

Curso-taller para la instrumentación de las Nuevas Cartillas Nacionales de Salud.

GOBIERNO FEDERAL



	GOBIERNO FEDERAL	
CARTILLA NACIONAL DE SALUD		SALUD
Adolescentes de 10 a 19 años		SEMAR
CARTILLA NACIONAL DE VACUNACIÓN		SEDENA

SALUD
SEMAR
SEDENA



Cartilla adolescentes de 10 a 19 años de edad



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor





**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor



GOBIERNO FEDERAL



SALUD

SEMAR

SEDENA

CARTILLA NACIONAL DE SALUD

Adolescentes de 10 a 19 años

CARTILLA NACIONAL DE VACUNACIÓN



DIF

SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA





Gobierno
Federal

Salud

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	<p>Utilidad</p> <ul style="list-style-type: none">• Capacitante para mantener tu salud y la de tu comunidad• Prevenir las enfermedades, adicciones, accidentes y violencia• Favorecer tu incorporación a grupos de ayuda mutua en caso necesario <p>Frecuencia</p> <ul style="list-style-type: none">• En cada consulta o contacto con los servicios de salud
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)	
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA	
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA	
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	

Promoción de la Salud

Entrega del paquete garantizado de servicios de salud



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA

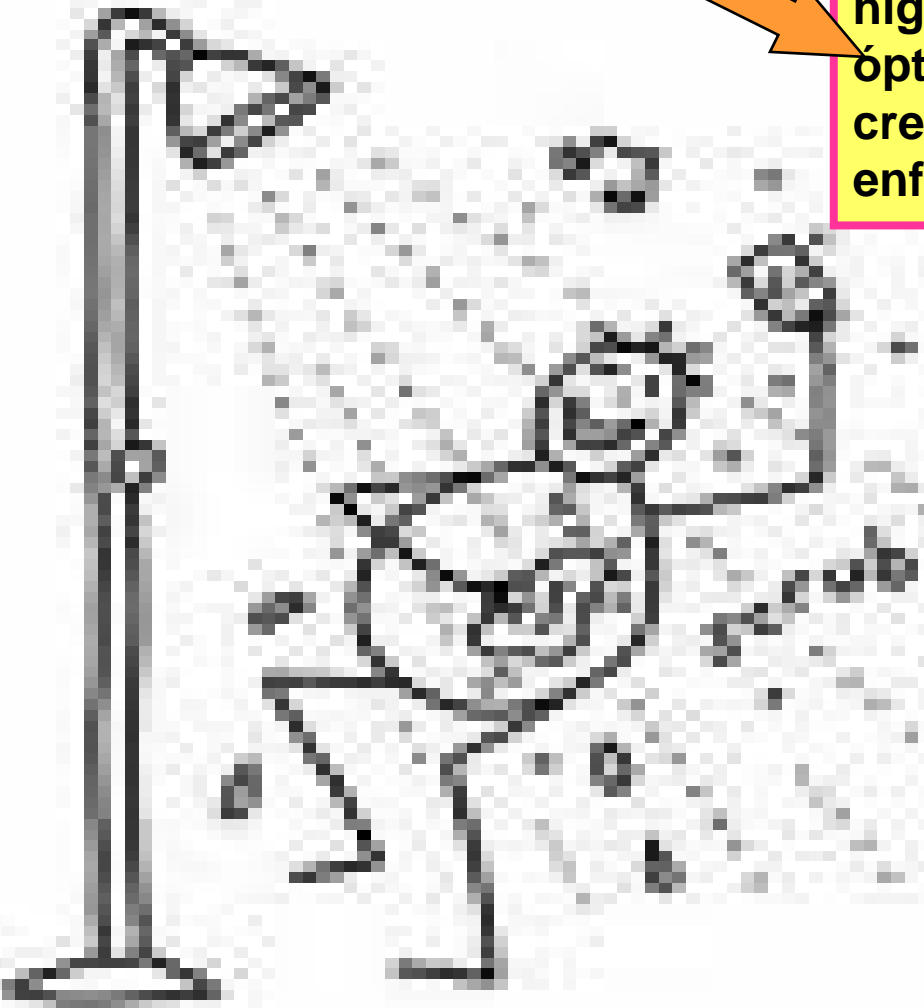


Vivir Mejor

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	
2	HIGIENE PERSONAL	

Importancia de adquirir hábitos higiénicos favorables para un óptimo desarrollo y un crecimiento armónico libre de enfermedades.





Gobierno Federal

Salud

SEMAR

SEDENA



DIF Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia

PEMEX



Vivir Mejor

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad para mantener y la de
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	<ul style="list-style-type: none"> • Prevenir enfermedades de adicción y violencia
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)	<ul style="list-style-type: none"> • Favorecer la incorporación de ayuda necesaria en caso necesario
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA	
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA	<p>Frecuencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • En cada caso o contacto con servicios de
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	

Promover hábitos de alimentación correcta en los adolescentes, a fin de favorecer un estado de nutrición adecuado para prevenir sobrepeso, obesidad y enfermedades relacionadas con la mala nutrición.





