones genéticas. En tercer lugar y no menos importante se trata de la función de la salud y su aplicación, ya que son los pasos a seguir de cada persona para que no se enferme o se le controle una enfermedad. Para esto es necesario que sigan las instrucciones de su médico y que el paciente se apegue al tratamiento farmacológico en relación a sus horarios y dosis recomendadas por el médico, mantener un régimen de alimentación saludable, aumentar su grado de actividad física y adoptar una rutina de ejercicios.

En este módulo se deben exponer los campos de la Promoción de la Salud y la importancia de llevar estilos de vida saludables. De nada sirve acudir a un centro de salud con un médico o especialista, si no se van a seguir las indicaciones del mismo, así que es importante estar dispuesto o dispuesta a acatar las indicaciones por nuestro bien.

Para este módulo habrá un promotor de la salud asignado que coordine las actividades y exposiciones a realizar, tienen que abarcar los estilos de vida saludables para tener una mejor calidad de vida, pero de nada sirve que se le explique a la gente cómo debe actuar para estar sana, si no acata las reglas de su centro de salud o unidad médica tratante.

MÓDULO 3 HIPERTERNSIÓN

ARTERIAL

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	La medición precisa de la presión arterial es clave para el diagnóstico efectivo, la prevención y el control de la hipertensión Dar a conocer la importancia de la hipertensión arterial es fundamental para la capacitación de las promotoras voluntarias.	Objetivo: Identificar los factores de riesgo de la hipertensión arterial y promover la realización de los estudios pertinentes para la detección oportuna	Tema: Hipertensión Arterial *Definición *Prevención, diagnóstico, tratamiento *Importancia del monitoreo de las personas hipertensas	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C Baumanómetro Estetoscopio	Asignada por la coordinadora en curso	NOM 030-2009 Para la prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y control de la HA.

En este módulo el objetivo es tomar la presión arterial de manera correcta, ya que se pueden tener lecturas equivocadas y esto puede llevar a realizar un diagnóstico equivocado de la salud del paciente, ya sea aumentando o disminuyendo la presión arterial real. Si esto pasa se puede tratar la hipertensión de manera incorrecta, pudiendo llegar a dosis más altas o bajas de las necesarias, esto puede provocar ataques cardíacos, arritmias, e incluso ataques cerebrovasculares. Por esto es de suma importancia que las y los voluntarios para el tratamiento de la presión arterial tengan el conocimiento adecuado acerca del uso del baumanómetro, o muñeca electrónica.

La promotora de la salud que esté a cargo de este módulo deberá tomar en cuenta que la familia debe de acatar las medidas preventivas de salud, y esto incluye la aplicación correcta de los aparatos, y la identificación de los factores de riesgo de la hipertensión arterial como pueden ser la edad, los antecedentes familiares, la falta de actividad física y el sobrepeso. El conocer los factores de riesgo ayudará a tener conocimiento acerca de cuál es el tratamiento adecuado, ya que no es lo mismo tratar hipertensión por sobrepeso que hacerlo por la edad, por ejemplo.

Es importante conocer la importancia de la hipertensión arterial para saber qué es, cómo funciona y por qué hay que vigilarla, no se puede pasar a la práctica si no se tienen bien comprendidos los objetivos durante la capacitación.

En los Módulos anteriores se identifica inconsistencias entre las diversas columnas de la Carta Descriptiva, ya que no hay una relación conceptual con los propósitos y las actividades a desarrollar en las sesiones.

MÓDULO 4 CÁNCER

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Dar a conocer los factores que intervienen en el proceso del cáncer	Objetivo: Identificar los factores de riesgo del cáncer cérvico uterino y promover la realización de los estudios pertinentes para la detección oportuna.	Tema: Cáncer cérvico uterino *Definición *Factores de riesgo *¿Qué es el Papanicolaou? ¿A qué edad se realiza este estudio? *¿Qué son los Híbridos? ¿A qué edad se realiza este estudio? *¿Qué es una Colposcopia y cuándo se debe realizar?	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignada por la coordinadora en curso	NOM-014-SSA2-1994, Para la prevención, detección, diagnóstico, tratamiento, control y del cáncer cérvico uterino.

		Objetivo: Identificar los factores de riesgo del cáncer de próstata y promover la realización de los estudios pertinentes para la detección oportuna.	Tema: Cáncer de próstata *¿Qué es la próstata? * ¿Qué es el cáncer de próstata? *Factores de riesgo *¿Qué es la hiperplasia prostática? *¿Qué es el antígeno prostático y a qué edad debe realizarse este estudio? *Prevención.	Práctica de la prueba de PCR capilar		Espacio Sillas Mesas Proyector P.C Pruebas de PCR Lancetas Torundas Gel antibacterial		Programa de acción: Cáncer de Próstata y guía práctica
		Objetivo: Identificar los factores de riesgo del cáncer de mama y promover la realización de los estudios pertinentes para la detección oportuna.	Tema: Cáncer de mama *Definición *Factores *¿Qué es la autoexploración y cuáles son sus beneficios? *¿Qué es una mastografía y a qué edad se realiza? *¿Qué es un ultrasonido de mama y a qué edad es recomendable realizarlo?	Exposición Demostración Actividad grupal				NOM-041-SSA2-2011, Para la prevención, diagnóstico, tratamiento, control y vigilancia epidemiológica del cáncer de mama.

En este módulo es importante invitar a la gente a completar estudios clínicos para monitorear la aparición de cambios de forma, color y aspecto u otros signos y síntomas, así como de células cancerígenas, para esto también es muy importante tener claro qué factores son los causantes del cáncer, así como los factores de riesgo de cáncer cérvico uterino, y aplicar los estudios correspondientes correctamente para la detección del mismo con anticipación y que pueda tratarse. Realizar las pruebas de laboratorio de orina y sangre correspondientes.

Realizar los estudios correspondientes de sangre, por ejemplo, servirá para medir las cantidades de ciertas sustancias, tal es el caso de un análisis bioquímico sanguíneo para la medición de las sustancias que los órganos y tejidos del cuerpo liberan en la sangre. Estas sustancias hay que aprender a diferenciarlas, tal como son metabolitos, electrolitos, grasas, azúcares y proteínas, así como las enzimas. También se usa el análisis citogenético, que busca cambios en los cromosomas a partir de las muestras de tejido, sangre y líquido amniótico.

Es importante por otro lado que la promotora detecte los factores de riesgo del cáncer cervicouterino (lo que lo causa), así como también la realización correcta del Papanicolaou (estudio en el útero), que sirve para detectar el cáncer en el cuello uterino. Por lo tanto, el conocimiento adecuado por parte del voluntariado es necesario para su correcta aplicación y detección, cuándo se aplica, para mantener informada a la gente, también es vital saberse la aplicación correcta de la colposcopia.

