



La Cruz de Elota, Sinaloa; a 03 de Febrero del 2023.

**Dra. María Hermelinda Aramburo Escobar**  
Directora General del Sistema DIF Elota

A través de este medio, me permito informar a usted las actividades realizadas por el área de Nutrición durante el mes de Enero del 2023.

- Se otorgaron 16 consultas nutricionales con atención personalizada. 11 de ellas de primera vez y 5 de seguimiento y monitoreo. Para la persona de primera vez se realizó un historial clínico para conocer las necesidades nutricionales de acuerdo a sus respectivas patologías, hábitos alimenticios y nivel socioeconómico, para después adaptar un régimen alimenticio personalizado, así como también se propusieron recomendaciones de mejores opciones de compra de alimentos, a las personas de seguimiento se les realizó las mediciones requeridas para conocer los avances y adaptaciones.
- También, se brindaron 15 orientaciones nutricionales con el tema de "Aléjate de la obesidad y el sobrepeso" tema mandado por DIF Sinaloa en las escuelas nivel preescolar y escolar a las diferentes comunidades del municipio de Elota, con el objetivo de concientizar a los menores sobre la importancia de mantener una correcta alimentación y actividad física a corto y largo plazo y su prevención de enfermedades como la obesidad y el sobrepeso.
- Además se impartieron 2 pláticas con los temas "Diabetes" y "Trastornos de la Conducta Alimentaria" en la telesecundaria #59, de la comunidad el espinal.
- Se visitaron 15 comunidades del municipio, en conjunto con el equipo de "Despensas" para impartir el tema "Aléjate de la obesidad y el sobrepeso"
- Se elaboró un menú por semana para cada casa (estudiante y abuelo) así como para COPUSI, adaptado a las necesidades de cada etapa de la vida a la que pertenecen de acuerdo a la edad de los integrantes de cada institución, dando un total de 12 menús al mes.

**Dra. María Hermelinda Aramburo Escobar**  
Directora General del Sistema DIF Elota

A través de este medio, me permito informar a usted las actividades realizadas por el área de Nutrición durante el mes de Febrero del 2023.

- Se otorgaron 6 consultas nutricionales con atención personalizada, 4 de ellas de primera vez y 2 de seguimiento y monitoreo. La mayoría de los pacientes fueron jóvenes preadolescentes con trastornos en la conducta alimentaria (anorexia y atracón). Se realizó un historial clínico para conocer las necesidades nutricionales de acuerdo a sus respectivos trastornos, hábitos alimenticios y nivel socioeconómico, para después adaptar un régimen alimenticio semi-personalizado, así como también se propusieron recomendaciones de mejores opciones de compra de alimentos.
- También, se brindaron 15 orientaciones nutricionales con el tema de "Conociendo las vitaminas y minerales" tema mandado por DIF Sinaloa en las escuelas nivel preescolar y escolar a las diferentes comunidades del municipio de Elota, con el objetivo de que los niños conozcan su función en el organismo y en que alimentos los pueden obtener.
- Se elaboró un menú por semana para cada casa (estudiante y abuelo) así como para COPUSI, adaptado a las necesidades de cada etapa de la vida a la que pertenecen de acuerdo a la edad de los integrantes de cada institución, dando un total de 12 menús al mes. Se elaboró un menú por semana para cada casa (estudiante y abuelo) así como para COPUSI, adaptado a las necesidades de cada etapa de la vida a la que pertenecen de acuerdo a la edad de los integrantes de cada institución, dando un total de 12 menús al mes.

*Dulce Nayeli*

---

LN. DULCE NALLELY RIVERA VALDEZ



La Cruz de Elota, Sinaloa; a 03 de Abril del 2023.

**Dra. María Hermelinda Aramburo Escobar**  
Directora General del Sistema DIF Elota

A través de este medio, me permito informar a usted las actividades realizadas por el área de Nutrición durante el mes de Marzo del 2023.

- Se otorgaron 10 consultas nutricionales con atención personalizada, 6 de ellas de primera vez y 4 de seguimiento y monitoreo. Para la persona de primera vez se realizó un historial clínico para conocer las necesidades nutricionales de acuerdo a sus respectivas patologías, hábitos alimenticios y nivel socioeconómico, para después adaptar un régimen alimenticio personalizado, así como también se propusieron recomendaciones de mejores opciones de compra de alimentos, a las personas de seguimiento se les realizó las mediciones requeridas para conocer los avances y adaptaciones.
- Se asistió a la capacitación semestral que brinda DIF SINALOA al área de Nutrición, en la ciudad de Culiacán el día 14 de marzo del 2023, donde también se entregó material didacta, con el que se trabajará los próximos seis meses el departamento.
- También, se brindaron 15 orientaciones nutricionales con el tema de "Beneficios de realizar actividad física" tema mandado por DIF Sinaloa en las escuelas nivel preescolar y escolar a las diferentes comunidades del municipio de Elota, con el objetivo de que los niños se motiven a dejar a un lado las actividades sedentarias y comiencen a ejercitarse.
- Además se entregó 1 menú semanal a COPUSI, casa del abuelo y casa del estudiante, de acuerdo a las necesidades de edad y etapa de vida a la que pertenecen de los integrantes de cada institución.
- Por último, se brindaron pláticas de Nutrición a distintas comunidades del municipio de Elota, en compañía con el departamento de DESPENSAS.

*Dulce Nallely*

---

LN. DULCE NALLELY RIVERA VALDEZ