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA

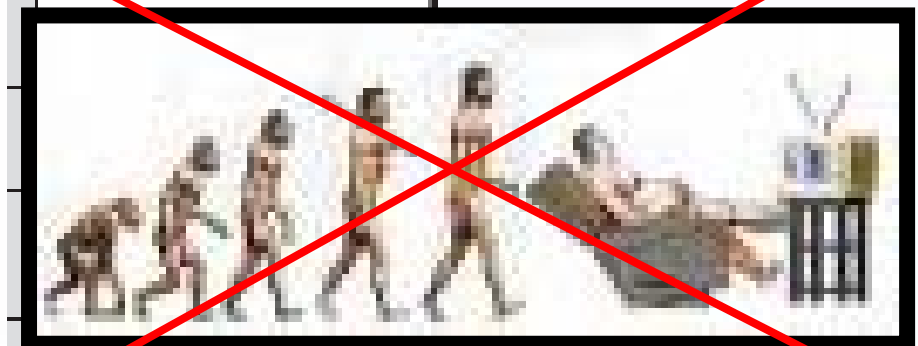
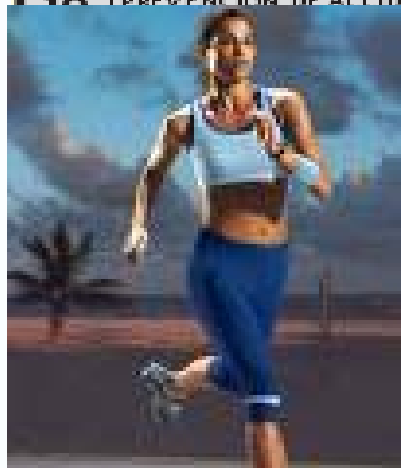


Vivir Mejor

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	Utilizar el tiempo libre para mantener y la de
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)	<ul style="list-style-type: none">• Prevenir enfermedades de adicción y violencia• Favorecer la incorporación de ayudas de apoyo en caso necesario
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA	
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	

Promoción de la Salud

Promover entre las y los adolescentes la actividad física sistemática como un componente de los hábitos saludables de vida que prevengan contra los riesgos del sedentarismo, protejan contra adicciones y favorezcan salud mental, además de fomentar estilos de vida saludables.





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	

Promoción de la Salud

Concientizar, promover y fomentar en las y los adolescentes la importancia de la salud bucal a través de acciones de educación y prevención, para adquirir y conservar buenos hábitos de autocuidado bucal; enseñarlos a que identifiquen las principales enfermedades bucales.

Utilidad

• Capacit

• Preveni

enferme

adiccio

y violen

• Favorec

incorpo

de ayud

caso ne

Frecuencia

- En cada consulta o contacto con los servicios de salud





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

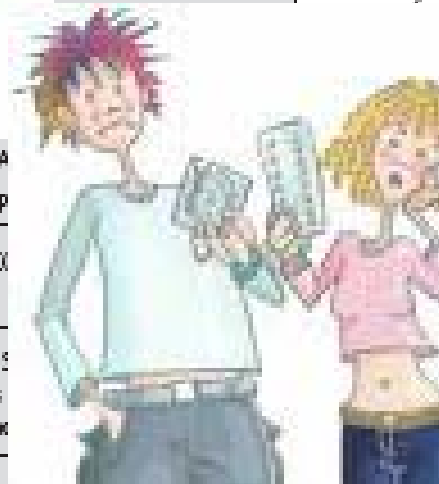
SEDENA



Vivir Mejor

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	<p>Utilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitante para mantener tu salud y la de tu comunidad • Prevenir las enfermedades, adicciones, accidentes • Favorece la incorporación de ayuda
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
11	ENTORNO FAVORABLE A LA VIDA (Vivienda, escuelas y patio limpio)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES DE LA COMPAÑÍA	
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS (Sobrepeso, obesidad, diabetes, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	



Promover la salud sexual y reproductiva, así como el libre ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos para disminuir los factores de vulnerabilidad y los comportamientos de riesgo; favorecer los factores protectores y la atención a los grupos con necesidades específicas.



Gobierno
FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	



Brindar al personal de salud elementos básicos para promover el desarrollo emocional y afectivo de los y las adolescentes, e identificar problemáticas que afectan su salud mental.

- Utilidad
- Capacitar al personal de salud para mantener y la de tu
 - Promover la salud mental, enfermedades, adicciones, accidentes y violencia
 - Favorecer tu incorporación a grupos de ayuda mutua en caso necesario
- Frecuencia
- En cada consulta o contacto con los servicios de salud



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	y violencia
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)	

Informar, orientar y sensibilizar a los y las adolescentes y padres de familia sobre los riesgos del consumo de sustancias psicoactivas, como el tabaco, el alcohol y otras drogas.





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor



7	DESARROLLO EMOCIONAL Y PROYECTO DE VIDA (Desarrollo emocional y proyecto de vida)
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)
14	OTROS (Tuberculosis)

UTILIDAD Y FRECUENCIA

Promoción de la Salud



Coadyuvar a la prevención y disminución de la violencia, promoviendo el desarrollo de comportamientos no violentos en los adolescentes.

