

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

Promoción de la Salud en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa

MEMORIA DE EXPERIENCIA PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

PRESENTA:

ALEJANDRO RAYMUNDO MARTÍNEZ GARCÍA

DIRECTOR

MTRO. HUGO CÉSAR LÓPEZ RIVAS

Ciudad de México, marzo 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

En el apartado de agradecimientos mis padres siempre serán los primeros a quienes agradecer. En primer lugar, quiero expresar mi profunda gratitud a mi madre, Silvia. Ella ha estado conmigo incondicionalmente a pesar de todas las adversidades. Nací prematuro y, sin embargo, nunca me abandonó. Mi madre es un gran ejemplo de vida. A pesar de las dificultades que ha enfrentado, nunca se rindió y me inspiró a seguir adelante.

De igual manera quiero agradecer a mi padre. A pesar de todo, no guardo rencores hacia él, sino todo lo contrario, lo aprecio.

Otra persona a quien quiero agradecer es a la madre de mi hijo, Melissa Velázquez. Ella me enseñó el verdadero significado del amor y siempre me ha apoyado en las buenas y en las malas. A pesar de tener algunas diferencias, siempre me ha respetado. Estoy inmensamente agradecido con ella, no solo por su apoyo, sino también por haberme dado un hijo hermoso, quien es mi principal motivo de seguir adelante. Los quiero mucho a ambos.

También quiero extender mi agradecimiento a mis amigos, quienes siempre me han apoyado y alentado a seguir adelante. Amado Montiel, Helam Vera, Iván Mendoza, Juan Martínez, Jorge Hernández y Valentín Piña, son como hermanos para mí. En los momentos en que siento que voy a rendirme, ellos me levantan y me motivan. Agradezco profundamente su amistad y la confianza ciega que depositan en mí. Son verdaderos amigos, de esos con los que puedo contar sin dudar.

Por último, quiero agradecer a una persona muy especial para mí, Selene Rosillo Alcocer. Ella ha sido fundamental en mi crecimiento profesional y ha depositado una gran confianza en mí. Desde el primer momento, me brindó su amistad y apoyo. Le estaré eternamente agradecido por la oportunidad que me dio de crecer y aprender profesionalmente.

DEDICATORIAS

A ti, mi pequeño Víctor Alexis de Jesús, el sol que ilumina mis días y la razón por la que cada mañana me levanto con fuerza y alegría, dedico con todo el amor de mi corazón este trabajo final (experiencia laboral).

Desde el momento en que te vi por primera vez, supe que mi vida cambiaría para siempre. Tu sonrisa radiante y tus ojitos llenos de curiosidad llenaron mi hogar de una luz que nunca antes había conocido. Eres mi mayor tesoro, mi más grande motivo de orgullo y la persona que me inspira a ser mejor cada día.

En este trabajo he volcado todo mi esfuerzo y dedicación, pensando siempre en ti. He querido dejarte un legado de conocimiento y perseverancia, para que puedas perseguir tus sueños con la misma pasión y determinación que te caracteriza.

Recuerda que siempre estaré a tu lado, apoyándote en cada paso que des y guiándote en los momentos difíciles. Confío plenamente en tus capacidades y sé que alcanzarás todo lo que te propongas.

Te amo con todo mi corazón, mi pequeño Víctor Alexis de Jesús. Eres mi mayor inspiración y mi razón de ser.

Con amor eterno,

Tu papá Alejandro Raymundo Martínez García

ÍNDICE

Resumen	1
Abstract	2
Introducción	3
Justificación	5
Marco teórico	7
Misión y Visión	19
Descripción del desempeño profesional	22
1.1 Marco teórico-conceptual	24
1.2 Análisis crítico de las funciones desarrolladas	84
Conclusiones Generales	94
Recomendaciones	97
Anexos	99
Fuentes Consultadas	103
Glosario	107

RESUMEN

Se presenta la importancia de la “Promoción de la salud” en el ámbito profesional, como interactuar con las personas a quienes acuden, a nosotros para brindarles un servicio e información sobre su salud, y cómo adquirí los conocimientos teóricos que la **UACM** me brindó a lo largo de mi carrera, pero esta vez de manera profesional a lo que este tiempo, que llevo trabajando en la rama de la salud, en diferentes lugares, distintas actividades. Promover la salud es una práctica que tuvo que acompañar al ser humano para que pudiera ser viable como especie. Un concepto importante para la promoción de la salud es bio-psico social que fluye en la vida diaria de las personas, debemos de hacer énfasis con lo que pasa en el entorno de las personas, factores de riesgo en el cual afecta al ser humano. Recordémonos, si la persona no se encuentra en lo fisiológico o mentalmente repercute en su salud, así que debemos de ser la primera línea, la prevención y promover el cuidado de las personas. En este caso el virus sarc-cov 2 afectó en todo sentido en lo bio-psico-social de las personas en el mundo, se entró en cuarentena, no podía salir de sus casas, estar atrapados en cuatro paredes, esto afecta a las personas, aumentaron los índices de violencia intrafamiliar, depresión, familiares lamentablemente perdieron seres queridos y entre otras cosas afectaron el entorno que se vivía en eso momento del covid-19. Poco a poco esto afecta a la persona fisiológicamente, mentalmente y obviamente afecta en el entorno negativamente. Por eso es muy importante, que la persona se sienta bien en todo sentido, para tener salud.

ABSTRACT

The importance of "Health Promotion" in the professional field is presented, how to interact with the people to whom they go to provide them with a service and information about their health, and how I acquired the theoretical knowledge that the UACM provided me throughout my career, but this time in a professional way to what this time, that I have been working in the branch of health, in different places, different activities. Promoting health is a practice that had to accompany human beings in order for them to be viable as a species. An important concept for health promotion is bio-psychosocial that flows into people's daily lives, we must be emphasizing what happens in people's environment, risk factors in which it affects the human being. Let's remember, if the person is not physiologically or mentally it affects their health, so we must be the first line, prevention and promoting the care of people. In this case, the sarc-cov 2 virus affected in every way the bio-psycho-social of people in the world, they went into quarantine, they could not leave their homes, they could not be trapped in four walls, this affects people, the rates of domestic violence, depression, family members unfortunately lost loved ones and among other things affected the environment that was lived at that time of covid-19. Gradually this affects the person physiologically, mentally and obviously affects the environment negatively. That is why it is very important for the person to feel good in every way, in order to be healthy.

INTRODUCCIÓN

La presente Memoria de Práctica Profesional, pretende exponer la **experiencia laboral** en promoción de la salud con la finalidad de ofrecer mis conocimientos a las personas que en su momento lo necesitaron, y hasta el día de hoy, desde lo más básico que fue una jornada de salud con ella realizaba, actividades como la toma de presión, pruebas VHI, glucosas y lo más sobresaliente hacer conciencia a las personas sobre el COVID 19 y a su vez hacer dichas pruebas de COVID para los refugiados de Ucrania como a los trabajadores de la central de abastos.

La jurisdicción sanitaria es quien nos brindaba los materiales necesarios, como gel desinfectante, cubre bocas, guantes, para brindarles a las personas como las encuestas que les realizamos y control de las mismas pruebas a las personas que resultaban positivas o negativas y darles seguimiento.

En este sentido, comprender la salud, como fenómeno, no solo depende de factores biológicos, sino también de aquellos factores socioculturales presentes en una población que afectan tanto al colectivo como a cada uno de los individuos que integran una sociedad y la valoración por parte de las autoridades de los países muestra su nivel de desarrollo social; por tanto, las discusiones científicas, administrativas y políticas y, las decisiones que se toman en esta materia, están fundamentadas en la conceptualización que se tenga para un momento determinado sobre la salud. (Maya, 1997).

Bases conceptuales de la Promoción de la Salud

El concepto de Promoción de la Salud, ha sido acuñado a Henry Sigerist desde principios de la década de los años 40 del siglo pasado, quien se refirió por primera vez al término, al enunciar que: “la salud se promueve proporcionando condiciones de vida decentes, buenas condiciones de trabajo, educación, cultura física y formas de ocio y descanso” (Marchiori, 2006, citado por Milady y Maruffo, 2021) solicitando un esfuerzo coordinado entre políticos, sectores sindicales y empresarios, educadores y médicos para su implementación; a estos últimos como especialistas en salud les corresponde, definir normas y fijar estándares.

Desde finales del 2019, la realidad mundial cambió a partir del surgimiento de casos de neumonías atípicas ocasionadas por un virus en la provincia de Hubei en China, que se ha ido extendiendo al resto del mundo rápidamente hasta convertirse en una pandemia, generando grandes cambios económicos, políticos, y sociales a nivel global. Esta infección ocasionada por un nuevo coronavirus, tiene una altísima infectividad, el potencial de ocasionar la muerte, y hasta el momento ha sido muy difícil de controlar. Las medidas que se han establecido en nuestro país con el fin de reducir la transmisión persona a persona han obligado al sistema de salud a reinventarse, multiplicando esfuerzo para satisfacer las necesidades y reducir al máximo el impacto de la enfermedad en nuestro país.

JUSTIFICACIÓN

La promoción de la salud observa un enfoque integrador otorgando a la comunidad la posibilidad de poder transformar sus condiciones y reconocer aquellos factores determinantes de la salud y fortalecer la acción comunitaria. Se evidencia la importancia que se daba a las condiciones ambientales y a los estilos de vida, por encima de la asistencia médica, otorgando un enfoque político y transdisciplinario a la promoción de la salud.

Por tanto, un trabajador de la salud tiene que identificar los límites entre la Promoción y la Prevención, deslindarlas entre sí y comprender que, cuando se realizan acciones para evitar que se produzca determinada enfermedad, estamos haciendo prevención, mientras que el desarrollo de aquellas acciones orientadas a causar impacto en las condiciones sociales de la población o en su bienestar general, sin actuar en función de determinadas enfermedades, nos refiere en esencia a la promoción de la salud, sin olvidar que promover salud, nos lleva a prevenir la enfermedad.

Por lo tanto, para la promoción de la salud tiene como herramienta imprescindible la educación para la salud cuyo objetivo es lograr la promoción de la salud e incluir la salud en todas las políticas públicas, con el fin de crear entornos sanos y hacer más saludable la vida diaria. Es por ello que la salud no es una tarea médica, sino un proyecto social que debe estar asociado a las responsabilidades políticas.

En este documento se reconoció la importancia de trabajar un nuevo enfoque en salud, planteando que la promoción de la salud debía trascender los ámbitos de la medicina para sustentarse en bases conceptuales no médicas, donde se incluyó la paz, la justicia social, la equidad, la educación, la vivienda, la alimentación y el ambiente, con el propósito de “proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer mayor control sobre la misma” (Maya, 1997).

Con esta orientación positiva enfatiza en los recursos sociales e individuales y destacaba la necesidad de “alcanzar la equidad sanitaria con acciones dirigidas a

reducir las diferencias en el estado actual de la salud y asegurar la igualdad de oportunidades y proporcionar los medios que permitan a toda la población desarrollar al máximo su salud potencial” (OMS, 1986).

En mi caso la relación que tiene mi trabajo con la promoción de la salud, es que estuve trabajando durante un año en la central de abastos de Iztapalapa, es un mercado demasiado amplio, es el centro de abastecimiento, donde llegan los alimentos y los ofrece a la comunidad y a los vendedores en un precio razonable, de calidad, variedad e higiene en los productos que comercializa. Aquí estuve durante un año, realizando actividades preventivas para el Covid. Así mismo bajo los contagios de la central de abastos.

Realmente estamos contratados por la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa, en la cual su objetivo es organizar y armonizar las acciones en materias de regulación, control, vigilancia y fomento sanitario. Además, tiene por objeto planear, coordinar, supervisar y evaluar la prestación de los servicios de atención médica a población de responsabilidad en este caso en Iztapalapa. En otras palabras, es la encargada de los centros de salud en Iztapalapa. Es la que administra en todo y estamos bajo contrato por la jurisdicción sanitaria.

Y no solo en el tema del Covid-19 en todos los sentidos en que yo y mis compañeros brindemos información y atención a las personas que lo necesiten por medio de jornadas de salud o atención en centros de salud, entre otros espacios.

Marco Teórico

Proceso sociohistórico de la salud-enfermedad

La concepción de la salud y la enfermedad ha evolucionado a lo largo de la historia, dando lugar a diversos paradigmas que buscan explicar las causas y tratamientos de las dolencias. Entre estos, destacan el pensamiento mágico-religioso, el religioso, el biologicista y el contemporáneo.

Mágico-religioso: este paradigma atribuye las enfermedades a fuerzas sobrenaturales, espíritus o castigos divinos. La curación se busca a través de rituales, oraciones, ofrendas y la intervención de chamanes o curanderos.

Religioso: el pensamiento religioso comparte similitudes con el mágico-religioso, pero se centra más en la relación entre el individuo y una deidad o fuerza superior. Las enfermedades pueden verse como pruebas o castigos divinos, y la curación se busca a través de la oración, la penitencia y la fe. En la Edad Media, la iglesia ejercía un gran control sobre la salud, atribuyendo las enfermedades al pecado y promoviendo la oración y la penitencia.

Biologicista: este paradigma reduce la enfermedad a un desequilibrio biológico, buscando sus causas en factores fisiológicos y genéticos. En la época moderna la medicina científica, basada en la observación y la experimentación. Se descubrieron los microorganismos y se desarrollaron vacunas y antibióticos.

Contemporánea: el pensamiento contemporáneo en salud integra elementos de los paradigmas anteriores, reconociendo la complejidad de la experiencia de la enfermedad y la importancia de factores biológicos, psicológicos y sociales. Se reconoce la importancia de los factores sociales en la salud, y se promueve una visión integral que incluye la prevención, la promoción de la salud y la atención primaria. (Gemini, IA.2024).

Cuadro 1. Comparación entre los pensamientos sobre la concepción de la salud y la enfermedad. (Gemini, IA.2024).

PENSAMIENTOS	CAUSAS DE LA ENFERMEDAD	TRATAMIENTOS	ENFOQUE
Mágico-religioso	Fuerzas sobrenaturales, espíritus.	Rituales, oraciones, ofrendas	Holístico, espiritual
Religioso	Castigos divinos, pecado	Oración, penitencia, fe	Espiritual
Biologicista	Desequilibrios biológicos	Medicamentos, cirugía	Reduccionista, materialista
Contemporáneo	Multifactorial (biológico, psicológico, social)	Integral, personalizado	Holístico, biopsicosocial

Salud

En 1946, la Organización Mundial de la Salud (OMS) definió la salud como el estado completo de bienestar físico, mental y social, y no sólo se refiere a la ausencia de enfermedad, sino también a las necesidades fundamentales de todos los sujetos: lo afectivo, lo sanitario, nutricional, social y cultural. Esta definición se ha convertido en una referencia mundial para la salud.

En un enfoque ecológico, la salud se define como el equilibrio dinámico con el ambiente, que ofrece las mejores posibilidades para el desenvolvimiento pleno de las capacidades. Esta definición destaca la importancia del entorno para mantener la salud y el bienestar.

En todas estas definiciones, la idea de equilibrio es fundamental: la salud es mantener un equilibrio en todas las funciones del cuerpo humano para preservarla y evitar la enfermedad. (Torres, 2023).

Una definición de salud que me llamó particularmente la atención fue la de Galeno, un destacado médico, cirujano y filósofo griego del Imperio romano. Ampliando el legado de Hipócrates, Galeno postuló que la salud es el resultado de una perfecta armonía entre la mente y el cuerpo. Situación de perfecto equilibrio, de armonía perfecta”. (Definiciones de Salud-1)

Aunque la definición de salud de Galeno no contemplaba los factores sociales que hoy consideramos fundamentales, es interesante observar cómo este médico de la antigüedad reconocía la interconexión entre la mente y el cuerpo. Su enfoque, centrado en la armonía interna, representa un primer paso en la evolución del concepto de salud hacia una visión más integral.

Mi concepto de salud

Desde mi perspectiva la definición de salud es un concepto que ha ido evolucionado a través del tiempo, cada concepto que he visto desde que comencé a estudiar la licenciatura en Promoción de la Salud llegué a una conclusión oh mi

propio concepto de salud, para mí la salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social. En el aspecto físico porque las personas deben de tener una buena nutrición, actividad física, descansar y evitar hábitos que dañe su propia salud. Las personas que no se alimentan sanamente o no hace actividad física puede ocasionar enfermedades. En lo mental se refiere a tener una buena salud mental, capaz de manejar el estrés, tener relaciones sociales saludables y tener autoestima. En este caso las personas estresadas suelen enfermarse o no pueda dormir bien, físicamente como mentalmente va a afectar su cuerpo. Y por último en lo social sentirse integrado en la sociedad, tener un sentido de pertenencia y poder participar en actividades comunitarias. Los seres humanos por naturaleza somos sociales. Por eso llegué a la conclusión de esto, la definición de salud es Multidimensionalidad, ya que la salud no es solo la ausencia de enfermedad, sino un estado de completo bienestar que abarca lo físico, mental y social. Esto implica una interacción compleja de factores biológicos, psicológicos y sociales.

Promoción de la Salud

La Organización Mundial de la Salud indica en la Carta de Ottawa que la Promoción de la Salud constituye un proceso político y social global que abarca acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos y de las comunidades y, aún más importante, acciones dirigidas a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos y de las comunidades y, aún más importante, acciones dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de favorecer su impacto positivo en la salud individual y colectiva.

Aunque la salud es un concepto dinámico, habitualmente se aborda desde la visión de pérdida (enfermedades o factores de riesgo). La promoción de la salud reconoce la salud como un concepto positivo y se centra en los factores que contribuyen a ella. Busca que todas las personas desarrollen su mayor potencial de salud tomando en cuenta los activos de la comunidad y las condiciones

sociales subyacentes que determinan una mejor o peor salud - los Determinantes Sociales de la Salud - sabiendo que para alcanzar la equidad es necesario una redistribución del poder y los recursos.

El abordaje de Promoción de la Salud implica una manera particular de colaborar: parte de las diferentes necesidades de la población, fomenta sus capacidades y sus fortalezas, empodera, es participativa, intersectorial, sensible al contexto y opera en múltiples niveles. "Comunidades, organizaciones, e instituciones trabajando juntas para crear condiciones y entornos que aseguren la salud y el bienestar para todas las personas, sin dejar a nadie atrás". (OPS,2024).

Sobre la base del compromiso mundial con la promoción de la salud establecido en la Declaración de Alma-Ata (1978) y la Carta de Ottawa (1986), en las conferencias mundiales de promoción de la salud organizadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) se hace un llamado para formular políticas públicas favorables a la salud.

Historia de la Promoción de la Salud.

La promoción de la salud, como la conocemos hoy, es el resultado de una evolución histórica que ha transformado nuestra comprensión de la salud y ha dado lugar a diversas estrategias para mejorar la calidad de vida de las personas.

Henry Sigerist: Uno de los primeros en utilizar el término "promoción de la salud", definiéndola como la creación de condiciones de vida que permitan a las personas alcanzar su máximo potencial de salud.

En 1941 Sigerist definía la salud diciendo que "salud no es simplemente la ausencia de enfermedad, es algo positivo, una actitud gozosa y una aceptación alegre de las responsabilidades que la vida impone al individuo"; esta definición tal vez inspiró a Sampar para construir la que propuso a la OMS en 1946 y que aparece en su Carta Constitutiva, a la cual ya se ha hecho referencia.

- El Informe Lalonde (1974), publicado en Canadá, presentó una visión innovadora de la salud, trascendiendo la concepción tradicional centrada en la enfermedad. Propuso que la salud no solo dependía de los factores biológicos, sino también de factores ambientales, estilos de vida y organización de los servicios de salud.

Los cuatro determinantes de la salud: Identificó cuatro factores clave que influyen en la salud: biología humana, medio ambiente, estilo de vida y sistema de atención sanitaria.