No menos importante son el cáncer de próstata y el de mama, para el cual las personas se deben hacer los estudios clínicos correspondientes. Pero sobre todo es promover este tipo de estudios de detección cancerígena de manera anticipada, para que, en caso de haber presencia del mismo, se logre tratar con tiempo y de manera adecuada.

En el Módulo 4 no se hace mención a lo que la promotora debe realizar, sólo se menciona que promueva a las personas hacerse estudios clínicos, esto es poco y pobre, si bien es muy medicalizado.

Además, que la Promoción de la Salud y una de sus líneas de acción es informar y capacitar para la acción transformadora y eso no se percibe en las Cartas descriptivas.

MÓDULO 5 ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Desarrollar estrategias de promoción de la salud dirigidas a favorecer comportamientos y ambientes saludables	Objetivo: Identificar los factores de riesgo de la diabetes mellitus y promover la realización de los estudios pertinentes para la detección oportuna.	Tema: <u>Diabetes Mellitus</u> * ¿Qué es? * Tipos de Diabetes * Tipos de exámenes para su diagnóstico y los niveles. * Factores de riesgo. * Signos y síntomas. * Prevención, diagnóstico, tratamiento * Importancia del monitoreo	Exposición Demostración Actividad grupal Toma de glucosa capilar	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C Glucómetro Torundas Lancetas Gel antibacterial	Asignada por la coordinadora en curso	NOM-015-SSA2-1994, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes

			de las personas diabéticas. *Consecuencias.				
		Objetivo: Orientar acerca de los beneficios de una alimentación correcta y adopción de estilos de vida saludable para disminuir la incidencia de sobrepeso y obesidad en la población.	<u>Tema:</u> <u>Alimentación</u> *Definición de alimentación, alimentación correcta, dieta, nutrición, nutrimentos. *Plato del bien comer *Características de una alimentación correcta *Jarra del buen beber	Exposición Demostración Actividad grupal		Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	NOM-043-SSA2-2012. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria

		Objetivo: Informar sobre los factores de riesgo de las personas con sobrepeso y obesidad. informar sobre las estrategias para disminuir el sobrepeso y obesidad en la población	Tema: <u>Sobrepeso y obesidad</u> *¿Qué es el sobrepeso? *¿Qué es la obesidad? *Factores de riesgo *Consecuencias del sobrepeso y obesidad. *¿Cómo prevenir la obesidad? *IMC *ICC	Exposición Demostración Actividad grupal		Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	NOM-008-SSA3-2010, Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad. NOM-174-SSA1-1998, para el Manejo Integral de la Obesidad
PRÁCTICA Evaluación formativa							

Para este módulo hay que centrarse en desarrollar estrategias de Promoción de la Salud dirigidas a favorecer comportamientos y ambientes saludables. Es necesario hacer un planteamiento acerca de qué es un ambiente saludable, para que, a partir de ahí, se puedan plantear estrategias útiles. Para una buena base saludable es necesaria la obtención de: aire limpio, bebidas naturales (libres de alcohol), alimentos de preferencia en su estado natural (no con químicos ni conservadores), dormir mínimo ocho horas para un buen rendimiento corporal durante el día, y hacer ejercicio físico para mantener activo al cuerpo, porque de lo contrario se puede caer en el sedentarismo y esto aumenta las posibilidades de padecer obesidad. La Promoción de la Salud se logra promocionando un nivel de vida y buenas condiciones de trabajo, educación, ejercicio físico y los medios de descanso y recreación. Como dijo el historiador alemán Henry Sigerist (2015) “La salud se promueve proporcionando un nivel de vida decente, buenas condiciones de trabajo, educación, ejercicio físico y los medios de descanso y recreación” (párr. 2).

Por su parte, para la Diabetes Mellitus es necesario saber, primero que nada, qué es la enfermedad, para entender cómo prevenirla y cómo tratarla. Conocer sus síntomas para saber cómo se manifiesta en el organismo, para posteriormente aplicar el tratamiento correspondiente, por ejemplo, para tratar la diabetes tipo 2 a través de la administración de insulina por medio de inyecciones y saber cómo evitar una hiperglucemia (Subida de la azúcar en la sangre). El personal de salud debe de saber evitar enfermedades vasculares, la neuropatía periférica, la nefropatía y otras complicaciones infecciosas. Por esto mismo, el personal de salud debe contar con las herramientas necesarias para prevenir complicaciones mayores. También es importante monitorearse periódicamente para detectar cualquier complicación, ya que si no hay una cultura de cuidado de prevención puede ser más difícil atacar el problema después.

Guiar a la población para que entienda la importancia de alimentarse correctamente es fundamental para tener una mayor esperanza de vida, mantener un peso saludable y prevenir enfermedades. No se debe caer en excesos, porque esto podría conducir a la obesidad y desarrollar diabetes, complicaciones vasculares, entre otras. Es necesaria la comprensión de los factores de riesgo de esta enfermedad, por parte del voluntariado, para un correcto

tratamiento de estas enfermedades. Considero que primero se debe abordar lo referente a la alimentación, luego los trastornos evidentes y posteriormente las enfermedades.

MÓDULO 6 INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Concienciar acerca del problema que supone una mala conducta sexual en la aparición de ETS y las diferentes formas de evitar el contagio, así como la concientización de la planificación familiar	Objetivo: Conocer e identificar los factores de riesgo de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).	Tema: <u>Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)</u> *¿Qué son? *Tipos. *Virus del Papiloma Humano (VPH) *Sífilis *Gonorrea *Candidiasis *Herpes *Ladillas *Prevención. *Factores de riesgo *Detección y tratamiento.	Exposición Demostración Actividad grupal Prueba rápida de VIH Prueba rápida de Sífilis	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C Pruebas rápidas de VIH/SIFILIS Torundas Lancetas Gel antibacterial	Asignada por la coordinadora en curso	NOM 005-SSA2-1993, De los Servicios de Planificación Familiar

	para mantener un mejor estilo de vida.	Objetivo: Informar sobre los beneficios Conocer Que los participantes conozcan los diferentes tipos de métodos de planificación familiar	Tema: Planificación Familiar *Definición *Importancia de llevar a cabo prácticas responsables. *Informar sobre el acceso a información, orientación y servicios de calidad en planificación familiar	Exposición Demostración Actividad grupal		Espacio Sillas Mesas Proyector P.C		
		Objetivo: Promover actitudes y prácticas responsables, así como seguras respecto a la salud sexual y reproductiva.	Tema: <u>Métodos Anticonceptivos</u> *¿Qué son? *Identificar los tipos de métodos anticonceptivos *Describir la importancia de su utilización para prevenir embarazos *Disminuir la incidencia de embarazos no planeados, de abortos inducidos y de ITS	Exposición Demostración Actividad grupal		Espacio Sillas Mesas Proyector P.C		NOM 005-SSA2-1993, De los Servicios de Planificación Familiar de Manual de Planificación familiar y Métodos Anticonceptivos