Frecuencia
• En cada consulta o contacto con los servicios de salud



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA

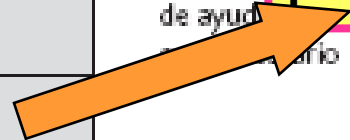


Vivir Mejor

Promoción de la Salud

		UTILIDAD	FRECUENCIA
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	Prevenir enfermedades de transmisión sexual y VIH	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	Prevenir adicciones y violencia	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)	+ Favorece la incorporación de ayuda mutua	
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA		
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES		
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)		Frecuencia
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA		+ En cada consulta o contacto con los servicios de salud
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)		
14	OTROS (Tuberculosis)		

Identificar los factores de riesgo y valorar la importancia de tomar precauciones para evitar accidentes en el hogar, escuela, trabajo, vía pública y durante la práctica del deporte.





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	<p>Utilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitante para mantener tu salud y la de tu comunidad • Prevenir las enfermedades, adicciones, accidentes y violencia
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacodependencia)	<p>Frecuencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • En cada consulta o contacto con los servicios de salud
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA	
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA	
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	

Orientar sobre las actividades básicas que deben realizar los adolescentes para mejorar sus entornos y evitar enfermedades.





Gobierno Federal

Salud

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	<p>Utilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitarte para mantener tu salud y la de tu comunidad • Prevenir las enfermedades
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacod	
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA	
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA	
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	



Sensibilizar a las y los adolescentes sobre responsabilidades y obligaciones que implica tener una mascota



GOBIERNO FEDERAL

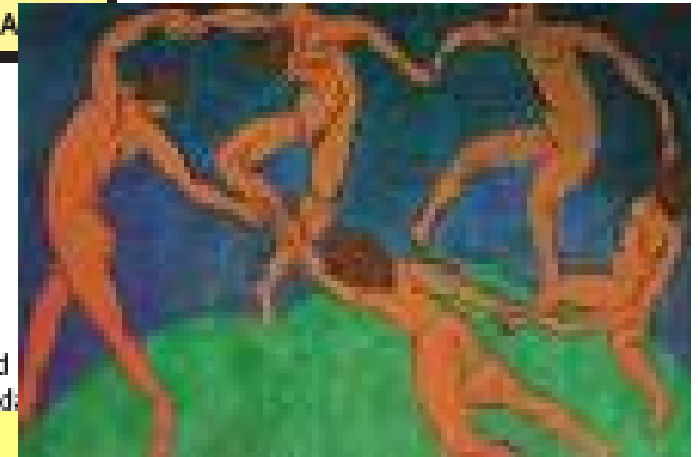
SALUD

SEMAR

SEDENA

Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	<p>Utilidad</p> <ul style="list-style-type: none">• Capacitante para mantener tu salud y la de tu comunidad <p>Identificar oportunamente a los y las adolescentes que presentan: sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones, para referirlos a Grupos de Ayuda Mutua con el fin de disminuir la exposición al riesgo y controlar el problema.</p> <ul style="list-style-type: none">• En cada consulta o contacto con los servicios de salud
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional)	
8	PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES (Tabaquismo, alcoholismo)	
9	PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES (Hipertensión arterial)	
10	PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES (Diabetes mellitus)	
11	ENTORNO FAVORABLE (Vivienda, escuela)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES DE COMPAÑÍA	
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	



Vivir Mejor



Gobierno Federal

SALUD

SEMAR

SEDENA



Promoción de la Salud

No.	TEMA	UTILIDAD Y FRECUENCIA
1	INCORPORACIÓN AL PROGRAMA DE SALUD	Utilidad + C
2	HIGIENE PERSONAL	
3	ALIMENTACIÓN CORRECTA	
4	ACTIVIDAD FÍSICA	
5	SALUD BUCAL	
6	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	
7	SALUD MENTAL (Desarrollo emocional y proyecto de vida)	
8	PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Tabaquismo, alcoholismo y farmacias)	
9	PREVENCIÓN DE VIOLENCIA	
10	PREVENCIÓN DE ACCIDENTES	
11	ENTORNO FAVORABLE A LA SALUD (Vivienda, escuelas y patio limpio)	
12	DUEÑOS RESPONSABLES CON ANIMALES COMPañIA	
13	INCORPORACIÓN A GRUPOS DE AYUDA MUTUA (Sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, hipertensión arterial y adicciones)	
14	OTROS (Tuberculosis)	

Los adolescentes deben estar informados del padecimiento y demanden los servicios de prevención, diagnóstico y tratamiento para tuberculosis, con la finalidad de coadyuvar a cortar la cadena de transmisión, mejorar la calidad de vida y disminuir la magnitud de la morbilidad y mortalidad asociada a este padecimiento



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

Día que recibe la información de Promoción de la Salud

Promoción de la Salud

FECHA	TEMA No.	FECHA	TEMA No.

Registrar el # de tema que le proporciono al adolescente

Cartilla adolescentes de 10 a 19 años de edad



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

Nutrición



GOBIERNO
FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

Objetivo: Utilizar las mediciones corporales como indicadores del estado de salud y sus riesgos.