Énfasis en la prevención: El informe hizo hincapié en la importancia de la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, más allá de la atención médica curativa.

- La Declaración de Alma-Ata (1978): Salud para todos: La Declaración de Alma-Ata, organizada por la OMS y el UNICEF, estableció la atención primaria de salud como la estrategia clave para alcanzar la salud para todos en el año 2000.

Participación comunitaria: Enfatizó la importancia de la participación de la comunidad en la planificación y ejecución de las acciones de salud.

Equidad en salud: Reconoció las desigualdades en salud y la necesidad de abordarlas a través de acciones intersectoriales.

- La Carta de Ottawa, Canadá: La Primera Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud se celebró en Ottawa, Canadá, en 1986. Este evento histórico dio origen a la Carta de Ottawa, un documento que definió las bases de la promoción de la salud y estableció cinco áreas de acción:

- Fortalecer la acción comunitaria: Involucrando a las comunidades en la identificación de sus propias necesidades y en la búsqueda de soluciones.

- Crear entornos saludables: Modificando los entornos físicos y sociales para promover la salud.

- Desarrollar habilidades personales: Empoderando a las personas para tomar decisiones saludables.

-Reorientar los servicios de salud: Poniendo énfasis en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

-Reconstruir los apoyos sociales: Fortaleciendo las redes sociales y creando comunidades más saludables.

- Informe de Adelaida (1988): Se enfatizó tanto la necesidad de establecer políticas públicas favorables a la salud como la necesidad de evaluar las repercusiones de las decisiones políticas en la salud. En esta conferencia se destacó que los gobiernos y las entidades que ejercen control sobre los recursos son responsables ante su población de las políticas existentes o de las consecuencias de la falta de las mismas.
- Conferencia de Sundsvall (1991): Se puso de relieve la necesidad de la creación de ambientes favorables a la salud que pudiesen ser utilizados por los responsables políticos, los encargados de las decisiones y los activistas comunitarios en los sectores de la salud y el medio ambiente. La finalidad fue que el ambiente (físico, socioeconómico y político) apoyase a la salud en lugar de dañarla.
- Conferencia de Yakarta (1997) : Se destacó la creación de oportunidades que aumentasen la capacidad para promover la salud y el papel de la promoción de la salud en el abordaje de los determinantes de la salud, incluyendo aspectos nuevos como la promoción de la responsabilidad social, la necesidad de aumentar las inversiones en el desarrollo de la salud, consolidar y ampliar las alianzas estratégicas en pro de la salud, ampliar la capacidad de las comunidades y empoderar al individuo y consolidar la infraestructura necesaria para la promoción de la salud.
- Conferencia en México (2000): Se persiguió asegurar un progreso constante al abordar las inequidades en salud empleando el concepto y las estrategias de promoción de la salud, y considerando los recursos y las estructuras necesarias para desarrollar y mantener la capacidad de promoción de la salud en los ámbitos local, nacional e internacional. Esta

declaración consideró que la promoción de la salud es una estrategia fundamental en el desarrollo de los países.

- Conferencia en Bangkok (2005): Se identificaron los retos, las acciones y los compromisos necesarios para abordar los determinantes de la salud en un mundo globalizado, llegando a las personas, los grupos y las organizaciones que son críticas para el logro de la salud. Se destacó la necesidad de abordajes con alianzas mundiales con compromisos no solo de ámbito local sino también mundial.
- Informe en Nairobi (2009): Se realzó la importancia de que se redujese la distancia existente entre la evidencia disponible y su aplicación en el desarrollo de la salud. En esta conferencia se definieron las estrategias clave y los compromisos que deben cumplirse para subsanar las deficiencias en la ejecución en la esfera de la salud y el desarrollo, identificando la promoción de la salud como un elemento clave para lograrlo.
- Conferencia en Helsinki (2013): Se revisaron las experiencias del compromiso con el enfoque «Salud en todas las políticas». Se consideró que la salud viene determinada en gran medida por factores externos al ámbito sanitario. Una política sanitaria eficaz debe atender a todos los ámbitos políticos, especialmente las políticas sociales, las fiscales y aquellas relacionadas con el medio ambiente, la educación y la investigación.
- Shanghai (2016): Se centró en la relación entre la salud, sus determinantes y el empoderamiento de las personas. Prioriza las actividades de promoción de la salud en tres esferas: 1) reforzar la buena gobernanza en pro de la salud; 2) mejorar la salud en entornos urbanos y promover las ciudades y las comunidades saludables; y 3) reforzar los conocimientos sobre la salud. Estas tres esferas constituyen puntos de partida cruciales para incidir de manera significativa, mediante enfoques que abarquen a todos los sectores gubernamentales y a toda la sociedad, en el entorno vital y los ámbitos cotidianos de las personas, así como en la capacidad de estas para tener

un mayor control sobre su propia salud y los determinantes que influyen en ella. (Grupo de sanidad y Biopolítica,2017)

Las posteriores conferencias mundiales, celebradas en Adelaida (1988), Sundsvall (1991), Yakarta (1997), México (2000), Bangkok (2005), Nairobi (2009), Helsinki (2013) y Shanghai (2016), han promovido un marco de actuación basado en la elaboración de políticas públicas saludables.

Mi Concepto de promoción de la salud

Para mí la promoción de la salud es una definición compleja al igual que la definición anterior, pero desde mi perspectiva como promotor de la salud la definición de Promoción de la Salud es un proceso que busca empoderar a las personas para que tomen el control sobre su salud, va más allá de simplemente tratar enfermedades, si no que se enfoca en crear entornos saludables y fortalecer las capacidades de las personas para adoptar estilos de vida saludables. Además, la promoción de la salud es fundamental porque desde previene enfermedades al fomentar hábitos saludables y se reduce el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas. Mejora la calidad de vida ya que las personas con buena salud física y mental disfrutan más de la vida y son más productivas. Reduce costos sanitaria porque al prevenir enfermedades se disminuye la necesidad de tratamiento médicos costosos. Por último, fomenta la equidad en salud, busca reducir las desigualdades en salud, asegurando que todas las personas tengan las mismas oportunidades para tener una buena salud.

Modelo médico hegemónico

Historia del modelo médico hegemónico

El siglo XIX fue un período de grandes avances en la biomedicina. El desarrollo de la teoría de los gérmenes de la enfermedad por Louis Pasteur y Robert Koch revolucionó la medicina y llevó a la creación de vacunas y antibióticos. La

cirugía también avanzó significativamente con el desarrollo de la anestesia y la antisepsia.

El siglo XX vio la consolidación del modelo médico hegemónico. La biomedicina se convirtió en el paradigma dominante, con un enfoque en el tratamiento de enfermedades a través de intervenciones médicas, como la cirugía, la farmacología y la tecnología médica. El desarrollo de tecnologías como los rayos X, la resonancia magnética y la tomografía computarizada permitió a los médicos diagnosticar y tratar enfermedades con mayor precisión.

El modelo médico hegemónico se ha caracterizado por un enfoque biomédico, que se centra en la identificación y el tratamiento de enfermedades a nivel celular y molecular. Este modelo ha tenido un impacto positivo en la salud de las personas, permitiendo el tratamiento de enfermedades que antes eran mortales. Sin embargo, también ha sido criticado por su enfoque reduccionista, que ignora los factores sociales, ambientales y psicológicos que influyen en la salud. (Hechos Reales, 2014).

El modelo médico hegemónico: Es entendido como el conjunto de saberes generados por el desarrollo de la medicina científica, que ha ido hegemonizando los otros saberes hasta lograr identificarse como la única forma correcta de diagnosticar, explicar, atender y solucionar los problemas de enfermedad, legitimada tanto por criterios científicos como políticos. (Lucas,2012).

Caracteres:

- Internas.
 - Biologicismo: La enfermedad se concibe como un fenómeno biológico, reduciendo la complejidad de la salud a procesos fisiológicos y bioquímicos.
 - Ahistoricidad: Se tiende a ignorar la historia de la enfermedad y las experiencias de los pacientes.

- Pragmatismo eficaz y mercantilismo: La salud se ha convertido en una mercancía, lo que ha generado desigualdades en el acceso a los servicios de salud.
- Externas.
 - Urbanas: Este término alude a la concentración de servicios de salud en áreas urbanas, dejando a las poblaciones rurales con un acceso limitado y de menor calidad.
 - Burguesa y capitalista: se refiere a la asociación del modelo médico con los intereses de la clase media y alta. Este grupo social ha tenido históricamente mayor acceso a los servicios de salud y ha influido en la configuración del sistema sanitario, priorizando la atención individualizada y especializada.
 - Con aval estatal y educacional: El Estado ha desempeñado un papel fundamental en la legitimación y consolidación del modelo médico hegemónico. A través de la regulación de la práctica médica, la financiación de instituciones de salud y la formación de profesionales, el Estado ha otorgado un gran prestigio y poder a este modelo. La educación médica, por su parte, ha sido diseñada para formar profesionales alineados con los principios del modelo hegemónico, enfatizando la biomedicina y la especialización.
- Mixtas.
 - Mecanicista: También conocido como biomédico, concibe al cuerpo humano como una máquina compleja. Cada parte del cuerpo tiene una función específica, y la enfermedad se entiende como una falla en alguna de estas partes. Este modelo se basa en los principios de la física clásica y busca identificar las causas biológicas de las enfermedades para aplicar tratamientos específicos.
 - Evolucionista: Considera al cuerpo humano como un producto de la evolución, con una historia y una adaptación al entorno. La enfermedad se

entiende como una respuesta adaptativa que puede ser beneficiosa en ciertas circunstancias, pero perjudicial en otras. Este modelo busca comprender la función de los síntomas y cómo la enfermedad se relaciona con el contexto social y ambiental.

- Positivista: Se enfatiza la objetividad y la medición, buscando leyes universales que expliquen los procesos de salud y enfermedad.

“El conjunto de actos, referentes simbólicos o representaciones sociales y saberes que giran en torno a una persona que ha sido considerada socialmente como “asistible” y que tiene como objeto atenderla y ayudarla, comprenderla y curarla entre otras cosas”. (Lucas,2012).

Mi definición del modelo médico hegemónico

Es para describir el conjunto de prácticas, saberes y teorías que han dominado la concepción y el abordaje de la salud y la enfermedad durante siglos. Este modelo está centrado en la biomedicina, ha establecido un paradigma que ha influido profundamente en la forma en que entendemos, diagnosticamos y tratamos las enfermedades.

MISIÓN Y VISIÓN DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

Cada vez más, la Promoción de la Salud está siendo reconocida como un elemento esencial para el desarrollo de la salud. La Promoción de la Salud es un proceso que permite a las personas el control sobre su salud para mejorarla. La promoción de la salud, a través de inversiones y acciones, actúa sobre los determinantes de la salud para crear la mayor ganancia de salud para la gente, contribuir significativamente a la reducción de las desigualdades en salud, asegurar los derechos humanos y construir un capital social. La meta final es incrementar la expectativa de salud y reducir las diferencias en la expectativa de salud entre países y grupos.

La Declaración de Yakarta sobre la promoción de la salud ofrece una visión y enfoque para la promoción de la salud en el próximo siglo. Refleja el compromiso firme de los participantes en la 4ª Conferencia Internacional de promoción de la salud para aprovechar la amplísima gama de recursos para abordar los determinantes de la salud en el siglo XXI. (Declaración YAKARTA, 2015).

Misión

La promoción de salud promueve estilos de vida saludables, con participación social para contribuir al desarrollo de una cultura de la salud y al bienestar de la persona, la familia y la comunidad.

Visión

Promover el aprendizaje, la capacitación y la co-responsabilidad de las personas en relación con su salud, a través de la información y conocimiento de calidad que facilite la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad y la capacidad de autocuidado.

“La Conferencia reafirma firmemente que la salud, estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades, es un derecho humano fundamental y que el logro del grado más alto posible de salud es un objetivo social sumamente importante en todo el mundo, cuya realización exige la intervención de muchos otros sectores sociales y económicos, además del de la salud”. (Declaración del Alma Ata, 2015).

Según el Consejo de la OMS sobre los Aspectos Económicos de la Salud para todos, al menos 140 países reconocen la salud como un derecho humano en su constitución; sin embargo, ninguno de ellos promulga ni aplica leyes que garanticen a sus poblaciones el derecho a acceder a los servicios de salud. Ello explica que al menos 4500 millones de personas —más de la mitad de la población mundial— no estuvieran plenamente cubiertas por servicios de salud esenciales en 2021.

a) Desarrollar aptitudes personales para la salud

La Promoción de la Salud proporciona la información y las herramientas necesarias para mejorar los conocimientos, habilidades y competencias necesarias para la vida. Al hacerlo genera opciones para que la población ejerza un mayor control sobre su propia salud y sobre el ambiente, y para que utilice adecuadamente los servicios de salud. Además, ayuda a que las personas se preparen para las diferentes etapas de la vida y afronten con más recursos las enfermedades y lesiones, y sus secuelas.

b) Desarrollar entornos favorables

La Promoción de la Salud impulsa que las personas se protejan entre sí y cuiden su ambiente. Para ello estimula la creación de condiciones de trabajo y de vida gratificante, higiénica, segura y estimulante. Además, procura que la protección y conservación de los recursos naturales sea prioridad de todos.

c) Reforzar la acción comunitaria

La Promoción de la Salud impulsa la participación de la comunidad en el establecimiento de prioridades, toma de decisiones y elaboración y ejecución de

acciones para alcanzar un mejor nivel de salud. Asimismo, fomenta el desarrollo de sistemas versátiles que refuercen la participación pública.

d) Reorientar los servicios de salud

La Promoción de la Salud impulsa que los servicios del sector salud trasciendan su función curativa y ejecuten acciones de promoción, incluyendo las de prevención específica.

También contribuye a que los servicios médicos sean sensibles a las necesidades interculturales de los individuos, y las respeten.

Asimismo, impulsa que los programas de formación profesional en salud incluyan disciplinas de promoción y que presten mayor atención a la investigación sanitaria.

Por último, aspira a lograr que la Promoción de la Salud sea una responsabilidad compartida entre los individuos, los grupos comunitarios y los servicios de salud.

e) Impulsar políticas públicas saludables

La Promoción de la Salud coloca a la salud en la agenda de los tomadores de decisiones de todos los órdenes de gobierno y de todos los sectores públicos y privados. Al hacerlo busca sensibilizarlos hacia las consecuencias que sobre la salud tienen sus decisiones. También aspira a propiciar que una decisión sea más fácil al tomar en cuenta que favorecerá a la salud. Así mismo promueve que todas las decisiones se inclinen por la creación de ambientes favorables y por formas de vida, estudio, trabajo y ocio que sean fuente de salud para la población.

DESCRIPCIÓN DEL DESEMPEÑO PROFESIONAL

Previo a hacer el recuento de la promoción de la salud y la relación de mi experiencia laboral, es importante mencionar los antecedentes históricos de la central de abastos, ya que empecé ahí a persuadir a las personas e invitarlas a brindarles información un chequeo a raíz de la pandemia por Covid-19.

Historia de la central de abastos

La historia de la Central de Abasto inicia en 1970, cuando se declaró la utilidad pública de su construcción; nació por el acelerado crecimiento que tuvo el mercado de "La Merced", lo que hizo que se promoviera la creación del recinto.

Con su aprobación, Aunque esta mega obra no comenzó a construirse hasta los años ochenta, "fue en una sesión de 1969 de la Comisión de Planificación del Departamento del Distrito Federal (DDF) que se aprobó el proyecto se determinó la expropiación de 324 hectáreas en la zona de Chinamperías. (En Avenida Canal de Río Churubusco, Esq. Canal de Apatlaco Colonia Central de Abasto, Código postal 09040, Alcaldía Iztapalapa, Ciudad de México).

En marzo de 1981 iniciaron las obras y la construcción estuvo a cargo de la empresa Consorcio CEDA, S.A., que surgió de la asociación de cinco constructoras. De esta forma se hizo el traslado de más de 2 mil bodegueros provenientes de "La Merced" a esta nueva sede.

Los artículos que se venden en el complejo son flores y artículos de horticultura, productos secos (semillas, granos, legumbres y demás), frutas y verduras, así como carnes rojas y pollo. La infraestructura se divide en diferentes naves (distribuidas por letras) que está integrada por 84 bodegas y 330 locales comerciales.

Actualmente, en la central operan cerca de 52 mil comerciantes y generan alrededor de un millón 850 mil empleos directos, además de los temporales e

indirectos. (CEDA). Este dato es de suma relevancia, toda vez que en el transcurso del presente trabajo se describe por qué para el Gobierno de la Ciudad de México, trabajar en este espacio fue importante contener la propagación del virus Sars-Cov2 entre la población que allí labora.

La más grande del mundo

La Central de Abasto de la capital del país es el mercado mayorista de mayor extensión del mundo, con una superficie de 3.27 kilómetros cuadrados —más grande que el territorio de Mónaco— y con un tráfico diario por arriba de 30 mil toneladas de mercancía. El mercado alberga más de 2 mil negocios, que dan empleo a cuando menos 70 mil personas y atienden cada día a más de 300 mil clientes. (FICEDA)

Importancia de la Central de Abasto

Según información del gobierno federal, la infraestructura de abasto alimentario en México está formada por 89 puntos de venta al mayoreo, de los cuales 64 son centrales de abasto y 25 mercados de venta al mayoreo.

En tanto, se estima que a través de las centrales de abasto y de los mercados al mayoreo se distribuye 70 por ciento de la producción agropecuaria nacional, promoviendo una mayor vinculación con los productores primarios, hacen llegar los alimentos a más de un millón 220 mil establecimientos minoristas y garantizan productos frescos para una alimentación suficiente, sana, variada y a precios bajos. (Teledario,2022).

Transformación de la Central de Abasto

En el marco de la celebración por las cuatro décadas de trabajo de la Central de Abasto, Marcela Villegas Silva, coordinadora y Administradora de la Central de abasto CDMX, aseguró que el sector debe apalancar nuevas oportunidades de crecimiento, en las que la sustentabilidad y la economía circular jugarán un papel fundamental.

“Tenemos que enfrentar nuevos retos sociales, ambientales, económicos, sanitarios y logísticos. Nuestra realidad es más compleja que hace 40 años y no es suficiente que trabajemos con las formas habituales, fruto de la experiencia. Tenemos que poner en marcha mejoras, reformas, innovaciones. Se requiere que construyamos un nuevo modelo, con las mejores prácticas del pasado y con los nuevos conocimientos del presente, expuso” (Telediario,2022).

1.1 Marco teórico-conceptual

En marzo del 2020, cuando entró el Covid-19 en México, me encontraba laborando en el programa “Jóvenes Construyendo el Futuro”, en ese momento estaba trabajando en un centro de integración juvenil en la alcaldía Venustiano Carranza, allí me desempeñe en actividades como talleres de prevención en las escuelas sobre las enfermedades de transmisión sexual, las adicciones, entre otras actividades.

Para ese entonces, el gobierno de la república ante el crecimiento constante de la propagación del Covid-19 en todo el mundo, emitió la declaratoria de la Fase 1 el 28 de febrero al 23 de marzo. El 18 de marzo se da a conocer la primera defunción por COVID-19 en México.

El 23 de marzo la Secretaría de Salud federal, a través del entonces Subsecretario de Prevención y Promoción de la Salud Dr. Hugo López-Gatell Ramírez, se da a conocer la Declaratoria de la Jornada Nacional de la Sana Distancia y, todas las acciones que se llevarán a cabo para la contención de la transmisión de la enfermedad en la población mexicana. Esta Jornada implicaba entre otras cosas el cierre de empresas, instituciones gubernamentales, negocios, entre otros espacios catalogados como no indispensables.