		Objetivo: Desarrollar un proceso de formación integral que les permita tener el conocimiento y la información necesaria para que la maternidad-paternidad sea una decisión inscrita en su proyecto de vida.	Tema: Aborto/ILE *¿Qué es el aborto? *¿Qué es la ILE? *Explicar la importancia de conocer el programa ILE como derecho a decidir para disminuir muertes en mujeres por prácticas no adecuadas en el aborto				Programa ILE Guía práctica
PRÁCTICA Evaluación formativa							

Este módulo, tiene términos muy médicos, no se promueve la práctica responsable de tener relaciones sexuales seguras y sobre todo satisfactorias. El disfrute de la actividad sexual es una manera de ser sanos y saludables.

Por ejemplo, aquí debería mencionarse el artículo 4 constitucional, del derecho que todos tenemos de decidir la cantidad y el espaciamiento de los hijos e hijas a tener. Así como la información y capacitación de la forma correcta del uso de métodos anticonceptivos.

En este módulo hace falta que se promueva la práctica responsable de las relaciones sexuales para prevenir enfermedades, así como informar acerca de los métodos anticonceptivos y cómo usarlos de manera segura para disfrutar de una relación sexual plena y segura. Promover la realización de chequeos en los centros de salud, una vez que la persona decide iniciar su vida sexual, ya que es importante estar consciente de a quién le vas a entregar tu cuerpo, porque al final se trata que ambos miembros que sostienen la relación sexual la disfruten y se responsabilicen, dependiendo sea el caso o no, de un posible embarazo.

También se debe mencionar que el tema de los hijos es una decisión libre que deben acordar los miembros de la pareja y no permitir la influencia de terceros. No es lo mismo que te den consejos acerca de cómo cuidarlos a que te digan cuántos debes de tener. Se debe mencionar que el Artículo 4 constitucional establece que toda persona tiene derecho a la salud, que la ley debe definir las bases y modalidades para el acceso a los servicios de salud y establecer la concurrencia de la federación y las entidades federativas en materia de salubridad general. También establece que todas las parejas pueden decidir el espacio habitacional que quieran brindarle a sus hijos.

Cabe mencionar que en los Centros de Salud contamos con el programa Servicios Amigables para adolescentes, donde se ofertan métodos anticonceptivos de diversa índole, con la finalidad de evitar embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual, lo cual favorecerá el ejercicio responsable y pleno de la sexualidad en las personas.

Informar y promover las acciones de los procedimientos de emergencia, para evitar embarazos y para prevenir las ITS en casos de violencia sexual. En los temas no viene VIH, pero en las practicas si se realizan.

MÓDULO 7 SALUD MATERNA Y PERINATAL

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	. Ejercer sus derechos reproductivos en el curso de la vida particularmente los relacionados a la salud materna y perinatal, así como promover el derecho a la salud de toda persona antes del nacimiento, haciendo énfasis en la prevención	Objetivo: Conocer las etapas del embarazo y la importancia de llevar un control prenatal el cual está dirigido a la detección y control de factores de riesgo obstétrico, así como la prevención, detección y tratamiento de la anemia, preeclampsia, e infecciones cérvicovaginales e infecciones urinarias, las complicaciones hemorrágicas	Tema: <u>Embarazo y control prenatal</u> *¿Qué es el embarazo? *Etapas del embarazo *Factores de riesgo: Signos y síntomas de los factores de riesgo *Emergencia Obstétrica *Vacunas durante el embarazo * Plan de seguridad	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignada por la coordinadora en curso	NOM-007-SSA2-1993, Atención de la Mujer Durante el Embarazo, Parto y Puerperio y del Recién Nacido. Criterios y Procedimientos para la Prestación del Servicio.

	y cuidado el embarazo y el puerperio	del embarazo, retraso del crecimiento intrauterino y otras patologías intercurrentes con el embarazo.					
		Objetivo: Conocer los procedimientos a seguir durante la atención del parto.	Tema: Parto y puerperio *¿Qué es el parto? *Describir los procedimientos a seguir durante la atención del parto *¿Qué es el puerperio? *Explicar la importancia del Puerperio, así como la importancia de la orientación a la madre en los cuidados del recién nacido, la lactancia materna exclusiva, sobre métodos de planificación familiar, la alimentación materna y				NOM-007-SSA2-1993, Atención de la Mujer Durante el Embarazo, Parto y Puerperio y del Recién Nacido.

		acerca de los cambios emocionales que pueden presentarse durante el postparto				
	Objetivo: Conocer la importancia y fomento de la lactancia materna ya que es una forma de aportar en los niños los nutrientes que necesita para su crecimiento y desarrollo	Tema: Lactancia materna *¿Qué es la Lactancia materna? *Explicar la importancia de la lactancia materna en el recién nacido *Técnica de amamantamiento *Preparación de pezones Reforzar la relación de binomio madre-hijo				NOM-007-SSA2-1993, Atención de la Mujer Durante el Embarazo, Parto y Puerperio y del Recién Nacido.
PRÁCTICA Evaluación formativa						

En este módulo no se menciona qué medidas se van a tomar si el recién nacido presenta enfermedades como Trisomía, hidrocefalia, o alguna otra que pueda atentar contra su salud. Debería haber algún punto que recalque qué se haría en caso de que los lactantes presenten alguna enfermedad complicada. También se debería explicar por qué la leche materna es mejor que la leche de fórmula, y en qué casos las madres deciden darle una u otra a los recién nacidos. Igualmente se deberían informar los riesgos de este tipo de lácteo.

Imagen 26

Taller Salud maternal



Nota: En la imagen se muestra como realizan su taller de salud maternal las y los promotores de salud, también proporcionan información básica de prevención del parto. Fototeca personal, 2024.

MÓDULO 8 IRAS Y EDAS

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Promover la prevención de estas enfermedades para identificar las edades de mayor vulnerabilidad a estos padecimientos, para evitar complicaciones	Objetivo: Conocer las medidas preventivas y de control de las IRAS para promover la prevención de estas enfermedades, identificando las edades de mayor vulnerabilidad a estos padecimientos	Tema: <u>Infecciones Respiratorias Agudas (IRAS)</u> *¿Qué son? *Factores de riesgo. *Tipos. *Población Vulnerable *Medidas de prevención	Exposición Demostración Actividad grupal Tamizaje	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignada por la coordinadora en curso	NOM-024-ssa2-1994. "Para la prevención y control de las infecciones respiratorias agudas en la atención primaria a la salud".