Gobierno Federal

Salud

SEMAR

SEDENA



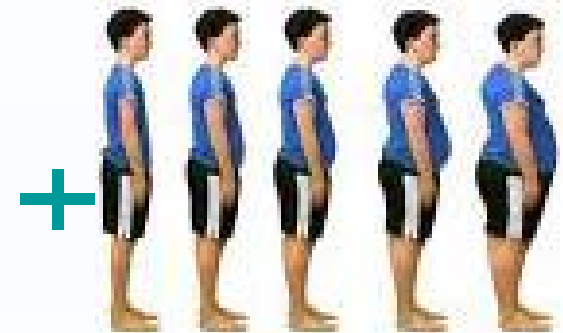
Vivir Mejor

Cambios en la Cartilla 2008

Se actualizan los valores de referencia tanto en cartillas de niños y niñas como de adolescentes:

NUTRICIÓN				
ÍNDICE DE MASA CORPORAL (kg /m ²)				
Pasos para calcular el IMC:	Ejemplo: Adolescente masculino de 14 años, pesa 50 kg y mide 1.56 m			
	Paso 1 Se multiplica la estatura por la estatura.		1.56 x 1.56 = 2.43	
	Paso 2 Se divide el peso sobre el valor obtenido en el paso 1.		50 ÷ 2.43 = 20.6	
	Paso 3 IMC =		20.6	
EDAD (años)	MUJERES			
	IMC BAJO	IMC NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
10	< 13.7	16.9	≥ 19.9	≥ 24.1
11	< 14.1	17.5	≥ 20.7	≥ 25.4
12	< 14.5	18.1	≥ 21.7	≥ 26.7
13	< 15.0	18.7	≥ 22.6	≥ 27.8
14	< 15.4	19.4	≥ 23.3	≥ 28.6
15	< 15.9	19.9	≥ 23.9	≥ 29.1
16	< 16.4	20.5	≥ 24.4	≥ 29.4
17	< 16.8	20.9	≥ 24.7	≥ 29.7
18	< 17.2	21.3	≥ 25.0	≥ 30.0
19	< 17.4	21.6	≥ 25.0	≥ 30.0
EDAD (años)	HOMBRES			
	IMC BAJO	IMC NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
10	< 14.0	16.6	≥ 19.8	≥ 24.0
11	< 14.3	17.2	≥ 20.6	≥ 25.1
12	< 14.7	17.8	≥ 21.2	≥ 26.0
13	< 15.1	18.5	≥ 21.9	≥ 26.8
14	< 15.7	19.2	≥ 22.6	≥ 27.6
15	< 16.2	19.9	≥ 23.3	≥ 28.3
16	< 16.8	20.6	≥ 23.9	≥ 28.9
17	< 17.3	21.2	≥ 24.5	≥ 29.4
18	< 17.9	21.9	≥ 25.0	≥ 30.0
19	< 18.3	22.5	≥ 25.0	≥ 30.0

OMS 2006
CDC 2000 e IOTF 2000





**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

NUTRICION

IMC: PESO / TALLA²

EJEMPLO: Fem de 12 años

Peso:

59 kg Talla:1.50 Mts

Talla al cuadrado:

1.50 x 1.50=2.25

Dividir el peso sobre el valor obtenido:

59/2.25= 26.22

IMC= 26.22



GOBIERNO
FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

IMC= 26.2

NUTRICION

EDAD (años)	MUJERES			
	IMC BAJO	IMC NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
10	< 13.7	16.9	≥ 19.9	≥ 24.1
11	< 14.1	17.5	≥ 20.7	≥ 25.4
12	< 14.5	18.1	≥ 21.7	≥ 26.7
13	< 15.0	18.7	≥ 22.6	≥ 27.8
14	< 15.4	19.4	≥ 23.3	≥ 28.6
15	< 15.9	19.9	≥ 23.9	≥ 29.1
16	< 16.4	20.5	≥ 24.4	≥ 29.4
17	< 16.8	20.9	≥ 24.7	≥ 29.7
18	< 17.2	21.3	≥ 25.0	≥ 30.0
19	< 17.4	21.6	≥ 25.0	≥ 30.0



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

NUTRICION

ÍNDICE DE MASA CORPORAL (kg /m²)

Pasos para calcular el IMC:

Ejemplo: Adolescente masculino de 14 años, pesa 50 kg y mide 1.56 m

Paso 1 Se multiplica la estatura por la estatura. $1.56 \times 1.56 = 2.43$

Paso 2 Se divide el peso sobre el valor obtenido en el paso 1. $50 \div 2.43 = 20.6$

Paso 3 IMC = 20.6

EVALUACIÓN Y VIGILANCIA DEL ESTADO NUTRICIONAL

SE RECOMIENDA MEDICIÓN DE PESO Y ESTATURA POR LO MENOS UNA VEZ AL AÑO

FECHA	PESO (kg)	ESTATURA (m)	ÍNDICE DE MASA CORPORAL (Kg/m ²)	EVALUACIÓN			
				PESO BAJO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
23/07/08	59 kg	1.50 mts	26.2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