En ese momento, en el centro de integración juvenil que me encontraba decidieron que nos fuéramos en cuarentena, por lo que íbamos a trabajar en casa. Nos dijeron por lo menos dos semanas, sin embargo, pasaron las semanas y seguía la misma situación. El 27 de abril de 2020, el profesor Mtro. César Enrique Fuentes Hernández profesor de la UACM publica en su red social de Facebook una

convocatoria donde se solicitaban promotores de la salud por parte de la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa para trabajar en la Central de Abasto de Iztapalapa para hacer actividades en Promoción de la Salud. Los requisitos solicitados eran: tener como mínimo el 70% de créditos del plan de estudios de la licenciatura y únicamente requerían los servicios de promotores de la salud. Yo cubría perfectamente con dicho perfil, por lo que envié mis documentos a través del correo que se indicaba en la convocatoria.

Días después, respondiendo a mi solicitud, me indicaron que debía presentarme el día 29 de abril a las 12:00 horas en el auditorio Quetzalcóatl, que se encuentra ubicado a un costado del metro Iztapalapa. Allí nos dieron una pequeña capacitación que duró cerca de 20 minutos y, al día siguiente debimos presentarnos en las oficinas de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa a las 14:00 horas, para presentar los documentos solicitados:

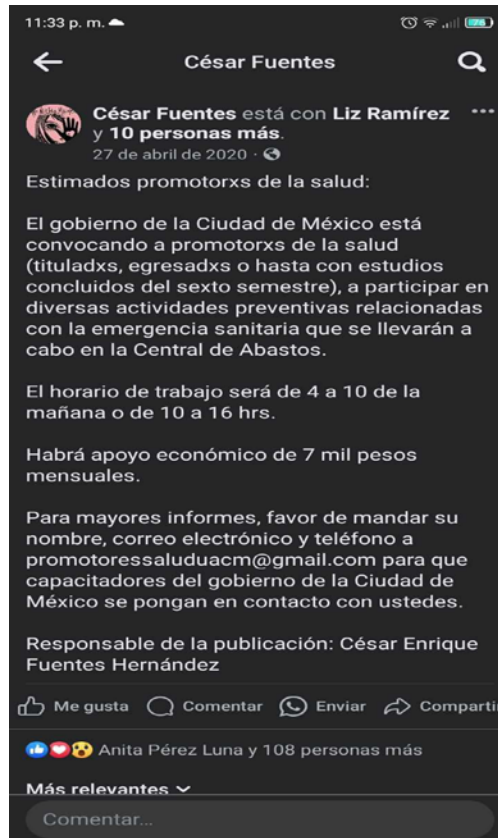
- 1) Acta de nacimiento.
- 2) Clave única de registro de población (CURP).
- 3) Registro federal de contribuyentes (RFC),
- 4) Comprobante de estudios (en este caso de la licenciatura en promoción de la salud,

Además, igual manera en dicha capacitación se presentó ante el grupo de personas postulantes el Coordinador del programa Dr. Francisco Javier Serna Alvarado, jefe de la jurisdicción Sanitaria Iztapalapa. Nos dijeron que nos presentáramos el 1 de mayo a las 09:00 de la mañana en la entrada de la central de abasto. Antes de entrar nos dijeron que esto iba a durar entre uno a dos meses. El ingreso a este empleo me motivó sobre todo porque durante la pandemia por Covid-19 iba a tener un ingreso económico, además, era importante para mí saber cómo se trabaja la Promoción de la Salud en la jurisdicción, sirviendo de experiencia en el campo laboral respecto a mi perfil profesional.

A continuación, me permito hacer un recorrido detallado sobre las actividades que he realizado desde el inicio de mis actividades labores en el CA, pasando por Jurisdicción sanitaria:

Primera etapa de la experiencia central de abastos

1. En abril del 2020, el profesor César Enríquez Fuentes Hernández del plantel San Lorenzo Tezonco UACM, publicó una convocatoria en su perfil de facebook, para trabajar en la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa, en la cual solicitaban promotores de la salud, para prevenir el virus en la central de abastos.



El gobierno de la Ciudad de México está convocando a promotores de la salud (titulados, egresados o hasta con estudios concluidos del sexto semestre), a participar en diversas actividades preventivas relacionadas con la emergencia sanitaria que se llevarán a cabo en la Central de Abastos. Facebook César Fuentes. 27 de abril de 2020.

2. El 20 de abril del 2020, manda un mensaje de correo por parte de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa que debo presentarme el día 29 en el auditorio Quetzalcóatl, para una capacitación a las 14:00 horas. Durante

esta capacitación se trabajaron los siguientes aspectos en un tiempo aproximado de 30 minutos:

- a) El uso de la aplicación “Mensajería CDMX”.
- b) Información respecto a que el índice de contagios de Covid-19 ha ido incrementando día con día y, principalmente en la Central de Abastos, toda vez que este espacio no se cerró por considerarse de primera necesidad para el comercio de los productos de la canasta básica, así como por el número de personas que circulan a diario entre los pasillos.

Uno de los graves problemas además de la propia propagación del virus Sars-Cov-2, Era la incredulidad por parte de los trabajadores, respecto a que no creían en dicha enfermedad. Esto provocó que las estrategias implementadas tanto por el gobierno federal como de la Ciudad de México fueran poco atendidas, lo que resultó en un incremento de forma exponencial el contagio del Covid-19 en la Central de Abastos.

“Según reportes de la Secretaría de Salud de la CDMX, el área de chiles ha sido una de las zonas donde se han infectado más personas. Y es que, hay lugares donde resulta difícil respetar la sana distancia recomendada por las autoridades de salud. Los comerciantes manifiestan que, con la aplicación de la desescalada del confinamiento, las ventas tengan un incremento. La alcaldía Iztapalapa ha sido una de las más afectadas por la pandemia, cerca de 7.438 se han contagiado y 920 han fallecido. Mientras que en la central de abastos se han reportado 600 trabajadores contagiados y al menos 6 fallecidos”. (Bernal Avendaño, 2020)

3. El 30 de abril del 2020, nos citaron en la jurisdicción para entrega de documentos, al igual para conocer nuestro jefe inmediato DR. Luis Antonio Revuelta Lara, él era nuestro coordinador general, además por pasillo de la central de abastos contaban con un coordinador(a): Marlene Cruz y nuestro equipo de trabajo y cómo nos íbamos a dividir por equipos, así como, las

funciones que íbamos a realizar en la central de abastos nos citaron a las 09:00 de la mañana al día siguiente.

4. Primero de mayo del 2020, nos citaron cerca del pasillo I-J a las 09:00 de la mañana en la Central de Abastos, el jefe de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa habló con nosotros sobre lo que vamos a realizar y que todo va a salir bien. Empezamos a hacer nuestra actividad, pero antes nos proporcionaron el siguiente equipo:

- a) Overol
- b) Caretas
- c) Cubre bocas
- d) Guantes

La brigada de salud, con el objetivo de promover la salud y prevenir la transmisión de la Covid-19, realiza actividades como: brindar gel antibacterial, tomar la temperatura, informar sobre las medidas de prevención, registrar datos para el monitoreo, trabajar en equipo y colaborar con la comunidad. Estas acciones, enmarcadas en la Promoción de la Salud, son esenciales para la contención del virus.

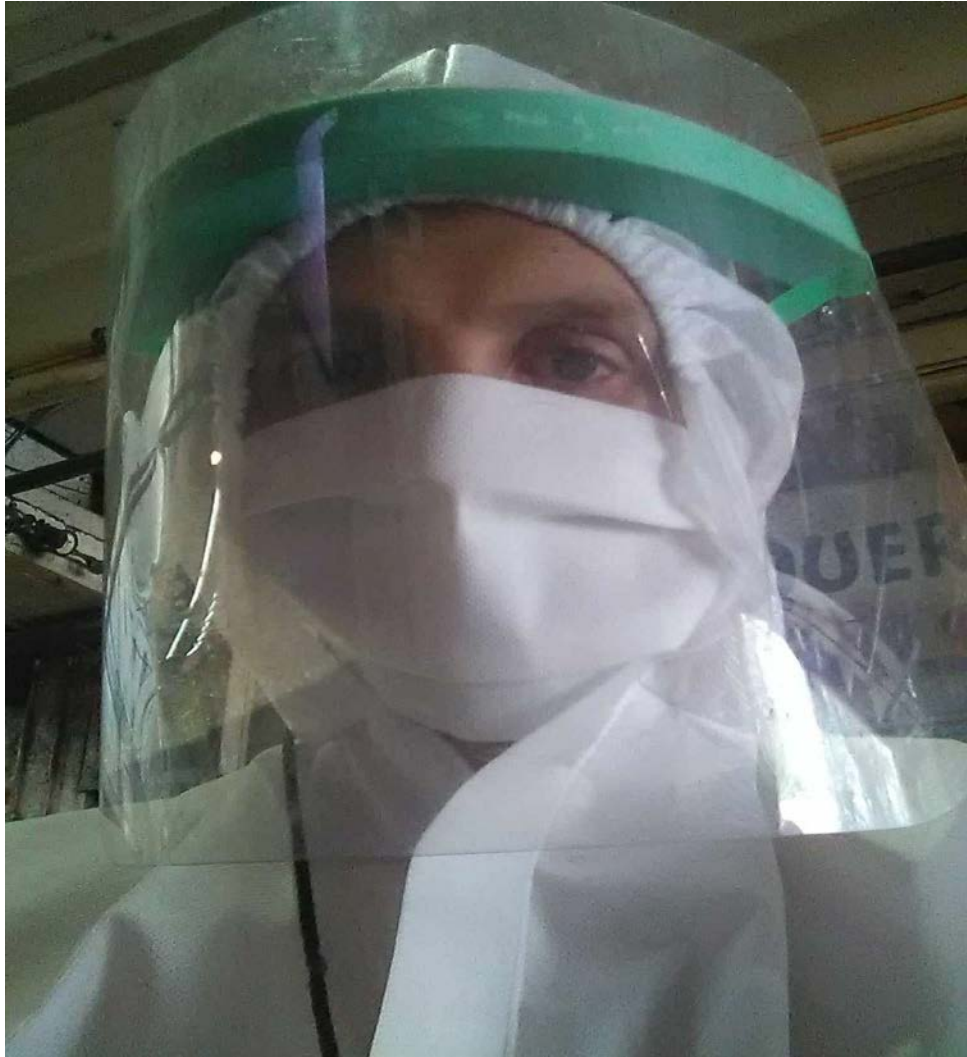


Figura 1. Título: Día 1 en la central de Abasto.

Nota: La primera vez que trabaje en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa el 1ro de mayo del 2020, el COVID-19 estaba en su máximo punto en el contagio en el mundo.

5. Del 4 al 8 de mayo de 2020 como parte de las actividades de promoción de la salud, continuamos con la toma de temperatura y la dosificación de gel antibacterial a las personas que acudían a la Central de Abastos. Esta iniciativa tenía como objetivo prevenir la propagación de enfermedades y fomentar hábitos de higiene entre la población que frecuentaba este espacio público.

6. Del 11 al 15 de mayo de 2020 continuamos con las actividades encomendadas: toma de temperatura y aplicación de gel antibacterial a las personas que entraban y salían del pasillo. Además, llenamos las listas requeridas para demostrar la entrega de gel antibacterial a los usuarios.
7. Del 18 al 22 de mayo de 2020. Continuamos con las actividades asignadas: toma de temperatura y dosificación de gel antibacterial. Adicionalmente, se nos encomendó la tarea de orientar a los locatarios y usuarios de la Central de Abastos sobre la ubicación de las carpas médicas. En esta nueva función, mi labor consistía en guiar a las personas hacia las carpas médicas para que pudieran realizarse la prueba de COVID-19 o recibir atención médica en caso de presentar síntomas sospechosos del virus. Cabe mencionar que, debido a la presencia de varias carpas en la Central de Abastos, era importante brindar información precisa y clara a cada persona que requiriera asistencia.
8. Del 25 al 29 de mayo de 2020 se llevaron a cabo las actividades asignadas: toma de temperatura, entrega de gel antibacterial a las personas y trabajadores de la Central de Abastos, y orientación a las personas sobre la ubicación de las carpas médicas.
 - La toma de temperatura y la dosificación de gel antibacterial son dos acciones de promoción de la salud que se han vuelto fundamentales en el contexto de la pandemia de COVID-19 y otras enfermedades contagiosas. Estas medidas, aunque simples, pueden tener un impacto significativo en la prevención de la transmisión de enfermedades y la promoción de hábitos de higiene entre la población. La toma de temperatura permite identificar a personas con fiebre, uno de los síntomas principales de diversas enfermedades, y aislarlas para evitar que contagien a otras. La dosificación de gel antibacterial elimina gérmenes y patógenos de las manos, reduciendo la probabilidad de que se propaguen por contacto físico.
9. El 1 de junio de 2020, cumplí con las actividades asignadas; sin embargo, me vi obligado a retirarme debido a un malestar generalizado en mi cuerpo, acompañado de fiebre. Ante estos síntomas, me realicé la prueba de

COVID-19 y, por instrucciones del personal médico, me aislé en mi domicilio a la espera de los resultados, los cuales fueron programados para el día 4 de junio de 2020. Cabe destacar que, al finalizar el primer mes de trabajo en la Central de Abastos, se implementó un protocolo de desinfección que consistía en pasar por una carpa especial al término de la jornada laboral. En esta carpa, se procedía a retirar y desechar el traje de protección personal utilizado, y al día siguiente se nos entregaba uno nuevo, junto con cubrebocas y guantes.

10. El 4 de junio de 2020 fui a por mí resultado de la prueba, el cual resultó positivo. Me indicaron que debía realizar cuarentena y guardar reposo, y que regresara en 15 días. Sin embargo, a pesar de haber transcurrido los 15 días, aún no me sentía bien, por lo que regresé hasta el 2 de julio. Para ese entonces, ya me sentía mejor, aunque un poco adolorido, pero en general mi estado había mejorado. Tengo entendido que, durante el mes de junio, mientras yo estuve ausente por enfermedad, se llevaron a cabo las actividades que me habían sido asignadas. Por lo cual el 3 de julio se realizó las mismas actividades mencionadas.
11. El 6 de Julio de 2020 se llevaron a cabo nuevas actividades relacionadas con la promoción de la salud. Se mencionó anteriormente en la capacitación que hubo antes de entrar a laborar a la central de abastos, sobre el uso de la aplicación mensajería CDMX. Se aplicaron encuestas a través de la aplicación de mensajería CDMX para identificar si los trabajadores presentaban síntomas de COVID-19. (El objetivo era realizar un cuestionario a todos los empleados de la central de abastos para detectar posibles síntomas del SARS-CoV-2.) Las encuestas se aplicaron a todos los locatarios, puestos semifijos y diableros. A los trabajadores que se identificaron como sospechosos del virus se les invitó a realizarse la prueba de COVID-19 lo antes posible. Mientras esperaban los resultados de la prueba, los empleados debían aislarse en casa hasta recibir el diagnóstico. El tiempo de espera típico era de dos o tres días. En el caso de los trabajadores que resultaran positivos por COVID-19, el aislamiento debía

prolongarse por 15 días hasta su completa recuperación. Al igual en la aplicación mensajería CDMX, se verificaba si los locatarios y puestos semifijos cumplían con las normas establecidas por la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa. Dichas normas establecían que cada puesto debía tener al menos un 30% de ocupación, ofrecer gel antibacterial a los clientes, mantener una distancia adecuada entre las personas, garantizar la limpieza del local y la correcta señalización de la distancia social, y exigir el uso de cubrebocas tanto a los trabajadores como a los clientes. Una de las indicaciones específicas era que cada puesto debía contar con una barrera protectora en el área de pago, para proteger al cajero.

1. Detección temprana de COVID-19:

- La aplicación de encuestas a través de la app CDMX permitió identificar trabajadores con posibles síntomas de COVID-19 de manera oportuna. Esto facilitó el aislamiento temprano de casos positivos, evitando la propagación del virus dentro de la central de abastos y protegiendo la salud de los trabajadores, sus familias y la comunidad en general.

2. Aislamiento y seguimiento de casos:

- Se instruyó a los trabajadores con sospecha de COVID-19 a aislarse en casa mientras esperaban los resultados de la prueba. Esta medida crucial contribuye a controlar la transmisión del virus y previene nuevos contagios.
- El seguimiento a los casos positivos durante 15 días hasta su completa recuperación asegura que no regresen a trabajar mientras aún son contagiosos y minimiza el riesgo de rebrotes.

3. Fomento de medidas preventivas:

- Las encuestas sobre síntomas de COVID-19 sirvieron como recordatorio a los trabajadores de la importancia de estar atentos a su salud y de adoptar

medidas preventivas, como el uso de cubrebocas, el lavado frecuente de manos y el distanciamiento social.

4. Verificación de normas sanitarias:

- La revisión del cumplimiento de las normas establecidas por la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa busca crear un entorno seguro para trabajadores y clientes.
- Estas normas, como la limitación de aforo, la disponibilidad de gel antibacterial, la limpieza y señalización del local, el uso obligatorio de cubrebocas y la instalación de barreras protectoras en áreas de pago, reducen el riesgo de contagio de enfermedades como COVID-19 y promueven prácticas de higiene que benefician la salud en general.

12. Desde el inicio de las nuevas actividades con la aplicación de mensajería CDMX, durante un mes estuvimos realizando las mismas tareas: visitar locales y puestos semifijos para verificar el cumplimiento de las normas sanitarias y detectar posibles casos de COVID-19. Esta labor preventiva fue fundamental para contener la propagación del virus.

- Al igual se les indicaba a las personas que acudían y trabajaban en la central el uso de cubrebocas, ya que algunas personas no creían en el virus y lo justificaban diciendo que era falso. Por lo tanto, no se ponían el cubrebocas. Se les explicaba que debían usarlo por su bien propio y el de los demás. Se les brindaba el cubrebocas para facilitar su uso y se les explicaba que era para evitar contagiarse del virus.
4. Recomendar el uso de guantes al personal:
- Se indicó a los trabajadores de la central que utilizaran guantes como medida preventiva para evitar contagiarse rápidamente. Se les hacía énfasis en el uso de guantes al tener contacto con objetos, personas o dinero, ya que el virus podía estar en cualquier lugar. Se les recomendaba que también proporcionaran guantes a los clientes que visitaban la central de abastos.

- Se les indicaba a los trabajadores y dueños de los locales que debían mantener limpio su local y proporcionar las medidas preventivas necesarias a sus clientes, como gel antibacterial y cubrebocas en caso de que no los tuvieran. También se les recordaba la importancia de mantener la sana distancia para prevenir contagios.
- Se les indicaba a los locales y puestos semifijos que no debían tener demasiados clientes en su local, ya que esto aumentaba el riesgo de contagio del virus. Se les explicaba que la sana distancia dentro de los locales era fundamental para disminuir el riesgo de contagio.

13. El 5 de agosto del 2020, terminamos de hacer las actividades con la aplicación mensajería CDMX y entregar constancias a los locales y puestos semifijos dentro de la central de abastos si cumplían con las normas sanitarias, nos asignaron a hacer otras actividades relacionada a la promoción de la salud, como pegado de carteles. Se elaboraban o se recibían de la Secretaría de Salud carteles sobre las medidas de prevención del COVID-19, como el uso de cubrebocas, el lavado de manos, el uso de gel antibacterial, etc. Estos carteles se pegaban en toda la central de abastos. Se le preguntaba al encargado de cada local si autorizaba su colocación. En caso de que aceptara, se colocaba el cartel y se continuaba con el resto de los locales.

- Esta acción concuerda con uno de los objetivos de la promoción de la salud: difundir información veraz y confiable sobre temas relacionados con la salud para que las personas puedan tomar decisiones informadas para prevenir enfermedades.
- La colocación de estos carteles en toda la central de abastos busca crear entornos saludables al recordar a las personas la importancia de seguir las medidas de prevención del COVID-19.
- La promoción de la salud también se enfoca en crear ambientes propicios para que las personas puedan adoptar estilos de vida saludables.