		Objetivo: Conocer las medidas preventivas y de control de las EDAS para promover la prevención de estas enfermedades, identificando las edades de mayor vulnerabilidad a estos padecimientos.	Tema: <u>Enfermedades</u> <u>Diarreicas</u> <u>Agudas</u> <u>(EDAS)</u> *¿Qué son? *Factores de riesgo. *Tipos. *Población Vulnerable *Medidas de prevención *¿Qué es la diarrea? *Factores de riesgo *Medidas de prevención *Uso y preparación de vida suero oral				
PRÁCTICA Evaluación formativa							

En este módulo la carta descriptiva es muy simple y no se muestra como los participantes están incluidos en las actividades a realizar, en el tema se indica que se puede realizar, pero la esquematización esta incorrecta, no hay dinámicas ejemplificadas. Es muy importante el saber que no es solo pura conceptualización, más bien la realización de actividades con las promotoras para que ellas tengan el conocimiento de lo que se debe realizar en casa con los niños y los adolescentes en caso de emergencia.

Aquí si bien, se tiene que realizar una actividad del correcto preparado del suero vida oral, y hacer una pequeña dinámica, esta no se explica nada, solo se expone el tema sin conocer si las participantes lo entienden, falta mucha participación y ejemplificar cada apartado de la misma.

Las promotoras deben saber cómo reaccionar en casos de alarma, ya que esto puede salvar alguna complicación al menor en caso requerido e identificarlas.

MÓDULO 9 ADICCIONES

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	La implicación de la comunidad es un componente necesario para alcanzar una prevención eficaz ante las adicciones y violencia ejercida, por tal motivo es necesario abordar estos temas para mejorar la salud mental de la población	Objetivo: Conocer los procedimientos y criterios para la prevención, tratamiento y control de las adicciones para crear conciencia sobre los daños a la salud que generan estas adicciones.	Tema: <u>Adicciones y CAPA</u> *¿Qué es una adicción? *Tipos de adicciones *¿Qué es el alcoholismo? *Consecuencias del alcoholismo. ¿Qué es el tabaquismo? *Consecuencias del tabaquismo *¿Qué es la farmacodependencia? *Consecuencias de la farmacodependencia.	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignada por la coordinadora en curso	NOM-028-SSA2-1999, Para la prevención, tratamiento y control de las adicciones.

	Objetivo: Comprender el fenómeno de la violencia de género y familiar, para prevenir conductas anti sociales y/o delictivas, contrarrestando los factores de riesgo e implementando factores de protección	Tema: <u>Violencia</u> *¿Qué es? *Tipos *Modalidades *Factores de riesgo *Factores protectores				NOM-046-SSA2-2005. Violencia familiar, sexual y contra las mujeres. Criterios para la prevención y atención.
	Objetivo: Concientizar sobre el impacto de las repercusiones que genera el Bullying hacia el individuo.	Tema: <u>Bullying</u> *¿Qué es? *Tipos *Causas *Consecuencias del Bullying: Agresor y Agredido.				Guía para la prevención de Bullying
	Objetivos: Sensibilizar a la población respecto a las prácticas relacionadas con la salud mental.	Tema: <u>ansiedad, depresión, suicidio y trastornos.</u> *¿Qué es? *Tipos *Causas *Consecuencias				NOM- 025-SSA2-2014, para la presentación de servicios de salud en unidades de atención integral hospitalaria médico – psiquiátrica.

En este módulo no se habla de qué medidas se van a llevar a cabo, ya que el hecho de hacer conciencia acerca de las consecuencias de las adicciones no es suficiente, más bien se debe de hablar de qué se puede hacer. Por ejemplo, una de las medidas que se pueden realizar es establecer pláticas obligatorias para padres de familia acerca de lo que no deberían permitirles a sus hijos, que por consecuencia los hace caer en las adicciones. También deberían estar conscientes que la falta de atención de padres a hijos hace que estos se refugien en las drogas como salida a sus problemas. No hay mejor medicina para prevenir adicciones que la educación que se da en casa.

Ahora, en caso de que se trate de una víctima de depresión que se refugió en las drogas, se le debe de garantizar lo más pronto posible atención psicológica para detectar el problema de raíz que lleva a la adicción. Cabe resaltar que para esto se puede requerir un tratamiento terapéutico muy largo; todo depende de la voluntad y el problema de la persona.

Cada persona es responsable de la cantidad de consumo de sustancia que provoca adicción, pero no es tan fácil salir de ellas como mucha gente piensa; es decir, no es sólo la fuerza de voluntad ni la administración de medicamentos, sino detectar qué llevó a la persona a ser adicto.

Debería haber un plan de prevención para que tanto los adultos mayores como los jóvenes, estén conscientes del daño que estos causan y así se alejen de ellos. Tampoco se menciona cómo se puede dejar de manipular a la población para que acceda a fumar, se debería de llegar a todas las personas a través de pláticas a hacer conciencia acerca de los daños del cigarro y la marihuana ¿Cómo tener una mejor calidad del aire en el entorno de nuestra vivienda? También se debería dedicar un punto específico a explicar cómo los medicamentos aplicados a las infecciones respiratorias actúan sobre el organismo.

MÓDULO 10 PRIMEROS AUXILIOS

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Conocer y mantener los signos vitales para conservar la vida del paciente, así como impedir que las lesiones se agraven	Objetivo: Conocer e identificar las emergencias básicas en el hogar que requieran la atención de primeros auxilios.	Tema: Primeros auxilios Concepto de primeros auxilios	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C Maniqués para prácticas médicas Vendas Tablas	Asignada por la coordinadora en curso	Manual básico de primeros auxilios

	o se genere una infección, mientras se espera la ayuda especializada	Objetivo: Conocer la anatomía del cuerpo humano para comprender su funcionamiento .	Tema: Anatomía Anatomía básica, sistema muscular, esqueleto y circulatorio					
		Objetivo: Conocer la importancia de tener un botiquín en casa	Tema: Elementos básicos de un botiquín *¿Qué es? *Elementos básicos de un botiquín de primeros auxilios					
		Objetivo: Conocer e identificar los tipos de heridas, para poder realizar una correcta curación de las mismas.	Tema: Heridas *¿Qué es? *Clasificación *Causas que producen una herida *Técnica correcta de tratar una herida *Tratamiento adecuado					