X



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

NUTRICION

EDAD (años)	HOMBRES			
	IMC BAJO	IMC NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
10	< 14.0	16.6	≥ 19.8	≥ 24.0
11	< 14.3	17.2	≥ 20.6	≥ 25.1
12	< 14.7	17.8	≥ 21.2	≥ 26.0
13	< 15.1	18.5	≥ 21.9	≥ 26.8
14	< 15.7	19.2	≥ 22.6	≥ 27.6
15	< 16.2	19.9	≥ 23.3	≥ 28.3
16	< 16.8	20.6	≥ 23.9	≥ 28.9
17	< 17.3	21.2	≥ 24.5	≥ 29.4
18	< 17.9	21.9	≥ 25.0	≥ 30.0
19	< 18.3	22.5	≥ 25.0	≥ 30.0



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

NUTRICION

ALIMENTACIÓN Y DESPARASITACIÓN

ACCIÓN	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	RECOMENDACIÓN	FRECUENCIA	FECHA	
ORIENTACIÓN ALIMENTARIA	DESNUTRICIÓN, SOBREPESO Y OBESIDAD	PARA TODO ADOLESCENTE	DOS VECES POR AÑO		
DESPARASITACIÓN INTESTINAL	PARASITOSIS INTESTINAL	ADOLESCENTES DE 10 A 14 AÑOS	DOS VECES POR AÑO EN SEMANAS NACIONALES DE SALUD		



PREVENIR PROBLEMAS DE SALUD OCASIONADOS POR MALA ALIMENTACION COMO SOBREPESO, OBESIDAD Y DESNUTRICION.



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



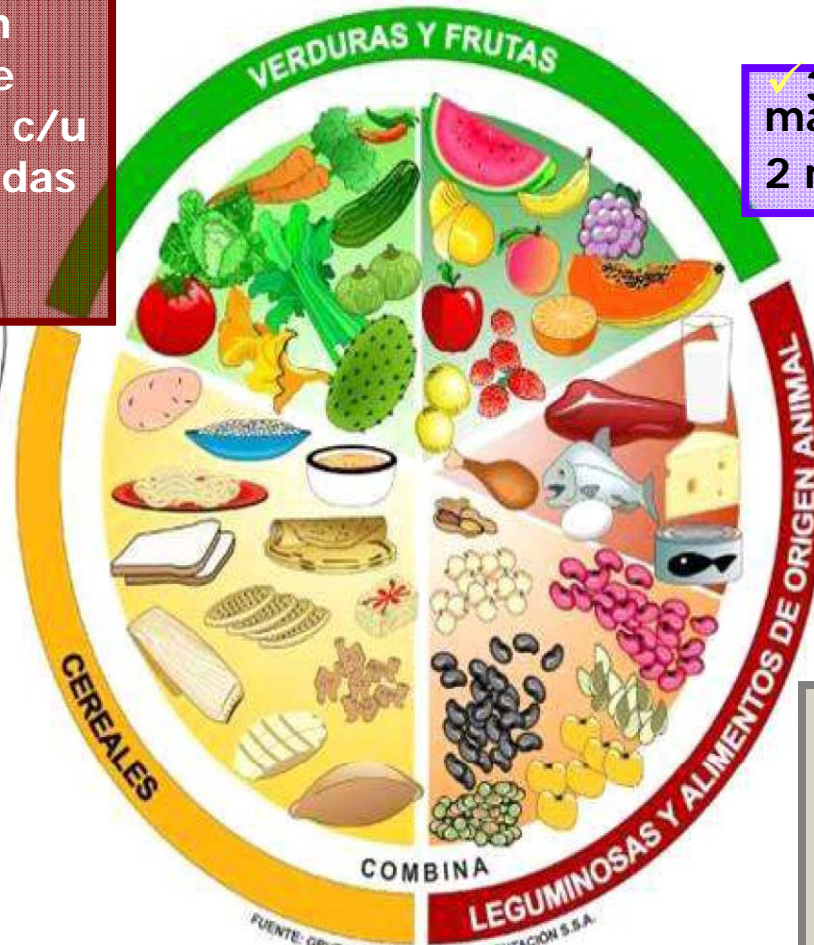
Vivir Mejor

NUTRICION

El Plato del Bien Comer

✓ Incluir un alimento de c/grupo en c/u de las comidas del día

✓ 3 comidas mayores y 2 refrigerios



✓ Intercambiar los alimentos dentro de c/grupo

Los 3 grupos son importantes y ninguno debe privilegiarse sobre los demás



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

NUTRICION

ALIMENTACIÓN Y DESPARASITACIÓN				
ACCIÓN	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	RECOMENDACIÓN	FRECUENCIA	
ORIENTACIÓN ALIMENTARIA	DESNUTRICIÓN, SOBREPESO Y OBESIDAD	PARA TODO ADOLESCENTE	DOS VECES POR AÑO	
DESPARASITACIÓN INTESTINAL	PARASITOSIS INTESTINAL	ADOLESCENTES DE 10 A 14 AÑOS	DOS VECES POR AÑO EN SEMANAS NACIONALES DE SALUD	