14. 6 de agosto de 2020. Se continuó con las actividades asignadas. Se pegaron carteles informativos y de prevención sobre el COVID-19 en todos los pasillos. Un integrante de la brigada recorrió los pasillos con un megáfono para difundir la importancia del uso de cubre bocas, gel antibacterial y el lavado frecuente de manos. Mientras tanto, los demás integrantes de la brigada repartieron gel antibacterial, tomaron la temperatura a las personas y continuaron pegando carteles.

15. El 7 de agosto de 2020. Se continuó con las actividades mencionadas:

- Pegado de carteles.
- Dosificación de gel antibacterial.
- Toma de temperatura.
- Difusión de medidas sanitarias y sobre las carpas médicas.

Estas actividades se llevaron a cabo durante un mes.

16. El 9 de septiembre del 2020. Las actividades que nos asignaron a realizar sobre las medidas preventivas para todas las personas que ingresan por los accesos peatonales a la central de abastos. A las personas y trabajadores que entraban a la central de abasto se le brindaba gel y se le checaba la temperatura, cuando la persona, tenía la temperatura alta, no se le dejaba ingresar a la central de abastos, si la persona ingresaban a la fuerza, teniendo síntomas de COVID, se le avisaba a la autoridad de la central de abastos que la persona era sospechoso del COVID, se le indicaba que fuera al médico, en caso de que se negara, las autoridades le indicaba que se fuera de este lugar, hasta que se realizara una prueba. También se les indicaba a las personas que no ingresara con infantes o personas de la tercera edad, ya que son los más vulnerables a que se contagie del virus, para eso se pegaban carteles donde indicaba, el cuidar de las personas que son más fácil de adquirir el virus.

17. El 10 de septiembre del 2020, se continuo con las actividades, dosificación de gel antibacterial, brindar e informar a las personas sobre el uso de cubrebocas, toma de temperatura, pega de carteles en los accesos

peatonales de la central de abastos, se siguieron realizando estas actividades hasta por el mes de noviembre.

18. El 2 de noviembre del 2020. Se realizaron actividades nuevas que consistían sobre la sensibilización sobre el lavado de manos en la Central de Abastos. La Organización Mundial de la Salud define la Educación para la Salud, como la disciplina que se ocupa de organizar, orientar e iniciar los procesos que han de promover experiencias educativas, capaces de influir favorablemente en los conocimientos, actitudes y prácticas del individuo, y de la comunidad con respecto a su salud. (Yoimy,2012).

- Explicar la importancia del lavado de manos a cada local de la Central de Abastos para prevenir enfermedades.
- Se conformó brigadas que recorrió local por local en los pasillos de la Central de Abastos.
- En cada local, se brindó una explicación detallada, paso a paso, sobre la técnica correcta del lavado de manos.
- Se enfatizó la importancia del lavado de manos como medida preventiva contra el COVID-19 y otras enfermedades.
- Se invitó a los trabajadores y dueños de los locales a replicar la información a sus empleados y clientes para fomentar la cultura del lavado de manos.
- Se logró sensibilizar a los trabajadores y dueños de locales sobre la importancia del lavado de manos para la salud individual y colectiva.
- Se proporcionaron las herramientas necesarias para realizar un lavado de manos efectivo, contribuyendo a la prevención de enfermedades.
- Se fomentó la participación activa de la comunidad de la Central de Abastos en la adopción de medidas de higiene para prevenir el contagio de enfermedades.

La actividad sobre el lavado de mano es importante para la promoción de la salud porque:

- A) Previene enfermedades: El lavado de manos es una de las medidas de higiene más importantes para prevenir la transmisión de enfermedades, como el COVID-19, la influenza, las infecciones diarreicas y las enfermedades respiratorias. Al explicar la técnica correcta del lavado de manos y enfatizar su importancia, se contribuye a reducir la incidencia de estas enfermedades entre los trabajadores y clientes de la Central de Abastos.
- B) Fomenta hábitos saludables: La actividad no solo informa sobre la técnica del lavado de manos, sino que también promueve su adopción como un hábito saludable. Al invitar a los trabajadores y dueños de locales a replicar la información a sus empleados y clientes, se contribuye a crear una cultura de higiene en la Central de Abastos.
- C) Empodera a la comunidad: La actividad empodera a los trabajadores y dueños de locales para que sean agentes de cambio en la promoción de la salud. Al brindarles las herramientas y el conocimiento necesarios para realizar un lavado de manos efectivo, se les permite tomar acciones concretas para proteger su salud y la de los demás.
- D) Contribuye al bienestar general: La promoción del lavado de manos no solo beneficia la salud individual, sino que también contribuye al bienestar general de la comunidad. Al reducir la transmisión de enfermedades, se disminuye la carga sobre el sistema de salud y se mejora la calidad de vida de las personas.



Figura 2. Explicación sobre el lavado de mano

Nota: Local por local, se les daba una pequeña capacitación a las personas encargada de su local, sobre la importancia sobre el lavado de manos en la central de abastos.

19. El 7 de diciembre de 2020 las actividades que realice en la temporada invernal “navideña”, en el exterior de la central de abastos, en los cuales las autoridades autorizaron la venta de árboles de navidad, piñatas, adornos navideños, juguetes y otros artículos similares. Se realizó las mismas actividades:

- Se brindó gel antibacterial a los asistentes y trabajadores.
- Se tomó la temperatura a las personas que ingresaban al área.

- Se colocaron carteles informativos sobre las medidas de prevención contra el COVID-19.
- Se brindó información sobre la técnica correcta del lavado de manos y la importancia de mantener las manos higienizadas, especialmente en temporada de frío, cuando aumenta el riesgo de contagio de enfermedades respiratorias.
- Se recalcó la importancia de no bajar la guardia en cuanto a las medidas de prevención, especialmente en fechas de mayor afluencia de público y en un contexto de bajas temperaturas, que favorecen la propagación de virus.



Figura 3. Brindado gel en la temporada navideña en la Central de Abastos.

Nota: Brindar gel y toma de temperatura a las personas que ingresaban y salía de la central de abastos en la temporada navideña.

20.El 4 de enero de 2021, al inicio del año, me asignaron nueva responsabilidad. Mi tarea consistía en difundir información sobre la vacuna contra la influenza en toda la Central de Abastos. Esta iniciativa se debía a que, durante la temporada invernal, aumenta el número de personas contagiadas. Es por ello que la vacunación anual es fundamental. Durante dos meses, me dediqué a esta labor hasta que se completó la aplicación de las vacunas de influenza en la central.

- La tarea de difundir información sobre la vacuna contra la influenza en la Central de Abastos es un ejemplo claro de Promoción de la Salud. Al proporcionar información precisa y accesible sobre la vacuna, se contribuye a que las personas tomen decisiones informadas sobre su salud y la de sus familias.
- La vacunación es una de las medidas más importantes para prevenir enfermedades infecciosas, como la influenza. Al fomentar la vacunación entre la población de la Central de Abastos, se contribuye a reducir el número de casos de estas enfermedades y a proteger la salud de la comunidad.

21.El 8 marzo del 2021, dimos continuidad a las medidas de prevención implementadas en meses anteriores. Estas consistían en la dosificación de gel antibacterial, la toma de temperatura y la colocación de carteles informativos. Continué realizando estas actividades hasta el 30 de abril del 2021.

El año en que se realizaron estas actividades fue sin duda un período muy difícil. A nivel mundial, la pandemia del COVID-19 golpeó con fuerza, causando un sinnúmero de pérdidas humanas y dejando una huella imborrable en la memoria colectiva. En lo personal, también viví de cerca los estragos de esta enfermedad, ya que contraí el virus y experimenté síntomas durante un mes completo.

Durante ese tiempo, me sentí debilitado, con fiebre y con una pesadez considerable en las piernas. La enfermedad me impidió realizar mis actividades habituales y me obligó a guardar reposo durante un mes entero. Afortunadamente, conté con el apoyo de la jurisdicción correspondiente, la cual me brindó la incapacidad necesaria para mi recuperación. Las pruebas que me realicé durante ese período confirmaron mi diagnóstico de COVID-19. Afortunadamente, tras un mes de enfermedad logré recuperarme por completo.

22. El 3 de mayo de 2021 me incorporé a las actividades de apoyo en la vacunación contra COVID-19, específicamente en la aplicación de la segunda dosis a personas adultas mayores de 60 años. No participé en la primera dosis debido a que en esas fechas recibí la vacuna contra COVID-19.

En Iztapalapa se habilitaron seis sedes de vacunación, las cuales eran:

- Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) Iztapalapa.
- Sede de Servicios de Transportes Eléctricos Telecom/ Telecomunicaciones de México.
- Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la UNAM Campus I
- Deportivo Santa Cruz Meyehualco.
- Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos N° 7 "Cuauhtémoc" IPN / (Vocacional 7).
- Unidad Habitacional Militar El Vergel Palacio de los Deportes (Pabellones).

Las personas se registraron previamente en la plataforma "Mi Vacuna" para obtener una cita y acudir en la fecha indicada, para su aplicación. Me asignaron la sede de vacunación en la FES Zaragoza, ubicada en la estación de metro Guelatao. La sede contaba con 60 mesas, cada una atendida por un enfermero y un promotor de salud. Las personas se organizaban en grupos de diez para pasar por las mesas y completar el proceso de vacunación. Yo recibía los formularios de cada persona, registraba el número de lote de la vacuna y el nombre del enfermero que la aplicó.

Mi principal labor consistió en llenar los formatos de registro de las personas que recibían la vacuna, además de brindar asistencia a los enfermeros durante el proceso de aplicación. Al igual brindar indicaciones sobre la vacuna contra COVID-19.

Antes de vacunarse se le solicita al paciente que:

- Infórmese: consulte fuentes confiables como la Organización Mundial de la Salud (OMS) o las autoridades sanitarias de su país para obtener información actualizada sobre la vacuna contra COVID-19, su eficacia, seguridad y posibles efectos secundarios.
- Consulte a su médico: si tiene alguna condición médica preexistente o si está tomando algún medicamento, consulte con su médico antes de vacunarse para asegurarse de que la vacuna sea adecuada para usted.
- Programe su cita: la mayoría de los países han implementado sistemas de registro para la vacunación contra COVID-19. Programe su cita con anticipación y siga las instrucciones proporcionadas por las autoridades sanitarias.

Durante la vacunación se solicitó a los pacientes que:

- Llevaran su identificación: presente su identificación oficial al personal de vacunación para verificar su identidad y elegibilidad.
- Informe al personal de salud: informe al personal de vacunación sobre cualquier condición médica preexistente, alergias o medicamentos que esté tomando.
- Espere instrucciones: siga las instrucciones del personal de vacunación durante todo el proceso.

Después de vacunarse:

- Observe su reacción: permanezca en el lugar de vacunación durante 15-30 minutos después de recibir la vacuna para observar si presenta alguna reacción alérgica inmediata.
- Espere los efectos secundarios: es posible que experimente algunos efectos secundarios comunes como dolor en el brazo, fatiga, dolor de cabeza o fiebre. Estos efectos secundarios generalmente son leves y desaparecen en unos pocos días.
- Tome medicamentos de venta libre: si experimenta efectos secundarios, puede tomar medicamentos de venta libre como paracetamol o ibuprofeno para aliviar los síntomas.
- Continúe las medidas de precaución: si bien la vacuna contra COVID-19 es efectiva, es importante continuar tomando medidas de precaución como el uso de mascarilla, el distanciamiento social y el lavado frecuente de manos para reducir el riesgo de contagio.
- Consulte al médico si aún presenta efectos secundarios, después de haberse aplicado la vacuna COVID-19. Estas fueron las indicaciones que se le daba a las personas en el momento de su aplicación de la vacuna.

La relación que tiene la promoción de la salud con las actividades que realice durante el periodo de vacunación:

1. Protección de la salud individual y colectiva: la vacunación es una estrategia fundamental para la promoción de la salud, ya que previene enfermedades y protege a las personas de sus complicaciones. En este caso, la vacunación contra COVID-19 ha sido crucial para reducir la morbilidad, la mortalidad y el impacto general de la pandemia en la salud pública.

2. Fomento de estilos de vida saludables: la experiencia descrita involucra acciones que promueven estilos de vida saludables, como la participación en actividades comunitarias y el trabajo en equipo. Estas acciones contribuyen al bienestar general de las personas y fortalecen su capacidad para enfrentar enfermedades.

3. Educación para la salud:

- Lo mencionado evidencia la importancia de la educación para la salud, ya que desempeñe un rol educativo al brindar información e indicaciones a las personas sobre la vacunación. La educación para la salud es esencial para que las personas tomen decisiones informadas sobre su salud y adopten prácticas saludables.
- La información resalta la importancia de la vacunación contra COVID-19 como una medida crucial para protegerse del virus, prevenir enfermedades graves, hospitalizaciones y muertes.
- La promoción de la salud se enfoca en promover estilos de vida saludables y con ello prevenir enfermedades, por lo tanto, la vacunación es una herramienta fundamental para alcanzar estos objetivos.

4. Participación comunitaria:

- La vacunación contra COVID-19 requirió un esfuerzo colectivo y la participación activa de la comunidad. Formé parte de este esfuerzo, lo que demuestra la importancia de la participación comunitaria en la promoción de la salud.
- La vacunación contra COVID-19 no solo protege a la persona inmunizada, sino que también contribuye a la inmunidad colectiva, lo que beneficia a toda la comunidad al reducir la transmisión del virus.
- La promoción de la salud abarca tanto el bienestar individual como el colectivo, y la vacunación es un ejemplo de cómo las acciones individuales pueden tener un impacto positivo en la salud pública.



Figura 4. Inicio de Vacunación COVID 19.

Nota: Llenado de los formatos en la vacunación COVID-19 en la Fes Zaragoza

23. El 4 de mayo de 2021 se continuó con las actividades antes mencionadas en la vacunación de COVID-19. Mientras realizaba mis actividades, los enlaces de los promotores de la salud pasaban mesa por mesa para contabilizar cuántas aplicaciones se realizaban por hora. Fue allí donde conocí a mi enlace promotora, Selene Rosillo, quien me invitó a formar parte de su equipo para la prueba de COVID en el macro quiosco Iztapalapa. Acepté la invitación de mi coordinadora.

24. Del 5 al 7 de mayo de 2021, seguimos con las actividades en llenar los formatos de registro de las personas que recibían la vacuna, además de

brindar asistencia a los enfermeros durante el proceso de aplicación. Al igual brindar indicaciones sobre la vacuna contra COVID-19. El 7 de mayo fue el último día de vacunación para los adultos mayores de 60 y más. Lo antes mencionado, mi enlace me indicó que a partir del lunes empezaría nuevas actividades, en la cual consistía en hacer pruebas de COVID en el Macro quiosco Iztapalapa.

25. El 10 de mayo de 2021. Realicé otras actividades diferentes encaminadas a la promoción de la salud, las cuales consistían en aplicar el triage (consiste en evaluar y clasificar a los pacientes según la gravedad de su condición y la necesidad de atención médica inmediata), las pruebas de COVID-19 y colocar carteles sobre la prevención del COVID en el lugar donde se realizaba las pruebas para prevenir la propagación del virus SARS-CoV-2.

Durante mi tiempo en la central de abastos, algunos de mis compañeros que habían sido seleccionados para realizar la prueba de COVID-19, me capacitaron tanto en la aplicación de las pruebas como en el llenado del triage. Primeramente, me capacitaron para la realización del triage, en la cual es una práctica esencial en el ámbito de la atención médica de emergencia que ayuda a priorizar la atención de los pacientes en situaciones críticas.

En el macro kiosco de Iztapalapa, se colocaba una carpa grande que nos proporcionaba el Centro de Salud Rafael Carrillo. También nos proporcionaban mesas y sillas, y por supuesto, el material necesario para realizar la prueba de COVID-19.

Las personas que iban a realizarse la prueba debían formar una fila. Se colocaba una mesa y una silla dentro de la carpa, principalmente la silla para el paciente, que se ubicaba a dos metros de distancia de la mesa donde mis compañeros y yo realizamos el triage.

Triage contenía preguntas básicas como su nombre, dirección, fecha de nacimiento, síntomas de COVID que se presentaban, si se habían aplicado vacuna (en ese momento), si tuvo contacto con otra persona contagiada, si presentan enfermedades crónicas, no transmisibles. Recuerden que las enfermedades crónicas pueden debilitar el sistema inmunológico, lo que dificulta al cuerpo combatir las infecciones. Esto hace que las personas con estas afecciones sean más propensas a enfermarse gravemente de COVID-19.

Estas preguntas básicas eran necesarias, si cumplían el requerimiento para realizarse las pruebas de COVID.

Después de llenar los triage, volvían a formarse para esperar la realización de su prueba. Se les aplicaba la prueba y tenían que esperar sus resultados durante 15 a 20 minutos, hasta que se les llamara por su nombre.

Si la prueba de una persona salía positiva, se le indicaba que debía estar en cuarentena, no tener contacto con sus familiares y acudir al médico lo antes posible. Si la persona tenía seguro médico, debía acudir a su clínica de inmediato. Para las personas que no contaban con seguro médico, se instalaba una carpa al lado del lugar donde se realizaban las pruebas para que un médico las atendiera.

A las personas con pruebas negativas se les indicaba que, aunque su resultado fuera negativo, no debían bajar la guardia ante la batalla contra el COVID-19 y que debían seguir las indicaciones de la Secretaría de Salud para prevenir el contagio.



Figura 5. Prueba Covid-19 en el macro quiosco en Iztapalapa.

Nota: En el macro quiosco haciendo el triage, al igual se hace recomendaciones sobre el cuidado personal, para prevenir el virus.

26. El 11 de mayo de 2021. Continuaba con las actividades mencionadas sobre el triage, después de realizar el triage a las personas, mis compañeros me capacitaron para realizar las pruebas COVID. La preparación consistía en:

- Revisar los materiales: Antes de comenzar, asegúrese de tener a la mano todos los materiales necesarios para la prueba, incluido el dispositivo de prueba, el hisopo nasal, el tubo prellenado con el reactivo, un temporizador y lo más importante tener nuestro equipo de seguridad para prevenirnos del COVID; el overol, caretas, cubrebocas y guantes.
- Desinfectarse: Antes de realizar la prueba, utilizamos gel antibacterial antes y después de realizar la prueba.

Realización de la prueba:

- Recoja la muestra: para recolectar una muestra nasal. Esto generalmente implica insertar el hisopo en la fosa nasal y rotarlo suavemente durante unos segundos antes de retirarlo.
- Apliqué la muestra recolectada en el dispositivo de la prueba. Colocar el hisopo en un tubo prellenado con un reactivo esperar dos minutos y colocarlo en la muestra.
- Establezca el tiempo: inicie un temporizador, alrededor de 10 a 15 minutos.

Interpretación de los resultados: interpretación del resultado: Una vez que haya transcurrido el tiempo de desarrollo, observe la apariencia del dispositivo de prueba. Las líneas de prueba y control indicarán si la prueba es positiva, negativa o inválida. En este caso, si la prueba es positiva son 3 líneas que mostraba el dispositivo, en caso de que la prueba es negativa son 2 líneas y solo era una línea era invalida todo dependía de la marca de la prueba.

Consideraciones adicionales:

- Las pruebas rápidas de COVID-19 son generalmente muy precisas, pero existe la posibilidad de resultados falsos positivos o falsos negativos.
- Las pruebas rápidas de antígeno son menos sensibles que las pruebas moleculares, como la PCR, lo que significa que tienen más probabilidades de dar un resultado negativo (falso negativo) cuando una persona está infectada. Esto es especialmente cierto en las primeras etapas de la infección o en personas con síntomas leves.
- Se realizaban pocas pruebas de PCR, se les preguntaba a las personas si se quería realizar la prueba rápida o la PCR. El centro de salud nos brindaba mínimo 10 pruebas PCR, además son eficaz en detectar el virus, se manda al laboratorio y tardar en dar los resultados durante 3 días o más. El centro de salud se encargaba de dar los resultados de las pruebas PCR.