	Objetivo: Conocer e identificar los diferentes tipos de quemaduras.	Tema: Quemaduras *¿Qué es? *Clasificación *¿Qué factores causan una quemadura? *Tratamiento correcto					
	Objetivo: Conocer e identificar los signos de una crisis convulsiva o asmática, para poder auxiliar a una persona que presente estas situaciones.	Tema: Crisis convulsiva o asmática *¿Qué es? *Identificar los signos de una crisis convulsiva o asmática. *Conocer la técnica para actuar en caso de una crisis convulsiva o asmática					
	Objetivo: Conocer, identificar y diferenciar entre una fractura, una luxación y un esguince para poder dar la ayuda adecuada a la persona que lo requiere.	Tema: Fracturas, luxaciones y esguinces *¿Qué son? *Signos y síntomas * Diferencia, diagnóstico, tratamiento y prevención *Técnica correcta para					

			colocar un vendaje						
		Objetivo: Conocer la técnica correcta para poner un vendaje.	Tema: Vendajes *¿Qué es? *Tipos						
		Objetivo: Conocer la técnica correcta para realizar una curación.	Tema: Curaciones *¿Qué es? *Tipos de curaciones dependiendo la herida o fractura *Técnica correcta para realizar una curación						

		Objetivo: Conocer e identificar los tipos de envenenamiento o para actuar de forma correcta cuando se presente un caso. Que los participantes conozcan y diferencien el envenenamiento o y shock como una emergencia.	Tema: Envenenamiento *¿Qué es? *Describir los tipos de envenenamientos *Identificar los tipos de envenenamiento *Conocer el diagnóstico y tratamiento adecuado *Conocer la importancia de la identificación de los tipos de envenenamiento o para su prevención, disminución y control				
		Objetivo: Conocer e identificar las vías parentales para llevar a cabo una técnica correcta en la aplicación de inyecciones	Tema: Técnica correcta para la aplicación de inyecciones *¿Qué son las vías parentales? *Tipos de vías parentales (Inyecciones, IM, SC, ID, VENOCCLISIS) *Explicar la técnica correcta para la aplicación de inyecciones				

PRÁCTICA:

Evaluar la escena

Valorar al afectado

Activar el sistema de emergencia

Atender al paciente

Vía aérea

Maniobra de Reanimación

Maniobra de Heimlich

Reanimación Cardiopulmonar (RCP)

Arrastre, movilizaciones, levantamiento y empaquetamiento

Evaluación formativa

En este módulo falta un enfoque a la fisiología y fisiopatología, ya que es necesario saber cómo se conduce una enfermedad para saber cómo actuar en dado caso, ¿Cómo vamos a saber si hay que hacer cirugía, dar analgésico, antibiótico y qué cantidad suministrar? Se puede entender que sean primeros auxilios, pero puede ser el caso que en un ahogamiento haya que acudir de inmediato al hospital. De igual manera, es importante saber cuánto medicamento administrar en caso de que se tenga a la mano, pues pasarse de la dosis puede ser perjudicial para el afectado.

No obstante, cabe mencionar que no se espera que las promotoras voluntarias cumplan las funciones de medicina o enfermería, sino que sepan de qué manera y en qué lugares recibir la atención necesaria, así como las prácticas preventivas para cada enfermedad, por lo tanto, su función en relación a esto es de mayor carácter informativo y no operativo, ya que atender la problemática conlleva, una gran responsabilidad y solo personas con preparación adecuada previa deben realizar dichas acciones.

Imagen 27

Primeros auxilios



Nota: En la imagen se muestra cómo se realizan las prácticas de primeros auxilios a las y los Promotores Voluntarios de Salud, además de proporcionales las herramientas necesarias para realizar en caso de emergencia. Fototeca personal, 2024.

MÓDULO 11 PROTECCIÓN CIVIL

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Dar a conocer las medidas y acciones necesarias para salvaguardar la integridad física y emocional de las personas ante alguna situación de emergencia	Objetivo: Conocer e identificar los principales accidentes en el hogar, vía trabajo, pública, escuela y trabajo para poder disminuir su incidencia.	Tema: Accidentes en el hogar, vía pública, escuela y trabajo *Definir que es un accidente *Identificar los principales accidentes en el hogar, vía pública, escuela y trabajo	Exposición Demostración Actividad grupal	Coordinadora de promoción de la salud Personal de salud asignado, por el centro de salud.	Espacio Sillas Mesas Proyector P.C	Asignada por la coordinadora en curso	Manual para la prevención de accidentes
		Objetivo: Conocer los tipos de desastres naturales para saber cómo actuar ante los mismos.	Tema: Desastres naturales *Describir que es un desastre natural (temblor, terremoto, inundaciones, etc.), *Identificar los tipos de					

			desastres naturales *Conocer las acciones a realizar en caso de algún desastre natural					
		Objetivo: Capacitar a los promotores voluntarios como primeros respondientes	Tema: Primer respondiente *¿Qué es? *Importancia de formar a primeros respondientes					
PRÁCTICA Evaluación formativa								

En este módulo hace falta un punto en el que se explique qué formación tiene el personal de Protección Civil, más allá de que sepan cómo actuar ante un desastre. Debería señalarse los retos a los que se enfrenta este personal y los riesgos que puede sufrir al salvaguardar la vida de las personas. Se debería explicar cómo se coordinan los simulacros y cómo dirigirlos, cómo ayudar a personas con discapacidad en un desastre natural y cuáles son las medidas que se deben tomar en medio de un temblor cuando hay un parto. Es decir, este módulo debería ir más enfocado a distintos contextos en los que puede estar una persona, por ejemplo, ¿Qué protocolo seguir cuando se trata de niños menores de 6 años que están en la escuela?, ¿Cómo te diriges a ellos si no son adultos y no tienen el mismo uso de razón? No debemos dar por hecho que todos tienen la misma capacidad para actuar durante un desastre natural, aunque quisieran.

MÓDULO 12 CLAUSURA DEL CURSO

FECHA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CONTENIDO TEMÁTICO	TÉCNICA DIDÁCTICA	RESPONSABLE	INMOBILIARIO	HORA	BIBLIOGRAFÍA
Asignada por la coordinadora en curso	Reconocer la labor, esfuerzo, compromiso y dedicación de las personas pertenecientes a las comunidades aledañas a los centros de salud, que forman parte de la RPVSI	Proporcionar las constancias de los Promotores Voluntarios en Salud.	Tema: Entrega de constancias *Ceremonia para la clausura del curso *Entrega de constancias *Agradecimiento por su participación en el programa	Evento	Dr. Luis Antonio Revuelta La	Evento de clausura del curso de promoción a la salud y primeros auxilios del RPVSI en el auditorio Fausto Vega	Asignada por la coordinadora en curso	

Imagen 28

Clausura del Grupo de Promotores Voluntarios de Salud en Iztapalapa



Nota: En la imagen se muestra a las y los Promotores Voluntarios de Salud en su clausura del curso 2024. Fototeca personal, 2024.