MUNICIPIOS DE RIESGO DE ENFERMEDAD DIARREICA



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA

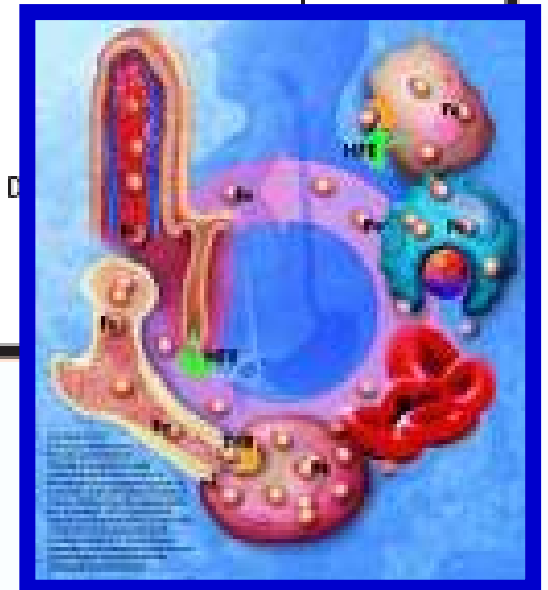


Vivir Mejor

NUTRICION

COMPLEMENTOS NUTRICIONALES

ACCIÓN	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	RECOMENDACIÓN	FRECUENCIA	FECHA
ADMINISTRACIÓN DE HIERRO	ANEMIA	EMBARAZADAS DESDE EL DIAGNÓSTICO DE EMBARAZO	DURANTE TODO EL EMBARAZO	03/03/2008
				09/09/2008
				15/06/2008
ADMINISTRACIÓN DE YODO	DEFECTOS EN LA FORMACIÓN DEL CEREBRO Y COLUMNA VERTEBRAL DEL NIÑO	TRES MESES ANTES DEL EMBARAZO O A PARTIR DE SU DIAGNÓSTICO	TRES MESES ANTES DEL EMBARAZO O A PARTIR DE SU DIAGNÓSTICO POR	
ADMINISTRACIÓN DE ÁCIDO FÓSFÓRICO	ENFERMEDADES ÓSEAS	EN TODA MUJER EMBARAZADA	DURANTE TODO EL EMBARAZO	





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



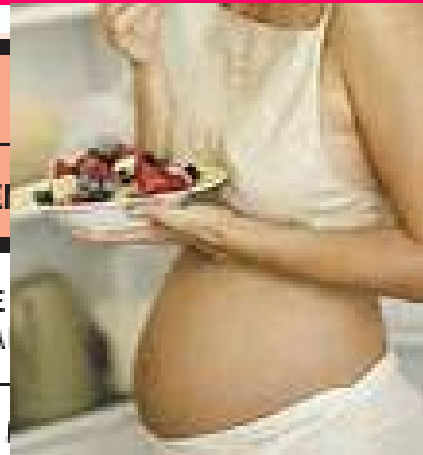
Vivir Mejor



NUTRICION

OS NUTRICIONALES

RECOMENDACIÓN	FRECUENCIA
EMBARAZADAS DESDE EL DIAGNÓSTICO DE EMBARAZO	DURANTE EL EMBARAZO
MUJERES CON ANEMIA	POR TRES MESES



ADMINISTRACIÓN DE ÁCIDO FÓLICO	DEFECTOS EN LA FORMACIÓN DEL CEREBRO Y COLUMNA VERTEBRAL DEL NIÑO	TRES MESES ANTES DEL EMBARAZO O A PARTIR DE SU DIAGNÓSTICO	TRES MESES ANTES DEL EMBARAZO O A PARTIR DE SU DIAGNÓSTICO POR TRES MESES	03/03/2008
	ANEMIA EN LA MADRE	EN TODA MUJER EMBARAZADA	O DURANTE TODO EL EMBARAZO	09/09/2008 15/06/2008

4MG

0.4 MG



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA

ESQUEMA DE VACUNACION



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor



ESQUEMA DE VACUNACIÓN

VACUNACIÓN

GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

VACUNA	ENFERMEDAD QUE PREVIENE	DOSIS	EDAD Y FRECUENCIA	FECHA DE VACUNACIÓN
HEPATITIS B (Para los no vacunados)	HEPATITIS B	PRIMERA	A PARTIR DE LOS 12 AÑOS	13/10/2008
		SEGUNDA	AL MES DE LA PRIMERA	13/11/2008
Td	TÉTANO Y DIFTERIA	PRIMERA	A PARTIR DE LOS DIEZ AÑOS SIN ANTECEDENTE VACUNAL	13/10/2008
		SEGUNDA	DE CUATRO A OCHO SEMANAS DESPUÉS DE LA PRIMERA	
SR	SARAMPIÓN RUBÉOLA	UNICA	A PARTIR DE LOS 13 AÑOS	13/10/2008
OTRAS VACUNAS				

Pueden registrar la próxima cita a vacunación con lápiz o en su apartado de citas

