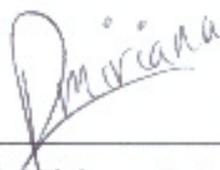


Reporte Mensual del Departamento de Nutrición.

Durante el mes de enero acudimos a algunas de las comunidades, donde visitamos los Clubs de INAPAM y pasamos tiempo con los adultos mayores. Mencionamos la importancia de la alimentación y cuidados que deben tener para mantener una buena salud, con la finalidad de poder realizar sus actividades diarias sin dificultad, así como invitarlos a mejorar sus hábitos alimenticios de ser necesario.

En el consultorio de DIF se dio asesoría nutricional a cinco personas que acudieron a consulta para tratar algún padecimiento, donde el más común fue colesterol y triglicéridos, así como buscar disminuir el peso debido a que presentaban un IMC mayor al normal establecido según su peso/estatura.



L.N. Miriana Ortega Tirado

24 de febrero del 2025.

Reporte Mensual del Departamento de Nutrición.

Durante el mes de febrero acudimos a la primaria General José Aguilar Barraza para platicar con la directora y las encargadas de las tienditas escolar donde acordamos apoyarlos creando menús saludables para ofrecer a los estudiantes y llevar a cabo el proyecto de Escuela Saludable. También acudimos a la Escuela Primaria Ignacio Allende ubicada en la comunidad de el Carrizo, donde impartimos una plática sobre el plato del buen comer y su importancia, realizamos unas actividades de colorear donde debían identificar los alimentos saludables de los alimentos chatarra, para finalizar en conjunto preparamos una ensalada de frutas, donde se pidió a los alumnos llevaran fruta picada para que todos participaran y prepararan la ensalada, actividad que les emocioño mucho y todos compartieron un momento saludable.

En el consultorio de DIF se dio asesoría nutricional a cinco personas que acudieron a consulta para dar seguimiento y tratar algún padecimiento, donde el más común fue colesterol y triglicéridos, así como buscar disminuir el peso debido a que presentaban un IMC mayor al normal establecido según su peso/estatura.

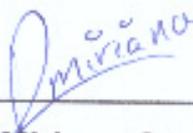


L.N. Miriana Ortega Tirado

01 de abril del 2025.

Reporte Mensual del Departamento de Nutrición.

Durante el mes de marzo tuvimos conferencia referente a la Estrategia Vida Saludable donde nos dieron a conocer el programa y las actividades que debemos realizar en las escuelas donde tomamos Talla y Peso de los alumnos, así como siendo brigadistas de dicho proyecto. También acudimos al evento donde se dio el Arranque Estatal de la Estrategia Nacional "Vive Saludable, Vive Feliz" que tuvo lugar en Culiacán, Sinaloa. Acudimos a casa del abuelo para verificar la preparación de los alimentos y platicar con las encargadas referente al menú y las opciones que podemos ofrecer de acuerdo a los recursos que se tienen y sin afectar a los adultos mayores. Les dimos una breve platica de la importancia de la alimentación y como deben cuidarse en caso de padecer alguna enfermedad crónico-degenerativa como Diabetes o Hipertensión. En el consultorio de DIF se dio asesoría nutricional a cinco personas que acudieron a consulta para dar seguimiento y tratar algún padecimiento, donde el más común fue colesterol y triglicéridos, así como buscar disminuir el peso debido a que presentaban un IMC mayor al normal establecido según su peso/estatura.



L.N. Miriana Ortega Tirado