En la entrega de constancias cada voluntario al recibirla, debería de expresar en minuto y medio aproximadamente lo que aprendió durante el curso, para que quede demostrado lo aprendido de las y los Promotores Voluntarios de Salud, por otra parte, reconocer el esfuerzo de los académicos, que vienen de lejos y futuras generaciones.

Es sumamente importante la información que se les brinda en el curso, debido a que la intención principal es que la misma se comparta a manera de red con las personas más inmediatas a las personas que conforman nuestros grupos, tales como familia, amigos, vecinos, entre otras. Por otro lado, la conformación de dichos grupos es una oportunidad muy grande para la generación de ambientes favorables para la salud, mediante el fomento de la participación comunitaria.

Con base a los conocimientos que adquirí en la materia de Promoción I y II de la Licenciatura, presento como ejemplo la elaboración correcta de una carta descriptiva, tomando cualquiera de los módulos anteriores, ya que les falta coherencia a los objetivos en relación con los temas a desarrollar y a las acciones que se pretende ejecutar, así como los propósitos de aprendizaje de las y los promotores voluntarias de salud.

2.3.- PROPUESTA DE CARTA DESCRIPTIVA CORRECTA

Nombre del curso: Diabetes Mellitus Tipo 2.
Lugar y fecha: Auditorio de las instalaciones del Centro de Salud TIII Chinampac de Juárez.
Horario: 9:30 a 11:30 hrs. (Duración 2 horas).
Nombre del facilitador: María Abigail Sánchez de la Cruz.
Perfil de las/os participantes: Población en general de la comunidad aledaña al Centro de Salud TIII, Chinampac de Juárez.
Propósito General: Desarrollar estrategias de Promoción de la Salud dirigidas a favorecer comportamientos y ambientes saludables. Trabajar con la comunidad la importancia de la Diabetes Mellitus T2, y cómo prevenirla en su entorno, principalmente en su familia y realizar detecciones oportunas para así evitar ésta.
Objetivo general: Identificar los factores de riesgo de la Diabetes Mellitus T2, y promover la realización de los estudios pertinentes de detección oportuna. Enseñar a las y los promotores voluntarios la realización de toma de glucosa. Analizar qué es la Diabetes Mellitus T2, cuáles son los signos, síntomas, identificar los factores de riesgo y que acciones hacer para mitigarlos.

Propósitos y objetivos específicos	Contenido (Nombre del tema a tratar)	Actividades		Materiales	Tiempo	Responsable
		Facilitador	Participantes			
Analizar qué es la Diabetes Mellitus T2; 1.- Identificar los signos y síntomas;	Diabetes Mellitus T2 concepto.	Mostrar a través de una exposición oral el concepto de Diabetes Mellitus T2.	Las asistentes comentarán al respecto lo que conocen.	Proyector Computadora Mesa Sillas	10 min.	María Abigail Sánchez de la Cruz
	Signos de la Diabetes Mellitus T2: • Mucha hambre • Mucha sed • Muchas ganas de orinar	Coordinar una lluvia de ideas plasmadas en hojas de rotafolio	Las asistentes pasarán a escribir al rotafolio lo que saben.	Rotafolio Tachuelas Plumón	30 min	

	Síntomas: ● Retraso en la cicatrización ● Heridas en los pies ● Pérdida de peso u Obesidad	Realizar resumen de lo escrito por las asistentes				
2.- Identificar los factores de riesgo;	Factores de riesgos de la diabetes Mellitus T2: ● Obesidad ● Edad/Sexo ● Antecedentes hereditarios y/o Diabetes gestacional ● Alimentación	Coordinar el trabajo en pequeños grupos donde escriban los Factores de Riesgo. Realizar resumen de los	Las asistentes formarán los grupos pequeños y discutirán sobre los factores de riesgo que conocen, los anotarán y los expondrán al grupo.	Hojas Plumones	20 min.	

	• Vida sedentaria	Factores de Riesgo				
3.- Qué acciones hacer para mitigarlos	Acciones para disminuir los factores de riesgo: • Alimentación balanceada • Actividad física • Ir a consultas médicas • Medidas higiénicas	Dar un breve resumen de las acciones para disminuir las acciones	Expondrán sus dudas y comentarios		25 min	
4.- Detección de Glucosa en sangre	Técnica de detección de glucosa en sangre.	La coordinadora expondrá la técnica de detección de glucosa en sangre.	Las participantes practicarán la detección de glucosa en sangre	Torunda Alcohol Tiras reactivas Glucómetro	30 min	

5.-Cierre	Agradecer su participación	Hará una demostración de dicha técnica. Dar las gracias e invitarlas al siguiente tema			5 min	
-----------	----------------------------	--	--	--	-------	--

“La carga de enfermedades crónicas está aumentando rápidamente en todo el mundo. Se ha calculado que, en 2001, las enfermedades crónicas causaron aproximadamente un 60% del total de 56,5 millones de defunciones notificadas en el mundo y un 46% de la carga mundial de morbilidad. Se prevé que la proporción de la carga de ENT aumente a un 57% para 2020. Casi la mitad del total de muertes por enfermedades crónicas son atribuibles a las enfermedades cardiovasculares; la obesidad y la diabetes también están mostrando tendencias preocupantes, no sólo porque afectan ya a una gran parte de la población sino también porque han comenzado a aparecer en etapas más tempranas de la vida” (OMS, 2003, p.16). Tales riesgos incluyen varios factores como alimentarios, inactividad física, consumo de tabaco y consumo de alcohol, factores biológicos y factores sociales,

En la actividad del viacrucis año con año participamos con la finalidad de brindar atención a las personas que asisten al evento “La pasión de Cristo en Iztapalapa”. La atención que brindamos principalmente se basa en tomas de presión arterial e identificación de posibles casos de golpe de calor, con posterior referencia a carpas de atención médica que se instalan en cada uno de los puntos clave del evento.

Imagen 29

Viacrucis Iztapalapa



Nota: En la imagen se muestra la participación de las y los Promotores Voluntarios de Salud en el viacrucis de Iztapalapa. Fototeca personal, 2024.

Imagen 30 y 31

Toma de tensión Arterial en el Viacrucis



Nota: En las imágenes se muestra a las Promotoras voluntaria de salud tomando presión arterial en el viacrucis de Iztapalapa, igualmente proporcionando información básica de autocuidados a la población. Fototeca personal, 2024.

Cabe mencionar que se pide el apoyo de promotoras voluntarias para dicha actividad, ya que esta les sirve de práctica para la toma de presión arterial y otros signos vitales como son la frecuencia cardíaca, temperatura, frecuencia respiratoria y en algunos casos la posibilidad de observar la maniobra de RCP en un caso real, debido a que no sería responsable permitirles realizar dicha maniobra sin la práctica necesaria, así como la certificación para poder realizarla.