**OBJETIVO:
OTORGAR PROTECCION ESPECÍFICA
MEDIANTE LA APLICACIÓN DE
SR, HEPATITIS B Y Td**



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA

PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

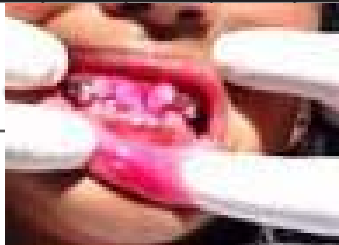


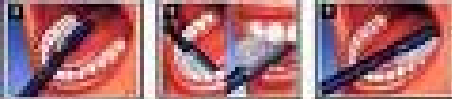



SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES

SALUD BUCAL					
CADA SEIS MESES O AL MENOS UNA VEZ AL AÑO PARA PREVENIR CARIES DENTAL Y ENFERMEDAD DE LA ENCÍA					
ACCIÓN	FECHA				
DETECCIÓN DE PLACA BACTERIANA	8/08		1		e
			2		e
INSTRUCCIÓN EN TÉCNICA DE CEPILLADO DENTAL	8/08				
					
INSTRUCCIÓN DE USO DE HILO DENTAL	8/08				
					
APLICACIÓN DE FLÚOR AL MENOS UNA VEZ AL AÑO	8/08		1		
			2		

INFORMAR LA IMPORTANCIA DE LA SALUD BUCAL Y LAS ENFERMEDADES QUE SE PREVIENEN, ASÍ COMO LAS TÉCNICAS DE ASEO

CRECIENDO LIBRE DE TABACO
ORIENTACIÓN TELEFÓNICA GRATUITA 01800 911 2000



PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES

GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA

ACCIÓN	FECHA		
PREVENCIÓN DE VIH-SIDA E ITS (Orientación - consejería)			
OTRAS PREVENCIÓN DE ADICCIONES (Orientación - consejería)			
TRATAMIENTO TUBERCULOSIS PULMONAR	Inicio de tratamiento		
	Fin de tratamiento		
QUIMIOPROFILAXIS TUBERCULOSIS PULMONAR	Inicio de tratamiento		
	Fin de tratamiento		



REDUCIR LA ADQUISICION DE VIH-SIDA E ITS

INFORMAR DE LOS RIESGOS Y DAÑOS A LA SALUD QUE OCASIONA EL HUMO DEL TABACO, EL ALCOHOL Y OTRAS DROGAS

GARANTIZAR LA CURACION MEDIANTE EL ACCESO UNIVERSAL A UN DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO EFECTIVOS



Vivir Mejor



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES

INICIAR A PARTIR DEL 3 MES DE EMB.

ATENCIÓN BUCA A EMBARAZADAS

No.	EDAD	MES DE EMBARAZO			
1 ^{ER} EMBARAZO					
2 ^º EMBARAZO					





GOBIERNO
FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA

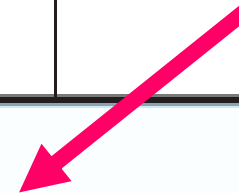


Vivir Mejor

PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES

DETECCIÓN DE ENFERMEDADES

DETECCIONES REALIZADAS POR MÉDICOS Y ENFERMERAS	RECOMENDACIÓN	FECHA
DEFECTOS VISUALES	REALIZAR A LOS 12 Y 15 AÑOS DE EDAD	14/05/2008
		1/10/2011
TUBERCULOSIS PULMONAR	EN PRESENCIA DE TOS Y FLEMAS (realizar baciloscopía)	



**REGISTRAR LA DETECCIÓN EN HOJA DIARIA DE CONSULTA
EXPEDIENTE CLÍNICO Y EN LA CNS**



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor



GOBIERNO
FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

PLANIFICAR LA FAMILIA ES TU DERECHO SOLICITA INFORMACIÓN

ACCIÓN	FECHA			
ORIENTACIÓN /CONSEJERÍA (Derechos sexuales y reproductivos)				

SI TUVISTE UNA RELACIÓN SEXUAL NO PROTEGIDA Y NO HAN TRANSCURRIDO
MÁS DE 72 HRS., PUEDES SOLICITAR ANTICONCEPCIÓN DE EMERGENCIA
¡ PROTÉGETE, ES TU DERECHO!

FECHA EN QUE RECIBIO LA ORIENTACION
Y CONSEJERIA



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

**SI TUVISTE UNA RELACIÓN SEXUAL NO PROTEGIDA Y NO HAN TRANSCURRIDO
MÁS DE 72 HRS., PUEDES SOLICITAR ANTICONCEPCIÓN DE EMERGENCIA
¡ PROTÉGETE, ES TU DERECHO!**





**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

OTORGAMIENTO DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

TIPO DE MÉTODO	FECHA		MOTIVO DE BAJA
	INICIO	BAJA	
<i>Hormonal Oral</i>	<i>27/07/08</i>	<i>5/12/09</i>	<i>Cambio de MPF</i>