Figura 6. Recomendaciones sobre prevenir el COVID-19.

Nota: Se daba recomendaciones a las personas que se realizaba la prueba COVID.

27.El 12 de mayo del 2021. Se continuaron las actividades de triage y realización de pruebas COVID. Además, se colocaron carteles informativos en la carpa donde se realizaba el triage para recordar a las personas la importancia de mantener las medidas de precaución. Se continuaron realizando las actividades hasta el sábado. Las pruebas de COVID se realizaban de lunes a sábado, finalizando hasta completar todas las pruebas programadas. La cantidad de pruebas diarias variaba entre 250 y 300, dependiendo del centro de salud y los materiales disponibles.

Las actividades antes mencionadas están encaminadas a la promoción de la salud en las pruebas COVID-19:

- Identificación temprana de riesgos: el triage, al evaluar a los pacientes y clasificarlos según la urgencia de su atención, puede ser una oportunidad para identificar a aquellos con mayor riesgo de desarrollar problemas de salud crónicos. Esta información puede usarse para iniciar intervenciones de promoción de la salud tempranas y personalizadas, con el objetivo de prevenir o retrasar la aparición de enfermedades.
- Intervenciones breves y oportunas: durante el proceso de triage, los profesionales de la salud pueden aprovechar la interacción con los pacientes para brindar breves consejos e información sobre hábitos de vida saludables, como alimentación, actividad física, consumo de tabaco y alcohol, y la importancia de los controles médicos regulares. Estas intervenciones breves, pero oportunas, pueden tener un impacto significativo en la adopción de comportamientos saludables.
- Derivación a programas de promoción de la salud: los pacientes identificados como de alto riesgo durante el triage pueden ser derivados a programas de promoción de la salud más completos y personalizados. Estos programas pueden incluir talleres, grupos de apoyo, consejería individual y otras estrategias para ayudar a los pacientes a realizar cambios duraderos en su estilo de vida.
- Promoción de la salud en el entorno clínico: el entorno clínico en sí mismo puede ser un espacio para promover la salud. Implementar iniciativas como la señalización con información sobre hábitos saludables, ofrecer opciones de alimentos saludables en la cafetería del hospital y promover la actividad física entre los pacientes y el personal son algunas estrategias que pueden contribuir a crear un ambiente que apoye el bienestar general.
- Enfoque integral de la salud: la integración del triage y la promoción de la salud fomenta un enfoque integral de la atención médica, que no solo se centra en el tratamiento de enfermedades, sino también en la prevención y la promoción del bienestar. Esto contribuye a

mejorar la calidad de vida de los pacientes y a reducir los costos asociados a las enfermedades crónicas.

- En el caso de las pruebas de COVID-19: prevenir enfermedades. Al aplicar pruebas de COVID-19 para identificar casos positivos y prevenir la propagación del virus.
- Colocar carteles sobre la prevención del COVID-19 para educar a la población sobre las medidas de protección.
- Informar a las personas sobre la importancia de la sana distancia y el uso de cubrebocas. (No se aplicaba la prueba sino tenía cubre boca).
- Derivó a pacientes con pruebas positivas a un médico para su seguimiento y tratamiento.
- Fomentar la adopción de comportamientos saludables, como el lavado frecuente de manos y el distanciamiento social.
- La importancia de seguir las indicaciones de las autoridades sanitarias para controlar la pandemia.



Figura 7. Aplicando prueba COVID en el Centro de Salud Chinampac de Juárez.

28. El 13 de mayo de 2021. Continúe con las mismas actividades de pruebas COVID mencionadas anteriormente hasta el 6 de julio de 2021, no estuve en la primera dosis de vacuna COVID para adquirir más experiencia en la realización en la prueba COVID. Mantuve estas actividades hasta la segunda dosis de la vacuna COVID para el grupo de edad de 50 a 59 años, y mis responsabilidades no cambiaron durante el período de vacunación. En los períodos entre las fechas de vacunación, mis actividades principales consistían en realizar pruebas COVID, y así sucesivamente, hasta completar la segunda dosis de la vacuna para el grupo de edad de 18 años o más, en marzo de 2022. A continuación, se anotó la fecha que estuve en vacunación covid-19:

- Fecha de la primera dosis de COVID-19 de 40-49 años: 29 de junio al 03 de julio del 2021.
- Segunda dosis de vacunación comenzó en el mes del 7 al 11 de abril del 2021.
- Primera dosis de COVI-19 fueron los adultos de 30-39 fue del 13 al 17 de julio del 2021.
- Segunda dosis de vacuna COVID-19, fue en la fecha del 5 al 9 de octubre del 2021.
- 1ra dosis a personas de 18-29, comenzó el 28 de septiembre al 2 de octubre del 2021.
- Segunda dosis de vacunación COVID-19 de los adultos jóvenes 18-29 años fue del 25 al 28 de octubre del 2022.
- Después se continuó aplicando la tercera dosis “refuerzo” para todas las edades a partir de enero, al igual se aplicaba a los adolescentes sus primeras dosis de vacunación COVID. Hasta llegar a los niños de 5 a 11 años. Mientras no estaba en

vacunación, mis actividades se centraban en la aplicación de pruebas COVID en el macro quiosco. Si bien la demanda había disminuido considerablemente, pasando de 300 pruebas diarias a solo 10, aún era necesario realizar difusión para promover el servicio. De esta manera, culminé mi labor en marzo, junto con el fin de la aplicación de pruebas COVID y la vacunación.



Figura 8. Recomendaciones durante la jornada de Vacunación COVID-19.

Nota: Se daba recomendaciones a las personas que se aplicaba la vacuna COVID, en caso de la persona que se sintiera mal al aplicarse la vacuna se llevaba al médico y estaba en observación.



Figura 9. Apoyando la vacunación COVID-19 en otras Alcaldías.

29. El 4 de abril del 2022, después de estos sucesos me asignaron otras actividades que consistían en realizar talleres de prevención, nutrición y sobre ciertas enfermedades. Estos talleres se llevaban a cabo en diferentes regiones de Iztapalapa. Se formaron varios grupos de promotores para difundir la información y convencer a las personas de asistir a los talleres que ofrecía la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa. La difusión se realizaba en iglesias, parques, mercados, kioscos y, en ocasiones, en las casas de las personas que mostraban interés en los talleres. Tres días a la semana se realizaba difusión y los otros dos días se realizaban los talleres, se le indicaba a la persona el lugar donde se iba a realizar los talleres. Los promotores realizaban los talleres, pero también asistían médicos o nutriólogos para aclarar cualquier duda de los participantes. Estuve realizando estas actividades durante tres semanas, al principio era hacer difusión y preparar el material para la realización del taller y al día siguiente llegaba al lugar donde se iba a realizar el taller y esperar que llegara las personas para realizar el taller, cualquier duda que tenía la persona, había un profesional de la salud para aclarar dudas.



Figura 10. Talleres Preventivos.

Nota: Talleres que se aplicaban en Iztapalapa, se buscaba lugares para hacer difusión y aplicar los talleres en ciertos lugares (parques, casas, deportivos, módulos, pilares, etc).

- La relación que tiene con la promoción de la salud con las actividades que realice durante el mes de abril es:
- Los talleres de prevención tenían como objetivo educar a las personas sobre cómo prevenir enfermedades. Esto se puede considerar como una estrategia de promoción de la salud de nivel primario, ya que se centra en prevenir la aparición de enfermedades.
- Los talleres de nutrición tenían como objetivo enseñar a las personas sobre cómo comer de manera saludable. Esto se puede considerar como una estrategia de promoción de la salud de nivel primario, ya que se centra en adoptar estilos de vida saludables.
- Los talleres sobre ciertas enfermedades tenían como objetivo informar a las personas sobre cómo prevenir, controlar y tratar estas enfermedades. Esto se puede considerar como una estrategia de promoción de la salud de nivel secundario y terciario, ya que se centra en abordar las enfermedades existentes.

- La difusión de información en iglesias, parques, mercados, kioscos y casas tenía como objetivo alcanzar a una amplia audiencia y crear conciencia sobre la importancia de la salud. Esto se puede considerar como una estrategia de promoción de la salud de nivel primario, ya que se centra en crear entornos propicios para la salud.



Figura 11. Talleres del lavado de mano y cáncer de mama en diferentes puntos de Iztapalapa.

30. El 25 de abril de 2022. Mis actividades cambiaron drásticamente, ya que los ucranianos se encontraban en una difícil situación en su país. Los Estados Unidos les abrieron las puertas, pero todavía no tenían la visa para viajar. Mientras se resolvía su situación migratoria, tuvieron que permanecer en México durante un mes y medio.

Además, la diputada y alcaldesa de Iztapalapa, Clara Brugada, brindó un apoyo fundamental al habilitar el Deportivo Francisco I. Madero (Av. Telecomunicaciones s/n Esq. Calle 3, col. Ejército Constitucionalista,

Iztapalapa) como refugio para los ucranianos. Además, proporcionó alimentos durante las primeras semanas, antes de que la Marina asumiera esa responsabilidad.

Durante los primeros días en el campamento donde se alojaban los ucranianos. Mis actividades incluían: brindar gel antibacterial y tomar la temperatura a las personas que entraban y salían del campamento. Es lo que se realizó durante una semana, eso sí, en el caso de los promotores se trabajaba de lunes a domingos y teníamos rol de horarios, se trabajaba en los tres turnos, matutino, vespertino y nocturno. En las primeras dos semanas se realizaron las actividades antes mencionadas.



Figura 12. Día 1 en el Campamento Ucraniano.

Nota: Se instaló una carpa para servicio médico para los refugiados ucranianos en el campamento.

31.El 3 de mayo de 2022, se continuaba realizando las actividades, brindar gel antibacterial y toma de temperatura a las personas que entraban y salían del campamento, pero también nos asignaron otra actividad que se tenía que realizar, consistían en medir el pH del agua para asegurar que fuera potable. En caso de que estuviera sucio, se le agregaba cierta cantidad de cloro y se medía nuevamente hasta que el pH estuviera en un nivel óptimo.



Figura 13. Medidas preventivas en el campamento ucraniano.

Nota: Toma de temperatura y brindar gel antibacterial a las personas que ingresaban al campamento ucraniano.

32. El 20 de mayo de 2022, continuaron las mismas actividades, consistían en brindar gel antibacterial, toma de temperatura y medir el pH del agua que utilizaban los ucranianos para cubrir sus necesidades básicas. Sin embargo, nos asignaron otra tarea en la cual consistía en aplicar las pruebas COVID 19. Para viajar a Estados Unidos, era necesario que la

persona no estuviera contagiada del virus. Una vez que obtenían sus visas, podían viajar a Estados Unidos. La prueba COVID-19, era obligatoria y se les realizaba antes del viaje.

33. El 3 de junio de 2022, se continuaron realizando las mismas actividades: toma de temperatura, brindar gel antibacterial, medir el pH del agua y aplicar la prueba COVID-19. Al inicio. Llegaba las personas al refugio, era aproximadamente 500 personas en el campamento. Poco a poco, se les gestionaban las visas para viajar a los Estados Unidos. A medida que obtenían sus visas, viajaban y el número de refugiado disminuía gradualmente, hasta llegar hasta al 3 de junio, las actividades y el número de refugiados disminuyeron. A las 2 de la tarde del mismo día, las últimas dos familias partieron hacia Estados Unidos. Así concluyó la operación del campamento ucraniano.



Figura 14. Midiendo el PH en el campamento ucraniano.

Nota: Midiendo el PH del agua en el campamento ucraniano, en el cual el agua lo utilizaban para bañarse, lavarse los dientes y las necesidades básicas.

Las actividades que realice, están relacionadas con la promoción de la salud durante el campamento ucraniano:

- Medir el pH del agua: el agua potable debe tener un pH adecuado para la salud humana. Un pH demasiado alto o demasiado bajo puede ser perjudicial para la salud. Al medir el pH del agua, se puede garantizar que los refugiados tengan acceso a agua segura para sus necesidades básicas.
- Tomar la temperatura: la toma de temperatura es una medida preventiva importante para detectar posibles casos de enfermedades contagiosas, como COVID-19. Al identificar a las personas con fiebre u otros síntomas, se puede evitar la propagación de enfermedades entre los refugiados.
- Brindar gel antibacterial: el uso de gel antibacterial ayuda a eliminar los gérmenes y las bacterias de las manos, lo que puede prevenir la transmisión de enfermedades. En un entorno como un campamento de refugiados, donde hay muchas personas viviendo en espacios reducidos, la higiene de las manos es especialmente importante.
- Hacer pruebas de COVID: las pruebas de COVID son una herramienta esencial para controlar la propagación del virus. Al realizar pruebas a los refugiados, se puede identificar a los que están infectados y aislarlos para evitar que contagien a otros. (Lo bueno es que no hubo contagios).

En resumen, estas actividades contribuyen a la promoción de la salud en el campamento ucraniano de las siguientes maneras:

- Previenen la transmisión de enfermedades contagiosas: al medir el pH del agua, tomar la temperatura, brindar gel antibacterial y hacer pruebas de COVID, se pueden prevenir enfermedades como COVID-19, diarrea y otras enfermedades infecciosas.
- Promueven la higiene personal: brindar gel antibacterial y fomentar el lavado frecuente de manos ayuda a mantener una buena higiene personal, lo que es fundamental para prevenir enfermedades.
- Protegen a los refugiados vulnerables: los refugiados, especialmente aquellos que provienen de áreas con sistemas de salud deficientes, pueden

ser más susceptibles a enfermedades. Al tomar medidas para proteger su salud, se puede mejorar su bienestar general.

Tras concluir las labores en el campamento ucraniano, disfrutamos de una semana de descanso. Este receso nos permitió recargar energías y prepararnos para continuar con nuestras actividades de promoción de la salud en otras áreas.

En el transcurso del campamento ucraniano, en mayo del 2022, culminé dos años de trabajo como promotor de la salud en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa. Fue una experiencia invaluable participar en las jornadas de vacunación contra COVID-19, aplicar pruebas COVID y colaborar en el campamento ucraniano. Estas experiencias me permitieron adquirir nuevos conocimientos y habilidades que han enriquecido mi labor profesional.



Figura 15. Prueba COVID a los refugiados ucranianos.

Nota: Se realizaba aplicación COVID a los ucranianos, para viajar a los Estados Unidos de América después de autorizar su VISA.

34. El 13 de junio de 2022, después del descanso, continuamos con nuevas actividades. Recibimos capacitación sobre las enfermedades crónicas no degenerativas al igual sobre las enfermedades de transmisión sexual. Nos capacitaron para realizar toma de presión arterial, así como sobre la realización de pruebas de glucosa, VIH/Sífilis y antígeno prostático. Además, aprendimos a llenar correctamente la papelería para cada prueba que se realizaba a los pacientes.

Las jornadas de salud son eventos organizados por diversos actores, como diputados, senadores, empresas, escuelas o mercados, en colaboración con la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa. Durante la capacitación que nos brindaron tienen como objetivo la prevención de enfermedades crónicas degenerativas, las personas con enfermedades crónicas son propensas a tener complicaciones a enfermarse gravemente del virus SARS COV 2.

Las enfermedades crónicas pueden debilitar el sistema inmunológico, lo que dificulta al cuerpo combatir las infecciones. Esto hace que las personas con estas afecciones sean propensas a enfermarse gravemente de COVID-19.

La diabetes puede aumentar los niveles de azúcar en la sangre, lo que dificulta que el cuerpo combata las infecciones. Las personas con diabetes también tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por COVID-19, como neumonía e insuficiencia renal.

La hipertensión arterial puede dañar los vasos sanguíneos y dificultar la circulación de la sangre. Esto puede hacer que las personas con hipertensión arterial sean más propensas a sufrir complicaciones graves por COVID-19, como accidente cerebrovascular y daño renal.

El cáncer puede debilitar el sistema inmunológico y dificultar que el cuerpo combata las infecciones. Las personas con cáncer también tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por COVID-19.

Por eso nos capacitaron para la prevención sobre las enfermedades crónicas al igual sobre las enfermedades de transmisión sexual. Las jornadas de salud se realizaban en diferentes puntos de Iztapalapa. Durante las jornadas de salud, se ofrecen diversas pruebas y servicios gratuitos, como:

- Toma de presión arterial.
- Medición de glucosa en sangre.
- Detección de VIH y Sífilis.
- Prueba de antígeno prostático (para hombres).
- Entrega de materiales informativos sobre diversos temas de salud.
- Preservativos.
- Somatometría.
- Papanicolaou.

Las jornadas de salud, se realizan en diferentes puntos de Iztapalapa y dependiendo de la zona le corresponden al centro de salud más cercano, brindarnos materiales para la realización de multidetecciones, incluyendo tiras reactivas, glucómetro, pruebas de VIH/SIFILIS y antígeno prostático. Además, se cuenta con baumanómetro y estetoscopio para la toma de presión arterial. Para la promoción y realización de estas jornadas, se solicita la colaboración de promotores de salud.

Al llegar al centro de salud, se recogía el material que nos proporcionaban, mientras tanto esperar al citobus. El citobus nos transportará al lugar donde se llevará a cabo la Jornada de Salud. Este vehículo está equipado para realizar estudios de Papanicolau, y cuenta con la presencia de dos o tres enfermeras capacitadas para llevar a cabo estos procedimientos.

Una vez en el lugar, el personal encargado de la organización habrá preparado mesas, sillas y carpas para que los promotores de la salud puedan realizar las multidetecciones. Al llegar los asistentes a la jornada, se

solicita la presencia de 3 a 4 promotores para comenzar las actividades preventivo en la jornada de salud.

Cada promotor puede elegir la actividad que desea realizar, ya sea el registro de personas, la toma de presión arterial o las detecciones.

Al finalizar la jornada, se recopilarán los datos de las detecciones realizadas y se informará cuántas personas participaron en las multidetecciones. Cabe destacar que todas las actividades son de carácter preventivo.

En caso de que los resultados de una prueba, como la toma de presión arterial, superen los estándares establecidos (por ejemplo, más de 120/80), se brindará a la persona la orientación correspondiente y se le indicarán los pasos a seguir. Al igual se realizaba multidetecciones a las personas que no eran diagnosticadas con enfermedades crónicas.

Dependiendo de la situación de cada paciente, se podrá ofrecer promoción de la salud a través de charlas informativas sobre el cuidado personal. Además, se entregarán trípticos informativos a todos los participantes. En el caso específico de las pruebas de VIH y sífilis, además de los trípticos, se obsequiarán condones a las personas que se realicen estas pruebas.

Al finalizar la jornada de salud, se recoger el material, para regresarlo al centro de salud. las jornadas de salud tenían ciertos horarios, principalmente se comenzaba desde las 9:00hr hasta las 14:00hrs. Dependiendo del lugar y la duración cada jornada.



Figura 16. Jornadas de Salud.

Nota: Realizando las detecciones (toma de presión, toma de glucosa, pruebas de VIH/SIFILIS y pruebas de antígenos prostáticos en las jornadas de salud.



Figura 17. Jornadas de Salud en las Escuelas Preparatorias y Universidades.

Relación con la promoción de la salud: Las Jornadas de Salud son iniciativas temporales que buscan acercar servicios de salud y promoción de la salud a la población, especialmente a aquellos grupos con mayor riesgo o con menor acceso a los servicios regulares de salud. Estas jornadas ofrecen una oportunidad única para:

A) Brindar acceso a servicios de salud básicos: la Organización Panamericana de la Salud nos indica que el acceso a la salud y la cobertura universal de salud implican que todas las personas y las comunidades tengan acceso, sin discriminación alguna, a servicios integrales de salud, adecuados, oportunos, de calidad, determinados a nivel nacional, de acuerdo con las necesidades, así como a medicamentos de calidad, seguros, eficaces y asequibles, a la vez que se asegura que el uso de esos servicios no expone a los usuarios a dificultades financieras, en particular los grupos en situación de vulnerabilidad. (OPS/OMS,2024).