También es importante mencionar que se realiza un recorrido matutino con todo el staff de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa para reconocer la zona y grabar un video de recuerdo, además de que hora con hora se entrega un reporte de la productividad generada, esto se hacer por parte de las y los coordinadores de Promoción de la Salud de cada centro de salud.

La Promoción de la Salud cuenta con 5 líneas de acción:

1. Crear ambientes favorables para la salud
2. Crear políticas públicas saludables
3. Reorientar los servicios de salud

4. Reforzar la acción de las comunidades

5. Desarrollar aptitudes personales

Como cierre, en relación a las actividades que realizamos en el área de Promoción de la Salud, puedo decir que, respecto a la creación de ambientes favorables, los grupos comunitarios con los que trabajamos ayudan a reconstruir el tejido social y el sentido de pertenecía, y a su vez este último relacionado con el reforzamiento de la acción comunitaria, aunado a la toma de decisiones y participación comunitaria.

Por otro lado, la creación de políticas públicas saludables se ve reflejada en la generación de estrategias tales como lo son la RPVSI y el programa que le da sustento, el cual es denominado Programa de Acción Esencial en Salud (PAES) RPVSI, dicho programa contiene en su totalidad las actividades que realizamos en el área de Promoción de la Salud.

Aunado a lo anterior, el implementar políticas en salud con una visión de atención primaria de salud (APS), reorientando acerca de los servicios del sistema de salud a las comunidades y mediante la RPVSI, se realiza con técnicas sencillas a bajo costo, pero con sustento científico, debido a que el curso cuenta con todo el personal de salud para las ponencias que se imparten.

Y, por último, el desarrollo de aptitudes en las personas mediante los cursos y los talleres que se llevan a cabo para desarrollar habilidades y destrezas, las pláticas que se imparten en la sala de espera o las consejerías brindadas en el módulo Salud en tu Vida, les dan herramientas a las personas para que puedan involucrarse en el proceso de auto cuidado de la salud, además de participar en los asuntos que atañen a su comunidad, alcanzando niveles de participación real.

Imagen 32 y 33

Jornada de salud con Promotores voluntarios de salud



Nota: En las imágenes se muestra jornadas de salud donde participan Promotores Voluntarios de Salud, además de proporcionar a la comunidad información del autocuidado de su salud con detecciones oportunas. Fototeca personal, 2024.

3.- CONCLUSIONES

Con base en lo expuesto a lo largo de este trabajo recepcional, puedo expresar que durante mi desempeño laboral ha sido complicado desarrollar acciones de Promoción de la Salud que trasciendan la esfera higiénica preventivista, debido a que aún las acciones del sistema de salud siguen teniendo base en el modelo médico hegemónico, y existen diversas resistencias al momento de intentar abordar los problemas de salud-enfermedad desde un enfoque integral e interdisciplinario.

Desde mi punto de vista aún no estamos listos para este tipo de paradigmas, no obstante, confío en que de manera paulatina esto irá teniendo apertura. Cuando comprendamos que no solo es mejor prevenir que curar, en lugar de evitar las causas, nos centremos en las causas de las causas y no con una actitud de evitar, sino de generar las condiciones para que se eleve nuestro nivel de salud.

Desde el momento en que ingresé a los Servicios de Salud Pública, todos los esfuerzos estuvieron centrados en evitar el contagio y no en brindar las condiciones para que las personas pudieran mantenerse en aislamiento, sin preocuparse por el hecho de qué iba a comer su familia, o si no se presentaban a su trabajo estar expuestos al despido, al enfrentarse a la ignorancia de no saber a dónde y cómo tener acceso a servicios de salud.

Posteriormente, al participar en la inmunización de la población, pude darme cuenta que quizá un pueblo mejor nutrido, con menos estrés y con mayores satisfactores sociales, habría tenido la capacidad a nivel inmunológico de hacer frente al contagio, así como un pueblo mejor educado en relación a prácticas alimentarias que mejoraran el estado de salud, y no diesen lugar al desarrollo de ECNT, los distintos tipos de cáncer y muchos otros problemas de salud pública.

Puedo concluir que el Promotor o Promotora de Salud no tiene como tal una acción específica si no es multidisciplinaria, y en el Sistema de Salud aún no están definidas las acciones que le corresponde y, por ende, es requerido a diferentes servicios donde desempeña labores que no tienen relación a lo que en realidad es la Promoción de Salud. Se debe de capacitar a todos los Directivos para poder evitar esto.

4.- RECOMENDACIONES

4.1.- PARA EL PROGRAMA DE RPVSI

Considero que sería necesario el modificar el temario, e incluir temas de corte social y relacionados con las visiones empoderante, emancipatoria e histórico social, lo anterior con la finalidad de brindarle a sus cursos en mayor medida la esencia de la Promoción de la Salud, que más que enfocarse en prácticas de corte preventivista, centra sus esfuerzos en el alcance del máximo nivel de salud. Realizar técnicamente las Cartas Descriptivas con enfoque educativo, y no solamente informativo “Educar para transformar”.

Además, centrar sus acciones en mayor medida a nivel de la comunidad, mediante la creación de comités vecinales de salud, con lo anterior, al menos cada unidad de salud tendría entre 10 a 15 comités vecinales, y estos serían sumamente importantes para gestionar la forma en que deben recibirse los servicios que se prestan en cada unidad de salud, desde la planeación, forma y distribución de recursos, tal y como se pretende con el programa “La Clínica es nuestra”.

También, proponer la iniciativa de que a las y los licenciados en Promoción de la Salud se nos permita participar en actividades de investigación en salud, por ejemplo, en la elaboración y actualización de los diagnósticos de salud de las unidades, en la implementación de cercos sanitarios y en la elaboración y desarrollo de talleres a nivel de la comunidad.

4.2.- PARA ENFERMERÍA

El retomar conceptos y prácticas teóricas relacionados con metodología al momento de la elaboración de los croquis y recorrido en campo, así como el manejo de un lenguaje que sea accesible para la población y la actitud de servicio al momento de brindar atención.

4.3.- PARA LA LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

Modificar el plan de estudios, y que mediante esto se nos brinden herramientas metodológicas para que al momento de desarrollarnos profesionalmente, tengamos una mayor cantidad de herramientas para el trabajo en campo, como lo es, mejoras comunitarias, evaluación de necesidades y recursos de la comunidad, desarrollar un plan de estas

necesidades, análisis de problemas, grupos de enfoque, liderar diálogos comunitarios sobre cómo crear una comunidad saludable, colaboraciones entre socios comunitarios, organizaciones de apoyo y patrocinadores, llevar acabo foros públicos e incluso que en algún momento sean los promotores de salud quienes se encarguen de elaborar y actualizar los diagnósticos de salud de las unidades, y porque no, a nivel estatal y federal con otra visión.