**TODO EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA ES DE ALTO RIESGO
Y REQUIERE VIGILANCIA ESPECIALIZADA**



GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

VIGILANCIA PRENATAL Y ATENCIÓN DEL PARTO											
EMBARAZO NÚMERO	CONSULTAS PRENATALES									TÉRMINO DEL EMBARAZO	ANTECEDENTE DE RIESGO OBSTÉTRICO
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	A= Aborto P= Parto C= Cesarea	S= Sangrado P= Preeclampsia E= Eclampsia I= Infección
				1				09/08			P

EN CASO DE EMERGENCIA ACUDA A HOSPITAL GENERAL DE CADEREYTA

**DETECTAR Y CONTROLAR LOS
FACTORES DE RIESGO
EN LA ADOLESCENTE EMBARAZADA
PARA MEJORES RESULTADOS
PERINATALES**





GOBIERNO FEDERAL

SALUD

SEMAR

SEDENA



Vivir Mejor

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA



SOLICITA INFORMACIÓN SOBRE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS QUE PUEDES UTILIZAR DESPUÉS DEL PARTO

VIGILANCIA POSTPARTO

EMBARAZO NÚMERO	CONSULTAS			PROTECCIÓN ANTICONCEPTIVA POST-EVENTO OBSTÉTRICO		
	1	2	3	SI	NO	MÉTODO

USA EL CONDÓN EN CADA RELACIÓN SEXUAL,
ES GRATUITO EN TODAS LAS INSTITUCIONES DEL SECTOR SALUD

¡PROTÉGETE CONTRA EL SIDA Y OTRAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL!



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

SEDENA

ATENCIÓN MÉDICA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor



**GOBIERNO
FEDERAL**

SALUD

SEMAR

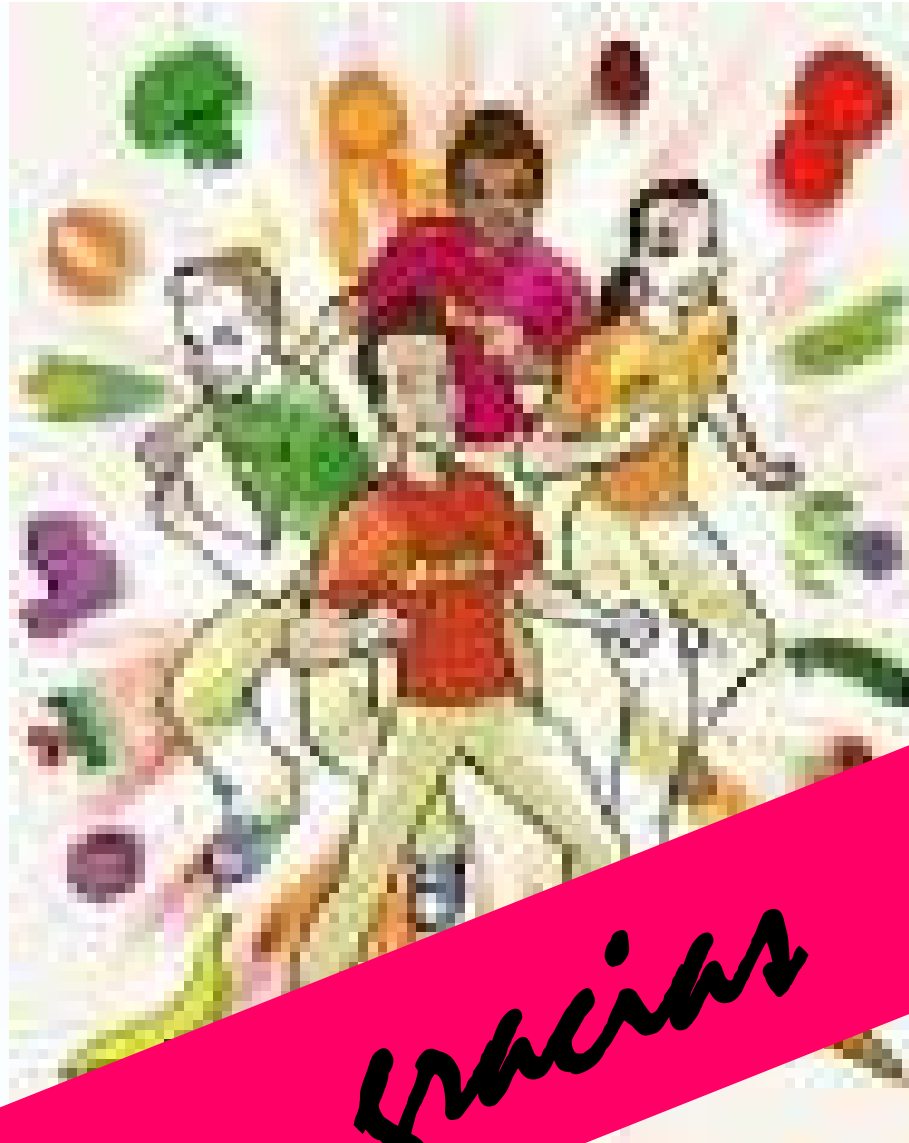
SEDENA



DIF
SISTEMA NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor



gracias