- Las jornadas de salud suelen ofrecer servicios gratuitos de atención primaria, como chequeos, toma de presión arterial, glucosa y colesterol, pruebas de detección de VIH y sífilis, entre otros.
- Esto facilita que las personas, especialmente aquellas en situación de vulnerabilidad o con dificultades para acceder a servicios regulares de salud, puedan recibir atención médica básica y preventiva.

B) Promover la detección temprana de enfermedades: la detección temprana de enfermedades es una estrategia fundamental para mejorar la salud pública y reducir la mortalidad. Al identificar enfermedades en sus etapas iniciales, se aumenta significativamente la probabilidad de un tratamiento exitoso y se reducen las complicaciones. (InfoSalud,2024).

- Las jornadas de salud pueden incluir campañas de detección temprana de enfermedades como el cáncer de mama, cáncer cervical, diabetes e hipertensión arterial.
- La detección temprana permite identificar estas enfermedades en sus etapas iniciales, cuando el tratamiento suele ser más eficaz y menos invasivo, mejorando el pronóstico y la calidad de vida del paciente.

C) Educar a la población sobre temas de salud: la educación para la salud es un método de trabajo en la actividad de los educadores y de los profesionales sanitarios. Según Modolo (1979) es un instrumento que ayuda al individuo a adquirir un conocimiento científico sobre problemas y comportamientos útiles para alcanzar el objetivo “salud”, esta educación empoderaba a las personas para tomar decisiones informadas sobre su bienestar. (Gavidia, 1993).

- Las jornadas de salud suelen incluir charlas, talleres y otras actividades educativas sobre diversos temas de salud, como la importancia de una dieta saludable, la actividad física, la prevención de enfermedades, la salud sexual y reproductiva, entre otros.

- Esta educación sanitaria permite a las personas adquirir conocimientos y habilidades para tomar decisiones informadas sobre su salud y adoptar estilos de vida saludables.
- D) Fomentar la participación comunitaria en la salud: la participación comunitaria en salud es un mecanismo mediante el cual diferentes personas, en función de sus necesidades, intereses, recursos y motivaciones, intervienen en el escenario público con la intención de incidir en la definición de los asuntos colectivos y transformar su propio entorno. La participación en salud es una dimensión de la salud comunitaria que aborda los problemas de salud desde los determinantes sociales de la salud. (Participación Comunitaria En Salud, 2018).
- Las Jornadas de Salud pueden ser una plataforma para promover la participación activa de la comunidad en la promoción de la salud.
- Esto se puede lograr a través de la participación de voluntarios locales, la organización de actividades comunitarias y la creación de redes de apoyo para la salud.

E) Sensibilizar sobre la importancia de la salud pública: La salud pública es un pilar fundamental para el bienestar de cualquier sociedad. Sin embargo, a menudo se subestima su importancia y el impacto que tiene en nuestras vidas diarias. Sensibilizar sobre este tema es crucial para fomentar una cultura de prevención, promover estilos de vida saludables y garantizar el acceso a servicios de salud equitativos. (OPS,2024).

- Las jornadas de salud contribuyen a visibilizar la importancia de la salud pública y la necesidad de fortalecer los sistemas de salud para garantizar el acceso universal a la atención médica de calidad.
- Esto puede generar mayor conciencia y compromiso por parte de las autoridades y la sociedad en general para invertir en la promoción de la salud y el bienestar de la población.

Las jornadas de salud son una herramienta valiosa para la promoción de la salud al acercar servicios de salud básicos, promover la detección temprana de enfermedades, educar a la población sobre temas de salud, fomentar la participación comunitaria y sensibilizar sobre la importancia de la salud pública.

Es importante destacar que el éxito de las jornadas de salud depende de una adecuada planificación, organización y ejecución, así como de la participación de la comunidad y las autoridades locales.

35. El 14 de junio de 2022, mi primer día en una jornada de salud. Un día antes nos enviaron los roles de la semana, informándonos cómo nos dividiríamos en grupos de 3 a 4 integrantes para asistir a cada punto de la jornada de salud.

El día comenzó temprano, a las 8 de la mañana, cuando me dirigí al Centro de Salud Quetzalcóatl para recoger el material necesario para la jornada. Luego, abordamos al citobús que nos trasladó al punto de encuentro. La jornada había sido solicitada por la diputada Valeria Cruz.

Al llegar al lugar, nos organizamos y colocamos el material. Cada uno de nosotros tenía asignada una actividad específica, aunque también rotábamos para colaborar en las demás. Yo elegí la somatometría, que consistía en medir la altura y el peso de cada persona para calcular su IMC (Índice de Masa Corporal). Al igual se medía la cintura y la cadera de cada persona.

Después de obtener el IMC, explicaba a cada participante el significado del resultado y les brindaba recomendaciones personalizadas para mejorar su salud.

Realicé somatometría hasta el final de la jornada, que concluyó a la 1 de la tarde. Luego, abordamos el autobús de regreso y entregamos el material

utilizado, así como la papelería correspondiente con los resultados de cada participante.

36. El 15 de junio de 2022, se continuó realizando las mismas actividades, en la jornada, esta vez me tocó recoger el material por el centro de salud Guillermo Román Carrillo, para la jornada de salud. Después, abordamos al citobús que nos trasladó al punto de encuentro. La jornada había sido solicitada de nuevo por la diputada Valeria Cruz.

Al llegar al lugar, nos organizamos y colocamos el material. Cada uno de nosotros tenía asignada una actividad específica, en este caso me tocó tomar la presión arterial. Cada persona se le checo la presión arterial, las personas que su presión era elevada, dependiendo el caso, si es hipertenso o no, se le indicaba recomendaciones personalizadas para mejorar su salud, en caso de que estuviera grave la situación se le indicaba que fuera lo más pronto posible a su médico.

Realice toma de presión arterial hasta el final de la jornada, que concluyó a la 1 de la tarde. Luego, abordamos el autobús de regreso y entregamos el material utilizado, así como la papelería correspondiente con los resultados de cada participante.

37. El 16 de junio de 2022. Continué con mis actividades habituales, las cuales consistían en realizar multidetecciones durante un período de un año. Me tocaba realizar jornadas de salud en diferentes lugares, pero también en diferentes delegaciones como Ciudad Universitaria y el Instituto Politécnico Nacional. Incluso hasta por el 24 de junio, ya no había tantas jornadas, así que me asignaron otra actividad: la campaña de vacunación antirrábica para perros y gatos. Ese día recibí capacitación en la jurisdicción sanitaria sobre cómo vacunar a perros y gatos.

38. El 24 de junio de 2023. La vacunación antirrábica fue otra de las actividades que realicé dentro de la jurisdicción. Se solicitó a ciertos

promotores de salud asistir a una capacitación que se llevó a cabo en la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa. Cabe destacar que cada año, a mediados de junio, se realiza la campaña de vacunación antirrábica, en la cual nos capacitaron en las técnicas para la aplicación de la vacuna.

El primer paso para la aplicación de la vacuna es verificar que se cuente con el material completo: termo, jeringa, vacuna (obviamente dentro del termo) a una temperatura de 2.5 grados centígrados, un contenedor y gel antibacterial para la higiene de manos antes de cada aplicación.

Para preparar la vacuna, se deben seguir estos pasos:

1. Lavarse las manos: utilizar el gel antibacterial para realizar un correcto lavado de manos.
2. Extraer la dosis: tomar la jeringa y la vacuna, introducir la aguja en el vial y extraer un mililitro de líquido (la vacuna puede alcanzar para aplicarse a 20 dosis).
3. Aplicación de la vacuna: indicar al dueño del perro que sujete firmemente a su mascota. La persona encargada debe sujetar la cabeza del animal con firmeza y rapidez, mientras se aplica la vacuna en el muslo de la pata trasera.

Posteriormente, se entrega a cada persona un comprobante de vacunación emitido por la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa, como constancia de que su mascota ha recibido la vacuna antirrábica.

Fue así la capacitación que nos dieron en la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa sobre la aplicación de la vacuna antirrábica. Nos mandaban al centro de salud más cercano de nuestro domicilio (solamente en Iztapalapa). Después de que nos asignaran nuestro centro de salud (me tocaba en el centro de salud Ermita Zaragoza o en el centro de salud Dr. Maximiliano Ruiz Castañeda). Nos presentamos al centro de salud para que ellos nos brindaran el material para la aplicación de la vacuna antirrábica.

Se realizaba difusión (pega de carteles y a través del megáfono para incentivar a las personas a llevar a sus mascotas a vacunar). Al término de la jornada laboral, se tiene que entregar los materiales que nos brindaron el centro de salud y después llenar un formato, de cuantas dosis se aplicó al día y se le entregaba el formato completo.



Figura 18. Inicio de la Vacunación Canina.

Nota: En cada año se realiza una conferencia por parte de la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa invitando a las personas que vacune a sus perros y gatos.

Sí, las actividades se relacionan con la promoción de la salud de diversas maneras:

1. Prevención de la rabia:

- La vacunación antirrábica es una medida fundamental para prevenir la rabia, una enfermedad zoonótica mortal que puede afectar tanto a animales como a humanos.

- Las campañas de vacunación anual, como la que se menciona en el párrafo, son esenciales para mantener el control de la rabia en las poblaciones animales y proteger la salud pública.

2. Educación para la salud:

- El proceso de vacunación antirrábica brinda una oportunidad para educar a los dueños de mascotas sobre la importancia de la vacunación, los riesgos de la rabia y las medidas de prevención.
- Los promotores de salud pueden responder preguntas, despejar dudas y brindar información precisa sobre la enfermedad y la vacuna.

3. Tenencia responsable de mascotas:

- La vacunación antirrábica es un aspecto importante de la tenencia responsable de mascotas.
- Los promotores de salud pueden fomentar prácticas responsables entre los dueños de mascotas, cómo mantener a sus animales vacunados, llevarlos al veterinario con regularidad y evitar que deambulen libremente.

4. Fortalecimiento de la comunidad:

- Las campañas de vacunación antirrábica ofrecen una plataforma para fortalecer el vínculo entre la comunidad y los servicios de salud.
- Los promotores de salud pueden identificar necesidades de salud en la comunidad y referir a las personas a los servicios de salud pertinentes.
- La difusión de información sobre la vacunación antirrábica puede fomentar la colaboración entre los miembros de la comunidad para proteger la salud de las personas y los animales.
- Esto puede fortalecer los lazos comunitarios y crear un entorno más saludable para todos.
- En general, la difusión para incentivar a las personas a llevar a sus perros y gatos a vacunar es una estrategia de promoción de la salud que puede

tener un impacto positivo en la salud de las personas, los animales y las comunidades.

5. Promoción de la salud pública:

- La prevención de la rabia contribuye a la promoción de la salud pública en general.
- Al reducir la incidencia de la rabia, se protege la salud de las personas y se evitan costos asociados a la atención médica.

39. El 27 de junio de 2023, ese día comenzó la campaña de vacunación antirrábica. Me presenté en el centro de salud Ermita Zaragoza, donde esperábamos a que llegaran todos los promotores. Trabajamos en equipos de dos o tres personas: uno encargado de la vacunación, otro de registrar los datos de las mascotas y sus dueños, y otro de realizar actividades de difusión. En algunos casos, los equipos solo contaban con dos promotores. Nuestra función era realizar labores de difusión e inmunización. Cada equipo recibía 5 frascos de vacuna Rabiffa (marca de la vacuna), equivalentes a 100 dosis. El centro de salud nos proporcionaba el material necesario: un termo, jeringas, frascos de la vacuna, torundas y gel antibacterial. Además, nos entregaban un croquis del área de trabajo. Realizamos difusión, recorriendo las calles hasta encontrar personas que quisieran vacunar a sus perros. Una vez que se identificaba a un interesado, se aplicaba la vacuna y se llenaba un comprobante de vacunación para la mascota, que se entregaba al dueño. La jornada laboral concluía a las 2 de la tarde. Al finalizar la jornada, regresamos al centro de salud para entregar el material utilizado y completar un formato indicando la cantidad de dosis administradas durante el día. Se completaba el formato indicando cuántas dosis se aplicaron en la jornada. De esta manera continué realizando esta actividad hasta el 15 de julio de 2023. También me turnaban al otro centro de salud Maximiliano Ruiz Castañeda, sin embargo, el procedimiento era el mismo.



Figura 19. Difusión vacuna canina en los centros de salud.



Figura 20. Aplicando la vacuna canina.

Después de terminar la jornada de vacunación antirrábica, de nuevo regresé a las jornadas de salud para realizar multidetecciones. En diferentes puntos de Iztapalapa, al igual que en otras delegaciones. Y fue así hasta que en septiembre realicé otras actividades.

40. El 4 de septiembre de 2023. Se realizaron actividades en los centros de salud en el campo, con el objetivo de acompañar al personal de enfermería en la aplicación de vacunas para completar los esquemas de vacunación infantil. Nos guiamos por listas donde se identificaba a los niños que requerían vacunas. En caso de no encontrar a un niño en el centro de salud, se contactaba a sus padres o se realizaba una visita domiciliaria para poder aplicar la vacuna, siempre con el consentimiento de los padres.

La función del promotor de salud era llenar formatos para registrar la aplicación de las vacunas, proporcionar información básica a los padres y, en caso de que el niño presentara fiebre, explicarles cómo tomar medidas como darle un baño o, en casos graves, buscar atención médica inmediata.

En mi caso particular, me negaba a llenar las sábanas ya que consideraba que era una tarea que debía ser realizada por personal de enfermería. Asumía la responsabilidad de mis acciones y prefería no realizar tareas que no correspondían a mis funciones como promotor de salud.

Otra de las funciones del promotor era elaborar o colaborar en la elaboración de croquis para identificar la ubicación de los hogares de los niños ausentes al igual que los niños que sí se encontraron, por supuesto a los niños que no se vacunaron.



Figura 21. Visitar a domicilio a los niños que no tuviera su cartilla de vacunación completa.

Notas: Se realiza visitas a los niños que no tenga completa su esquema de vacunación, nuestra función como promotores de la salud es acompañar a los enfermeros, para el llenado de las sábanas, realizar croquis, revisar sus cartillas de vacunación si les hace falta alguna vacuna y entregar su comprobante de vacunación.

Las actividades realizadas se pueden relacionar con la promoción de la salud:

1. Inmunización: Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2024), nos habla sobre la Inmunización es el proceso por el que una persona se hace resistente a una enfermedad, tanto por el contacto con ciertas enfermedades, o mediante la administración de una vacuna. Las vacunas estimulan el sistema inmunitario del cuerpo para proteger a la persona contra infecciones o enfermedades. La inmunización previene enfermedades, discapacidades y defunciones por enfermedades prevenibles por vacunación, tales como el cáncer cervicouterino, la

poliomielitis, el sarampión, la rubéola, la paroditis, la difteria, el tétanos, la tos ferina, la hepatitis A y B, las neumonías bacterianas, las enfermedades diarreicas por rotavirus y las meningitis bacterianas.

- Completar los esquemas de vacunación infantil es una estrategia fundamental de promoción de la salud. Las vacunas previenen enfermedades infecciosas graves que pueden tener consecuencias a largo plazo para la salud y el desarrollo de los niños.
- Las actividades de los promotores de salud para rastrear a los niños que no han completado sus esquemas de vacunación y facilitar su acceso a las vacunas son esenciales para garantizar la inmunización universal.

2. Educación para la salud: La educación para la salud es un proceso continuo que busca dotar a las personas de los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para tomar decisiones informadas sobre su salud y la de su comunidad. Es un pilar fundamental para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. (Ciberlinea,2025).

- Brindar información básica a los padres sobre la importancia de la vacunación, los efectos secundarios comunes y las medidas para controlar la fiebre es una forma de educación para la salud.
- Los promotores de salud pueden despejar dudas y fomentar la confianza en las vacunas entre las comunidades a las que sirven.

3. Empoderamiento de las comunidades: el empoderamiento comunitario como lo menciona la OPS (2024): Para promover la salud es clave empoderar a las personas y las comunidades para que puedan ser involucradas de forma significativa en la toma de decisiones que afectan a su vida.

- La participación activa de los promotores de salud en la promoción de la vacunación puede empoderar a las comunidades para tomar decisiones informadas sobre la salud de sus hijos.

- Los promotores de salud pueden trabajar con líderes comunitarios para identificar barreras a la vacunación y desarrollar estrategias para superarlas.

4. Enlace con servicios de salud: La OPS (2024) nos indica que son mecanismos que facilitan el acceso de las personas a los servicios de atención médica. Estos enlaces pueden ser formales o informales, y su objetivo principal es garantizar que las personas reciban la atención adecuada en el momento oportuno.

- Identificar niños con fiebre y referirlos a atención médica oportuna es un componente crucial de la promoción de la salud.
- Los promotores de salud pueden fortalecer los vínculos entre las comunidades y los servicios de salud, asegurando que los niños tengan acceso a la atención médica que necesitan.

En general, las actividades realizadas contribuyen a la promoción de la salud a:

- Mejorar el acceso a la atención médica preventiva. Como lo menciona Vicente Navarro la intervención preventiva primaria: Se produce antes de que la enfermedad aparezca encaminada a proteger poblaciones vulnerables. La más importante es la consagrada a mejorar las condiciones económicas y sociales de la población y a ofrecerle los instrumentos necesarios para defender y representar mejor sus intereses, así como desarrollar su potencial político.

Intervención preventiva secundaria: interviene en la fase presintomática o silenciosa de la enfermedad y a frenar su desarrollo en los momentos iniciales.

Intervención preventiva terciaria: ya el individuo está enfermo y se interviene para reducir el daño, curar, rehabilitar y atender sus necesidades de reintegración al entorno del cual procede. (uDocz,2024).

Empoderar a las personas y comunidades para tomar decisiones informadas sobre su salud. Para Rappaport en 1981, el empoderamiento implica que no concebimos a las personas como niños con necesidades o simples ciudadanos con derechos que deben ser defendidos por un agente externo, sino como seres humanos integrales que tienen necesidades y derechos, que son capaces de tomar el control sobre sus propias vidas. (Silva,2004).

- Para qué sirve en la promoción de la salud. El empoderamiento comunitario es una herramienta fundamental en la promoción de la salud, ya que coloca a las comunidades en el centro de las acciones para mejorar su bienestar. Al otorgar a las personas y grupos el poder de tomar decisiones sobre su salud y su entorno, se fomenta una mayor conciencia sobre los factores que influyen en su salud, así como una mayor participación en la búsqueda de soluciones. (OPS/OMS,2024).
- Fortalecer los vínculos entre las comunidades y los servicios de salud. La OPS (2024) nos indica que la promoción de la salud adquiere un papel protagónico reconociéndose que los sistemas y servicios de salud van más allá de la provisión de servicios clínicos y médicos, de forma que debe producirse un cambio de enfoque y de organización para que las necesidades de las personas se sitúen en el centro y se aborden como un todo. La promoción de la salud es un elemento clave para el fortalecimiento de los sistemas de salud y su capacidad para responder a las necesidades de salud de las personas, familias y comunidades, centrándose en garantizar la salud al más alto nivel posible con solidaridad y equidad. Cada contacto con una persona puede ser una oportunidad no sólo para brindar un servicio clínico, sino también para evaluar las condiciones en las que vive y trabaja, conocer su contexto familiar y social y conectar con los activos de la comunidad. También brinda la oportunidad de coordinarse con otros servicios como protección social y vivienda para atender las necesidades detectadas de las personas. (OPS/OMS,2024).