5.- REFERENCIAS

- Botero de Mejia, B., & Pico Merchan, M. (2007). CALIDAD DE VIDA RELACIONADA CON LA SALUD (CVRS) EN ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS: UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA. Obtenido de CALIDAD DE VIDA RELACIONADA CON LA SALUD (CVRS) EN ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS: UNA APROXIMACIÓN TEÓRICA.: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772007000100002&script=sci_abstract&tlng=es
- Capital 21 Web. (12 de Abril de 2021). Nueva ubicación de Kioscos para pruebas COVID en la CDMX. Obtenido de Nueva ubicación de Kioscos para pruebas COVID en la CDMX: <https://www.capital21.cdmx.gob.mx/noticias/?p=18191>
- Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. (1986). <https://isg.org.ar/wp-content/uploads/2011/08/Carta-Ottawa.pdf>. Obtenido de <https://isg.org.ar/wp-content/uploads/2011/08/Carta-Ottawa.pdf>: <https://isg.org.ar/wp-content/uploads/2011/08/Carta-Ottawa.pdf>
- Coppens, F., & Van de Velde, H. (Abril de 2005). Técnicas de educación popular. Obtenido de Técnicas de educación popular: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.cup.edu.uy/jdownloads/Extension%20unidad/texto_tecnicasdeeducacionpopular.pdf
- Cruz, M., Flores, J., & Ibañez, J. (2023). Programa de acción esencial en salud (PAES): Red de promotoras voluntarias de salud en iztapalapa. Obtenido de Programa de acción esencial en salud (PAES): Red de promotoras voluntarias de salud en iztapalapa.
- Declaración de Alma-Ata. (12 de Septiembre de 1978). Declaración de Alma-ata. Obtenido de Declaración de Alma-ata: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://isg.org.ar/wp-content/uploads/2011/08/Declaracion-Alma-Ata.pdf>
- Díaz Brito, Y., Pérez Rivero, J., Báez Pupo, F., & Conde Martín, M. (2012). Generalidades sobre promoción y educación para la salud. Obtenido de Generalidades sobre promoción y educación para la salud: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v28n3/mgi09312.pdf>
- Dirección General de Comunicación Social. (23 de Diciembre de 2020). Ficha Técnica. Obtenido de Ficha Técnica: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/602182/FICHA_T_CNICA_VACUNA_PFIZER_BIONTECH_2_.pdf
- EL OCCIDENTAL. (8 de Abril de 2020). Pruebas rápidas no son recomendables para usar en México: Hugo López Gatell. Obtenido de Pruebas rápidas no son recomendables para usar en México: Hugo López Gatell: <https://oem.com.mx/eloccidental/local/pruebas-rapidas-no-son-recomendables-para->

usar-en-mexico-hugo-lopez-gatell-subsecretario-de-salud-coronavirus-covid-19-pandemia-oms-emergencia-sanitaria-mexico-15869704

Freire, P. (2005). TÉCNICAS DE EDUCACIÓN POPULAR. Obtenido de TÉCNICAS DE EDUCACIÓN POPULAR. Obtenido de TÉCNICAS DE EDUCACIÓN POPULAR. Obtenido de TÉCNICAS DE EDUCACIÓN POPULAR.

Hernández Sarmiento, J., Jaramillo Jaramillo, L., Villegas Alzate, J., Álvarez Hernández, L., Roldan Tabares, M., Ruiz Mejía, C., . . . Martínez Sánchez, L. (2020). La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. Obtenido de La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención.: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273863770021>

Marmolejo, J. (2022). A 47 años del informe lalonde. Desarrollos, retos y perspectivas contemporáneas en la Promoción de la salud de Canadá. Obtenido de A 47 años del informe lalonde. Desarrollos, retos y perspectivas contemporáneas en la Promoción de la salud de Canadá.: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://www.repositorioinstitucional.uacm.mx/jspui/bitstream/123456789/2271/1/A%2047%20a%C3%B1os%20del%20Informe%20LalondeWEB.pdf>

Núñez Hurtado, C. (Enero-Abril de 2025). Educación popular: una mirada de conjunto. Obtenido de Educación popular: una mirada de conjunto: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://infocdmx.org.mx/escuela/curso_capacitadores/educacion_popular/decisio10_saber1.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2003). DIETA, NUTRICIÓN Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS. Obtenido de DIETA, NUTRICIÓN Y PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://www.fao.org/4/ac911s/ac911s00.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (15 de Noviembre de 2023). Atención primaria de salud. Obtenido de Atención primaria de salud: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://dsp.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2024/07/Atencio%CC%81n-primaria-de-salud.pdf>

Pérez González, Y. (20 de Marzo de 2020). Pide IMSS extremar precauciones en el cuidado de adultos mayores, a fin de limitar el contagio de COVID-19 y sus complicaciones. Obtenido de Pide IMSS extremar precauciones en el cuidado de adultos mayores, a fin de limitar el contagio de COVID-19 y sus complicaciones: <https://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/202003/135>

Secretaría de Desarrollo Social. (Mayo de 2010). Documento Diagnóstico de Rescate de Espacios Públicos. Obtenido de Documento Diagnóstico de Rescate de Espacios Públicos: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgiclfndmkaj/https://www.bienestar.gob.mx/work/models/SEDESOL/Sedesol/sppe/dgap/diagnostico/Diagnostico_PREP.pdf

- Secretaría de salud. (5 de Abril de 2020). Lineamiento de Reconversión Hospitalaria. Obtenido de Lineamiento de Reconversión Hospitalaria: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/04/Documentos-Lineamientos-Reconversion-Hospitalaria.pdf>
- Sheinbaum Pardo, C. (9 de Agosto de 2021). PRESENTAN PROGRAMA “SALUD EN TU VIDA”. Obtenido de PRESENTAN PROGRAMA “SALUD EN TU VIDA”: <https://sectei.cdmx.gob.mx/comunicacion/nota/presentan-programa-salud-en-tu-vida>
- Sigerist, H. (17 de Agosto de 2015). Promoción de la Salud. Obtenido de Promoción de la Salud: <https://www.gob.mx/salud/articulos/promocion-de-la-salud-9799#:~:text=El%20historiador%20alem%C3%A1n%20Henry%20Sigerist,medios%20de%20descanso%20y%20recreaci%C3%B3n%22>
- Valenzuela , M. (2005). "Indicadores de salud: características, uso y ejemplos" Santiago, Chile. ACHS. Ciencia y Trabajo. Obtenido de "Indicadores de salud: características, uso y ejemplos" Santiago, Chile. ACHS. Ciencia y Trabajo.