- El sector de la salud debe lograr que la promoción de la salud sea más pertinente y concreta, y colaborar con las comunidades para crear condiciones de vida saludables, sobre la base de la atención primaria de salud. (OPS/OMS,2024).
- La promoción de la salud es además una función esencial de salud pública, que debe ser incluida en los procesos de evaluación, desarrollo de políticas, asignación de recursos y en las dimensiones del acceso a los servicios de salud (Funciones esenciales de Salud Pública, (FESP). (OPS/OMS,2024).
- Promover hábitos y comportamientos saludables. La OPS (2024) nos indica que la promoción de la salud fomenta cambios en el entorno para generar salud y bienestar; opera en los lugares o contextos en los que las personas participan en actividades diarias, donde los factores sociales, económicos, ambientales, organizacionales y personales interactúan.
Escuelas, universidades, viviendas, lugares de trabajo, mercados y otros espacios comunes son entornos clave para ganar salud a lo largo de todo el curso de vida.

Es importante destacar que la promoción de la salud es un enfoque integral que abarca una amplia gama de actividades e intervenciones. Las actividades descritas en el párrafo son solo un ejemplo de cómo los promotores de salud pueden contribuir a este objetivo.

Esta actividad finalizó de nuevo hasta el 2 de octubre de 2023, de nuevo regresaba a mis actividades a las jornadas de salud o en las ferias de bienestar igual, se realizaba las mismas actividades, las multidetecciones, tal como se ha descrito anteriormente.

Mientras no se llevaban a cabo las jornadas de salud o Ferias de bienestar, me enviaban a los centros de salud para apoyar en la vacunación antirrábica o para completar el esquema de vacunación de los niños. Actualmente, participo en las jornadas de salud realizando detecciones múltiples o las actividades mencionadas anteriormente. Llevo cuatro años trabajando en la Jurisdicción Sanitaria de

Iztapalapa. He aprendido mucho, he hecho amistades que me apoyan y esto ha sido parte de mi crecimiento profesional.



Figura 22. Jornada de Salud con los refugiados venezolanos, haitianos o de otros países latinoamericanos. Realizando multi detecciones.



Figura 23. Jornadas de salud en Iztapalapa solicitados por los senadores o diputados. Realizando multi detecciones.

1.2 Análisis crítico de las funciones desarrolladas

Para combatir las amenazas nacientes para la salud, se necesitan nuevas formas de acción. En los años venideros, la dificultad estará en liberar el potencial de promoción de la salud inherente a muchos sectores de la sociedad en las comunidades locales y dentro de las familias. Existe una obvia necesidad de cruzar los límites tradicionales dentro del sector público, entre las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales y entre los sectores público y privado. La cooperación es fundamental. En la práctica, esto exige la creación de nuevas alianzas estratégicas para la salud en pie de igualdad entre los diferentes sectores de todos los niveles de gobierno de las sociedades. Prioridades para la promoción de la salud en el siglo XXI:

1. Promover la responsabilidad social por la salud. Las instancias decisorias deben comprometerse firmemente a cumplir con su responsabilidad social. Es preciso que los sectores público y privado promuevan la salud siguiendo políticas y prácticas que: eviten perjudicar la salud de otras personas, protejan el medio ambiente y aseguren el uso sostenible de los recursos, restrinjan la producción y el comercio de bienes y sustancias intrínsecamente nocivos, como el tabaco y las armas, así como las tácticas de mercado y comercialización perjudiciales para la salud, protejan al ciudadano en el mercado y al individuo en el lugar de trabajo, incluyan evaluaciones del efecto sobre la salud enfocadas en la equidad como parte integrante de la formulación de políticas.

2. Aumentar las inversiones en el desarrollo de la salud. En muchos países, la inversión actual en salud es insuficiente y a menudo ineficaz. El aumento de la inversión en el desarrollo de la salud exige un enfoque verdaderamente multisectorial, que comprenda más recursos para los sectores de educación, vivienda y salud. Una mayor inversión en salud y la reorientación de la existente en las esferas nacional e internacional puede fomentar mucho el desarrollo humano, la salud y la calidad de la vida. Las inversiones en salud deben reflejar las necesidades de ciertos grupos, como las mujeres, los niños, los adultos mayores, los indígenas y las poblaciones pobres y marginadas.

3. Consolidar y ampliar las alianzas estratégicas en pro de la salud la promoción de la salud exige alianzas estratégicas en pro de la salud y el desarrollo social entre los diferentes sectores en todos los niveles del gobierno y de la sociedad. Es preciso fortalecer las alianzas estratégicas establecidas y explorar el potencial de formación de nuevas. Las alianzas estratégicas son de mutuo beneficio en lo que respecta a la salud por el hecho de compartir conocimientos especializados, aptitudes y recursos. Cada una debe ser transparente y responsable y basarse en principios de ética acordados y de entendimiento y respeto mutuos. Es preciso observar las directrices de la OMS.

4. Ampliar la capacidad de las comunidades y empoderar al individuo. La promoción de la salud es realizada por y con la gente, sin que se le imponga ni se le dé. Amplía la capacidad de la persona para obrar y la de los grupos, organizaciones o comunidades para influir en los factores determinantes de la salud. La ampliación de la capacidad de las comunidades para la promoción de la salud exige educación práctica, adiestramiento para el liderazgo y acceso a recursos. El empoderamiento de cada persona requiere acceso seguro y más constante al proceso decisorio y los conocimientos y aptitudes indispensables para efectuar cambios. Tanto la comunicación tradicional como los nuevos medios de información apoyan este proceso. Se deben aprovechar los recursos sociales, culturales y espirituales de formas innovadoras.

5. Consolidar la infraestructura necesaria para la promoción de la salud. Para consolidar la infraestructura necesaria para la promoción de la salud es preciso buscar nuevos mecanismos de financiamiento en las esferas local, nacional y mundial. Hay que crear incentivos para influir en las medidas tomadas por los gobiernos, organizaciones no gubernamentales, instituciones educativas y el sector privado para asegurarse de maximizar la movilización de recursos para la promoción de la salud.

Los "ámbitos, espacios y/o entornos para la salud" son la base organizativa de la infraestructura necesaria para la promoción de la salud. Los nuevos desafíos que presenta la salud significan que se necesita crear nuevas y diversas redes para

lograr colaboración intersectorial. Esas redes deben proporcionar asistencia en los ámbitos nacional e internacional y facilitar el intercambio de información sobre qué estrategias surtan efecto en cada entorno o escenario. Conviene alentar el adiestramiento y la práctica de los conocimientos de liderazgo en cada localidad para apoyar las actividades de promoción de la salud. Se necesita ampliar la documentación de experiencias de promoción de la salud por medio de investigaciones y preparación de informes de proyectos para mejorar el trabajo de planificación, ejecución y evaluación. (Sria. De Salud,2024).



Figura 24. Declaración de Yakarta sobre la Promoción de la Salud. (Natalia Rb,2019. Prezi).

Comportamientos sociales en tiempos de Pandemia

En esta situación tan especial en la cual se encuentra el mundo, el surgimiento de la pandemia de COVID-19 parece haber tomado por sorpresa a los gobiernos, sus sistemas de salud y a la población en general, y es aquí donde la Promoción de la

salud nos lleva a enfatizar en la necesidad de compartir desde diferentes opciones (políticas, teóricas, profesionales) más que una forma concreta de cómo hacer las cosas en salud pública, desarrollar una propuesta de consenso que motive la acción de la población para comprender la salud como un derecho democrático y un deber ciudadano, tomando en cuenta que el comportamiento de la sociedad es impredecible si lo comparamos con lo individual por tanto es necesario considerar lo social en cualquier análisis del comportamiento.

Las diversas instrucciones que se han divulgado para prevenir la enfermedad, como: quédate en casa, la cual supone que el colectivo tiene sus necesidades básicas cubiertas; una vivienda con todos los servicios públicos y recursos económicos suficientes para permanecer en el hogar, ha evidenciado las profundas desigualdades que existen en la población. Ruiz Coronel (2021) , plantea, que en algunas ciudades de América Latina, entre ellas Ciudad de México, donde las personas, muchas de ellas sin hogar, llevan a cabo todas sus actividades de supervivencia en el espacio público, no pueden lavarse las manos frecuentemente ni cuidar su higiene personal porque no disponen de un servicio público de agua potable, tampoco pueden mantenerse hidratados y alimentarse sanamente. No pueden acceder a la información que se transmite por medios de comunicación masiva por no disponer de dispositivos móviles ni computadora, o quizás por falta de electricidad. Por tanto, con un sistema inmunológico debilitado, en caso de contagiarse, muy probablemente, no reconocerán los síntomas, no buscarán atención médica, con lo cual serán considerados como grupos de riesgo de contagio y muerte. De tal manera, tal como lo expresa el autor:

“La pandemia nos ha permitido evidenciar que, en salud, no es suficiente con atender los factores biomédicos, y que la participación social es fundamental, tal como lo había señalado la OMS (2007), destacando que, para desarrollar programas eficaces, es necesario entre otras acciones: construir un Liderazgo para tener claridad y unidad de propósito y alentar la amplia participación, el

aprendizaje continuo y permanente, y el mutuo reconocimiento de los esfuerzos realizados". (Guevara Y Garcia,2021).

Enfermarse de COVID 19, se trata no sólo de presentar síntomas de la patología sino también de evidenciar síntomas de inequidad y desigualdad social.

La circulación del virus y su enfermedad; sin duda han cambiado la cotidianidad, tanto en las prácticas individuales, principalmente en nuestro desempeño con la familia, con los amigos y con el trabajo. Algunas manifestaciones de afecto no pueden ser demostradas (besos, abrazos, saludos con apretón de manos, visitas) y han sido sustituidas por el contacto a través del mundo virtual que se ha posicionado como actor principal de nuestras actividades habituales, en unos grupos más que en otros, constituyéndose en ventanas de entradas y salidas de la información de aquello que sucede en nuestros países y en el resto del mundo, para mostrar los cambios que se han materializado, sin estar conscientes muchas veces de los efectos que nos están produciendo en este contexto de la pandemia.

El confinamiento ha llevado a fusionar las tareas del hogar con el trabajo. Ahora somos multifacéticos y multitrabajo, hacemos de todo a la vez, (comer, trabajar y navegar en las diferentes plataformas digitales, además de las labores propias del hogar) desdibujando los tiempos que antes estaban bien delimitados en nuestra actividad diaria.

Estos comportamientos en general, están relacionados con las influencias sociales externas, obligaciones laborales y otros aspectos que predisponen a un individuo a actuar de una manera específica, provocando un alejamiento de la norma social, con efectos contrarios a lo establecido, afectando tanto al propio individuo, como a las personas con quien se relaciona, sea su familia, comunidad y la sociedad.

Siguiendo a Sánchez Villena (2020), estos cambios de nuestra cotidianidad, nos permite rescatar la importancia de valorar, en su justa dimensión, los programas de promoción de la salud para destacar, desde el punto de vista epidemiológico, que hay medidas que son individuales y otras que son colectivas; entre las

primeras a) la cuarentena, que hace referencia a la exposición al riesgo de enfermedad y se entiende que es la restricción voluntaria u obligatoria de la libertad de movimiento o el desplazamiento de aquellos individuos que han estado expuestos a un potencial contagio y que posiblemente se encuentren infectados; mientras que b) el aislamiento implica la separación física de las personas contagiadas o infectadas de aquellas que están sanas. Esto significa que debe haber ocurrido previamente una detección temprana de la enfermedad.

La medicina y la salud pública han avanzado a medida que sus estilos de actuación también lo han hecho. Su contribución a la mejoría de la calidad de vida de las personas (sea enfermas, en riesgo, sanas o aparentemente sanas) y su entorno, son producto de un trabajo conjunto de los profesionales de la salud y la sociedad. (Guevara Y Garcia,2021).

Ante el avance del coronavirus, las medidas sanitarias en la Central de Abastos

En la Central de Abasto, en Ciudad de México, se han detectado por lo menos 25 casos positivos de Covid-19, ocho personas hospitalizadas y un par de muertes a causa de esta enfermedad, por lo cual, las medidas sanitarias en este mercado, uno de los más visitados de toda la capital, se han endurecido.

“En este gran mercado de la Ciudad de México se han instalado consultorios y laboratorios para detectar posibles casos de Covid-19. Según las autoridades, la afluencia de gente únicamente se ha reducido en un 25 % durante los últimos días”. (Infobae,2020).

Bajo el objetivo de evitar la propagación del nuevo coronavirus, en este lugar tan concurrido se llevan a cabo procesos de sanitización diaria para limpiar las más de 246 hectáreas que ocupa el mercado donde se venden desde abarrotes y víveres hasta frutas y carnes.

Otras de las acciones que han llevado las autoridades en esta zona tan relevante para la vida diaria de los mexicanos es la habilitación de 10 carpas con consultorios y un pequeño laboratorio donde médicos, enfermeras y químicos pueden realizar valorizaciones e incluso tomar muestras para hacer pruebas y detectar la enfermedad.

De acuerdo con las autoridades sanitarias de la alcaldía Iztapalapa, donde se ubica la Central, en estos recursos se han atendido a más de 180 personas con posibles síntomas de la enfermedad y se han tomado muestras a otras 50. Cabe destacar que, como parte de las recomendaciones, 49 individuos volvieron a sus casas para mantenerse en cuarentena.

Asimismo, se informó que 400 promotores de la salud recorren los pasillos de la Central con el fin de realizar cuestionarios diagnósticos a los trabajadores de las bodegas, los cuales también cuentan con recursos digitales como un número de teléfono específico para ser atendidos, el cual se activa mandando un mensaje con la palabra "Abasto" al 51515. (Infobae,2020).

Hoy en la actualidad en la central de abastos cuentan con el centro de salud en la cual los trabajadores y las personas puedan acudir al centro de salud.

El jefe de gobierno, Martí Batres inauguró un nuevo centro de salud en la central de abastos (CEDA), que ofrecerá servicio gratuito los 365 días del año, a los miles de trabajadores y población flotante que acude cada día en este espacio en la alcaldía Iztapalapa.

Durante la inauguración, el mandatario capitalino resaltó que este centro de salud garantizará el acceso a la salud "universal y gratuita" a los miles de carretilleros, bodegueros, comerciantes y demás trabajadores que diariamente laboran en el mercado más grande de la Ciudad de México.

A su vez, dijo, que este espacio tiene "las puertas abiertas" para atender a toda la población flotante que cada día visita el centro de abasto, y que no cuentan con

seguridad social de ningún tipo. Será operado por 21 trabajadores Oliva López Arellano, secretaria de Salud de la CDMX, precisó que serán 21 trabajadores los que operarán en este Centro de Salud, en el que habrá consultas de medicina general y toma de muestras de laboratorio.

Este espacio beneficiará a los 90 mil trabajadores que cada día laboran en la CEDA y a las más de 500 mil personas que lo visitan.

López Arellano (2023) indicó que la CEDA enfrentó una situación "muy crítica" durante la pandemia de Covid-19, pero pasó de ser un peligro de contagio a convertirse en un "modelo" de detección temprana y de coordinación para enfrentar la enfermedad.

En su turno, la alcaldesa de Iztapalapa, Clara Brugada aseveró que hoy la CEDA es "ejemplo de mejoramiento y de avance", por lo que reconoció la posibilidad de ofrecer servicio de salud gratuito a todos los trabajadores de este espacio, a cualquier hora del día.

"El único centro de salud, me imagino, ustedes me dirán, que va a estar abierto tres turnos", dijo:

La edil destacó que la central de abasto es "una ciudad al interior de Iztapalapa", la cual genera economía y abastece al 80 % de la Ciudad de México con 30 mil toneladas de alimento cada día, por ello, dijo, este espacio "merece todo".

A su vez, reconoció que CEDA es la zona "más videovigilada" de la capital, pues con esta tecnología se detectan delitos que en ocasiones la población no se anima a denunciar.

Marcela Villegas Silva, coordinadora general de la central de abasto, señaló que la salud era una de las principales "deudas" que había en este lugar. (Sanchez,2023).

Guerra entre Rusia y Ucrania

La mañana del 24 de febrero de 2022 todos los medios de comunicación se hicieron eco de la invasión rusa de su país vecino. El presidente de Rusia, Vladimir Putin, ordenó a sus tropas bombardear e invadir Ucrania en lo que suponía la primera gran agresión de este tipo en Europa desde el desenlace de la segunda guerra mundial en 1945 y el fin de la dictadura de los nazis en Alemania. (Faraldo & Erill,2024)

Rusia en el siglo XXI

El camino para la paz y la prosperidad estaba aún lejos. Ucrania es un país muy grande, donde casi la mitad de la población tiene como lengua materna el ruso y se sienten vinculados a Rusia. Había mucha indecisión acerca del camino que tenía que tomar Ucrania: ir hacia la Unión Europea y occidentalizarse o mantenerse bajo la influencia de Rusia. Muchos ucranianos pensaban que era posible tener ambas cosas.

Aprovechando una crisis política en Ucrania en 2014, con manifestaciones y violencia callejera, Vladimir Putin ordenó a sus tropas invadir de forma anónima (sin uniforme) la península de Crimea, que formaba parte de Ucrania. También impulsó levantamientos en dos provincias fronterizas con Rusia (Donetsk y Lugansk), que convirtieron esa parte del país en una zona de guerra durante muchos años. Los intentos de acuerdo en la ciudad bielorrusa de Minsk no sirvieron de mucho.

Durante años la tensión entre los dos países fue creciendo. Rusia acusó al gobierno ucraniano de ser ilegal y de apoyarse en la ultraderecha. Hay que recordar que, paradójicamente, es Putin quien se ha convertido en un modelo para la ultraderecha en Europa y el mundo. Con el tiempo, Rusia incrementó la presión y llevó a sus ejércitos a la frontera con Ucrania. Hasta que el 24 de febrero de 2022 decidió lanzar sus tropas desde diversos puntos de la frontera, bombardeando ciudades, aeropuertos y vías de comunicación. (Faraldo J.2024).

Con estos problemas hacia los ucranianos ellos empezaron a llegar a la Ciudad de México, brindándoles el apoyo necesario convirtiéndose en refugiados de nuestro país.

En el deportivo Francisco I. Madero en la alcaldía de Iztapalapa, cientos de ucranianos descansan huyendo de la guerra, en espera de resolver su situación migratoria y poder ser admitidos en Estados Unidos.

El gobierno de la Ciudad de México, en coordinación con el Instituto Nacional de Migración, la embajada de Ucrania en México y el gobierno de la alcaldía de Iztapalapa, montaron un campamento para recibir a los refugiados, quienes desde el pasado 23 de abril arribaron a estas instalaciones iniciando con un total de 14 ucranianos, los cuales en estas semanas continúan llegando y ahora suman cerca de 600 refugiados.

El albergue conto con cuatro carpas destinadas a dormitorios separados para hombres, mujeres, familias y un grupo de voluntarios de diversas nacionalidades, dos carpas para el área de comedor, 20 sanitarios móviles, 11 regaderas y seis lavamanos.

Conclusiones

Desde mi experiencia como promotor de la salud han sido buenas y malas, como en todos los trabajos hay, no voy a negar que, si he aprendido mucho durante estos años, nunca me imaginé que iba a aprender a tomar presión o hacer pruebas de COVID, VIH/Sífilis, glucosa y prueba de antígeno prostático, como siempre lo he dicho es importante aprender de todo y me tocó aprenderlo, en base de esto se hace la promoción de la salud, que la persona tomen conciencia en sí mismo y se cuiden por su bienestar, es grandioso, me gusta mi carrera en este aspecto.

La licenciatura en promoción de la salud aún no se valora, soy consciente que la promoción de la salud es algo nuevo en México, no es como en otros países como Canadá o Estados Unidos que, si se valora, lo que hace realmente un promotor de la salud. Conozco compañeros en la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa, a los cuales los estimo mucho, pero la mayoría de los compañeros, solamente tiene educación básica, secundaria, algunos tienen la preparatoria y me doy cuenta de la triste realidad sobre la promoción de la salud, no se valora realmente, contratan a personas que no saben nada de lo que es la promoción de la salud, o por el hecho de tomar ciertos cursos sobre la promoción de la salud y se sienten profesionales de la salud, cuando en realidad es lo contrario. Es allí que la promoción de la salud aún no se valora como es debido.

También uno de los aspectos que tenemos nosotros los promotores de la salud es que pasamos sobre la discriminación, nos hacen menos, en este caso los médicos, enfermeros, trabajadores sociales y otros profesionales de la salud. Al principio nos veían mal, aun así igual hoy en día nos ven mal, aunque hemos demostrado de lo que somos capaces y estamos capacitados, estamos al nivel de ellos, he escuchado a varios de mis compañeros que han tenido varias experiencias negativas sobre las otros profesionales de la salud , les han gritado, humillándolos, no saben hacer bien las cosas y entre otras cosas negativas, gracias a Dios no me han pasado estas experiencias negativas, pero te das cuenta como nos hacen menos, literal nos dan entender que no somos

importantes. Tengo compañeros promotores, solamente tienen ciertos estudios básicos, siento que se aprovechan, los mandan hacer actividades pesadas, como lo es pintar, cargar, barrer, poner carpas y entre otras cosas. En la actualidad los promotores les hacen el trabajo a los enfermeros, como el llenado de las sábanas, mapas, croquis y entre otras actividades que no les gusta realizar los enfermeros, en palabras simple los promotores hacen las actividades pesadas en el cual son actividades que deben realizar los enfermeros. Aun así, los promotores no son valorados dentro de los centros de salud y de la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa, esto sucede igual porque somos contratados eventualmente, caso opuesto de los demás promotores de la salud, que son contratados de otro programa salud en tu vida. Los promotores de salud en tu vida, Insabi y entre otros programas, están en los centros de salud, los enfermeros los conoces porque son trabajadores que llevan tiempo trabajando con ellos, pero eso sí, los tratan mejores que a nosotros, en este caso estamos contratados bajo el programa de CEDA (central de abastos), pero ellos tienen todas las prestaciones de ley, mejor sueldo y un mejor contrato, la mayoría de ellos, solamente tienen la secundaria o preparatoria y se sienten superiores a nosotros. Cómo es posible que entre compañeros nos llevemos mal, siendo promotores de la salud, aunque tengamos diferente escolaridad, deberíamos de apoyarnos mutuamente. Hay compañeros del programa de CEDA, en los cuales lo han puesto como enlaces en las actividades que realizamos y nos quieren, hacer sentir menos, algunos de los enlaces estudiaron en la UACM, y sean prepotentes con los demás compañeros que igual estudiaron en la universidad, donde queda “nada humano me es ajeno”, aún recuerdo los profesores nos decían ser empáticos, humildes y no creerse tanto, la mayoría de los compañeros perdieron el piso por tan solo darle un poco de poder a los compañeros de enlaces. Algo de suma importancia es que la jurisdicción nos usa para todo, en este caso los jefes de alto mando, están incluidos dentro la política, no es nada malo, pero nos incluyen a nosotros los promotores, yo sé que senadores y diputados apoyan a la jurisdicción para que hagan ferias de salud en las colonias de Iztapalapa, ellos brindaran los equipos necesarios que necesitan en los centros de salud. El senador Gabriel García

Hernández, diputado de morena a apoyado a la jurisdicción para todo, pero con el propósito de que le ayudemos a hacer propaganda para que él sea el nuevo alcalde de Iztapalapa, no le veo nada malo, pero en realidad, los promotores hacemos de todo, en este caso repartir periódicos, pintas en la calles, hacer llamadas a favor del senador, con el propósito de que nos darán un mejor contrato, pasan los años y no vemos nada, seguimos con lo mismo, no se ve nada y en realidad esto cansa, porque no vemos una solución. Otro aspecto importante es como mandan a los promotores de la salud a vacunar a los perros cuando no somos veterinarios, sino somos promotores, es cierto hemos tenido capacitación sobre la aplicación de vacuna hacia los perros y gatos, pero aun así no estamos para aplicar vacunas hacia los canes. Además, con una mala técnica para aplicar la vacuna puedes herir a los perros y gatos. Eso si hay promotores que ya saben aplicar la vacuna, pero aun así no debemos de aplicarlo, lo debe de hacer un veterinario, ellos saben la técnica correcta, ellos están más preparados que uno mismo.

Pero bueno mi conclusión es que la licenciatura en promoción de la salud no es valorada en la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa, les estamos haciendo el trabajo pesado, aun así, no vemos nada en concreto. Yo espero que los demás compañeros en otras instituciones, no les pase esta situación y que realmente sean valorados, les deseo lo mejor a mis colegas promotores de la salud, yo sé que la licenciatura es nueva, pero nosotros debemos tener la confianza y demostrar de que estamos hechos y dar la cara por la UACM al igual por la licenciatura en promoción de la salud y la importancia que tiene en la sociedad.

Debemos de igual manera apoyarnos somos colegas, egresados de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, que vean el trabajo que realizan los promotores y seguir adelante, poco a poco será reconocida la licenciatura en Promoción de la Salud.

RECOMENDACIONES

Recomendaciones para mejorar la promoción de la salud en Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa:

1. Valorar la licenciatura en promoción de la salud: Es importante que dentro de la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa se reconozca y valore la formación profesional de los licenciados en promoción de la salud, evitando la subestimación, que suele existir hacia esta área.
2. Mejorar las condiciones laborales de los compañeros en la central de abastos: Se deben otorgar las prestaciones de ley, un mejor sueldo y mayor estabilidad laboral a los compañeros que trabajan bajo el programa de la central de abastos.
3. Optimizar la distribución de roles y funciones: Es necesario dividir al personal del programa de la central de abastos según sus áreas de especialización. Los enfermeros deben tener contratos como tales, los psicólogos como psicólogos y así sucesivamente. Lo mismo aplica para los promotores de la salud y aquellos con estudios básicos, asignándoles roles acordes a su formación.
4. Respeto mutuo entre profesionales de la salud: Es fundamental que los profesionales de la salud, como enfermeros y médicos, reconozcan y valoren el trabajo de los promotores de la salud. Cada uno debe enfocarse en sus propias actividades y responsabilidades, evitando la depreciación de las funciones de los demás.
5. Evitar la participación forzada en actividades políticas: Los promotores de la salud no deben ser involucrados en actividades políticas de manera obligatoria. Si se busca su participación, esta debe ser extensiva a todos los trabajadores de la jurisdicción y no solo a un grupo selecto.
6. Transparencia y equidad en el apoyo político: Es importante que el apoyo recibido por parte de senadores o partidos políticos se distribuya de manera justa y transparente, beneficiando tanto a los centros de salud como a los

promotores de la salud. No se debe condicionar el apoyo laboral a la participación en actividades políticas.

7. Trabajo en equipo y colaboración: Se debe fomentar el trabajo en equipo y la colaboración entre todos los profesionales de la salud, evitando que los promotores carguen con la mayor parte del trabajo mientras otros no asumen sus responsabilidades.

Estas recomendaciones buscan mejorar las condiciones laborales y el reconocimiento profesional de los promotores de la salud en la jurisdicción sanitaria de Iztapalapa, promoviendo un ambiente de trabajo colaborativo y equitativo para todos los profesionales de la salud.

ANEXOS

Documentos que avalan mi trabajo en la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa. En la Jurisdicción Sanitaria de Iztapalapa he laborado durante aproximadamente cuatro años. Presento mi documento oficial que avale mi puesto de promotor de la salud por parte de la jurisdicción al igual cuento con constancias y reconocimientos que demuestran mi desempeño durante este tiempo.




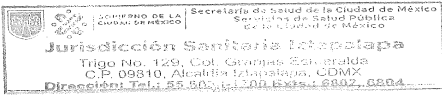
		GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO	SERVICIOS DE SALUD PÚBLICA DE LA CIUDAD DE MÉXICO JURISDICCIÓN SANITARIA IZTAPALAPA DIRECCIÓN JURISDICCIONAL
			ASUNTO: CONSTANCIA DE LABORES Ciudad de México a 18 de septiembre del 2024.
A QUIEN CORRESPONDA:			
Para los efectos que haya lugar, se hace constar que de conformidad con los archivos que obran en la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa dependiente de los Servicios de Salud Pública de la Ciudad de México, se extiende a la fecha los siguientes datos:			
<ul style="list-style-type: none">• NOMBRE: MARTINEZ GARCIA ALEJANDRO RAYMUNDO• R.F.C.: MAGA910219UM7• PERCEPCIÓN MENSUAL: \$7,134.78• HORARIO: 8:00 AM A 14:00PM• FECHA DE INGRESO A LOS S.S.S.P.C.D.M.X.: 01 DE MAYO DEL 2020• ADSCRIPCIÓN: JURISDICCIÓN SANITARIA IZTAPALAPA• PUESTO: PROMOTOR DE SALUD• TIPO DE CONTRATACION: HONORARIOS• NUMERO DE EMPLEADO: 60344-J			
Así mismo se le hace de su conocimiento las actividades que en esta dependencia realiza:			
<ul style="list-style-type: none">• Jornadas de salud:<ul style="list-style-type: none">○ Pruebas rápidas de VIH Y SIFILIS, HEPATITIS C, Antígeno prostático, hemoglobina,○ Certificados escolares y revisión de cartillas de vacunación○ Acompañamiento en la realización de los estudios de Mastografías y citologías○ Toma de glucosa capilar, somatometrías y tensión arterial• Taller y platicas a población en general en Unidades de Atención Territorial de promoción de la salud y primeros auxilios• Vacunación antirrábica canina y felina• Apoyo en contingencias, como COVID-19, Inundaciones, Refugios de migrantes, etc.• Participación en Viacrucis			
ATENTAMENTE  DR. FCO. JAVIER SERNA ALVARADO DIRECTOR DE LA JURISDICCIÓN SANITARIA IZTAPALAPA			 <p>GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO Secretaría de Salud de la Ciudad de México Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa Trigo No. 129, Col. Granjas Esmeralda C.P. 09810, Alcaldía Iztapalapa, CDMX Dirección: Tel.: 55 503 6120 Ext.: 6802, 6804</p>
Calle Trigo N° 129, Colonia Granjas Esmeralda, C.P. 09810 Alcaldía Iztapalapa Tel. 50 38 17 00 ext.6802			CIUDAD INNOVADORA Y DE DERECHOS

Figura 25. Constancia laborar expedida por la Jurisdicción de Iztapalapa.

Nota: Documento avalado por la Jurisdicción Sanitaria Iztapalapa y las actividades que he realizado durante estos 4 años. 18 de septiembre del 2024.



Figura 26. Reconocimiento por parte de la jefa Claudia Sheinbaum por el compromiso de combatir el COVID-19.

Nota: La presente constancia hace referencia a la aceptación como parte del equipo de trabajo y al compromiso al combate de COVID-19. 23 de octubre del 2020.



Figura 27. Reconocimiento por parte de la Central de Abastos sobre la prevención del covid-19.

Nota: Reconocimiento por parte de la Central de abastos de Iztapalapa, por haber prevenido y controlar el covid-19 dentro del establecimiento. 17 de julio de 2020.



Figura 28. Reconocimiento por parte del senador Gabriel García Hernández.

Nota: Se reconocer la importancia que hacemos los promotores de la salud para promover la salud en Iztapalapa.



Figura 29. Diploma por participar en la feria de la salud en la UNIVERSIDAD ICEL.

Nota: Participación en la Jornada de salud en la Universidad ICEL. El día 21 de abril 2022.

REFERENCIAS

- Bernal Avedaño, A. (2020, Junio 22). *Central de Abastos principal foco rojo de la Covid-19 en la CdMx*. Regeneración. <https://regeneracion.mx/central-de-abastos-principal-foco-rojo-de-la-covid-19-en-la-cdmx/>
- Ciberlinea. (2025, 31 enero). *Educación para la salud: Secretos que transformarán tu calidad de vida*. <https://ciberlinea.net/educacion-para-la-salud/>
- DECLARACIÓN DE YAKARTA. (2015, agosto 18). Secretaria de Salud. <https://www.gob.mx/salud/documentos/declaracion-de-yakarta>
- Definiciones de Salud-1. https://psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/nas_defsalu.pdf
- DECLARACIÓN DE ALMA-ATA | Secretaría de Salud | Gobierno | gob.mx. (2015, Agosto 18). Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud/documentos/declaracion-de-alma-ata>
- El valor de la detección temprana de enfermedades*. (2024). Infosalud. <https://infosalud.org/blog/el-valor-de-la-deteccion-temprana-de-enfermedades>
- Funciones esenciales de salud pública - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. (n.d.). PAHO. Retrieved November 11, 2024, from <https://www.paho.org/es/temas/funciones-esenciales-salud-publica>
(*Funciones Esenciales De Salud Pública - OPS/OMS | Organización Panamericana De La Salud*, n.d.)
- Faraldo, J. M., & Erill, B. (2024, February 24). *La guerra de Rusia y Ucrania explicada de forma sencilla*. National Geographic. Retrieved November 8, 2024, from https://www.nationalgeographic.com.es/mundo-ng/guerra-entre-rusia-y-ucrania-conflicto-explicado-manera-sencilla_17909

Grupo de sanidad y biopolítica. (2017, May 10). *CONFERENCIAS MUNDIALES DE PROMOCION DE LA SALUD – Observatorio de biopolítica*. Observatorio de biopolítica.

Gavidia, V. (1993). La educación para la salud: una propuesta fundamentada desde el campo de la docencia. *ResearchGate*, 1993. <https://www.researchgate.net/publication/31892068> La educacion para la salud una propuesta fundamentada desde el campo de la docencia

GEMINI, IA, (22 DE NOVIEMBRE,2024) CONCEPTOS, PROMOCION DE LA SALUD.

Guevara, M., & García, M. M. (2021). *La Promoción de la Salud en el contexto de la Pandemia de COVID 19*. https://www.redalyc.org/journal/122/12267447004/html/#redalyc_12267447004_ref21

Guevara, M. y Maruffo, G. M. (2021). La Promoción de la Salud en el contexto de la Pandemia de COVID 19. *Espacio abierto*, vol., 30(2), 66-86.

HechosReales, & HechosReales. (2014, 27 enero). *El modelo médico hegemónico: historia y críticas*. Basado En Hechos Reales. <https://basadoenhechosreales.com.ar/hechos-historicos-para-llegar-al-modelo-de-desarrollo-hegemonico/>

Infobae. (2020, 5 mayo). Ante el avance del coronavirus, las medidas sanitarias en la Central de Abasto se han endurecido. *Infobae*. <https://www.infobae.com/america/mexico/2020/05/05/ante-el-avance-del-coronavirus-las-medidas-sanitarias-en-la-central-de-abasto-se-han-endurecido/>

Inmunización. (2024, 2 noviembre). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/inmunizacion>

Lucas, M. L. (2012, 5 febrero). *Temas Comunicación Asistencial (módulo 2)* [Diapositivas]. SlideShare. <https://es.slideshare.net/slideshow/temas-comunicacin-asistencial-mdulo-2/11432971>

Maya, M. J. M. (1997). *Fundamentos de Salud Pública. Tomo I*, Corporación para Investigaciones Biológicas. Medellín, Colombia.

MARCHIORI BUSS P. (2006). "Una introducción al concepto de Promoción de la Salud" en: CZERESNIA, D. Y MACHADO DE FREITAS, C (Org). *Promoción de la Salud: conceptos, reflexiones, tendencias*. Buenos Aires: Editorial 2008.

OMS (2012). *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud* (1986).

[OttawaCharterSp.PDF](#)

Participación comunitaria en salud. (2018, 6 julio). Así Vamos En Salud. <https://www.asivamosensalud.org/salud-para-ciudadanos/participacion-comunitaria-en-salud>

Prezi, N. R. O. (2019, 3 abril). *Declaración de Yakarta sobre la Promoción de la salud en el Siglo XXI*. prezi.com.

https://prezi.com/p/klirk_xj3rn_/declaracion-de-yakarta-sobre-la-promocion-de-la-salud-en-el-siglo-xxi/

Promoción de la salud. (2024a, octubre 30). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

Redacción. (2022, 22 noviembre). Central de Abasto de CdMx cumple 40 años; esta es su historia. *Telediario México*. https://www.telediario.mx/comunidad/central-abasto-cdmx-cumple-40-anos-contamos-historia?fbclid=IwAR0tkEDbYpva8X2Upji0OUwxILvzwn8_b23t51-

RUIZ CORONEL A. (24/6/2021). "Las Ciencias Sociales y el Coronavirus. En la calle no hay cuarentena. Lecciones de la pandemia que visibilizo a las personas en situación de calle". Instituto de Investigaciones Sociales- Universidad nacional de México (UNAM)

SÁNCHEZ-VILLENA A Y LA FUENTE-FIGUEROLA V. (2020). "COVID 19:

Salud universal. (2024a, noviembre 4). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/salud-universal#:~:text=El%20acceso%20universal%20a%20la%20salud%20y%20la,en%20particular%20los%20grupos%20en%20situaci%C3%B3n%20de%20vulnerabilidad>.

Sánchez, F. (2023, 19 julio). Central de Abasto de CDMX estrena nuevo Centro de Salud. *El Universal*. <https://www.eluniversal.com.mx/metropoli/central-de-abasto-de-cdmx-estrena-nuevo-centro-de-salud/>

Silva, C. (2004). Empoderamiento:Proceso,Nivel y CONTEXTO. *SCIELO*. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282004000200003#:~:text=Para%20Rappaport%2C%20el%20empoderamiento%20implica%20que%20no%20concebimos,de%20tomar%20el%20control%20sobre%20sus%20propias%20vidas.

Torres, B. (2023, 31 marzo). *Salud y bienestar: conceptos fundamentales para una vida plena - UNAM Global*. UNAM Global - de la Comunidad Para la Comunidad. https://unamglobal.unam.mx/global_revista/salud-y-bienestar-conceptos-fundamentales-para-una-vida-plena/

uDocz. (2024). Resumen Concepto actual de salud pública (Vicente Navarro). *uDocz*. <https://www.udocz.com/apuntes/53768/resumen-concepto-actual-de-salud-publica-vicente-navarro>

Welcome to My Activity Gemini. (I.A,2024.). https://myactivity.google.com/product/gemini?utm_source=gemini&pli=1

Yoimy, D. B., Luis, P. R. J., Francisco, B. P., & Marlene, C. M. (2012, julio).

Generalidades sobre promoción y educación para la salud. Scielo.
http://www.scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000300009

GLOSARIO

BIO-PSICOSOCIAL: Los conceptos (y estados) de enfermedad y salud se pueden entender desde diferentes modelos o enfoques. Hasta hace unos años, el modelo predominante en el campo de la medicina y la psicología, era el modelo biomédico, centrado en la propia enfermedad y en la dicotomía “mente-cuerpo”.

COVID: Enfermedad respiratoria muy contagiosa causada por el virus SARS-CoV-2. Se piensa que este virus se transmite de una persona a otra en las gotitas que se dispersan cuando la persona infectada tose, estornuda o habla.

Promoción de la Salud: La promoción de la salud es el proceso que permite a las personas incrementar su control sobre los determinantes de la salud y en consecuencia, mejorarla.

SIFILIS: La sífilis es una enfermedad de transmisión sexual causada por una bacteria. Infecta el área genital, los labios, la boca o el ano y afecta tanto a los hombres como a las mujeres.

TRIAGE: El término triage, de origen francés, es un proceso fundamental en la medicina de Urgencias y desastres que implica la evaluación y clasificación de los pacientes según la gravedad de su condición y la necesidad de atención médica inmediata.

VIH: El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) es el virus que causa el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA). Cuando una persona se infecta con VIH, el virus ataca y debilita al sistema inmunitario. A medida que el sistema inmunitario se debilita, la persona está en riesgo de contraer infecciones y cánceres que pueden ser mortales. Cuando esto sucede, la enfermedad se llama

sida. Una vez que una persona tiene el virus, este permanece dentro del cuerpo de por vida.